

Жаҳон бестселлери

МИРЗАКАРИМ
НОРБЕКОВ

ТЕНТАКНИНГ
ТАЖРИБАСИ 2

Ўзликни англашнинг йўлининг калитлари



Жуда бахтли бўлиш ва ўз жуфти ҳалолнингизни топиш ҳақида

УЎК: 821.512.133-7

КБК: 88.53

Н79

Норбеков, Мирзакарим

Тентакнинг тажрибаси 2. Ўзликни англаувчи йўлнинг калитлари
[Матн]: М. Норбеков. – Тошкент: Spectrum Media Group, 2016. – 400 б.

ISBN: 978-9943-4598-8-5

УЎК: 821.512.133-7

КБК: 88.53

Бу китобда муаллиф китобхонни ҳаракатга келтириш, бу ҳаётга нима учун келганини эслашга мажбурлаш, ўзидаги ижодкорни, орзуларга берилувчи инсонни ва шоиртабиатлилиқни уйғотиш учун нафақат бор кучини, шу билан бирга ўттиз йиллик сабоқ бериш тажрибасини ҳам ишга солади.

Аниқ мўлжалга олинган ва қатъий йўналтирилган тепкилар ёрдамида Мирзакарим Норбеков танангизнинг чангини қоқиб туширар экан, ўта муваффақиятли, ўта бетакрор ва жуда бахтли бўлиши учун китобхонни яхшилаб силкитиб олади.

Рус тилидан
Меҳри БОНУ таржимаси

Масъул муҳаррир:
Муҳиддин Омон

Тақризчилар:
Ф.К. Анзиратов, тиббиёт фанлари доктори
Ҳ.Н. Бобобеков, Турон фанлар академияси
ва Лейбниц номидаги Европа
табиий фанлар академияси академиги,
тарих фанлари доктори

ISBN: 978-9943-4598-8-5

© М.С. Норбеков, 2016.

© «Spectrum Media Group», 2016.

*Қандай қилиб жуда бахтли
бўлиш ва бунинг устига жуфти
ҳалолингизни ҳам топиш ҳақида.*

С

алом, менинг қадрли ўқувчим! Мен қайси жинс вакили эканингизни, ёшингизни ҳам билмайман-у, лекин Сиз ҳақингизда баъзи бир нарсаларни аниқ айта оламан. Сиз тентаксиз. Эсингиз ҳам жойида эмас. Рисоладагидек одам рисоладагидек яшайди. Сиз эса... Мен Сиздақаларни ўттиз йилдан ортиқроқ вақтдан бери ўрганиб келмоқдаман.

Рисоладагидек одам бу китобни сотиб олмаган бўларди. Кўнгил очиб, ҳордиқ чиқариш учун ана телевизор бор, дам олиш кунлари эса табиат қўйнида кабобхўрлик деганларидек, ёки бар, дискотека ва кўплаб бошқа усуллар мавжуд. Нима қиласиз чираниб? Ҳозирги пайтда кўпчиликнинг уйида кутубхона ҳам йўқ. Фикримга қўшиласизми?

Мабодо Сиз шу даражада ўқимишли, аҳли дониш, яъни нафақат кутубхонага эгасиз, бунинг устига-устак у ердаги китобларни ўқиб чиққан бўлсангиз ҳам, бу сизни ихтиёрингизда бўлган китоблардаги билимлардан ўзингиз учун фойдали нимадир ундирганингизни англамайди, акс ҳолда биз ҳозир бу ерда учрашиб ўтирмаган бўлардик.

Шуни билингки, азиз ва мухтарам кадрдоним, мен Сизни ҳаракатга келтириш учун, бу дунёга нима учун келганингизни эслатиш, Сиздаги беназир яратувчанликни ва шоиртабиатлиликни уйғотиш учун нафақат бор кучимни, ўттиз йилдан буён йиғиб келган жамики билимимни, салоҳиятимни ҳам ишга соламан.

Аниқ мўлжалга олинган ва қатъий йўналтирилган тепкилар ёрдамида гавдангизнинг чангини яхшилаб қоқиштириб-куқуштириб, сизни шундай уйғотиб юборайки, токи сиз бу китобдан нима олиш мумкин бўлса ҳаммасини олишга эришинг, яъни сиз ниҳоятда муваффақиятли, ниҳоятда бетакрор ва тўла-тўқис бахтли шахсга айланинг.

БИРИНЧИ ТЕПКИ
Кириш

Бу бўлимда китобхон ўзининг 33 бахтсизлигининг ҳақиқий муаллифини таниб олади, қовурғаси остига бир жусфт туртки ва мушоҳада учун бир коса маълумотга ҳам эга бўлади. Яна шу билан бирга муаллифнинг баъзи бир калтафаҳмларга ҳам муваффақият билан етказиш учун қандай услубни қўллашини билиб оласиз.

Кўпчилик одамларда «ўқимишли», «зиёли», «олий маълумотли» сўзлари зерикиш кайфиятини уйғотиб, энсасини қотиради. «Маънавиятли» сўзи сизга нисбатан мурувватли бўлиш, ачиниб қараш туйғуларини пайдо қилади. Улар сизга қараб: «аттанг, шўринг курғурнинг аҳволи чатоқ-ку, бутунлай томи кетиб қолибди», деб ўйлашади.

Сизни нима сабабдан ва нима учун китоб ўқиётганингизни улар зинҳор англаб етолмайдилар. Сизда, кадрли китобхон, Худо берган қобилият бор эканини эса улар мутлақо тушунишмайди.

Бу ўзгаларнинг тажрибасини ўзига сингдириб, мазкур илмларни ўзининг шууридан ўтказган ҳолда, уларни ҳаётда қўллай билиш қобилиятидир. Бу қобилият, агар аниқ айтадиган бўлсак, тахминан ўн минг одамдан етти-саккизтасигагина насиб этади.

Англашга, билишга, мушоҳада юритишга бўлган бу интилиш, кўпчиликнинг жинсий етилиш босқичида яхши ривожланмай, тўхтаб қолади.

Тахминан йигирма тўрт ёшларга келиб, одам вужуд деб аталадиган ўз қалъасининг ғафлат кўчаларига сингиб кетади. Шунчаки қорнини кўтариб юрган нафс бандаси, ўз қиёфасига эга бўлмаган биологик робот сифатида ўзгаларнинг тутуриқсиз, беъмани ҳақиқатларини такрорлашнигини эплейдиган ва айни пайтда ушбу ҳақиқатларни ўз фикри деб ишонадиганлар тўдасига қоришиб кетади.

Сизда эса маърифат учқуни ҳали сўнмаган. Демак, фақат қорин ғамида юргани учун нукул ҳожатга қатнайдиган улкан тўда орасида сиз ўзингизни, ўзлигингизни сақлаб қолингиз, камол топишингиз, севишингиз, ўз тақдирингизни ўзингиз яратишингиз керак.

Биз Сиз билан ушбу китоб саҳифалари орқали мулоқот қиламиз. Сиз менинг маълумотларимни ўз дунёқарашингиз, онгингиз, «Бу нима?», «Бу шундаймикин ёки шундай эмасмикан?», «Бу менга тўғри келади, бу эса тўғри келмайди!» сингари шахсий ўлчовингиз, мезонларингиз элагидан ўтказасиз! Охир-оқибат қарабсизки, Мен Сизга уқтираётганларимнинг бари аллақачон Сизда мавжуд эканлиги ойдинлашади.

Мен Сизни ўзингиз шундоқ ҳам биладиган нарсаларни бажаришга мажбурлашим учун, бу китобга пешона тери билан топган пулларингизни сарфладингиз! Айтинг-чи, бу даҳшат ёхуд бемаъниликнинг ўзи эмасми?



Инсон онги ўзи учун тушунарсиз маълумотга, ўз хотирасида мавжуд бўлмаган маълумотга нисбатан эътиборсиз бўлиб, гўё уни пайқамайди.

Сиз ҳақингизда қисқача гапириб ўтдим. Энди ўзим ҳақимда ҳам бироз айтиб ўтмоқчиман. Қандай қилиб

шу аҳволга тушиб қолдим экан-а, мана, сизларга ўзингиз шундоқ ҳам биладиган нарсаларни ўргатяпман? Аслида, мен ҳам сизларга ўхшаган одамман. Шунчаки биз Сиз билан касб-коримиз жиҳатидан фарқ қиламиз, холос. Мен – мураббий бўлиб туғилганман.

Педагоглар (агар улар ҳақиқий педагог бўлишса) ўзларининг танлаган йўллари – савдо-сотик эмас, дастурловчилик эмас, қурувчилик ёки бошқа касбу кор эмас, балки айнан бошқаларга сабоқ бериш эканини яхши билишади. Инсон шундай бўлиб туғилади.

Биров капалаклар коллекциясини тўплашдан завқ олса, бошқаси марка йиғишдан, учинчиси эса қирқ даража совуқда балиқ овлашдан роҳатланади. Жип машинасига ўтиради-да, юзлаб километр йўлни босиб ўтади, чодир ўрнади, қалинлиги бир метрга яқин музни тешиб, куни бўйи ўтиради, кун охирида қоронғу тушгач эса катталиги атиги бармоқдек келадиган бир ҳовуч олабуға балиғини овлай олганидан хурсанд бўлиб ортга қайтади.

Бинобарин, ҳар бир киши ўзгалар учун мутлақо тушунарсиз бўлган ўзининг сеvimли машғулотидан, эрмагидан роҳатланади. Масалан, мен бошқалар муваффақиятга эришса роса лаззатланаман. Ахир бу кимсага муваффақиятга эришиш сирларини тушунтириш учун қанча тер тўкишга тўғри келганини, баъзан шу мақсадда унинг ортидан тепки туширишга мажбур бўлганларимни бир мураббий сифатида яхши биламан-да.

Лекин энг муҳими шундаки, бу кимса мақсад сари астойдил интилди ва унга эришди. Энди у қандайдир мартабаю даражаларга эришиб, сен ҳақингда, сенинг борлигинг тўғрисида мутлақо унутиб юборган тақдирда ҳам, кунлардан бир кун телевизорми, газетами ёки Интернет орқалими сен унинг ҚАНДАЙ юксакликларни забт этганини эшитиб қоласан – ана ўшанда шунақанги роҳатланиб кетасанки, сабаби унинг муваффақиятларида сенинг ҳам ҳиссанг бор-да.

Мана шу боисдан ҳам, бугун мен қора терга ботиб, елкаларингизни силталаб сизларга ҳаракат қилиш кераклигини жон куйдириб, тушунтиряпман. Хўш, бу қандай ҳаракат, деб сўрасиз?

Масалан, дейлик, сиз бўйдоксиз! Қачон оила қуришни режалаштиряпсиз? Мавридини кутяпсизми? Қадрдон ўқувчим, иссиққина уйда, оромкурсида ялпайиб ўтирганча кутяпсизми? Айтинг-чи, қайси бири қулайроқ – сизнинг оромкурсингизми ёки автобус бекатидаги ёмғирдан ҳўл бўлган ўриндикми? Дейлик, сизнинг яккаю ягона бетакрор инсонингиз, бутун ҳаётингиз муҳаббати ҳозир автобусда келаётган бўлса-чи? Балки у айни дамда сизнинг оромкурсингиз ёнидан, яъни хонанинг у бурчагидан бу бурчагига қараб ўтиб қолиши мумкин, деб ҳисобларсиз?! Ҳеч қачон! Тушингизни сувга айтинг!

Демак, ҳаракат қилиш керак! Чунки Сиз замонавий дунёда яшаяпсиз! Туяга янтоқ керак бўлса бўйин чўзишга мажбур бўлганидек, Сиз ўзингизни оила қуришга мажбурлашингиз керак.

Бошқа мисол. Сиз ёлланма ишда ишлайсиз. Ўз молиявий аҳволингиз ўзингизни сираям қониқтирмайди. Демак, ўзингизни муваффақиятга пешвоз чиқиш учун мажбурлашингиз керак.

Худди бир латифадаги каби, икки синфдош учрашиб қолишибди – бири бой, иккинчиси камбағал экан. Бойвачча камбағалга ўз тижорати қандай гуллаётганини, қанақа давлатларга боргани, қандай ҳашаматли уй қургани ҳақида гапира бошлабди. Кейин эса «Сенинг ишларинг қалай?», – деб сўрабди. «Ёмон, беш кундан бери овқат еганим йўқ!» – дебди камбағал. «Сени қара-ю! – дебди бойвачча, – ўзингни мажбурлаб бўлсам емайсанми, ахир!»

Худди шундай, агар Сизда шу каби чала ишлар ва муаммолар бўлса, уларни бартараф этиш учун ўзингизни мажбурланг, уйланишга, турмушга чиқишга, фарзандли

бўлишга. Агар фарзандли бўлишга ўзингизни муттасил мажбурлаб борсангиз, бир куни кўкқисдан лаззатланиш ҳолатини ҳис қила бошлайсиз!

Шу ўринда бир сиёсатчи аёлнинг гапи эсимга тушди. Бу ёлғиз хоним доим муҳолифатда турарди. Унинг машҳур эътирози шундан иборат эди: «Жинсий яқинлик, яъни секс – зерикарли машғулот, мен бу ҳақда ўқиганман!»



Бахт – бу зерикарли иш, муваффақият ҳам – агар бу ҳақда чиндан ҳам фақат китобларда ўқиган бўлсангиз – улар сиз учун зерикарли иш бўлиб қолаверади.

Ҳаракат қилиш керак, ўзингизни мажбурлашингиз керак!

Ўзингизни доимий равишда мажбурлайверсангиз бунга ҳам кўникиб қоласиз.

Бир гуруҳ сайёҳлар йоғаларнинг ибодатхонасида айлашиб юришибди. Уларга сайёҳларни бошлаб юрган етакчи: – Мана, ҳурматли меҳмонлар, бизлар сизларга йоғаларнинг қандай қилиб роҳатланиш, лаззатланиш ҳолатини ҳосил қилишларини кўрсатмоқчимиз, – дебди. Бу ерда кимдир гавдасини турли хил ҳолатга солганча ўтирар, кимдир медитация билан машғул, яна кимдир эса бамайлихотир чой ичмоқда экан. Йоғалардан бири эса пойгакчасида ўтирганча, қатта болға билан аҳён-аҳёнда жинсий аъзосига уриб қолар эмиш. Сайёҳлар ундан «Ҳой жаноб, бу ишингизда қандай лаззат бўлиши мумкин?», – деб сўрашибди. «Агар мўлжалга тегсам ҳеч қандай лаззати йўқ, лекин мўлжалдан адашсам бу шундай роҳатижон лаззат бўладики!» – деб жавоб қилибди у.

Ҳурматли аёллар, сиз буни тушуна олмайсиз! Болға кўнғироқчага тегмай мўлжалдан адашгани қандай лаззат,

кандай роҳат эканини фақат эркакларгина билади! Айтгандай, азиз китобхон, юқорида келтирилган йога сизга ҳеч кимни эслатмаяптими?...

Хулоса: ўзингизни мажбурлашингиз керак! Инсон ҳар қандай кийинчиликка ҳам кўникади. Қийинчилик билан топган миллиардларингиздан ҳам лаззатлана оласиз. Ўзингизнинг ёлғизлигингиз ва зерикарли ҳаётингиздан ҳам лаззат топаяпсизку! Йў-ўқми?! Нима, мени эҳтимол аллақандай бизнес ҳақида гапиряпти, деб ўйлаётгандирсиз. Қандайдир миллиардлар ҳақида гапиряпманми? Аслида қандай қилиб оила қуриш мумкинлиги ҳақида гапиришга ваъда берган эди, бироқ энди чўпчак айтиб беряпти, деб ўйлаётгандирсиз.

Сўфийлик таълимотида инсон ҳаётининг 495 томони, қирраси бор деб ҳисобланади. Айлана стол атрофида 495 рицар ўтирар экан, уларнинг биронтаси ҳам бошқасининг ўрнини боса олмайди.

Улардан бири ақл-идрок, бошқаси – тана, учинчиси – эр-хотинлик ҳаёти, тўртинчиси – овқатланиш, бешинчиси – жинсий муносабат, олтинчиси – ота-оналик туйғулари, еттинчиси – саломатлик, саккизинчиси – уй-жой ва ҳоказолар учун масъул.

Рицарлардан бири жуда қизиқ номга эга. Унинг замонавий номланиши «бизнес». Агар рицарлардан бири йўқ бўлса, у ё касал, ёки етарлича чиниқмай қолган... У ҳолда инсонга ҳар доим ва ҳар ерда бахтдан, муҳаббатдан бебаҳралик ҳисси ҳамроҳ бўлади.

Бизнес – бу ҳаёт.

Мен учун инсонларнинг одатий ҳаёти, худди эгнига баглиқ овлайдиган тўрни ёпиниб олганча, февраль куёшидан исиниш учун ҳовлига чиқиб турган одамни эслатади. Тўрнинг ҳамма тешикларидан эса унинг барча ҳаётий қувватлари тўкилиб кетяпти. Нима учун шундай?

Чунки инсоннинг чуқур онг остида ҳали улғаймаган, ота ва онага муҳтож гўдак жойлашиб олган. Яхшигина ўрна-

шиб олган мана шу иллат, мана шу нотўқисликлар мажмуи, турли хил кўркувлар исканжасида қолган гўдак каби ўзига четдан амаки, ота-она топиб, уларнинг қаноти остига кириш истаги тарзида намоён бўлади.

Лекин бу гўдак билан бир вақтнинг ўзида ҳар биримизнинг ички дунёмизда сардор, ҳар биримизда етакчи ҳам бор-ку, зеро, менинг вазифам – сиздаги мана шу етакчини уйғотиш! Сизни бетакрор қилиш, жинсий қуввати баланд инсон қилиш... Қачонки одамнинг жинсий қуввати юқори бўлса, бу одам ҳаётда муваффақият қозонади. Карьера ва юқори жинсий қувватга эга бўлиш – моҳиятан битта нарса.



Мен жинсий қувват ҳақида гапирар эканман, Яратганнинг ҳар биримизга наслимизни давом эттириш учун бахш этган туб ҳаётий қувватни назарда тутяпман.

Жинсий қувватдан ташқари яна нимага тўхталамиз? Хотирани яхшилашга! Лекин аввал сизларни, азиз китобхон, бизнинг фахрийларимиз деворий тахтасидан ўрин олган кишилар билан таништирмоқчиман.

У ерда менинг ёрдамим билан ҳаётда муваффақиятга эришган шахсларнинг рўйхати қайд этиб кўйилган.

Мана менинг йигирма йиллик кадрдон дўстим... Биз у билан Екатеринбургда учрашиб қолганмиз. У машгулотларни бошлади ва бугунги кунда якка кураш турларидан бири бўйича биринчи рақамли спортчи. Саккизинчи дан соҳиби. Мен тўққизинчи дан соҳиби бўлган одам билан ҳам учрашганман, лекин у тўйларни олиб борувчи ўртакаш эди.

Ёки бўлмаса профессионал бокс бўйича, супероғир вазнда жаҳон чемпиони ҳам – бизнинг одам.

Тўғри, мен у билан тўғридан-тўғри ишлаганим йўқ, лекин кимлардир орқали бўлса-да унинг ғалабаларини таъминлашда иштирок этдим. Бу йигит бизнинг Тошкентдаги мураббийимизнинг қўл остида шуғулланарди. Мураббийимиз эса собиқ жаҳон чемпиони, ушбу соҳа бўйича ўша пайтларда Ўзбекистондан чиққан ягона жаҳон чемпиони.

Ўқитувчимиз у йигитнинг зарбалари устида ишлаш билан бирга унинг руҳиятини ҳам чиниктирарди. У устоз бир неча марта менга шогирди ҳақида гапириб берганди. Ҳар гал Тошкентга келганимда у менга: «Шогирдимни машқ қилдирияпман, у кўп босқичли Октава машқини бажаряпти, мен уни нафас олиш машқларига ўргатяпман», – дерди. Мен эса ўшанда бу гапларга эътибор ҳам бермагандим. Нима учун? Чунки боксчиларнинг машғулоти мени қизиқтирмасди. Лекин ўша шогирднинг супероғир вазнда жаҳон чемпиони бўлганини эшитганимда, менинг хаёлимдаги фикрлар ҳам дарров жой-жойига тушди.

Бошқа бир шогирдим мерганлик бўйича чемпион.

Спортнинг кўплаб йўналишлари бўйича бизда Олимпиада чемпионлари бор. Мана, масалан, машҳур гимнастикачи қиз. Менинг умуман хаёлимга ҳам келмаган эди. Токи телевизорда «Ким миллионер бўлишни хоҳлайди» кўрсатуви орқали қизнинг онасини кўриб қолмагунимча уни билмагандим. Фақат кўрсатувдан кейингина билиб қолдим. Биз унинг онаси билан яхши танишимиз. У бизнинг институтимизда кўп йиллардан буён ўқитувчи бўлиб ишлайди.

Россиянинг ўнта миллиардери орасидан учтаси бизнинг битирувчилар. Тўрт йил аввал Путин Россиянинг ўнта энг яхши бизнесменларини қабул қилганида, улардан олтитаси бизнинг битирувчилар эди. Бунгача эса улар машғулотларимда менинг рўпарамда ўтиришарди, мен уларнинг ҳар бирига тихирлик қилганча: «Сен нимани хоҳлайсан? Аввал ўзинг нима хоҳлаётганингни аниқлаб ол, ана ундан кейин бир-биримизнинг бошимизни қотиришни бошлаймиз», – дердим.



Азизларим! Ўзингиз нимани хоҳлаётганингизни аниқлаб олинг!

Агар нима хоҳлаётганингизни ўзингиз билмасангиз, менинг сизга қандай фойдам тегиши мумкин? Мана, мен Сизнинг олдингизда бир кутубхоначи мисол турибман. Мендаги бор маълумот кўз очиб-юмгунча сизга ўтади-қолади, устига-устак бу илмлар янада яхшироқ шаклда сизники бўлиб қолади.

Қандай қилиб соғлом бўлиш, қандай қилиб бой бўлиш, қандай қилиб бахтли бўлиш, барча орзулари амалга ошган инсон бўлиш, қандай қилиб ўзининг ожиз томонларини англаб етиш ва уларни енгиш, қандай қилиб ўзининг кучли томонини ривожлантириш... Мана шулар учун биз Сиз билан бу ерга йиғилдик. Шунчаки Сизга иккинчи ярмингизни топиб бериш учун эмас, шу билан бирга Сиздан ажойиб, бетакрор, муваффақиятли шахсни яратиш учун ҳам дийдорлашиб турибмиз.



Қанақа ишга киришишингиздан қатъи назар, бизга фақат биринчи ўрин керак!

Бизнинг муваффақиятларимиз сири нимада? Сиз нима деб ўйлайсиз? Бунга бироз изоҳ бериб ўтишга ижозат берсангиз. Минг-минглаб турли хил мактаблар мавжуд. Москвада ҳар икки ойда бир марта илғор, етакчи марказлар раҳбарларининг ассоциацияси йиғилиб туради. Йигирма беш раҳбар. Машҳур мураббийлар, замонавий тил билан айтсак – коучерлар.

Хуллас, мен ҳам уларнинг орасида борман. Уларнинг сўзларига кўра, якуний натижа, унумдорлик ва сермахсуллик бўйича менинг тизимим биринчи ўринда турар экан. Мен муваффақиятли инсонларни чархлаб, пешлайман, шу кунгача бутун бошли бир клубни чархлаб бўлдим.

Ўзим етиштирган миллионерлардан ташкил топган клубимда бир қизик ҳолатга тўкнаш келдим. Улардан ўнтадан тўққизтаси ўзларининг дастлабки миллион долларини албатта йўқотади. Бир миллионча ишлаб топишади – бойликдан ажралганча шалоп этиб чалқанчасига қўлмакка кулаб тушади. Кейин эса ҳаммаси бошидан бошланади.

Ўз вақтида деярли ҳаммада шундай бўлган. Нима учун? Чунки уларнинг онгида катта бойликка тайёр эмаслик ҳисси ўрнашиб қолган. Қачонки кўрқувлар ўтиб кетиб, тайёр бўлиш ҳолати шакллангач, уларда кейинги босқич бошланади.

Айтгандай, Сизни эса ҳали ўз хусусий ишингизни бошлашга кўндиришим керак. Узоқ эзмаланиб, минг бир азобда Сизни бой ва бахтли бўлишга рози қилишим керак! Сиз эса бунга димоғдорлик билан қаршилик қиласиз, чунки маразм дегани – яъни маънавий тушқунлик сизнинг миянгизнинг туб-тубига сингиб кетган-да. Бу ёлланма ишда ишлайдиганларнинг орасида жуда кенг тарқалган касаллик. Бундайлар қулоғигача ботқоққа ботиб ўтирар экан, ўзича ҳолвани ҳолвадан яхши фарқлай оляпман-ку, деб ўйлайди!

Қадрли китобхон, бу Сизга қаттиқ тегиб кетдими? Демак, гап аниқ сиз ҳақингизда! Агар кулаётган бўлсангиз-чи? У ҳолда ҳам гап сиз ҳақингизда экан. Биз қачон куламыз, қачонки шу вазиятда ўзимизни таниб қолсак. Бундан олдин нима ҳақда гапираётган эдик? Ёдингиздан кўтарилдими?

Демак, сизга эслатиб ўтаман, менинг фаромушхотирларим, Сизга таълим бериш технологияси ҳақида гапираётган эдим.



Шу лаҳзадан бошлаб мен Сиз билан максимал даражада ишлай бошлайман. Нима ҳақида гапиришимиздан, қайси мавзунини танлашимиздан қатъи назар, менинг биринчи галдаги асосий вазифам бу – маълумотларнинг Сизнинг хотирангизда муҳрланиб қолишига эришиш!

Тезкор таълим бериш тизими нима учун керак? Сизнинг маълумотларни эслаб қолиш ҳудудингиздаги моғор босган интеллектингизни четлаб ўтиш учун. Ҳаммамиз ҳам қисқа муддатли ва узоқ муддатли хотирага эгамиз.

Узоқ муддатли хотира инсонда жинсий ривожланиш ёшига қадар устунлик қилиб туради. Жинсий етилиш пайтидан бошлаб эса жуда кўплаб янги таассуротлар, залворли маълумотлар ўтадиган дарвозанинг ёпилиши бошланади – уларнинг барчаси интеллект иши учун пойдевор бўлиб хизмат қилган.

Жинсий етилиш давридан кейин инсоннинг яна таълим олишни давом эттириши табиат томонидан кўзда тутилган эмас. Шу даврдан кейинги таълим олишни давом эттиришининг ҳаммаси – бу охириги 300 йил ичида одамлар томонидан ўйлаб топилган. Демак, биз энди табиат қонунини четлаб ўтишимиз керак бўлади.



Тезкор таълим бериш усули ушбу ҳолатни инобатга олади, яъни бунда узоқ муддатли хотира дарвозаси қандайдир лаҳзага очилади ва шу заҳоти шартта ёпилади.

Сиз ушбу дарвозани пешонангизни қашқа қилиш ҳисобига очишингиз керак. Бутун китоб мобайнида ҳар тўрт-беш дақиқада мен сизнинг кайфиятингизни сунъий равишда ўзгартириб тураман. Бунинг натижасида Сизнинг бир қатор аслаҳаларингиз пайдо бўлди ва сиз улардан автоматик тарзда фойдалана оласиз. Дарвозаларни очиқ қолдириш учун ҳамма нарсадан: шу пайтгача эшитмаган бемаъни ҳазиллардан ҳам, ҳижолатга туширувчи сўзлардан ҳам фойдаланамиз. Хоҳ бизнес бўлсин, бошқа жинс вакили билан танишувми, соғликни тиклашми ва бошқа яхши ишларми, хоҳлаганингизни танлашингиз мумкин.

Биринчи. Балоғат ёшидан ўтганингизга анча бўлганини ҳисобга оладиган бўлсак, бу пайтда одатда маълумотлар қисқа муддатли хотира ҳудудига келиб тушади. Дейлик, бу китобни тўрт-беш дақиқадан бери ўқияпсиз, сизнинг онгингиз хотиржам бўла бошлади. Уч кундан буён кийиб юрган пайпоғингизнинг ҳиди ҳам асабингизга тегмай қўйди...

Мен бу ёқимли ҳиддан қандай фойдаланганимни сездингизми? Сиз уни эсладингиз ва онгингизнинг қабул қилиш дарвозаси қисқа муддатга очилди! Мабодо Сиз қўланса пайпоқларни коллекция қилувчи ахлоқсиз бўлсангиз, мен кутилмаганда бошқа бир жирканч жумла ёки беъмани латифани айтиб беришим ҳам мумкин. Айтгандай, азиз китобхон, маданиятли одам ҳеч қачон «бор, йўқол ўша... жойга» демайди, у «кўряпман, сиз ҳали узоқларга борасиз!» дейди.

Лекин, мен албатта, сизларга бунақа демайман. Нима учун? Чунки сиз шундоқ ҳам аллақачон ўша ердасиз. Қандай бўлмасин у ердан чиқиб олиш керак! Нега менга ўқрайиб турибсиз? Қўлга тушдингизми? Менинг илмий услубим шунақа.

Айни дамда мен беодоблик шаклини қўлладим. Бу ҳам таълим усулларида бири. Одатда ўқувчилар ўқитувчининг маърузасини қачон тинглашни бошлайди, қачонки ўқитувчи адашиб кетса, хато қилса. Бошқа пайт улар ўзларининг ишлари билан банд бўлишади.

Мен китобда атайлаб баъзи нарсаларни бир неча бор такрорлашим мумкин. Гоҳ у томондан ёндашаман, гоҳ бу томондан. Токи бу нарса сизнинг онгингизга икки карра икки тўрт сингари ўрнашиб қолмагунча. Ҳатто бунинг учун мендан жаҳлингиз чиқса ҳам.

Мабодо китоб ўқишни бошлагандан бери кулаётган бўлсангиз-чи? Узоқ хурсандчилик қилиш ҳам ярамайди. Агар хурсандчилик аломатлари юзингизда беш дақиқадан кўпроқ вақт ушланиб қолган бўлса, мен сизнинг кайфиятингизни ўзгартираман. Буни қандай қилиш мумкинлигини жуда яхши биламан. Сиз албатта қармоққа илинасиз. Токи устига мағзава ағдарилгандек дарғазаб бўлиб, Норбеков деганининг уриб оёғини синдириш керак, жуда бўлмаса бошини ёриш керак, деб тургунингизча, бу пайтда мен тўғри кийиниш ёки соғлом овқатланиш ҳақидаги маълумотни миёнгизга жойлаб қўяман. Тушунаяпсизми? Яъни билимларни ҳиссиётлар билан бирга боғлаб узатиш натижасида улар узоқ хотирага келиб тушади.



Ҳозирок келишиб олайлик, менга тезкор таълим бериш услубларидан максимал даражада фойдаланишим учун рухсат берасизлар! Бу албатта, ўзингизнинг фойдангиз учун!

Иккинчи. Мен битта мавзуни бошлаганимда, уни тугатишга ҳаққим йўқ, бошқа мавзуга сакраб ўтаман, у ердан учинчи, тўртинчи, бешинчи мавзуга. Энг самаралиси – бу битта машғулотда йигирма бешта мавзуни баравар олиб бориш.

Лекин бу нарса мен учун охириги пайтларда жуда оғирлик қиляпти. Бирваракай йигирма беш мавзуни олиб бориш

учун бўлган охирги уринишимда, эгнимда ҳўл бўлмаган кийимнинг ўзи қолмади. Шунчалик терлаб кетганимдан, сиз ўйлаган нарсадан эмас! Яъни мен бирданига кўплаб мавзуни бошлайман ва Сизда, менинг мухтарам биороботим, қисқа туташув ҳолати юз беради, чунки бошланган биронга мавзу ҳам мантиқан тугалланмайди-да!

Жинсий етилиш давридан кейин мантиқан бошланган, мантиқан давом эттирилган ва мантиқан тугалланган маълумотлар қисқа муддатли хотирага тушадиган тайёр маҳсулот сифатида қабул қилинади. Ишлов берилишида онгингиз иштирок этмаган, мия бурмаларининг зўриқишига сабаб бўлмаган ҳар қандай маълумот эса аста-секин изсиз йўқолиб кетади.

Биз ўз вақтида лаборатория шароитида инсоннинг ўзлаштира олиш қобилиятини тадқиқ қилгандик. Бизда иккита гуруҳ бор эди – тажриба остидаги гуруҳ ва назоратдаги гуруҳ. Назоратдаги гуруҳда ўзлаштириш оддий усулда амалга оширилган эди.

Тажриба остидаги гуруҳ учун лаборатория бошдан-оёқ аппаратура билан жиҳозланганди. Ҳаттоки ўтирадиган стулларга ҳам ўн-ўн бешга яқин турли-туман огоҳлантириш қурилмалари – датчиклар ўрнатилган. Биз тажрибага жалб этилганларнинг ташқи асаббузарликларга нисбатан ҳар бир реакциясини турли таҳлиллардан ўтказардик. Шундай экан, бу тизимнинг асосида инсон психикаси билан боғлиқ кўп йиллик тадқиқотлар ётибди.

Кайфиятингиз қандай? Меъёрга келиб қолдими? Беш дақиқа тугай деб қолди, демак мен яна нимадир ўйлаб топшим керак. Хўш, сиз бугун жинсий мулоқот билан шуғулландингизми?

Кўряпсизми, сиз зерикиш, паришонхотирлик ҳолатидан бир зумда чиқиб олдингиз. Энди йўл-йўлакай хаёлий фантазияларингизга яхши муомала борасидаги маълумотларни ҳам кўшиб юбориш мумкин. Ва кейинги гал жинсий алоқа

билан машғул бўлган пайтингизда, санчқини қайси қўлда ушлаш керак эди, деб эслашга уриниб кўринг. Менинг азиз сўққабашгинам...

Чалғиб кетманг, давом этамиз.



Йиллар ўтган сайин ёши улуг одамларнинг хатти-ҳаракатидаги бир хилликда қолиб кетиш хавфи ривожланиб боради, қабул қилишларида эса ич қотиш ҳолати юз берган бўлади. Улар шунингдек, теваарак-атрофдагиларнинг қандай ўтириб, қандай юриши кераклиги борасида ҳам аниқ ва қатъий нуқтаи назарга эга бўлишади.

Мана масалан, агар мен қўлимда торт билан, оёқяланг, иштончан ҳолатда сизникига кириб келсам, сиз менга “бу эсини еб қўйганми” – деган хаёл билан анқайиб қоласиз. Жинсий етуклик давридан кейин ҳар биримизнинг онгимизда дунёнинг тузилиши ва ундаги одамларнинг қандай ҳаракат қилиши борасида метиндек мустаҳкам нуқтаи назар ўрнашиб қолади. Агар бу хатти-ҳаракатлар қолипига бирор одам тўғри келмай қолса, бизда шу заҳотиёқ унга нисбатан хаёлан уни йўқ қилиб ташлаш истагига ўтиб борадиган жирканиш ҳисси юзага келади. Бу одам айнан “мен қандай кўришни хоҳласам шундай эмаслиги” борасидаги фикрларнинг пайдо бўлиш даври – миждов чол ёки интеллектуал маразм даври деб аталади.

Ва шу заҳоти калима қайтариб, «Астағфуруллоҳ! Астағфуруллоҳ! Астағфуруллоҳ!» деб қўйиш керак.

Табассум қилинг, азизим, қоматингизни ростланг! Ҳаёт жуда ажойиб нарса-да! Кўзингизда ғилайлик борми? Йўкми? Унда нега менга китоб устидан олайиб кўйяпсиз?

Учинчи. Мана мен оддий ҳаётда сўқиниш сўзларини умуман ишлатмайман. Уларни ёқтирмайман. Лекин ишда бу қудратли ва муҳим қурол. Биз «Омад устахонаси» курсларининг биринчи кунги машғулотларида беъмани латифаларни айтиб берамиз. Нима учун: Бу сизлар билан менинг ўртамиздаги масофани яқинлаштиради. Бизларнинг ўртамиздаги субординация девор бўлиб туради. Мен ўзимни академик қилиб кўрсатаман. Сиз ўзингизни берилиб ўқиётган қилиб кўрсатасиз. Мен ўзимни бу худди Сизга керакдек тутаман. Сиз эса бу худди Сизга қизиқдек кўрсатасиз. Бу сохталикни бартараф этиш, мулоқотимизнинг максимал фойдали бўлиши учун ҳам мен мана шу хилдаги бироз кўпол, бироз бачкана ибораларни қўлламан.

Бир денгизчи уч йиллик денгиз сайёҳатидан кейин жуда эҳтироси тошиб қайтибди. Уларнинг кемаси портга сузиб кириб келар экан, денгизчи ўзича ўйлабди: «Ҳозир қирғоққа тушаманда, биринчи дуч келган билан айшу ишрат қиламан».

Ва шу пайт унинг рўпарасидан бўғирсоқ чиқиб қолибди. Денгизчи қувонганча дебди: «ҳозир сени...!». Бўғирсоқ унга: «Менда бунинг имкони йўк», дебди. Денгизчи эса ховлиққанча бўғирсоқнинг у ёғини, бу ёғини гир-гир айлантларар экан, шоша-пиша бақира бошлабди: «Бу овоз қаердан чиқди? Бу овоз қаердан чиқди!»



Менинг вазифам доимий равишда
Сизни мувозанат ҳолатидан чиқариб
туриш!

Сизни, кадрли ва муҳтарам ялқовгинам, хафа қилиш ёки ҳақорат қилиш менинг хаёлимда ҳам йўк. Мени худди ўзингизнинг калбош эгизагингиз сифатида қабул қилинг. Мен атайлаб Сизнинг жиғингизга тегишга ҳаракат қиламан. Сиз эса «Ҳаҳ сеними, ярамас! Мен ҳозир сенинг таъзирингни бераман!» деб қоласиз.

Сизни кўлингизда гишг кўтарган ҳолда ортимдан югураётганингизни кўрган заҳотим, Сиз учун керакли бўлган йўналишда қочиб қоламан. Қайси тарафга? Сизнинг тахтиравонингиз турган тарафга-да. Тахтнинг оргига бекиниб оламан-да бундай дейман: «Мана сенинг тахтинг. Мавр ўз вазифасини адо этди!»

Кадрли китобхон, эҳтимол Сиз, бу яна қанақа тахт бўлди, дерсиз? Сиз буни эпломмайсиз, уни билмайсиз... умуман бошдан-оёқ омадсиз рўдапонинг ўзисиз-да? Шундайми?

Микро ва макродунё қонунлари бир хил. Худо томондан улар битта зуваладан ясалган. Қайсидир соҳада Сиз ўзингизни яхшироқ ҳис қиласиз, тушунасиз ва ижобий натижаларга эришасиз. Ўзингизга нисбатан ишончингиз бўлмаган ишда, бу борада менинг тажрибамнинг сариқ чақалик қиммати йўк, деб ўйлайсиз. Аслида эса Сиз бор-йўғи ўз-ўзингизни яхши билмайсиз, холос.

Йўк жойдан ўзингизга муаммо яратасиз, кейин унга ўзингиз ҳам ишона бошлайсиз. Мутлақ даражада ҳамма нарсани билиш шарт эмас, ҳамма нарсани бу дунёда ҳеч ким билмайди. Ҳаётнинг бир нечта жабҳаларида ўзингизни бошқалардан кўра яхшироқ уддалаётганингизни кўришнинг ўзи кифоя.



Демак, бу бўлимда Сиз устозга эгасиз.
Худди шу бўлимдаги ўзингизнинг
нуқтаи назарингизни ва тажрибангизни
бошқа бўлимга кўчиришингиз ва у
ерда ҳам ажойиб натижаларга эга
бўлишингиз мумкин!

Илтимос, жимжилоғингизни қулоғингизга тикинг. Уялманг, тикаверинг. Қулоғингизнинг ичини роҳатланиб қашиб қўйинг-чи. Қашладингизми? Қаерда лаззатни ҳис қилдингиз? Бармоғингиздами ёки қулоғингиздами? Мана ҳозир биз «Эркак ва аёл ўртасидаги жинсий муносабатдаги тафовут ва ҳаётда кўпроқ кимнинг омади келди» мавзuida-ги сексология фанига экспресс-курс уюштирдик.

Бахтиёрлик ҳолатининг, қониққанлик ҳолатининг ижтимоий мақомга ҳам, моддий бойликка ҳам, маълумотлиликка ва бошқасига ҳам ҳеч қандай алоқаси йўқ. Демак, бахтни четдан қидиришга ҳам ҳожат йўқ.

Агар Сиз қўни-қўшнилари ёки ўзингиз билан битта шаҳарда яшовчи ҳамшаҳарларингиз билан ким ўзарга мусобақалашаётган бўлсангиз, у ҳолда ҳаётингизнинг бебаҳо вақтини шамолга совурган бўласиз. Биз атрофимиздаги одамлардан нима яхшию нима ёмон, нима энг бебаҳою нимадан киши ўзини олиб қочиши кераклиги ва бошқа-бошқа маълумотларни оламиз.

Ва биз бу маълумотларни босма қоғоз сингари ўзимизга шимиб олар эканмиз, шу муҳитда, шу маълумотлар гирдобада ҳаётнинг мазмунини топишга, камолотга эришишга уринамиз. Ўз вақтида сон-саноксиз одамлар миллатчилигининг ғояларига ишонган ва «Ҳайл, Гитлер!» деб турган бир пайтда бошқа оломондагилар «Сталин учун!» дея бақираётган эдилар.

Бугун бу ҳайқириқларни эшитсак, у бизга қандай таъсир қилган бўларди? Улар эса кўр-кўрона ишонган эдилар. Четдан тикиштирилган бу маълумот учун одамлар ўлимга ҳам тайёр эдилар. Сиз нималар учун ўлимга ҳам тайёрсиз? Ниманинг эвазига ҳатто ўлдиришга ҳам тайёрсиз? Қандайдир эркак учун, қандайдир аёл учун, қандайдир мансаб учун, қандайдир пуллар учунми?

Марҳамат қилиб ўйлаб кўринг-чи, ўзингизда бошқалар томонидан тикиштирилган қандай қадриятлар бор. Газе-

та орқали, телевизор орқали, бевосита шахсий мулоқотлар орқали одамлар доимий равишда зомбиллаштирилади.

Сўнгра эса ўзингиздаги ҳақиқий, асл қадриятларни топишга урининг. Ўз қалбингиз билан чин дилдан гаплашиб кўринг. Бу ҳаётда пул учун эмас, шухрат учун эмас, қўни-қўшнилари-нинг эътирофи учун эмас, ўзингиз ҳақиқатан, росманасига нимани истаган, нималар қилишни хоҳлаган бўлардингиз? Нима сизни том маънода бахтиёр қилган бўларди?

Машғулотларда мен доимо берадиган анъанавий савол: Нима учун бутун бошли бир пода кичкина бир болага бўйсунди? Қолбуки, ундаги ҳар бир буқа боладан юз баравар бақувватроқ. Оёқ-қўллари қилтириқ болақайни истаган буқанинг шохи тилка-пора қилиб юбориши мумкин.

Нима учун бутун бошли пода бу болани худди кучли сардор ёки хўжайиндек қабул қилади. Чунки болада интеллект бор! Атрофимизда эса фикр юритишни, ўйлашни, ҳис қилишни, сезишни истамайдиганлар тўлиб ётибди.

Чунки роҳат келтирувчи қулай, енгил йўл бор – ҳамма нима қилаётган бўлса, сен ҳам шуни бажар, ҳамма такрорлагани сен ҳам такрорла. Ушбу танлов тўда қонуни бўйича. Ва инсоннинг ҳаёти ҳам тўданики сингари бўлиб бораверади. Мана сизга бир мисол, қадрли китобхон.

Бир миллатнинг ҳазилга мойиллик томони бошқа миллатникидан фарқ қилади. Америкаликларнинг ҳазилини яхши тушунасизми? Мана, масалан, қайсидир фильмда биттаси бошқасига шундай латифа айтиб беради: Оксуяклар хонадонидagi қоратанли хизматкор, бой кишининг кичкинагина боласини болалар аравачасида сайрга олиб чиқаётганди. Хонадон бекаси унга: – Жек, ташқарида кучли шамол эсяпти, боланинг қалпоғини бостириб қўй! – дебди.

Жек эса: – Хоним бунга ҳожат йўқ – дермиш.

– Айтганимни қил, дедим Жек.

– Хавотир олманг, болангизнинг қалпоғини бошига михлаб қўйганман, у шамолда учиб кетмайди! – дебди Жек.

Бунинг нимаси кулгили? Боланинг бошига мих қоқиш. Бу қайғули-ку. Лекин америкаликлар кулишади, хурсанд бўлиб кетишади. Нима учун? Чунки улар шунчалик зомбилашганки, иккита тутуриқсиз маълумотни қўшган пайтда улар албатта кулишлари керак.



Машғулотларимиз давомида биз сиз билан ҳаётнинг учта асосий таянчини ўрганамиз. Бу танамизнинг худуди, ақл-идрок худуди, қалбнинг худуди. Юқоридаги кадр-қимматлар бирлашиб «Руҳият» деб номланувчи кучни ярагади.

Демак, танага алоқаси бўлган нима бўлса ҳаммасини – дам олишми, ҳаракат, соғлик, озикланишми, нимаики инсонни мустаҳкам қилса, куч берса, фаоллаштира – шуларни биз сиз билан белгилаб оламиз. Бу сизнинг мустақил ишлайдиган худудингиз.

Яъни сиз ҳар бир қисмни ўзингизни кучайтириш учун, ўзингизни фаоллаштириш, максимал даражада ҳаётга мослашган бўлишингиз учун ўзлаштириб оласиз. Биз тана устида қандай ишлаш кераклигини, қандай қилиб қўшимча вақт ишлаб чиқаришни ўрганиб оламиз.

Бир нарсага эътиборингизни қаратинг. Ҳаммамиз ҳам бир суткада 24 соатга эгамиз. Лекин баъзи бир ўзига хос инсонлар борки, уларнинг бир суткаси ўзининг маҳсулдорлиги бўйича бир неча ҳафтага тенг келади. Баъзи бир одамлар борки, уларнинг 24 соати маҳсулдорлиги бўйича бор-йўғи бир неча дақиқадан иборат, холос.

Демак, суткадан қўшимча вақт ҳосил қилишни ўрганамиз ва Сиз бу вақтларни ўзингизга, оилангизга, ўз устин-

гизда ишлашга, бизнесга ҳамда бошқа нарсаларга бағишлай оласиз. Демак, биз Сиз билан дам олиш шаклини, овқатланиш шаклини, уйқу шаклини, фаоллик шаклини ўрганишимиз керак. Зеро, буларнинг ҳаммаси тананинг худуди.

Ақл-идрок худуди. Ўзингизнинг ҳақиқатингиз ва ёлғонингиз учун, ўзингизча гўзаллик тимсоли деб ҳисоблаган нарсангиз учун, қайси хид ёқимли, қайси бири ёқимсизлиги борасидаги билимингиз учун, қалбингиздаги хотиржамликни сақлаб қолиш учун истаган одамни тилка-пора қилиб ташлашга ёки шоҳсупага кўтариб қўйишга тайёрсиз.

Аслида эса теварак-атрофдагиларнинг ишини кўр-кўрона такрорлаётган, уларга тақлид қилаётган инсон, ўйлама-са, фикр юритмаса жуда камдан-кам ҳоллардагина муваффақиятга эриша олиши ва бахтли бўлиши мумкин.

Мурвати бураб ишлатиладиган қўғирчоқнинг шаҳарнинг бир қисмидан бошқа қисмига етиб бориш имконияти қай даражада бўлиши мумкин, айниқса у бирор мўлжалдаги манзилга етиб бориши зарур ва шарт бўлса. Мурватли қўғирчоқ дуч келган томонга қадам ташлайди – унинг бошида бирор тумангача, уйгача ёки аниқ бир одамнинг олди-гача етиб олиш ҳақида ҳеч қандай фикр йўқ.

Қачонки, биз сиз билан фикр юритиб ўтирмасдан, одамларга тақлид қилар эканмиз, чунки бу жуда қулай, Сизнинг кимдир бўлиш ҳақидаги орзуингизнинг амалга ошиш имконияти мурватли қўғирчоқнинг шаҳарнинг бир бурчагидан бошқа қисмига етиб олиш имконияти даражасида бўлиб қолаверади. Яна шу саволга қайтамиз: Нима учун бутун бошли подани кичкина бир бола бошқара олади?

Интеллект! Интеллект фикр-мушоҳада юритиш орқали, онгимизнинг қўзғалмас бўлиб туюлган қисмларини кўриб чиқиш орқали бошқаларникидан кўра кучлироқ бўлиб боради.

Масалан, кўпинча мен эркаклар назари билан баъзи аёлларга қараганда шуни биламанки, бу аёлнинг феъл-атвори

шундай бўладиган бўлса, эркак сифатида у билан бир кун ҳам яшай олмаган бўлардим. Чунки менинг олдимда ярим эркак, ярим аёл турибди. Мен эса тўлақонли табиий одамман, ҳеч нарсанинг ярмига рози бўлмайман.

Кучли аёллар билан мулоқот чоғи «Нима учун турмушга чиқмагансиз?» деб сўраб қолсангиз, улар «Эркаклар йўқку!» деб жавоб беришади. Бекорларни айтибсиз, бу ғирт ёлғон! Шунчаки уларга тушунтириш керак – «Эркаклар йўқ эмас, уларга ўхшаган аёлга уйланишга рози бўладиган аҳмоқсизлар йўқ, холос». Улар феъл-атвори бўйича ногирон. Улардаги бу ногиронлик хатти-ҳаракати аслида ўрناق тариқасида атрофдаги одамлардан олинган. Онг остида чуқур ўрнашиб олган бу хил маълумот эса хатти-ҳаракатимизнинг автоматиклигини таъминлайди, сиз ҳатто фикр юритишга уриниб ҳам кўрмайсиз. Шунга биноан биз гоҳ қувонамиз, гоҳ қайғураамиз, гоҳ ғазабланамиз. Ва бу дастурларни амалга оширишга бутун ҳаётимизни ҳам сарфлашимиз мумкин.

Айни мана шу ерда биз сиз билан тартиб ўрнатишимиз керак. Мана шу мақсадда биз сиз билан мазкур мавзуда суҳбатлашяпмиз. Зеро, инсон тақдирига асос бўлиб турган муқаддас ва табаррук пойдевордир.

Мана сиз спортчиларга хос чиройли қадди-қомат эгаси бўлишни хоҳлайсиз-ку, тўғрими? Демак, Сиз ўзингизнинг қадди-қоматимиздан норозисиз.

Спортзалга боришингиз учун сизга нима халақит беришти? Ёки уйда шуғулланишни бошлашингиз учун қандай тўсиқ бор? Сиз албатта, ҳозир у халақит беради, бу халақит беради, у йўқ, бу йўқ деб жавоб берасиз. Умуман, агар мена у бўлса, бу бўлса, яна мана бу бўлса эди, ана ўшанда мен, эҳ-е-е!

Лекин ҳозир қорин мешдек, оёқлар ғилдирак мисол. Аслида эса Сиз ўз истагингизга қандай эришиш мумкин эканлигини яхши биласиз. Биласиз, лекин англаб етмайсиз. Чунки шундай яшаш сиз учун қулайроқ.



Онги ости пойдеворида хатти-ҳаракатларимизнинг асоси, феъл-атворимизнинг асоси, бутун ҳаётимизнинг асоси жойлашган! Токи биз у ерга кириб бормас эканмиз, токи биз у ерда тартиб ўрнатмас эканмиз, Сизнинг ҳаётингизни яхшилаш учун четдан бўлган ҳар қандай уринишнинг имкониятлари жуда чекланган бўлиб қолаверади.

Мисол тариқасида мен сизга кичкина бир воқеани гапириб бермоқчиман. Бир неча йил аввал биз Москва олий ўқув даргоҳларидан бирига ташриф буюриб, талабалар олдида чиқишлар қилдик. Учрашув охирида эса биз ўқув муассасасига молиявий грант таклиф қилдик. Айниқса, яхши ўқийдиган талабаларга. Ҳар бирига йилига 50 000 евро таклиф қилдик. Грант бу «текин» дегани. Яхши ўқиши учун биз уларга совға беришга тайёр эдик. Шу тариқа биз энг яхши талабаларни саралаб олмоқчи эдик. Энг ташаббускорларини, энг довуракларини, энг зеҳни ўткирларини. Сизга кимдир 50 000 евро таклиф қилса, сиз йўқ деган бўлармидингиз? Шубҳасиз, Сиз иккала қўлингизни ҳам чўзиб: «Албатта, бер!» – дердингиз. Биз уларга: «Яхши, биз берамиз. Бир ойдан кейин сиз билан учрашамиз ва пулни сизга топшираамиз», – дедик. Ва ҳар гал қайта учрашувга биринчи учрашувга келганларнинг бор-йўғи 10 фоизи келарди. Қолганлари қаёққа ғойиб бўлди? Ҳолбуки, уларга ҳеч нима қилишнинг ҳам кераги йўқ эди, шунчаки 30 кундан кейин пулни олиш учун келишлари керак эди, холос. Нима деб ўйлайсиз, азиз китобхон?

Бир ой мобайнида биз бу талабгордаги кучли ва ожиз томонларининг ўзаро курашишига қўйиб бердик. Инсон доим фаолиятсизликка, сустликка интилади! Тўғрими? Ҳа деяпсизми? Эҳ-ҳе, ана холос, биз ҳозир талабалар ҳақида эмас, Сиз ҳақингизда гапиряпмиз!



Инсон доим ҳеч нима қилмасликка, мутлақ фаолиятсизликка, абадий хотиржамликка интилади. Бу ялқовликнинг ички ишонч шаклига кирган кўринишларидан бири.

Ким: «Мен ялқовман, мен ҳеч нима қилишни хоҳламайман!» – деб айта олади. Бу ўта ҳаққонийлик бўларди. Фикримга қўшилмасизми? Ҳаққонийлик – бу кучли инсонларнинг ҳудуди, ялқовлик – бу ожизлик. Ожизлик эса ҳар доим ёлғончилик, ўз-ўзини алдаш ҳисобига мувозанатланади. Сиз ўзингизни ўзингиз алдайсизми?

Алдаш ҳам, ёлғон ҳам, ожизлик ҳам куч шаклига эга бўлади. Кучнинг ташқи кўриниши: «Мен бунга ишонаман, маълумотнинг бошқа кўринишлари мени қизиқтирмайди!» «Менинг фикрим шундай ва бошқасининг менга кераги йўқ!», «Мен ҳақман, қолган бошқалар – ноҳақ!»

Аслида эса бу нима учун юз беради, чунки ожиз инсонларда доим бир хил ҳолат – одам жисмонан тирик, лекин ижодкор сифатида ўлган бўлади. Ҳаёт дарёси қаёққа қараб оқса шу оқим бўйлаб сузиб кетяпти-ю, бошқа нарсаларни эса сезмайди ҳам. Русларнинг мақолида «Ахлат чўкмайди» дейилган-ку.

Инсон узоқ вақт оқим бўйлаб сузиб кетаверса, у энди ҳаёт дарёсига шўнғимай қўяди. Бекорга «Сувнинг юзида фақат кўпик ва ахлат қолади, холос» дейилмайди-да ахир. Чунки улар жуда енгил.

Нима учун сизларнинг пўстагингизни қоқётганимни тушунмаётганингиздан хабарим бор. Шунчаки мен буни амалиётдан биламан – аввал бошданок кучли бўлган, даҳо бўлган инсон мавжуд эмас. Омад ҳақидаги гапларни аслида ялқов одамлар ўйлаб топишган. Зеро, ҳар бир одам даҳо, ҳар бир одам кучли!

Шунчаки энг осони – бу фикр юритиб ўтирмаслик, энг енгил йўл – бошқалар нима қилса, шуни такрорлаш ва такрорловчиларнинг ичида энг яхшиси бўлишга интилиш. Энг машаққатли йўл – бу мутафаккирлик йўли, фикр юритувчининг йўлидир. Айнан мутафаккир инсонлар бу дунёдаги бирча нарсани яратишади!

Битта одам мобил телефонини яратди, ундан эса ҳамма фойдаланяпти. Бошқаси, кичкина дискетага сиғадиган бўлиши учун, бор-йўғи 720 килобайт ҳажмли кичкина дастур яратди. Бугунги кундаги гигабайтлар, терабайтлар билан солиштирганда у микроскопик ҳажмга эга.

Ва уни «Дераза», яъни инглизча «Windows» деб номлади. У ўзигача қилинган ишларни такрорлашни хоҳламади. Ўзгалар ҳаётини такрорловчиларнинг ичида энг яхшиси бўлишни истамади. У ўзининг йўлидан борди.

Йигирма йилча аввал мен бир инсон билан шахсан мулоқотда бўлганман. У ишидан бўш вақтларида янги ускуналарни ихтиро қилиш билан шуғулланган учта олимдан бири эди. Уларни эса лабораториядан чиқариб юбориб, институтдан ҳайдашган, ишлашга қўйишмаган.

Илмий кенгаш бир неча марта махсус йиғилиш ўтказиб, «Агар сиз бу тарзда сеҳргарлик билан, сохта илм билан шуғулланадиган бўлсангиз, сизларни нафақат ишдан бўшатамиз, балки давлатга тегишли техникани шахсий манфаатингиз йўлида ишлатганингиз учун жиноий жавобгарликка ҳам тортиласизлар!», деб бу учаласини огоҳлантиришган эди.

Лекин улар барибир, ўзларининг асбобларини яратишган. Улар яратган асбобнинг номи «лазер» деб аталади. Кейинчалик уларга: «Табиатда лазер мавжуд эмас, бутун илм аҳли табиатда нурларнинг сочилиб кетишини билади. Социлиб кетмайдиган нур манбасини ихтиро қилишга сизларни нима илҳомлантирди?» деб савол беришди.

Буни қарангки, уларни бу ишга Алексей Толстойнинг «Инженер Гариннинг гиперболоиди» китоби илҳомлантирган экан. Фантастик роман!

Эътибор беринг – шунчаки оддий адабиётчи нималарнидир ўйлаб топиб, фантастик китоб ёзган, учта тентак эса буни амалга оширган. Бутун илм аҳли эса ўз вақтида уларни телбага чиқаришганди.

На сизнинг катта одам бўлиб қолганингизнинг, ва на бизларнинг илмий даражамиз борлигининг ҳар биримизда мутафаккир мавжуд бўлишига ҳеч қандай алоқаси йўқ. Мутафаккир, фикр юритувчи бу шундай инсонки – у теваарак-атрофдаги ҳар бир ноёбликда ўзига устозни кўради, атрофда содир бўлаётган ҳодисалар ҳар лаҳза унда муайян савол пайдо қилади.



Теварак-атрофдаги ҳамма нарса куч беради, теваарак-атрофдаги ҳамма нарса ёқимли ожизликни, кучсизликни таклиф қилади. Танлаш ихтиёри эса ўз кўлингизда!

Мана нима учун мен курсларда тингловчиларга ўз устозларига мурожаат қилишларини, улардан сабоқ олишларини қайта-қайта такрорлайман. Қайси устозларга дейсизми? Мен ҳозир Сизларга устозларингизнинг манзилини, исмларини, фамилияларини бирма-бир айтиб ўтаман.

Биринчи устоз. Сиз таълим олишингиз, ипидан игнаси-гача ўрганишингиз шарт бўлган биринчи устозингиз – миллийлик, миллий анъаналар деб номланади. Сизнинг миллатингиз шундай улкан куч, шундай асосга эгаки, уни амалда қўллаш орқали Сиз жуда кўп куч ва вақтингизни тежашга эришасиз.

Сиз нималарга қаршилиқ қилишингиз ва уларнинг уйингизга кириб келишига йўл қўймаслигингиз керак? Шаҳарликларнинг маданияти, уларнинг нуқтаи назари, кадриятларини. Шаҳар – миллийлик танасидаги бедаво яра. Ер юзидаги бирорта шаҳар ҳали ўзини ўзи яратган эмас.

Шаҳар зинҳор-базинҳор ўзини ўзи тўлдирмайди, унга мунтазам равишда янги қон қуйиб туриш керак бўлади. Бу инсониятнинг миллий-маданий кушхонаси. Шаҳар цивилизациясининг мавжудлиги реанимация хонасида жон бераётган тана ҳолати билан мутлақо бир хил.

Баъзида кимларнингдир «Мен шаҳарликман!» деб мағрурланганини эшитсанг: «Ё тавба, латифада ифодаланган мағрурланишга топган нарсасини қаранг!» деб ўйлаиб қоласан. Бу худди қуйидаги ҳолатга ўхшайди: «Яхши қиз, яхши қиз, бир дақиқага мумкинми?» «Мен яхши эмасман, қиз ҳам эмасман!» «Вой аҳмоғ-ей! Мағрурланишга топган нарсасини қаранг!»

Агар Сиз шаҳарлик бўлсангиз, демак, бу касаллик нафақат Сизни балки, айти пайтда Сиз билан бирга Сизнинг оила аъзоларингизнинг ҳам, ботиний дунёсидаги ҳаёт қувончини ҳам ичдан емиряпти.

Ҳаётдан қувониш ҳиссини туйиш учун ўзингизнинг миллийлигингизга мурожаат қилинг, ўз миллий анъаналарингизни ўрганинг. Чунки бу устозларнинг ёши бир неча минг йилларга бориб туташади ва улар миллионлаб инсонларнинг тажрибаларини ўзларида мужассам қилган.

Сизнинг иккинчи устозингизнинг исми – бу Сизнинг динингиз. Эътиборингизни шу нарсага қаратмоқчиман-

ки, турли динларнинг бир-бирига ўхшаш томонлари кўп. Муқаддас бурч, ривоятлар, инсон амалларининг асослари.

Агар муқаддас китобларда ёзилганларини ҳақиқатан чуқур эътиқод билан қабул қилинса ва улар ҳақиқатан амал қилинса, Сизнинг ҳаётингиз доимо илоҳий нурга ва Қоинотнинг муҳаббатига йўғрилган бўлади.

Масалан, Сизга оилангиздаги нимадир ёкмайди, ёки нимадандир норозисиз, айтайлик, умр йўлдошингиз ёки фарзандларингизнинг ўзини тутишидан норози бўляпсиз. Ўзингизни тузатиш, ўзгартиришдан кўра, айбни бошқа бировдан излаб: «Сен яхшироқ бўл, сен мендан яхшироқ бўлишинг керак, менга мослашинг керак», дейиш осонроқ кечади. Фикримга қўшиласизми?

Бу телбаликнинг энг кенг тарқалган шаклларида биридир. «Мен сени фақат шундай бўлишингни истайман!». «Менинг фикримча яхши хотин мана бундай бўлиши ва мана бундай иш тутиши керак!». Аввал бошданок бу мутлақо фойдасиз машғулот. Чунки инсонни ўзгартиришнинг иложи йўқ. Инсон қандай бўлса шундайлигича туғилади.

Инсон ҳамма нарсани ўзидан бошлаши кераклиги бора-сида ва яқинларини ҳам худди ўзини севгандек севиши кераклиги ҳақида барча динларда айтилган. Шундай эмасми? Фикр ва амал соф ва ҳалол бўлиши кераклиги ҳақида ҳам жамики, муқаддас китобларда юз марталаб ёзилган! Ким буни амалда қўллашга ҳаракат қилади?

Гап фақат диний маросимларни адо этишдагина эмас. Муқаддас амрларни чуқур тушуниб етиш ва уларга сидқидилдан амал қилишда.

Демак, ўз динингизда айтилган барча эзгуликларни ўрганинг ва уларни бажаришни бошланг. Энди эса ўзимизнинг шубҳали талабаларимизга қайтамиз. Талабаларнинг обрўли олий ўқув юртларига ўқишга кириб олгани ҳам уларнинг муваффақиятли инсонлар бўлиб етишишини англатмайди. Биз уларга 30 кун муҳлатни қайси томонни

танлашларини аниқлаб олишлари учун бердик, яъни куч томонними ёки ожизлик томонними. Бу пайт оралиғида улар ўзларича нималарни ўйлаб топмадилар. «Олиш керак эмас, бу ерда қандайдир хавф-хатар бор!» «Текин пишлок фақат қопқонда бўлади!» Ва шу каби турли хилдаги ваҳималар. Бизнинг иштирокимизсиз ҳам улар ўзларини енгиб бўлишди ва натижада уларнинг ўнтадан тўққизтаси чиқиб кетди.

Ҳар биримизнинг ҳам ожиз томонимиз бўлади, ҳар биримиз ҳам кучли томонга эгамиз. Бизнинг вазифамиз уларнинг моҳиятини англаш, илдизигача етиб бориш.

Ҳозир биз Сиз билан юзлаб фойдали китоблари бўлган кутубхонага кирамиз: булар – «Бахтли рафиқа бўлиш», «Дўст орттириш», «Бахтли эр бўлиш», «Севимли бўлиш ва бахтли ҳаёт кечиринг» ҳақидаги китоблар. Китоб жавони бу мавзудаги китобларга лиқ тўла.

Келинг, кадрли китобхон, биз бу китобларнинг асл моҳиятига кўз ташлаймиз. Уларнинг туб илдизида нима жойлашган? Икки жинс вакилларининг муносабати – эркак ва аёл. Жинсий майл. Фикримга қўшиласизми?

Эркак ва аёл ўртасидаги тўғри муносабатнинг асосида шу нарса ётадики... Бир-биримизни мақташ орқали биз нима қиламиз? Мана, юзта эркак келади-да, бундай дейди: «Сенинг қоматинг қинғир, бурнинг бир томонга қийшайиб қолган, оёқларинг ҳам алламбало, менимча ер юзидаги энг бадбашара сен бўлсанг керак!». Бошқа бири келиб эса бундай дейди: «Сен шундай гўзалсанки, умуман олганда Сен ҳақиқий маликанинг ўзисан! Мен Сенга мафтун бўлдим ва мен сени энг ажойиб, энг ақлли деб ҳисоблайман!» Албатта у ёлғон гапиряпти! Лекин ҳамма эркакларнинг орасида бу эркак ўша аёл учун кимга айланади?

У бошқача, ўзига хос бўлиб кўринади, тўғрими? Эркакларда ҳам худди шундай. Уларнинг ҳам барчаси мактов эшитса эриб кетади.



Фақат самимий мақтовлар, таҳсину тасаннолар орқалигина ўзаро яқинликка эришиш мумкин.

Мабодо, аёл эркакнинг худудига бостириб кирса ва у билан шохлаша бошласа нима бўлади? Бу нима ҳам берарди? Ҳар қандай буқа, барибир, ҳар қандай сигирни бемалол сузиб ташлай олади. Аёл киши эркакнинг устидан ҳукмронлик қилишга уриниши мумкин, фақат жуда қисқа муддатга.

Албатта, бошқа вариантлари ҳам бўлади. Ҳаётда ҳамма нарса бўлиши мумкин. Лекин мен 99 фоиз ҳақида гапиряпман, шундай бўлса-да, теварак оламнинг шаклларга бойлиги юзасидан доим чегирма қиламан.

Барибир эркаклик негизи ўзини кўрсатади. Агар сизнинг олдингизда кўрсатмаса ҳам, хурматли хоним, у ҳолда бошқа ерда албатта ўзини кўрсатади.

Ҳақиқий аёлга ожиз эркаклар ёқмайди. Ҳақиқий эркакка кучли аёллар ёқмайди. Нима учун? Чунки бу табиийликка зид бўлган, табиат томонидан ҳисобга олинмаган хатти-ҳаракат. Сиз бесоқолларнинг бир-бирига фарзанд туғиб берганини эшитганмисиз? Эшитмагансиз.

Ҳар бир миллатда ҳам қайсидир миқдордаги одамларда ўз жинсидан бошқа жинс тарафига оғиш ҳолати юз бериб туради. Агар бундай оғишлар меъёрий бўлиб қолса, бу миллат ер юзидан йўқ бўлиб кетади. Биз жуфт бўлиб яратилганмиз – эркак ва аёл.

Мен қанчалик аёл бўлишга уринмай, жуда ғалати бўлиб кўринаман, ишларим ҳам, хатти-ҳаракатим ҳам. Аёл қанчалик эркак бўлишга уринмасин, у барибир нотабиий бўлиб кўринади.

Демак, бу дунёга ким бўлиб келган бўлсангиз, ўзлигингизча қолишга ҳаракат қилинг, ўз жинсингизнинг энг яхши фазилатларини олинг, ана шунда қарши жинс вакиллари-нинг энг яхшилари сизга қараб интилади.

Табассум қилинг, кадрдоним! Қоматингизни ростланг!



Миллий қадриятлар, жинсий мансублик, дин – мана Сиз учун учта манба, учта устоз. Агар сизда бирор муаммо туғилиб қолса, уларга мурожаат қилинг, улар сизга маслаҳат бера олади!

Лекин булар ташқи устозлар. Яна ички устоз ҳам бор, у доим Сизларнинг энг сара натижаларни қўлга киритишингиз, қўйилган мақсадга энг маъқул йўл билан эриша олишингиз учун нимани ва қандай қилиш кераклигини доимо аниқ билдириб туради. Бу устознинг номи – интуиция.

Мен ҳатто интуицияни ривожлантириш мавзусида «Миллион текин маслаҳат топиш йўли ёхуд жўжалар қаерда қишлайди» номли махсус китоб ҳам ёзганман. Олинг, ўқинг, шуғулланинг ва сиз учун тезкор муваффақият таъминланади. Охир-оқибат китобдан тушунмаганларингизни бизларнинг дунё бўйлаб уюштирадиган курсларимиз орқали ҳам билиб олишингиз мумкин. Хуллас, қидирган одам имкон топади.

Интуицияни машқ қилдириш нима учун керак? Қайси мақсадлар учун? Аввало, тўғри қарор қабул қилиш учун. Ҳаётингизнинг вақтини тежаш учун. Биринчидан – ҳаммаси тез амалга ошади. Иккинчидан – максимал даражада самарали. Учинчидан – Сиз ўзингизнинг йўлингиз билан борасиз – ўзингизнинг ҳаёт йўлингиздан.

Инсон учун энг асосийси – бу эркинликка эриша олиш. Ҳаётнинг иккита шакли бор. Биринчиси – бу но-чорлик, қуллик. Иккинчиси эса – эркинлик ва озодлик йўли.

Биринчи йўл – бу ожизларнинг йўли. Бу йўлда сен МУҲТОЖСАН! Озиқ-овқатга, долларга. Фарқи йўқ – ўн мингми, миллион долларми. Бу муҳтожликни қондириш йўли.

Қачонки, биз моддий муҳтожликда эканмиз – биз қулмиз. Қачонки биз ўзгаларнинг тажрибасига муҳтож эканмиз, биз яна қулмиз. Қачонки, ўз қалбимиз учун нима кадр-қимматга эга эканини бизга кимлардир айтиб беришига муҳтож эканмиз, бу яна бизнинг қул эканимиздан далолат. Қачонки, кимдир бизни қўллаш истагида бўлса – тўхтатиб қолиш, химоя қилиш, кўрсатиб беришни хоҳласа – бу маънавий қуллигимиз ифодасидир.

Оилавий ҳаётни инкор этиш, тўкин-сочин фаровон ҳаётни, муваффақиятни инкор этиш – бу роҳиблик йўли. Мен неча марталаб роҳиблардан сўраганман: «Инжилнинг, Қуръони каримнинг ёки Тавротнинг қаерида, қайси бир қисмида сўққабошлик қасами бериш керак, деб айтилган, қаерида «уйланма, турмушга чикма!» деб ёзилган?»

Бундай сўзлар йўқ! Тушуняпсизми? Демак, инсон меҳнат қилиши, ўсиши, барча неъматлардан баҳраманд бўлиши учун насл қолдириши, кўпайиши керак. Бунинг нопок эканини қаердан билишинг мумкин, агар бу нопокликни ўзингда ҳис қилиб кўрмасанг? Қандай қилиб покликка интиласиз? Мураккабни инкор қилишдан осони йўқ. Хуржунингни елкангга ташлайсан-да, саёқликка бел боғлайсан.

Иккинчи йўл – кучилар учун. Халқнинг ичида бўлганда ҳам хилватда қола билиш.

Эркинликнинг тўрт поғонаси – мутлақ эркинликка олиб келади.

Ўтхўр ҳайвонлар эрталабдан кечгача ўтларни чимдишадди ва уларда ҳеч қандай маънавийлик негизи йўқ. Фикримга қўшиласизми? Улар бор-йўғи ўзларининг моддий эҳтиёжларини қондириш билан банд, холос. Ҳар биримиз ҳам ҳайвоний негизга эгамиз. Бу тананинг эҳтиёжлари. Овқатланишга, ҳордик чиқаришга, кўпайишга, химояга бўлган эҳтиёжлар.

Келинг, биз сизлар билан ҳайвонот дунёсидан қанчалик узоққа кета олганимизни кўрайлик-чи. Бунга юқори интеллектга эга эканлигимиз сабабми? Фикримга қўшиласизми? Образли қилиб айтадиган бўлсак, маънавий институтлар мавжудлиги биланми? Демак, инсонийлик негизи – бу интеллект институтларининг, қалб институтларининг, маънавий институтларининг мавжудлиги.

Кўпчилик одамлар бир умр қондирилмаган ҳайвоний негизининг ботқоғига ботиб қолади. Бу одам нигоҳини ердан узмайди, юлдузларни кўрмайди. Озодликнинг қолган учта поғонаси учун унда вақт ҳам қолмайди. Чунки бу одам тирикчилик қонунига биноан яшамокда.

Агар биз иқтисодий эркинликка эга бўлсак нима юз беради? Молиявий имкониятларимиз нафақат ошқозонимизни тўлдиришга, яъни ҳамёнимизни тўлдиришдан ташқари, захирага ҳам бир умрга етадиган пичан, донларни ғамлаб қўйдик, дейлик. Нима юз беради?

Илгари доим банд бўлган ерда улкан бўм-бўш макон ҳосил бўлди. Бугуннинг, эртанинг, яқин йиллар оралиғидаги тирикчиликнинг талабини қандай қилиб қондириш ва яхшилаш мумкинлигини ҳал қилиш билан банд бўлиб келган интиҳосиз бўшлиқ. Энди ҳамма сингари яшашга ҳожат йўқ. Бу ҳудуд ёпилди.

Бир қарашда ҳатто одамни чўчитади даражадаги, кўз қамаштиргудек бўм-бўшлиқ, яъни эркин вақт пайдо бўлади. Ва бу пайтда инсонда депрессия ҳолати юзага келади. Нима учун? Чунки ер шарининг 98 фоиз аҳолиси учун ҳаётининг

мақсади бўлган маррага эришилди ва Сиз учун энди тақлид қилиш, билим олишга интилиш учун сабаб бўладиган ҳеч нима қолмади.

Ҳаётнинг мазмуни йўқолди. Нима учун? Чунки иқтисодий эркинлик ҳудудида ақл-идрокинғизга тақлидни тайёр ҳолда тақлиф қиладиган жойлар ҳам, одамлар ҳам жуда кам. Жуда кам. Чунки сиз камсонлилар сафига кириб қолдингиз.

Сиз кўпчиликдан ажралиб чиқдингиз, камсонлилар сафига қўшилдингиз, у ерда эса бир қарашдаёқ яшаш мазмунини топиб бўлмайди. Сиз ўзгалар томонидан татбиқ қилинадиган ғоялар ҳудудидан чиқиб кетдингиз. Зеро, агар инсон ушбу чегарага тайёр бўлмаган ҳолда етиб келса, улкан муаммолар билан тўқнаш келади.

Унда ўз-ўзини емириш бошланади, оиласида ҳам зиддиятлар юзага келади. Бундай инсон ўзини кўярга жой тополмайди, дунё унинг кўзига тор бўлиб, бўғилиб, ўзини ёмон ҳис қила бошлайди. Ва у ҳаммага бирдек ташлана бошлайди, чунки ўзини ёмон ҳис қиляпти, депрессивлик ҳудудида у.

Мен бу ҳақда аҳолисининг иқтисодий ҳаёти бошқа давлатлар билан солиштирганда анча юқори бўлгани ҳолда ўз жонига қасд қилиш кўрсаткичи ҳам юқори бўлган давлатларда доим гапириб келганман. Нима учун?

Чунки аҳолининг моддий фаровонлиги шу даражага кўтарилдики, деярли юз фоиз аҳоли моддий эркинликка эришди. Лекин бу одамларнинг орасида кейинги босқич – маънавий, қалб, ахборот эркинлигига эришишга қизиқиш йўқ. Нега?

Чунки на оиладаги тарбияда, на миллий анъаналарда бу мавзудаги қизиқиш назарда тутилмаган. Ва биз оммавий психозни, оммавий ўз жонига қасд қилиш ҳолатларини кўряпмиз. Демак, биз Сиз билан биринчи босқич эркинлигини тезроқ босиб ўтишимиз керак. Қанча тез бўлса, шунча яхши.

Икки ликопча макаронни ейиш жуда қийин. Айниқса, Сиз доимий равишда шундай қилиб юрган бўлсангиз. Мен ҳозир макарон ҳақида гапирмаяпман. Сизнинг макарон сингари таъмсиз ҳаётингиз ҳақида гапиряпман.

Қадрли китобхон, эҳтимол, сиз нега бу Ноббеков дегани бизнес ва ўз-ўзини ривожлантиришнинг ҳар хил йўллари тўғрисидаги гаплари билан тихирлик қиляпти экан, деб ўйлаётгандирсиз? Қанийди, яхши бир одам билан танишсам... Дўстлашиб олиб, қадрдон бўлсак, борди-келди деганларилек, сендан угина, мендан бугина қилиб ишларни беш қилиб олсам...

Бундай уйлардан ҳемири ҳам чикмайди! Ишингиз беш ҳам бўлмайди, бундай одам ҳам бўлмайди!



Шу бугунгача ҳаётда нимагаки эришган бўлсангиз – бу Сизнинг кучли ва ожиз томонларингизнинг моддийлашуви.

Шу сабабли ҳам, токи Сиз қинғир-қийшиқ экансиз, ёлғиз ва бахтсиз одам бўлиб қолаверасиз. Тақдир – бу Сизнинг феъл-атворингиз. Феъл-атворингиз – бу Сизнинг тақдирингиз. Шу сабабли ҳам мен Сиздан ҳамма соҳалар бўйича тўлақонли, муваффақиятли Бэтмен ёки Бэтменхонимни ясаётган эканман, мен нима қилаётганимни биламан.

Акс ҳолда – Сиз ўзингизнинг жуфтингизни, иккинчи ярмингизни учратасиз, қандайдир муддат у билан бирга яшайсиз, одатингизга кўра минғир-минғир қилишга тушасиз. Бу одам бир чидайди, икки чидайди, охири кетиб қолади. Ва Сиз ҳаммани ва ҳамма нарсани сўкканингизча ва ҳаётдан нолиганингизча ҳаёт йўлида судралишда давом этасиз.

Шу сабабли ҳам «Буратино»даги Пьеродан Терминаторга ўзгарасиз. Келажагингизни гўзал қилиш учун эса мақсадларингиз аниқ бўлиши керак.

Агар тест ўтказадиган бўлсак, машғулотга келганларнинг 99 фоизи бу ҳаётдан нима хоҳлаётганини ўзлари билишмайди. Агар Сиз ўзингиз нима хоҳлаётганингизни билмасангиз, худди шунга эга бўласиз.

Қани, айтинг-чи, маънавий бойлик моддий бойликдан муҳимроқ-ку, тўғрими? Ана қўлга тушдингиз! Мен ҳозиргина бош бармоғингиз муҳимроқми ёки жимжилоғингизми, деб савол бердим. Инсон ҳаётининг 495 томонининг ҳаммаси бир хилда муҳим!

Ҳаётда нима истагингиз бор? Илтимос, юрак ютиб, мўлжални баландроқ олинг. Агар Сиз ўзингизга конфет сотиб олмоқчи бўлсангиз имкониятингиз мўлжали даражасидан бир доллар қимматроқ нархга сотиб олинг. Сизнинг имкониятларингиз ҳар доим Сиз эга бўлмоқчи бўлган нарсанинг мўлжалига бироз етмай туриши керак.

Мен Омад Академиясининг биринчи машғулотларида шундай дейман: «Агар Сиз ёлланма ишчи бўлсангиз, эртага Сизнинг олдингизда, ўзимнинг қандай ишимни очсам экан, деган вазифа турмас экан, унда Сизни машғулотларимга қўймаслигим учун рухсат этгайсиз!» Нима учун?

Чунки мен мураббий сифатида Сиз билан бирга қўли кишанланган, бўйнида кўтарма тош, оёқлари полга бетонлаб ташланган аҳволда бўламан. Ва бизнинг ҳамкорликдаги «Чўққиларни забт этамиз» мавзусидаги ҳар қандай жўрлигимиз оғизда қолиб кетаверади. Нима учун?

Чунки эркинликнинг тўрт манбаси мавжуд. Токи биз Сиз билан буларнинг ҳеч бўлмаганда биронтасида эркин эмас эканмиз, таъмирталаб бўлиб қолган «Ҳаётини муаммолар» деб аталувчи ҳаётнинг истаган қисми на Сизга, на Менга боғлиқ эмаслигича қолаверади.

Агар Сиз ёлланма ишда ишлайдиган бўлсангиз, бу пунктда бизнинг имкониятларимиз чекланган ва бошқа барча эркинликлар ҳам шунга боғлиқ бўлиб қолади. Бир беъмани карикатурада чўлу сахрода ташналикдан ҳалок бўлаётган одам газсув автоматига дуч келади. Унинг ёнида бир жомадон йирик қоғоз пуллар бор экан, унга эса автоматга ташлаш учун танга керак. Ёлланма ишчи бу шундай одамки – унинг онг остида нотўқислик комплекси жойлашиб қолган. Иложи борица тезроқ ўз орзуингиз томон, ўз ишингиз томон ўтиб олишингиз керак.



Бизнес – иқтисодий эркинликка
элтувчи энг яқин йўл!

Қачонки инсон моддий бойликдан қониқишга эришганида унда – менга шу керакми – деган биринчи савол пайдо бўлади. Мана шу унинг ҳалос бўлганлигини англатади.

Орзулар худудини, дунёга қизиқиш худудини, онг худудини у моддий бойликка қуллик кишанларидан, шақилдоқлардан ҳалос эта бошлайди. Уларга эришиш учун йилларни сарфлаган, ҳаётини сарфлаган, натижада эса бошқа нарсасага унинг вақти ҳам қолмаган.

Ва бу худудга бўрондан олдинги сокинлик, онгни кучли силташдан олдинги сокинлик чўқади.

Бундай кучли силташлар билан бирга «Мен кимман?», «Мен нимага керакман?», «Мен нима учун яраганман?», «Нима учун айнан мен?», «Нима учун мен аёлман?» (ёки эркакман?), «Нима учун мен шу миллатга мансубман?», «Нима учун мен шу замонда туғилдим?», «Бу ҳаёт менга нима учун берилган?», «Қандай қилиб уни тўлақонли яшашим мумкин?» деган саволлар келиб чиқа бошлайди.

Қандай қилиб инсон, вақт-соати етганида орқага ўгирилганча, охирги нафасида «Бор кучимни бериб яшадим! Эзгулик ва ёвузлик ўртасидаги фарқни англаб етдим. Яхшилик ва ёмонлик ўртасидаги танловни тўғри ҳал қилдим» деб айта оладиган тарзда яшайди?

Иқтисодий эркинликни қўлга киритганингиздан кейин юз карра кучлироқ онгли танлов пайдо бўлади. Инсон эркин танлов: ёвузлик ва эзгулик ўртасидаги танлов, яратувчилик ва бузғунчилик ўртасидаги, ҳаёт ва ўлим ўртасидаги танлов ҳудудига ўта бошлайди.

Инсон аста-секинлик билан ўзининг ҳаётий қадриятларидан мосуво бўла бошлайди. Уларнинг ҳар бири бир бўлақдан ҳаётингизнинг қимматли вақтини банд қилган. Агар уларни бирга жамласак, улар сизни эрталабдан кечгача бўлган бутун вақтингизни олган. Бу қуллик кўринишлари орасида уйқу деб аталмиш ғафлат ҳам бор. Бу ғафлат тушда ҳам танлаш эркинлиги бўлади – мудроқ ҳолатда қолиш ёки уйғониш.



Интуиция нима учун керак? Тезроқ иқтисодий эркинликни қўлга киритиш учун. Тезроқ ҳайвоний истаклардан интеллектнинг ҳудудига ўтиб олиш учун, шу билан бирга маънавийлик, қалб ҳақида ҳам эслатиш жоиз.

Бу тана, ақл-идроқ, қалб, руҳиятнинг ўзаро муносабати – улар битта одам. Мана шу битта одам ўзининг иккинчи жуфтини, иккинчи одамни излайди, қидиради. Ва ўзаро муносабат ўрнатишга уринади ёки ўрнатиб бўлган. Лекин бу оламда ўзаро муносабат қонунияти ҳам мавжуд.

Қандай миллатга мансуб эканингиздан, терингизнинг, қулоғингизнинг шаклидан, кўзингизнинг қанчалик чақчайган бўлишидан ва юзингизнинг шакли қанақа бўлишидан қатъи назар эркак ва аёлликнинг моҳияти ўзгармайди. Демак, эркак ва аёлнинг энг асосий хулқ-атвори қондасини ушбу китобда сиз билан синчиклаб, илдизигача чуқур ўрганишимиз керак.

Қисматингизни енгиллаштириш учун мен сизга энг жўн нарсалар ҳақида оддий сўзлар билан гапириб бераман. Аёл ва эркакнинг моҳияти, миллатидан қатъи назар ўзгармайди. Маданиятидан ва динидан қатъи назар ўзгармайди.



Шу сабабли агар Сизнинг шахрингизда, Сизнинг давлатингизда қандайдир хулқ-атвор тақлид учун намуна сифатида урфнинг юксак чўққисида бўлса, лекин бу эркак ёки аёлнинг қизиқишлари базаси билан мос тушмаса, бу маҳаллий аҳоли вакиллари учун жуда аянчли яқун топади.

Кўр-кўрона тақлид қилишга уринманг, ҳамма нарсани англаб, асл моҳиятига етишга ҳаракат қилинг! Фикр-мушоҳада юритувчи инсон ўз ҳаётининг чўпонига айланади. Теварак-атроф оламга тақлид қилувчи инсон эса бу улкан подадаги одатдаги қорамолга айланади.

Табиатда бундай тушунча мавжуд эмас: икки одам жуфт бўлишга қарор қилди, кейин умрлари давомида биттагина тухум кўйишди. Бундай ҳолда Ер юзида тирик жонзот қолмаган бўларди. Бирор-бир миллат йўқ бўлиб кетмаслиги учун бир оилада камида учта фарзанд дунёга келиши керак.

Россияликлар бугунги кунда йўқ бўлиб кетаётган миллатлар рўйхатида турибди. Шундай экан, энг хавфли маданият – бу йўқ бўлиб кетаётган миллатларнинг маданиятидир. Шу сабабли ҳам Сизга қанчалик дўстона муносабатда бўлмай, мен сизни аяб ўтирмоқчи эмасман. Агар Сиз сўққабош бўлсангиз, биз сизни зудлик билан уйлантирамиз ёки турмушга узатамиз.

Шундан кейин Сиз зудлик билан генофонднинг сонини тўлдиришга киришасиз. Агар фарзандингиз битта бўлса, шу китобни ўқиш билан бирга иккинчи, учинчи фарзандни дунёга келтиришга киришсангиз, жуда соз бўларди: келишдикми?

Бир аёл сексопатологнинг олдига келиб бундай дебди: «Мен бола туғишни хоҳлайман, эрим эса хоҳламайпти. Доктор, нима қилай!?» Доктор эса унга жавобан: «Майли, сиз туғаверинг, эрингиз эса туғмасин!» – дея жавоб берибди.



Бизнинг Сиз билан биринчи даражали душманмиз – бу тайёр тавсияларга муҳтожлик, талаб-истакларимизнинг ҳар қандай вазиятлар учун тайёр йўриқномаларга эга бўлиш истаги!

$2 \times 2 = 4$ – бу йўриқнома, муайян бир масалада, муайян ерда қандай йўл тутиш кераклиги ҳақидаги ишончи комиллик ҳам, қатъий ишонч ҳам – йўриқнома. Ўзгаларнинг йўриқномасига кўр-кўрона амал қилишнинг хавфлилиги нимада? Агар аёл кишига эркаклик қувватини ошириш бўйича йўриқнома берилса, унинг мўйлови ва

соқоли ўсиб чиқади. Сиз учун ҳар қандай кўринишдаги қатъий йўриқнома беришдан ўзимни олиб қочишга ҳаракат қиламан.

Қадрли китобхон, муваффақиятнинг тавсиялари мавжуд эмас. Вазифани кимдир тайёрлади, сен бу вазифани кўр-кўрона бажардинг ва охир-оқибат шип-шийдам бўлиб касодга учраган энг бахтсиз инсонга айландинг.

Мушоҳада юритиш санъати – бу уч юз жилдлик тавсиядан кўра ҳаётда анча ишончлироқ таянч. Қандайдир мураккаб вазиятга тушиб қолсангиз-у, бу пайтда қўл остингизда тайёр тавсия маълумотлар бўлмаса, шу лаҳзадаёқ доимий тайёр жавоби мавжуд устангизни тайёрланг.

Ушбу устозингизнинг имкониятлари орқали ўз муаммоларингизни баҳоланг ва Сиз энг ажойиб ечимга эга бўласиз! Хўш, – Ким бу устоз ва усталар? Узоқ замонлардан бери яшаб келаётган, миллиард йиллар мобайнида ўт, сув балосидан ҳам, олтин васвасасидан ҳам эсон-омон ўта олган усталар. Ўзларининг ҳаёт тарзлари билан ҳақиқатга яқин эканликларини исботлай олган усталар. Бу усталар – замонлар синовидан ўта олган ва яшаб келаётган усталардир.

Бу Коинотнинг қонун ва қоидалари. Бу макро ва микрооламнинг қонунлари. Ўхшашликни топишни ўрганинг, билимларни бир соҳадан олиб бошқасида қўллашни ўрганинг. Энди эса

ИИ ВАЗИФАСИ

Қадрли китобхон, ўз мақсадларингизга эришишни истасангиз, барча орзу-мақсадлари рўёбга чиққан ва бахтли инсон бўлишни истасангиз, китобни енгил-елпи, кўнгилочар комиксни томоша қилгандай варақламасдан, уй вазифаларини мунтазам равишда бажариб боринг.

Кундалик тутинг (Сиз учун қулай бўлса электрон кундалик тутишингиз ҳам мумкин). Унда Сиз ўзингиздаги рўй

бераётган ўзгаришларни белгилаб, уй вазифаларини бажариб борасиз.

Ўз дилингиздаги энг мухим орзуларингизни эсланг, уларни ўн баравар оширинг ва энди буни қандай қилиб рўёбга чиқариш мумкинлиги ҳақида ўйланг.

Ўзингизнинг учта ташқи устозингизни ва энг асосий ички устозингизни аниқлаб, уларни ҳар кунги ҳаётда қўлай бошланг.

ИККИНЧИ ТЕПКИ
Кўрдингми ош,
кўтарма бош!

Муаллиф китобхонни калориянинг чиниқмаган ақлга, осилиб қолган думбага таъсири билан таништиради. Китобхонга турли мамлакатларнинг ошхонаси ҳақида гапириб, тўғри овқатланиш ҳақида маслаҳатларни беради. Шу билан бирга китобхон микроэлементларни ўзининг енгил бўлмаган тақдирига кўрсатадиган таъсири ҳақида билиб олади.

Шу бўлимнинг охирида эса ёқимли вазифага эга бўлади – дастурхонини нарсалар билан бойитиш ва уч ой мобайнида севимли бўлган Ўзида қандай ўзгаришлар юз беришини кузатиш.

К

адрли китобхон, келинг, Сиз билан таомлар хақида суҳбатлашамиз. Марҳамат қилиб айтинг-чи, нима деб ўйлайсиз, рус миллий ошхонаси жинсий қувват даражасига қандай таъсир кўрсатади? Сиз яхши таъсир кўрсатади, деб ўйлайсизми? Мен эса унча яхши эмас, деб ўйлайман. Нима учун? Чунки Россия аҳолиси 140 млн. нафар кишидан иборат. Яна уларнинг ҳаммаси ҳам руслар эмас, россияликлар. Устига-устак, улар яна йилдан-йилга камайиб бормоқда. Хитойликларнинг сони эса бугунги кунда деярли бир ярим миллиардга етди! Ва улар буни қандай тўхтатишни билишмаяпти. Демак, Хитой ошхонаси насл давом эттириш воситаси сифатида яхши. Бу мавзуга оид бир латифа эсимга тушди: Япон эркак ишдан кейин уйга қайтиб келса мехмонхонада дастурхон безатилган, столнинг икки четида шам ёқиб қўйилган, ётоқхона томондан эса майин ва ўта ёқимли сокин куй таралаяпти. У столдаги диктофонни олиб, тугмачасини босибди, у ердан рафикасининг мулоим овози янграбди:

— Хайрли тун, суюклигим, Такешу-сан. Кечки овқатга Сизнинг сеvimли крeветкаларингиздан тайёрланган шўрва ва олти

хил суши. Олхўрили чой эса денгиз маҳсулотларидан бўлган таомга янада ўзгача таъм бағишлайди. Бир қадах саке эса меҳнатдан кейинги танангизни бўшаштиришга ёрдам беради. Фаройиб қувонч ва лаззат неъматларидан бирга баҳам кўриш учун мен сизни сабрсизлик билан ётоқхонада кутиб қоламан.

Рус эркак ишдан кейин уйга қайтиб келибди. Ошхонада чирокни ёқибди. Столда ётган хатни олиб ўқияпти: «Толик, пиво музхонада, чучвара газ плитада, менда ишинг бўлса уйкумни ҳаром қилмай, бажар...»



Озиқ-овқатлар жинсий қувватга тўғридан-тўғри таъсир этади!

Қадрли китобхон, хойнаҳой, бу Норбеков дегани нимага қовушганлар ҳақидаги мавзу билан бизга тихирлик қилиб қолди, деб ўйлаётгандирсиз? Адашмасам, таомлар ҳақида гап бошлаган эди, энди эса бошқа ёққа ўтлаб кетди, – деяётгандирсиз. Гап Сизларнинг ҳаммангизни эҳтироси жўш урган манякка айлан-тиришда эмас. Гап шундаки, эркак қаерда ишламасин, нима билан шуғулланмасин, олдига қандай мақсад қўймасин, унинг бутун хатти-ҳаракатининг мазмуни асосида, пойдеворида – бутун оламга таъсир кучини кенгайтириш, аёл зотининг барчасини, уларнинг ҳаммасини уруғлантириш, мева солдириш ётади. Биз ҳозир асосларнинг асоси ҳақида гапиряпмиз!



Бизнинг мавзу нимага тегишли бўлмасин, карьерами, бизнесми, хоббими – уларнинг ҳаммасида жинсий қувват, ҳаётга юқори қизиқишнинг синоними сифатида туради.

Эҳтирос сўна бошлаши билан эркакда қулайликка, шинамлиқ ва сокин фикрлашга, барча нарсанинг беҳудалиги ҳақидаги сокин хаёлларга берилишга мойиллик кучайиб боради.

Эски бир латифадаги ҳолатга ўхшаш: Бир оролга 20 ёшли, 40 ёшли ва 60 ёшли эркаклар тушиб қолишибди. Бошқа оролда эса фақат аёллар экан. 20 ёшли йигитлар орадаги масофага қарамасдан аёлларнинг ёнига сузиб боришни таклиф қилишибди. 40 ёшдан ошган эркаклар балки аёллар бизни кўрса ўзлари ёнимизга келишар, дейишибди, 60 ёшли эркаклар эса, улар шу ердан ҳам яхши кўринишяпти-ку дейишибди.

Шундай халқлар борки, улар бизнинг ошхонамиздаги сингари маҳсулотларни ишлатишади. Лекин уларда таом тайёрлаш жараёни бошқача. Бошқа ҳароратда, бошқа зирavorлар билан. Ва бу таомни истеъмол қилиш натижасида олинган самара ҳам бошқача бўлади. Мен бир гал ўзимнинг шогирдларимни Москвадаги корейс ресторанига таклиф қилдим. Улар амалий тажрибада таомнинг инсонга қандай таъсир этишини синаб кўришлари учун махсус таомларни буюртма қилдим.

Буюртма келгунча уларнинг баъзилари билан у ёқ-бу ёқдан гаплашиб ўтирдик, биринчи таомни олиб келишди. Қарасам мен бошлаб келган “ёввойилар” ҳар қайсиси ўз ёнига ярим бўлқадан нон олиб, таомни нон билан еяпти. Қаранг-а, улар нонсиз овқат ейишга ўрганишмаган эмиш! Зир югургилаганча, омбур билан тиш суғургандек, уришиб-та-лашиб, уларнинг нонларини тортиб олишга тўғри келди. Бу таомлар ўз ватанида қандай танавул қилинса, шундай танавул қилиш кераклигини базўр тушунтирдим. Бироз вақтдан кейин қизиқ нарсалар юз бера бошлади. Дастурхон атрофидагиларнинг кайфияти чоғ бўлиб қолди. Одамлар иштиёқ билан суҳбатга берилиб кетишди. Юзлари қизарган, кўзлар чақнаган. Қараб турсам, баъзи бирлари ўзлари-

га қарама-қарши жинс вакилларига ҳазил қила бошлашди. Сабаби бу таом сифатли енгил алкоголь ичимлиги сингари – кишини бироз сархуш қилиб, эҳтирос кучайтиргандек, те-варак-атрофдагилар билан дўстона муносабатга иштиёқни кучайгандек таъсир кучига эга эди. Мана шундай кувнок ҳолат. Биз кейин ишга, институтга қайтдик, улар ўз ишларини давом эттиришлари, машғулот олиб боришлари керак эди, уларни эса куннинг қолган қисми мобайнида кувнок, шўх кайфият тарк этмади.

Ҳар бир таом кишига ўзига хос тарзда таъсир этади. Бир таомнинг таъсирида жинсий қувват кучайса, бошқасидан одамнинг тажовузкорлиги ошади, учинчисидан ишчанлиги, тўртинчисидан эса ҳамма нарса шалвираб тушади ва сиз протоплазмага айланасиз-қоласиз.

Шу ўринда сизга жанубий Италиянинг сиестаси ҳақида гапириб бермоқчиман. Жанубий Италиянинг ресторанига кирганингизда у ердагилардан Сизга ўзлари нима тановул қилса ўша таомлардан келтиришларини сўранг. Татиб кўринг. Ва Сиз шу заҳотиёқ сиеста нима эканини англаб оласиз. Биз бир гал ҳақиқий италянча овқатни тановул қилиб кўришга қарор қилдик. Шаҳарда айна туш пайти, сиеста, ҳамма ухлаб ётибди. Биз ресторанга кирдик, у ернинг хўжайини уйқудан кўзларини ишқалаганча бизга пешвоз чиқди. Ундан бизга бизларга уй таомини келтиришни сўрадик. Ва у бизнинг буюртмамизни муҳайё қилди. Ҳар бир таомда гўшт, қайнаган гўшт, димланган гўшт, дудланган гўшт бор эди. У ҳатто бизларга супер деликатес – қуритилган гўшт ҳам олиб келди. Ўттиз йиллик! Бу гўшт аллақандай қопчаларда махсус усулда, қандайдир тарзда сақланар экан. Биз татиб қилиб кўрдик. Ҳа, жуда мазали! Сўнгра ярим соатлардан кейин, биз тоғли, киялик йўлдан кетиб бораётганимизда, юра олмаётганимни, уйқу тортиб кетаётганини сезиб қолдим. Ўгирилиб қарасам машина тумшуғи Бахнинг «Фуга» куйини чаляпти. Мен тўхтадим, ортимиз-

даги иккинчи машина ҳам етиб келди. Иккинчи ҳайдовчи машинадан тушар экан, уйқудан юмилиб кетай деб турган кўзларини менга лўқ қилганча, машина ҳайдашга ҳоли йўқлигини, уйқу босиб кетаётганини айтди. Қарасам, унинг машинасидагиларнинг ҳаммаси хуррак тортяпти. Оқибатда бизлар икки соатча йўл четида мизғиб олдик.

Энди эса энг қизиғи! Жанубий италияликлар тушлик қилиб бўлишгач, ухлаш учун ётишади. Лекин улар кийимсиз ухлашади. Чунки уйғонаётганларида уларнинг эҳтироси шундай жунбушга келадики, қайта ечиниб ўтиришга вақтларини қизганишади.

Айтгандай, хоҳлайсизларми, мен ҳозир Сизларга бу борада энг керакли рецептларни айтиб бераман? Оддий таомлар, уларни истеъмол қилиш натижасида Сизнинг кайфиятингиз ажойиб бўлади, тетиклик ва эҳтирослилик Сизни кун давомида ва яна кечаси ҳам тарк этмайди. Бир нечта кучли, фойдали рецептлар? Хоҳлайсизми? У ҳолда ёзиб олинг. 3 кг. темирни оласиз. Қирғичдан ўтказасиз. Буларнинг ҳаммаси Сизга, қадрли китобхон.

Ҳаммага бир хилда ёрдам берадиган универсал рецепт табиатда мавжуд эмас! Нима учун? Чунки бировга яхши таъсир этган нарса бошқа бировда тамоман тескари натижа бериши мумкин. Масалан, мушаклар тузилишининг тўрт хил асосий таркиби мавжуд. Улардан бири форсаж режимидан фойдаланади, бошқалари эса – анча узоқ давом этувчи режимга эга. Табиатан қисқа масофага тез югуриш қобилиятига эга бўлган киши спринтда яхши натижани кўрсатиши мумкин. Бошқаси эса ўзини марафон масофада яхши ҳис этади, секин югуради, лекин маррага етиб кела олади. Ва бир типни бошқасига ўзгартиришнинг деярли иложи йўқ, мумкин эмас. Худди шу тарика инсон руҳиятининг 4 хил типдаги темперамент гуруҳи мавжуд. Уларнинг ҳеч бири бошқасидан яхшироқ эмас. Уларнинг ҳар бирида манфий ва мусбат томонлар бор.

Худди қон гуруҳи, мушак гуруҳи, сингари ҳар бир темперамент ўзига хосликка эга.

Бири совуқ мизожга, бошқаси – нам мизожга, учинчиси – иссиқ, тўртинчиси – қуруқ мизожга эга. Қачонки Сизга ўзаро уйғунлик билан таъсир қилувчи таом истеъмол қилсангиз, организмгингизда кўшимча куч ва фаоллик пайдо бўлади. Ишчанлигингиз ошиб, ўзингизни яхши ҳис қиласиз.

Мана шу сабабли ҳам дунёда ҳамма учун умумий бўлган рецепт мавжуд эмас. Тушуняпсизми? Мол гўшти, масалан, бир одамга ёрдам беради, бошқасига халақит беради, бундан учинчи одамнинг – жаҳли чиқади, тўртинчиси эса – мудрайдди. Мол гўшти – совуқ мизож. Қўй гўшти эса иссиқ мизож ҳисобланади. Бу таомларни ўрни билан алмаштириб туринг. Кеча мол гўшtidан бўлган қовурдоқдан кейин мудраб қолган кимса, бугун ҳаммага тетик нигоҳ югуртираётган бўлади, кеча қувноққина бўлиб ўтирган киши эса ҳозир ким биландир ёвлашиш пайида. Шундай экан, кузатинг, агар Сиз ўзингизнинг ҳолатингизда доимий ланжлик сезсангиз, соғлигингизда муаммо бўлса, жинсий қувват борасида қониқиш бўлмаса – демак, сиз рационингизни алмаштиришингиз кераклиги эҳтимолдан холи эмас. Ўз таомингизга эътибор беринг, таҳлил қилинг, ўзингизни қандай ҳис қилишингизга нима ва қандай таъсир қилади. Айниқса доимий таомлар. Эксперимент қилинг, маҳсулотларни алмаштиринг, рецептларни алмаштиринг, янгиларини ишлатиб кўринг. Бир гал африка қабилалари ҳақидаги кўрсатувни томоша қилган эдим. Бир неча йиллар олдин душман қабилалари уларни ўзларининг доимий яшаш жойларидан сиқиб чиқарган. Ва улар атрофи фақат тошлоқ тўсиндан иборат жойга кўчиб ўтиб, ўсимликлар ҳам деярли бўлмаган, ов қилиш учун тимсоҳдан бошқа жонзот бўлмаган кўл атрофида яшай бошлашган. Ва бу қабила ҳар куни фақат тимсоҳ гўшти истеъмол қилишга мажбур бўлган. Не-

гаки, бу ерда бошқа ҳеч нима бўлмаган. Мана шунақа монодиета. Натижада 50 минг сонли қабила аъзоларидан ўртача 900 оила қолган. 600 жуфт эр-хотиндан фақат биттасида ўғил фарзанд дунёга келган, холос. Қолганларида эса фақат киз бола туғилган. Нимага шама қилаётганимни тушунгандирсиз, ҳурматли китобхон? Шундай миллатлар борки, улар бир неча минг йиллардан бери мавжуд, лекин аҳолисининг сони бор-йўғи 5-10 миллион. Масалан: грузинлар, арманлар, болгарлар. Уларнинг ошхонаси ҳам бир-бирига ўхшаб кетади, яъни истеъмол маҳсулотларининг тури деярли яқин. Таъмларда бироз фарқ қилади, лекин бирикмаси ўхшаш. Ҳиндларнинг, хитойликларнинг аҳолиси сони деярли бир ярим миллиарддан ошиб кетган.



Ўз миллий ошхонангни севиш ва кадрлашни қатъий тавсия қиламан, лекин ҳафтасига 2 марта аҳолисининг сони кўп миллионли халқлар ошхонасининг таомларини тановул қилиш керак. Хитой ёки ҳинд ресторанларига ташриф буюринг. Аҳолисининг сони бир неча юз миллиондан ошиб кетган халқларнинг ошхоналарини ўрганиб чиқинг.

Орзуга айб йўқ деяртгандирсиз! Ойига ўн кун ресторанда овқатланиш! Бунча пулни қаердан оламан? Норбеков дегани менинг амакимни нефт конининг шайхи деб ўйла-яптими?

Мана шунақа минғир-минғир қилиб вайсашга тушиб кетишлари билан, дарров битта латифа ёдимга келади. Бир

эркак, Норбеков машғулотларига катнашишни бошлаган экан, дарсдан кейин уйига қайтибди ва хотинига дебди:

– Зинаида, бўлди, энди мен ўқимишлиман, бугундан сен билан тўғри жинсий ҳаётни бошлаймиз, бундан ўттиз йил олдингидек эмас.

– Ваняжон, азизим, мен сенга ҳеч қачон эътироз билдирмаганман-ку! Лекин мен ўқимаган кампир бўлсам, сен менга тушунтир, нима қилай? Керак бўлса мен албатта ҳаракат қиламан-да!

– Биринчи навбатда, сен, хотин, тўшақда оҳ-воҳ қилишни ўрганиб олишинг керак. Нукул тўнкага ўхшаб жим ётсан. Нима гаплигини билмайман ҳам. Худо билади, жонинг борми-йўқми, сезмайман ҳам.

– Э-э, Ваняжон, оҳ-воҳ қилишни мен боплайман, бунинг қийин жойи йўқ. Фақат менга қачон бошлашни айтсанг бўлди.

Улар бир-биридан бўса ола бошлашибди.

– Ваняжон, бошлайми?

– Шошмай тур, ҳали эмас.

Чол кампирини эркалата бошлабди.

– Ваняжон, бошлайми?

– Бирпас шошмай турсанг-чи!

Энди асосий босқич бошланганда.

– Ваняжон, бошлайми?

– Бошла!

– Оҳ, пул йў-к! Воҳ шўрим, пул йўқ-ку!!

Албатта, мен қаёқдан ҳам билишим мумкин сен шўринг кургур сўққабошларнинг аҳволини? Мен сиздақаларни 30 йилдан ортиқ вақтдан буён кўриб келяпман. Сизларнинг ҳам-ма муаммоларингизни биламан. Тўғрироғи, ҳаммангизнинг муаммонгиз битта – бу муаммо икки қулоғингиз орасида жойлашган. Қолган ҳаммаси баҳона. Ойлик камми? Ишонаман!

Шундоғам кам ойликка кўниб ишлаётганингиздан кейин, нима учун Сизга катта ойлик тўлашлари керак экан?

Ходим ўзини ишлаётган қилиб кўрсатади, иш берувчи эса унга маош тўлаётгандек. Ҳамма хурсанд! Йўқ, ҳамма эмас, дейсизми?

Юмшоқ дивандан қуймучингизни кўтаринг-да, ўзингизнинг хусусий ишингизни очинг ва ўзингизга маошни ўзингиз тайинланг. Токи пулингиз яхши уй-жойга ҳам, кулай машинага ҳам, ресторанларга ҳам, яхши ҳаётга ҳам етсин.

«Вой, мен билмайман-ку... Вой, мен эплай олмайман-ку... Вой, солиқлар, Вой, у, вой, бу». Хоҳлайсизми, ўргатаман? Иш бериши мумкин бўлган фақат битта рецепт мавжуд.



Ўйланг ва ҳаракат қилинг! Ҳаракат қилинг ва ўйланг!

Сиз ўзингизни кашф қилишингизга тўғри келади.

Фикр-мушоҳада юритиш санъати одамга нима беради? Қадрли китобхон, Сизга бир муваффақиятнинг тарихини гапириб бераман. Ойда бир-икки марта бизлар ўнга яқин йигит тор доирада йиғилиб тураемиз. Ёшларимиз орасидаги тафовут 5-6 йил. Ҳаммамиз ҳамюртмиз, лекин Москвада яшаймиз.

Мана шундай йиғинларнинг бирида, орамиздагилардан бири ўзининг дастлабки бизнесини қандай ташкил қилганини гапириб берди. У Москвага Ўзбекистондан 80-йилларнинг охириларида келган. Эски, нурай деб турган меҳмонхонага келиб тушган. Меҳмонхона бир юлдузли. Битта юлдуз, у ҳам шифт тешигидан кўринаётган осмонда.

Қарзга олган пуллари тугай деб қолган, у эса нима билан шуғулланишни билмай гаранг. Ҳаво айниган куни меҳмонхонага чарчаган аҳволда қайтиб келади-да, ўзини каравотга ташлайди. Шу пайт унинг кўзи кимдир унутиб қолдирган китобга тушиб қолади.

Бу ўта ақлли тил билан ёзилган қандайдир илмий-омма-боп рисола экан. «Термопластика технологияси» деб номланувчи китоб. У эса умрида бундай китобни қўлига олмаган. Лекин қиладиган бошқа иши бўлмагандан кейин – ётган жойида варақлай бошлаган.

Ўқиш давомида бир килограмм пластмассада аллақанча махсулот, яна аллақанча ўйинчоқларни, деталларни, плёнкаларни яшаш мумкин эканлигини тушуниб олган. Столда кимдир нимадир ўраб олиб келган текин рекламали газета турибди. Баъзи бир бетлари йиртилган, «доғ босган».

Ўқиш мумкин бўлган бетларига кўз югуртириб чиқа бошлаган ва бирдан гранулаланган пластмасса сотилади деган эълонга кўзи тушиб қолган. Яъни турли пластмасса ўйинчоқлар, буюмлар, плёнкалар ишлаб чиқариш учун хомашё таклиф қилишяпти. У бир тонна гранулаланган пластмасса қанча туришини ва бир тонна пакет қанча туришини ҳисоблаб кўрган.

Қараса, фарқи тахминан ўн баравар. Бир тонна плёнкадан юз мингта целлофан пакет тайёрлаш мумкин бўлса, нима қилади плёнкаларни сотиб. Ҳисоблаб кўрган. Энди фарқи 300 баробар.

У меҳмонхона номерида ўтирганча пакет ишлаб чиқарадиган автомат сотувчиларга кўнғироқ қила бошлаган. Ва у лизингга битта пленка ишлаб чиқарадиган автомат, битта целлофан ишлаб чиқарадиган автоматни олишга келишган. Сўнгра заводдан чиқиндига чиққан 200 кг пластмассани олган.

Завод ишчиларига ароқ берган – бошқа нарсага пули йўқ. Улар бу материалларни заводдан қоп-қоп олиб чиқиб беришган. Ўзи қопларни электрчкада Москвага олиб келган. Дастлабки пакетларни у ўз қўллари билан тайёрлаган.

Бир йилдан кейин унинг сармоясини 150 миллион доллар атрофида бўлган. Бугунги кунда унинг сармоясини бир неча ўн миллиард доллар атрофида. У сайёрамизнинг энг бой 30 талигидан жой олган. У бунга қандай қилиб эришди? Омади келгандир? Шунчаки у фикр юритишни билган!



Агар инсон кўраётган, эшитаётган, биладиган бўлса, бу уни фикр юритаётганини англамайди. Фикр юритишни ўрганинг! Ҳаракат қилишни ўрганинг!

Одамларнинг кўпчилиги бир умр ўзларини алдаб юришни маъкул кўришади. «Мана агар менинг имконим бўлса эди, мана шу ақлим бундан 20 йил олдин бўлганда эди. Мен мана бунақа қилган бўлардим. Мен ана ундақа қилган бўлардим. Агар менда ҳозир (у ёғига миқдори кетади – бир сўм, миллион долл., трилл. евро) бўлса эди! Агар, эрталаб ҳовлига чиқсаму пул тўла контейнер осмондан тап этиб тушса-ю, ҳамма ишларимни ўнглаб олардим! Агар менинг амаким Россия, Германия, АҚШнинг президенти бўлса эди, мен таниш-билишлар орқали шунақа ишларни болаган бўлардим...» Таниш ҳолатми? Аслида эса қулайлик деб аталмиш ҳазрати олийлари шу йўл билан мунтазам равишда Сизни аҳмоқ қилади ва ҳаётингизни, ҳамма муваффақиятларингизни, барча бахт-саодатингизни, бари-бари эзгу орзуларингизни кейинги сафарга, кейинги галга суриб келади...

Модомики, бу ҳаётда менга у-бу нарса етмаётган бўлса, учинчи, бешинчи нарса етмаётган бўлса, демак, менинг имкониятларим бунга йўл қўймайпти. Ва мен оқибатда ширин хаёлларга берилишда давом этаман.



Сиз билан бизнинг вазифамиз – Сизни соғлом, муваффақиятли, чиройли ва бахтли қилиш!

Айтишади-ку, ақлли одам ўз хатоларидан сабоқ чиқаради, донишманд эса ўзгаларнинг хатоларидан, деб. Демак, менинг мухтарам донишманд дўстим, лабораториянгиз столига икки гуруҳ талабаларни кўймоқчиман, Сиз уларни пробирка орқали кузатишингиз, қандай қилиб муваффақиятга эришганини кўришингиз мумкин.

Ёдингизда бўлса, биз Москва институтларидан танлаб олган талабаларимизга 50 минг евро грант таклиф қилгандик. Сиз ўшанда ҳойнаҳой Норбековнинг томи кетиб қолибди, пулларини беҳудага сочяпти, деб ўйлагандирсиз! Ундан кўра менга бермайдими-а? Лекин менинг меценатлик яъни хомийлик қилиш ниятим йўқ эди!

Менинг вазирам талабалар ичидан энг фаолларини топиш, энг сараларини йиғиб, уларни муваффақиятли, кучли ва бой одам қилиш эди. Зинҳор-базинҳор, мана пулни бердим, ҳаммага раҳмат, кейинги ҳаяжонли учрашувларгача хайр, дейиш эмас!

Биз уларга қандай таълим бердик? Биласиз, таълим беришнинг классик усули бор, бунда профессор ўз олдида бир графин сув ва стаканни кўйганча, ўз нуқтаи назарини баён этаверади, этаверади.

Талабалар ўзларини эшитаётган қилиб кўрсатишади, ишонарлироқ кўриниши учун кўзларига гугурт чўпини ҳам кўйиб олишади. Йигитлар ухлаб қолмаслик учун, қизлар эса қойил қолгандек кўриниш учун. Бу биринчи қатордаги аҳвол.

Бундай олий ўқув муассасаларида «мизғиб олиш учун» деб аталадиган охириги қаторлар энг обрўли жой ҳисобланади. Бу таълим беришнинг классик усули. Бу усулнинг самараси ўн-ўн беш фоизни ташкил қилади.

Биз бутунлай бошқа йўл билан ёндашдик. Бизда икки гуруҳ талабалар тўпланди.

Биринчи гуруҳ, яъни, тажриба остидаги гуруҳимиз 31 талабадан иборат бўлди. Биз уларга лабораториямиз

орқали текширувдан ўтган маълумотларни тақдим этдик, бу маълумотлар реал миллионерларнинг тажрибаларига асосланган бўлиб, улар шу билимларга таяниб ўз натижаларига эришган эди.

Бошқа гуруҳ – назоратдаги гуруҳ. Бу гуруҳдаги талабаларнинг сони 30 кишини ташкил этди. Бу гуруҳга биз билимларни классик академик услубда бердик, масалан, худди ҳозиргидек, Сизнинг кўзларингиз китобда, худди ўқиётгандек, фикрларингиз эса қаердадир сайр қилиб юрибди. Токи фикрларингиз қаердадир сайр қилиб юрар экан, маълумотлар бир неча соат ёки бир кундан кейин ўчиб кетадиган қисқа муддатли хотирага келиб тушади. Шу мавзуда бир латифа айтиб берайми?

70 ёшларни қоралаб қолган лорд 30 ёшли инглиз хонимига уйланибди. Янги турмуш қурган оила куёвнинг ҳашаматли уйига кўчиб ўтишибди. Уларнинг ҳар бири ўзларининг алоҳида ётоқхоналарига жойлашибди. Биринчи кечадаёқ янги келин эшик ортидан қадам товушларини эшитибди. Эшик очилиб, ёши анча улуғ бўлиб қолган эр кириб келибди-да, – Азизам, мен ўз бурчимни ўташ учун келдим! – дебди.

Эр ўз бурчини ўтаб бўлиб, шошилмай чиқиб кетибди. Ярим тунда яна таниш оёқ товушлари эшитилибди. Лорд кириб келиб: – Азизам, мен ўз бурчимни ўташ учун келдим! – дебди. У ўз бурчини ўтабди ва чиқиб кетибди.

Бу ҳолат ҳар икки соатда такрорланаверибди. Эрталабга яқин чарчаб кетган рафиқа: – Азизим, Сизнинг эхтиросингиз қувватига гап йўқ! Сиз шу кечанинг ўзида бешинчи марта ўз бурчингизни ўтаяпсиз! – деса, лорд: – Наҳотки? Бу қувват эмас, склероз, – дебди.

Демак, сал олдин интим муносабат мавзусидан ташқари Сиз билан яна нима ҳақида суҳбатлашаётган эдик. Хотирани яхшилаш ҳақида. Ўзимизнинг талабаларга қайтамыз. Тажриба остидаги гуруҳда қандай йўл тутдик. Уларнинг

машғулотлари саккиз соат давом этарди. Лекин бу парта олдидаги оддий машғулотлар эмас. Масалан, уларга қуйидагича вазифа қўйилди. Гуруҳ бир нечта кичик гуруҳлардан ташкил топган эди. Мен уларга дастлабки вазифани тушунтирдим: – Сизнинг вазифангиз – икки соат мобайнида кўчада имкон қадар максимал миқдорда одамларнинг қорни текинга тўйдириш. Сизнинг ўз пулингизни ишлатишга, бошқа пулларни жалб қилишга ҳаққингиз йўқ, бор бошланғич капиталингиз – фломастернинг қопқоғи. Вақт кетди.

Энг юқори кўрсаткич – улар икки соат мобайнида 1400 га яқин одамни бутерброд билан боқишди. Тўғри, улар бу бутербродларни сотиб олишди, лекин бу пулларни улар дастлабки икки соат мобайнида ишлаб топишди. Биринчи гуруҳдагилар ҳам, иккинчи гуруҳдагилар ҳам ота-онасининг қарамоғидаги талабалар, ётоқхонада яшашади ва бироз миқдорда стипендия олишади.

Биринчи гуруҳдагиларга: – Қани, мустақил ҳаракат қилинглар, – деганмиз.

Иккинчи гуруҳга эса «Қани, уриниб кўринглар» деб айтмаганмиз.

Тажриба гуруҳидагиларга ўн-ўн беш дақиқа давомида маълумот берамиз. Улар шу захоти айтилганларни амалда қўллаб, ҳаракатга тушиб кетишади.

Назоратдаги гуруҳ куни билан аудиторияда, куруқ назарий билимларни кемиришарди.

Биринчи гуруҳга биз: «Сизнинг ижара уйда яшашга ҳаққингиз йўқ, ўзингизга уй сотиб олишларингиз керак, яна машина ҳам» деган талабни қўйдик. Улар бизга аҳмоққа қарагандек қараб туришарди: «Пулни қаердан оламиз, бизга ким ҳам пул берарди?»

Уларга яна бир сюрприз тайёрлаб қўйгандик, биз компания юристини ва вакилларини таклиф қилдик. Улардан бири кўчмас мулк сотиш компаниясининг вакили, бошқаси – автомобил сотиш компаниясидан.

Бутун гуруҳни икки соат мобайнида дастлабки тўлов муддати уч ойга кечиктирилган кредитга машина ва квартира харид қилиш учун контрактга қўл қўйишга мажбур қилдик.

31 талаба икки соат ичида энг арзон бир хонали квартиранинг ва «Авансис» тойота машинасининг эгасига айланишди, машинани эртаси куниёқ автосалондан қабул қилиб олишлари мумкин эди.

Уларда эса: «биз буни қанақа қилиб тўлаймиз?» – деган мазмунда ваҳима бошланган. Зеро, улар ўқишаётган бўлса, ҳали ҳеч қаерда ишлашмаса. Сиз уларнинг кўзларидаги кўркувни кўрганингизда эди! Биз эса уларга: «Кредитни тўлаш учун уч ой мобайнида сизлар ўзларингизнинг хусусий бизнесингизни очишингиз керак. Агар ўз бизнесингизни очмасангиз, биз сизларни ўқишдан ҳайдаймиз,» – деб айтдик.

Назоратдаги гуруҳга эса агар уч ой мобайнида ўз бизнесингизни очсангиз ёмон бўлмасди, кўринишида истагини айтиб ўтдик. Шунчаки айтиб ўтилди, лекин қатъий талаб қилиб, туриб олмадик.

Уч ой ўтди – иккинчи, назоратдаги гуруҳдагилардан уч ёки тўрттаси ўз ишини очишга киришди, фақат бу ҳам қоғозда эди. Қолганлари эса донишмандона қиёфада ўтиришарди – улар ўзларининг бизнесини очиш учун обдон тайёрланишарди.

Биринчи гуруҳда эса бу пайтда иш бутунлай бошқача кечаётган эди. Биз уларни машина ва квартиранинг кредитлари билан бурчакка тақаб қўйганимиздан кейин уларнинг орзуларга берилиб, хаёл суриб ўтиришга вақтлари ҳам қолмаганди.

Машғулот ўтказиб, уларнинг ҳар бири нима билан шуғулланмоқчи, қандай бизнес ташкил қилмоқчи эканини аниқлаштирдик. Дастлабки ойдаёқ улар ўзларининг бизнес режаларини ёзиб келишди. Бизнес режаларини расмий

рўйхатдан ўтказишди ва натижада 31 ташкилот очилди. Ташкилотни очиш қийин иш эмас, лекин энди ишга киришиш керак.

Икки ойдан кейин улар квартира ва машина учун кредит тўловини бошлашлари керак эди. Биринчи очилган ташкилотларнинг натижалари қандай бўлди? Улар одамларни ёллашга киришдилар, офис излай бошлашди. Ижара офислар эса жуда қиммат. Учинчи ойнинг охирига келиб 31 ташкилотнинг ҳаммаси бутунлай қулади, касодга учради. Уларнинг ҳаммаси 100 фоизли банкротга айланди.

Бошқа гуруҳда 3-4 ташкилот... улар албатта касодга учрамади, чунки улар ишни бошлагани ҳам йўқ эди. Лекин ҳамма қизиғи энди бошланди!

Сизга қизиқми? Қадрли китобхон, мен бу ҳақда кейинги бўлимда гапириб бераман. Ҳозирча эса ўзимизнинг ошқозонларимиз масаласига қайтсак.

Одатда ҳаётда одамзод истеъмол қилиши мумкин бўлган ва истеъмол қилиши мумкин бўлмаган маҳсулотлар бор. Сиз буни жуда яхши биласиз. Гарчи хитойликларнинг «учадиган нарсдан фақат самолётни, ўрмалайдиган нарсдан эса – фақат поездни емаймиз», – деган ҳазил гаплари бўлса ҳам.

Албатта бир-бирига тўғри келадиган ва бир-бирига тўғри келмайдиган маҳсулотлар бор. Мисол учун гўшт билан сутни олайлик. Уларни бирга қўшиб ишлатиш мумкин эмас деб ҳисобланади. Нима учун? Чунки агар гўштни ёки балиқни сут билан бирга пиширса, у ҳолда бундай таомдан кейин одамнинг реакция тезлиги секинлашади, мантиқий фикрлаш фаолияти сусаяди. Оддий қилиб айтганда, инсон бундай таомдан калтафаҳм бўлиб қолади. Бу илмий жиҳатдан исботланган факт.

Бу икки хил маҳсулотни қўшиб ишлатиш мумкин бўлмаган ҳолатнинг фақат бир кўриниши, холос. Яна бошқа кўринишлари ҳам бор. Агар Сиз тез ҳазм бўладиган таом,

яъни бўтқани узоқ вақт ҳазм бўладиган маҳсулот, масалан гўшт билан тановул қилсангиз, гўшт ҳазм бўлмайди, бўтқа эса бижғий бошлайди. Кейин эса буларнинг ҳаммаси ингичка ичакка тикилади.

Ички аъзоларингизнинг эса уларнинг ҳаммасини тартибга келтиришига тўғри келади, уларни қандай қилиб саралаш, қайси бирига қандай фермент ажратиб бериш бора-сида, анча тер тўкадиган аъзолар. Агар доимо маҳсулотларни бирга ишлатиш мумкин эмаслигига эътибор бермай, иш тутадиган бўлсак, жигар ва ўт пуфагимизда сурункали касаллик орттириб оламиз. Ахир ички аъзоларимиз бу уюмларни саралаб ажратишнинг уддасидан чиқа олмайди-да. Ва оқибатда шифокорга, дорихонага югур-югурларимиз бошланади.

Ҳақиқий эркак дорихонага фақат битта нарса учун бориши керак. Нима олиш учун экан? Контрацептив учун? Ҳа йўғ-а? Бир этак болаларига памперс олиш учун! Айтгандай, меваларни тушликкача истеъмол қилган маъкул, тушликдан кейин эмас. Улар оғир ҳазм бўладиган таомдан кейин истеъмол қилинса, аҳвол янада мушкуллашади, яъни, ошқозонда туриб қолган бу мева аста-секинлик билан айний бошлайди.

Масалан, олма 20 дақиқа давомида ҳазм бўлиши мумкин, ундан кўп қолса бижғиш жараёни бошланади. Овқатга тўла ошқозонда эса унинг бир неча соатлаб қолиб кетишига тўғри келади. Бирга ишлатиш мумкин бўлмаган турларнинг яна учинчи кўриниши ҳам бор. Мисол учун – дудланган балиқ билан сут. Бир маҳсулот учун организм бир кўри-нишдаги фермент ажратиши керак, бошқасига бутунлай бошқасини. Агар бутун оила ҳожатга югуриб қолса-ю, ҳожатхона битта бўлса-чи! Мана шу тариқа «миллий рақслар» туғилади. Лезгинками, гопакми.

Бирга ишлатиш мумкин бўлмаган маҳсулотларнинг оралиғидаги танаффус икки соатдан кам бўлмаслиги керак.

Кам ҳаракат кишилар, заифлашиб қолганлар, хаста, овқатни ҳазм қилиш жараёни қийин кечадиганлар, айниқса ёши ўтган кишиларнинг бирга ишлатиш тўғри келмайдиган маҳсулотлардан жуда эҳтиёт бўлганлари маъқул.



Ҳар бир истеъмол қиладиган озуқангиз онгингизга, организмгизга, Сизнинг хатти-ҳаракатларингизга таъсир қилади.

Озиқ-овқатлар куч бериш билан бирга одамнинг кучини олиб ҳам қўяди. Шундай нарсалар борки, бунга одамлар у қадар эътибор беришмайди. Лекин нотўғри овқатланиш натижасида ўзларининг улкан куч-қувватини, потенциалларини йўқотишлари мумкин. Масалан, киши ўзини ланж сезиши натижасида бирор-бир муҳим учрашувини бекор қилишига тўғри келади.

Ёки кейинги ҳафтага кўчиришига тўғри келади. Бир ҳафтадан кейин эса керакли одам бошқа ишлар билан банд бўлиши ва Сиз билан бошқа учраша олмаслиги мумкин. Бунинг ҳаммасига эса қандайдир тушликдаги жўжахўрлик сабаб бўлиши мумкин.

Мен бу борада қандайдир аниқ ва қатъий тавсиялар бермайман ва гўшт енглар, ўтхўр бўлинглар, деб айтмайман ёки уч марталик овқатланиш режимига ўтинглар, ҳам демайман, яъни бир ойда уч марта. Сиз диққат билан ўз организмгизга кулоқ солинг.

Ўзингизнинг овқатланишгача ва овқатдан кейинги ҳолатингизни таҳлил қилинг. Масалан, одатда истеъмол қилиб юрмаган нимадир егингиз келаётганини сезиб қолишингиз мумкин. Бунинг ҳайрон бўладиган жойи йўқ. Демак, бу таомда сизнинг организмгизга етишмаётган нимадир бор.

Шошилмасдан, секин овқатланинг. Гап шундаки, қорин тўйганлиги ҳақидаги сигнал ошқозондан мияга 20 дақиқадан кейин етиб келади. Лекин, Сиз агар дастурхондаги ноз-неъматларни паровоз ўчоғига кўмир отгандек ошқозонингизга ташлайверсангиз, у ҳолда икки-уч барабар кўп овқат еб қўясиз. Кейин эса танангизда гастрит, колитлар, кумлар, тошлар, чиғаноқлар, сув ўтлари ва ҳоказолар пайдо бўлади.



Лаззат билан, шошилмасдан, ҳар бир бўлакни яхшилаб чайнаб, хаёлан қаерлардадир учиб юрмасдан, дастурхон устида мутолаа қилмасдан овқатланиш натижасида Сиз учта фойдани қўлга киритасиз: кўпроқ лаззатланасиз, тезроқ тўясиз ва бўкиб қолмайсиз!

Ҳозир кўпчилик турли-туман парҳез тутишларга берилиб кетган, ўтхўрлик дейсизми, тақсимли парҳезми ва бошқа хил турли-туман ақлликлар. Сизга нима десам экан? Соғлиқ учун фойдали бўлган кўплаб рецептлар бор. Лекин!..

Қадрли китобхон, сиздан ўтиниб сўрайман, бундай йўналишдаги ҳамма маълумотларга ҳам кўр-кўрона ишонаверманг. Янги нарсани кўринг, унинг организмгизга таъсирини ўрганинг. Ўзингизни қандай ҳис қиляпсиз? Соғлигингиз қандай?

Мен доим айтаман: энг яхши парҳез – швед столи. Дастлабки бир-икки кун иккиталаб патнис тўла егулик билан юрасан, кейинги кунлари эса битта ликопча билан. Ҳатто шуни ҳам тўлдиринг келмай қолади.

Агар сизга шундай жойларда бўлишга тўғри келган бўлса, яъни куни бўйи швед столи муҳайё бўлса, демак, бу ҳақда сизга узоқ гапириб ўтиришимга ҳожат ҳам йўқ экан. Агар кўрмаган бўлсангиз, марҳамат қилиб боринг ва ўзингиз бунинг нима эканини ҳис қилинг. Бу нимага керак? Шу билан боғлиқ бир воқеани айтиб бераман.

Ҳар йили баҳорда мен Ўзбекистонда «Омад устахонаси» тадбирини ўтказаман. Ва у ерга нафақат ҳамдўстлик давлатларидан, шу билан бирга Европадан ҳам келишади. Биз мазкур машғулотлардан кейин турли ресторанларга ташриф буюрамиз. Овқатланамиз, кўнгилочар дастурни томоша қиламиз, ўзаро мулоқот қиламиз.

Шу тадбирлардан бирида болгар дўстларимдан бири келиб қолди: «Мирзакарим, кел, бугун ресторанга бормаймиз. Бошқа чидолмайман». Мен унга: «Албатта, дўстим, сени яхши тушуниб турибман!» – дедим. Ва биз ўз миллий таомларини тайёрлай оладиган болгар аёлини топдик.

Қадрли китобхон, Сиз «энг мазали таомлар бу – рус ошхонасининг таомлари» – деган фикрга қўшиласизми? Мен ҳам қўшиламан... уч кун. Тўртинчи куни эса ейишдан бош тарта бошлайман. Чунки бу чучвара, вареники, карам шўрва, пирожки, ликилдок деганларига қарагим ҳам келмай қолади.

Болгар дўстимиз ҳам шу аҳволда эди. Бизнинг юртимизга келиб уни еди, буни еди... Лекин уч кундан кейин палов, лағмонларимизни емаслик учун ўзини осиб қўйишга ҳам тайёр эди. Мен ҳам бегона таомларни уч кунгача осонгина истеъмол қиламан, кейин эса булочка ва қатикқа ўтиб оламан.

Тўғри, йиллар ўтган сайин ош-овқатга ҳам чидамлилигинг ортиб бораверар экан. Лекин барибир, ҳар бир инсон учун энг тотли таом ота-онасининг қозонида пишган овқат. Ўзи еб улғайган таом бўларкан. Фикримга қўшиласизми? Мана шу таомлар бутун ҳаётимиз мобайнида биз учун энг тотли таом эталони бўлиб қолади.

Шу сабабли ҳам руслар ўз ошхонасининг таомларини энг мазали деб ҳисобласа мен улар фикрига тўлиқ қўшиламан, чунки бу уларнинг миллий ошхонасининг таомлари.

Аслида биз ҳозир Сиз билан энг фойдали овқат ёки энг мазали миллий таомлар ҳақида гапирмаяпмиз, биз ҳозир Сизнинг хатти-ҳаракатларингизнинг пойдевори ҳақида гапиряпмиз. Сизнинг бутун кадриятларингиз бошланадиган жой ҳақида, шу билан бирга, афсуски, камчиликларингиз ҳам бошланадиган жой ҳақида гаплашяпмиз.

Шундай экан, танангизда муаммоли аъзолар бўлса, соғлигингиз борасида муаммолар, феъл-атворингизда камчиликлар мавжуд бўлса, бу жойни кўздан кечириш, бу муаммолар унинг қаердан келиб қолганини, қандай ишлашини ва қандай қилиб уларни бартараф этиш кераклигини кўриб чиқиш керак. Тушунганингиздек, озиқ-овқатлар эса, азизларим, инсоннинг ўзини қандай ҳис қилишига, хатти-ҳаракатига, фикрларига ҳам таъсир этади.



Ахир бизнинг танамиз, нимани истеъмол қилсак, шулардан таркиб топади-ку!

Бизнинг ўзимиз ердан яъниким, тупроқдан яратилганмиз ва ана шу тупроқдан, ердан униб чиққан неъматларни истеъмол қиламиз ва яна ҳаммасини шу ерга қайтарамиз. Ердаги айланма, ҳаракат, микроэлементларнинг айланмаси демакдир. Айтайлик, кичкинтойнинг организмда кальций етишмасе бола ўзини қандай тута бошлайди?

Уларда интуитив, табиий шу моддага эга бўлган озукани топишнинг кучли истаги пайдо бўлади, улар ҳатто кесакни ҳам ея бошлайдилар. Бола ялиниши, хархаша қилиши,

хатто ётиб олиб юмалаши ҳам мумкин – фақат организми талаб қилаётган нарсани олишга эришса бўлгани.

Микроэлементлар – Сиз мустақил равишда батафсил, синчковлик билан кўриб чиқишингиз керак бўлган энг муҳим жиҳатлардан бири. Микроэлементларнинг инсонга қандай таъсир этишини ўрганишингиз керак. Ўз овқат рационингизни шундай ташкил қилишингиз керакки, токи бунинг натижасида Сизнинг организмингиз доимий равишда микроэлементлар билан тўйиниб борсин.

Хўш, бу захирани доимий равишда тўлдириб борадиган инсонлар бошқалардан фарқ қилишадими? Биз буни кўп болали аёлларнинг соғлигини ўрганиш орқали кўришимиз мумкин.

Анча йиллар илгари мен кўп болали аёлларга доир жиҳатларни ўрганаётган гуруҳ сафига қўшилиб қолдим. Мазкур тадқиқотчилар сафига мен мутлақо тасодифан қўшилиб қолгандим. Лекин бироз вақт ўтиб, ушбу масалани шу гуруҳнинг мутахассислари билан бирга ўргана бошладим.

Ўн нафардан ортик фарзанд кўрган аёлларнинг ўртасидаги тадқиқот ҳайратланарли натижани кўрсатди – бу аёллар ўз тенгдошларидан кескин фарқ қилишарди. Улар ўз тенгқурларидан ёки анча катта кўринишади, ёки анча ёш. Лекин зинҳор бир хил эмас.

Кимнинг ёши қирқ-эллик ёш атрофида бўлгани ҳолда, фарзандлари битта бўлса, бу аёллар бир-биридан фарқ қилишмайди. Нима учун? Чунки уларнинг яшаш шароити деярли бир хил. Кўп болали аёллар эса кескин равишда икки гуруҳга ажралишади. Биз тадқиқ қилишга киришдик ва ажойиб фактларни аниқладик.

Агар аёлга ҳамма шароитлар яратиб қўйилса, яъни туғиши учун, турмуш икир-чикирларидаги барча талабларини кондирувчи хизматкор ва оқсочлар ёллаб қўйилса (овқат пишириш, супур-сидир, кир ювиш, болаларга қараш ва ҳоказо), у ҳолда биз қаршимизда эллик ёшда ҳам худди ўттиз ёшлардагидек аёлни кўрамиз.

Лекин қулай шароит бўлмаса ва бу аёлнинг зиммасига доим овқат пишириш, кир ювиш, дазмол қилиш, бир этак болаларни парваришлаш юклаб қўйилган бўлса – бу аёллар ёшларига нисбатан анча қари кўринишади. Бизни уларнинг зиммасидаги қийинчиликлар қизиқтирмайди, бизни нима учун кўп болали аёллар жисмонан анча ёш ва жозибалироқ кўриниши қизиқтиради.

Икки-уч фарзанд кўрган аёллар билишади, ҳомиладорлик даврида уларда қандайдир бошқача маҳсулотларга нисбатан талаб пайдо бўлади. Лекин ҳаммадан ҳам қизиғи шуки, агар ҳомиладор аёл ёш бўлса, бу унча яққол кўзга ташланмайди, сезилмайди.

Лекин аёл қирқ-эллик ёшида ҳомиладор бўлса, ғаройиб маҳсулотга талаб уларда жуда кучли ва маҳсулотларнинг тури ҳам кенг кўламли бўлади. Чунки аёл организмида соғлом фарзанд дунёга келтиришнинг, яратишнинг махсус стандарти генетик тарзда жойлашган. Соғлом бола яратиш учун эса жуда кўплаб миқдорда турли хил «қурилиш материаллари» талаб этилади. Агар соғлом аёл организми миқсолида айтадиган бўлсак, унга мутлақо соғлом бола туғиш учун қандайдир элементлар етишмаса, аёлнинг бошида қисқа туташув кўринишидаги механизм ишга тушади, у бугун зудлик билан НИМАНИДИР топиши керак. Бу аллақандай экзотик, ҳатто умуман еб бўлмайдиган нарса бўлиши ҳам мумкин.

Чунки аудиторлик маркази зарур бўлган, етишмаётган микроэлементларнинг ўрнини тўлдиришга мажбур қил-япти. Бунинг натижасида эса аёл организми кескин равишда ёшариб кетади.

Агар бизларнинг ҳар биримиз ўзимизнинг шахсий микроэлементларимиз тўпламини тартибга келтириш билан мунтазам шуғуллансак, барчамизнинг жисмоний ёшлигимиз узоқ йилларгача сақланиб қоларди.

Буни қандай амалга ошириш керак? Ҳар доим ҳомиладор бўлиб юришнинг иложи йўқ – бу аёллар учун анчайин машаққатли, кафолатсиз жараён, эркаклар учун эса умуман амалга ошмайдиган иш. Лекин буни балчик билан даволашга алмаштириш мумкин. Болгар тилида балчик билан даволаш «калолечение» деб номланади. Ҳаттоки тери учун бутун бошли кремлар тўплами ҳам бор ва улар «Калодермо» деб номланади. Ўқийсану ўйланиб қолсан – ушбу «ахлат» учун шунча пул тўлашга тўғри келса-я?!

Тагин, ўтган асрнинг 90-йилларида, биз организмга керакли барча моддаларга эга бўлган махсус пластир ишлаб чиқармоқчи бўлгандик. Лекин буни амалга ошира олмадик. Чунки бундай пластир жуда қимматга тушиб кетди, одамлар эса уни сотиб олиш имконига эга эмас эди. Хўш, мазкур пластир қандай тайёрланган эди? Бу юпкагина тўртбурчак, шаффоф целлулоид плёнкалардан иборат бўлиб, улар олтин, кумуш, мис, алюминий ва организм учун муҳим бўлган микроэлементлар билан чанглантирилганди. Уни терига ёпиштириб қўйгач, бир суткадан кейин ечиб олиб қарасангиз, баъзи пленкалар шаффоф бўлиб қолган бўлади.

Яъни ўтган вақт ичида организм ўзи учун муҳим бўлган моддаларни шимиб олади. Биз турли касалликлар билан оғриган бир гуруҳ мижозларни тўплادик ва уларни кузата бошладик. Бир суткада улар организми нимани шимиб олаётганини тадқиқ қилдик.

Кимгадир мис етишмасди, кимгадир кумуш. Айрим табиатан хасис ўртоқларимизга эса тилла етказиб бўлмасди. Кейин микродозаларда етишмаётган элементларни бера бошладик.

Кўрдикки, бу одамлар кескин тарзда ўзларини яхши ҳис қила бошлашди. Уларни безовта қилиб келган кўплаб касалликлар йўқола бошлади. Бутун организмлари яшара бошлади. Ҳар бирининг умумий ҳолати яхшиланди. Асаб тизимининг захира кучи сезиларли равишда ортиб борди.

Йиллар ўтган сайин кишида организмга микроэлементларнинг етишмаётганлигини ҳис қилиш сезгирлиги пасая бошлайди. Ваҳоланки, уларга талаб тобора кўпайиб боради. Кўп йиллар мобайнида бир хил махсулотли таомларни истеъмол қилиш одати ёш болаларга ва ҳомиладор аёлларга хос юқори сезгирликни йўқ қилиб юборади.

Ошхонангиздаги анъанавий махсулотлар сизга барча муҳим бўлган нарсаларни бера олмайди. Нима учун бундай фикрдаман? Ўзингизнинг ташки аҳволингизга бир қаранг, соғлиғингизга баҳо беринг: Бу ёғингиз осилган, у ёғингиз оғриган: демак, озикланиш рационингизни кенгайтириш лозим. Шундай моддалар борки, уларни музлаткичда сақлашнинг иложи йўқ. Шундай моддалар борки, уларни ҳеч қандай шаклда консервалашнинг ҳам иложи йўқ, чунки улар маълум вақт оралиғида, жуда тез чириш хусусиятига эга.



Узоқ умр кўриш, соғлом ва бахтли бўлиш учун организм тўлақонли озукага эга бўлиши керак.

Бир киши соғлом парҳез билан шуғулланишга қарор қилибди. Уч кун оч юрибди... йигирма кун. Учунчи ўн кунликнинг охирига келиб бирдан қорни бураб қолибди. У хайрон, қанча вақтдан буён ҳеч нима емаётган бўлса, бу нимаси энди? Бир бутанинг панасида кучаниб ўтирса, бирдан нимадир чапиллаётганини эшитиб қолибди. Бу нима? Атрофга аланглабди – ҳеч ким йўқ. Ўзининг остига қараса, ўзининг думбачаси ўт чимдилаётган эмиш.

Шифобахш лой нима? Бу балчик, бу беҳисоб ўлик организмларнинг дастлабки элемент таркибига айланиши. Оч одамнинг думбачаси ўтларни ейишга тушгани сингари сиз

нинг организмгиз ҳам, кадрли китобхон, агар ўзига нимадир етишмаса, зарур нарсаларни тери орқали шимиб олади. Ишлатиб бўлинган элементларни ҳам айнан тери орқали чиқариб ташлайди.

Бизнинг теримиз – бу миллиард оғизлар ва яна миллиардлаб чиқарув тешиклари дегани. Бу оғизларга озиқланиш имконини беринг, улар бунга бефарк қолишмайди. Қуёш нурлари билан озиқланишсин. Ошқозон орқали эса ўзингиз овқатланинг, шунда ҳам имкон борича хилма-хил таомларни истеъмол қилинг.

Шифобахш лой жинсий қувватга яхши таъсир этади, уни кучайтиради. Сиз эса бу жинсий қувват кучидан оқилона, саводли фойдаланинг, бир қисмидан тўғридан-тўғри ўз вазифаси йўлида, бир қисмидан спортга, бир қисмидан илмга, бир қисмидан бизнесни кенгайтириш йўлида фойдаланинг. Ҳамма хурсанд, ҳаммага етади.

Мен атайлаб ҳаммасини очиб ташламаяпман. Ўзингиз билан қизиқа бошлашингиз учун, мен Сизга мўлжални кўрсатаяпман. Бугунги кунда маълумотлар чексиз, сон-саноксиз. Айниқса Интернетда. Изланг, топинг, ўқинг, мутахассис билан маслаҳатлашинг, ўзингизда синаб кўринг.

Мисол учун «Аюрведа»ни олайлик.

Сиз ўзингизнинг мизожингиз қандай эканини ўрганиб чиққанмисиз? Жисмоний танангизнинг мизожи? Нам, исик, совуқ, курук дегандай?! Йўқ, дейсизми? Сиз айнан шу сабабли ўзингизнинг ярим кучингизни йўқотишингиз мумкин. Мисол учун айна дамда Сизда олов йўқ, Сиз эса бу пайт овқат еяпсиз. Мана шундан кейин озиш ўрнига сизнинг вазингиз орта бошлайди. Нима учун?

Оддий қиёс. Сиз олов ёқишни бошладингиз. У энди-энди ёна бошлади, Сиз эса унга белкурак билан тупроқ ташлашга киришдингиз. Олов ёнишда давом этадимиз? Овқат билан ҳам худди шундай.



Бир хил таомнинг ўзи сутканинг турли пайтларида истеъмол қилинганда организмгизга турлича, ҳатто қарама-қарши таъсир этиши ҳам мумкин.

Агар Сиз ўз мизожингизни билмасангиз, Сиз учун нотаъиниш бўлган таомнинг ўзингизга қандай таъсир этишини била олмайсиз. Мизож тўғридан-тўғри қон гуруҳи билан боғлиқ, қон гуруҳи эса тўғридан-тўғри феъл-атворга боғлиқ. Сиз учун индивидуал меъёр ва ўлчовни ҳеч ким амалга ошира олмайди.

Нима ейшингиздан, қайси рецептни ишлатишингиздан қатъи назар, бу Сизга қандай таъсир этаётганини кузатинг. Қон гуруҳини умр давомида бир марта аниқлаш мумкин, лекин мизожни бир умрга бир марта аниқлаб олишнинг иложи йўқ.

Ёшликда одам исик, қайноққон, улфатлар, ўйин-кулгулар – бу мизожнинг битта кўриниши. Қариликда эса ҳаммомпиш ўйнаб ўтирасиз. Ўйин-кулгу ҳам, кўз камаштиргудек машиналар ҳам эътиборни тортмайди, юрагингизга сиғмайди. Мизож бутунлай бошқача бўлиб қолади. Лекин бу нарсаларнинг Сизга алоқаси йўқ, кадрли китобхон! Сиз абадий ёш ва соғлом бўлиб қоласиз! Албатта, агар бу борада жиддий шуғуллансангиз.

VI ВАЗИФАСИ

Демак, кадрли китобхон, бу бўлимнинг уй вазифасига ўтамиз. Эслатиб қўяй, берилган уй вазифасини бажариш шарт! Айтишади-ку: «хукм қатъий, шикоятга ўрин йўқ», – деб.

Уч ой мобайнида таҳлил қилинг, қайси таом Сизни тажовузкор, қайси бири кучсиз қилиб қўйди, қайси бири эса куч беради, қайси таомдан кейин уйкуга тортади, ҳаммасини таҳлил қилиб боринг. Олдингизда турган вазифа – Сизни кучли қиладиган ва кучсиз қиладиган маҳсулотлар ва таомларни аниқлаш. Уч ой мобайнида кундалик тутиб, уйга овқатдан олдин ва овқатдан кейин ўзингизни қандай ҳис қилаётганингизни юз балли шкала бўйича ёзиб боринг, яъни масалан: «20 декабрь. Нонушта пайти. Кайфият 90 фоиз. Жинсий муносабат билан машғул бўлишни хоҳлайман. Сметанали чучвара едим. Кайфиятим 110 фоиз. Яна кўпроқ жинсий муносабат билан машғул бўлишни хоҳлайман» тарзида.

Уч ой тугаганидан кейин Сиз баъзи бир қонуниятларни сезиб қоласиз. Сўнгра Сизга тетиклик, ижобий ҳолат бағишловчи маҳсулотларнинг рўйхатини тузиб чиқинг.

Ўз рационингизни кенгайтиринг, турли давлат ва халқларнинг таомларидан қўшиб боринг. Ҳафтасига икки кунни Ҳинд ва Хитой ошхонасига ажратинг. Агар ҳозирча ресторанга боришнинг иложи бўлмаса, уйда таом тайёрлашни ўрганиш мумкин.

Овқатланишнинг турли усуллари ўрганинг ва уларни амалда қўллай бошланг. Натижаларини кундаликка қайд қилиб боринг.

Шифобахш лой ҳақида ўқиб чиқинг. Шифобахш лой қисмини ўтанг.

УЧИНЧИ ТЕПКИ Тана ишга!

Муаллиф қутилмаганда кўзгуни китобхонга рўбарў қилиб қўяди. Китобхон буришади, типирчилайди ва бу рамкадан қараётган кимса – ўзи ким, тушунмадик дегандек ўзини тутди. Ана шундан кейин қирмиз яноқли, соғлом ҳаёт тарзининг фойдаси ҳақидаги маърузага эга бўласиз.

Эркак китобхонларимиз эса сув муолажалари нима учун кераклигини билиб олади, спорт – бу ҳаётнинг барча гўзалликларини, шу жумладан қарама-қарши жинс вакилларини ҳам севиб қолишнинг энг аъло усули эканлиги ҳақида билиб олади. Давомига муаллиф бир нечта қизиқарли ва сабоқ бўладиган воқеаларни баён этиб беради.

Бўлим охирида китобхон тана парвариши билан боғлиқ вазифага эга бўлади. Ундан кейин эса ўтириб туриш машқларига ўтади.

Хўш, кадрли китобхон. Сиз ҳали ҳам шу ер-дамисиз? Аввалги уй вазифаларини бажардингизми? Агар бажармаган бўлсанг – шу хатбошини ўқиб тугатинг-да, аввалги бўлимларга қайтинг. Олдинги бўлимларнинг барча топшириқларини бажаришни бошламагунингизча, китобнинг бу ёғини ўқиш МАН ЭТИЛАДИ.

Уй вазифаларини бажаришни истаган муддатга орқага ташлаш ҳам ман этилади. Сизга битта самарадорликни тунтириб ўтаман. «Янги бошлаганларга омад ёр бўлади» деган гап бор-ку. Демак, агар Сиз уй вазифасида берилганидек, дарҳол ўз устингизда иш бошласангиз, барча машқлар Сиз учун ўн баробар энгил кечади. Лекин Сиз, аввал ўқиб бўлай, ана ундан кейин бошқа ишлар бўлаверади, деб ҳаммасини кейинга қолдира бошласангиз... ўзингизни алдаган бўласиз... Берилган вазифаларнинг юкмаси ўн баравар ошиб кетади. Энди эса Сизга савол: Ҳозир, ҳали ҳаммаси жуда энгил пайтда ўзингизни мажбурлай олмасангиз, оғирлик ўн баробар кўпайган пайтда қандай қилиб ҳаракат қилмоқчисиз?

Шундай экан, кўшиқ айтганча олға! Дастлаб биринчи бўлимдаги энг енгил машқларни бажаришдан бошланг, шундан кейин рухланиб, қанот чиқаргач, учишда давом этинг.

Бу бўлимда Сизлар билан танангиз ҳақида суҳбатлашмоқчиман. Қадрли китобхоним, ўзингизнинг ёшлик даврингизни эслаб кўринг. Айтишади-ку, «қадамидан ўт чакнайди» – деб, қандай тетик, кувноқ, хушчақчақ бўлган пайтларингизни эсланг. Буларнинг ҳаммаси қаёққа йўқолди? Нима учун йўқолди? Чунки, тахминан 24 ёшгача ҳаётнинг кўплаб тармоқлари ўз йўналиши бўйича оқаверади.

Бу ёшгача инсоннинг жисмоний, гормонал потенциали анча юқори бўлганлиги сабабли у шўхлик қила бошлайди, сабабсиз ўйнаб-қуйлашга тушиб кетади, унга ҳаёт жуда ажойибдек туюлади.



24 ёшдан бошлаб физиологик қариш жараёнлари бошланади

Фикримга кўшилмасизми? Ёки кўшилмайсизми? Мен ҳам бу фикрга кўшилмайман, лекин бу билан 20 ёшли бўлиб қолмаяпман. Шу даврдан бошлаб ақл-идрокнинг, руҳиятнинг, ироданинг қариллик билан кураши бошланади. Инсон барча жабҳалардаги йўналишлар бўйича пастлай бошлайди.

Сизда ички адвокат пайдо бўлганини сездингизми? Ўз хатти-ҳаракатларингиз ҳақида, нима гапирсангиз ҳам, қандай фикрласангиз ҳам – Сиз доим ҳақсиз. Ҳатто Сиз ҳаракат қилмай, қимирламай, ўзингизни ақл бовар қилмайдиган фикрлар билан овунтирганча, об-ҳаводан, кўни-қўшнилардан, бутун оламдан нолиб ётсангиз ҳам – Сиз доим ҳақлигингизча қолаверасиз.

Сизнинг онгингиз «албатта Сен ҳақсан, худди шундай иш тутавер» деб туради. Ва агар биз шу зайлда қарилликка

қарши иш тутувчи одат, хатти-ҳаракат, ирода кучи ёрдамида мажбурлашни онгли равишда яратишни бошламас эканмиз, биз ўзимиз ҳам сезмаган ҳолда, вазмин, оқил, хотиржам, мижғов чолга айланамиз-қоламиз.

Киши 49 ёшдан ошгандан сўнг, у ҳақиқий мижғов чолга айлана бошлайди. Шу чегарадан у ёғига қариллик илллати дейилади. Сизга ҳаммаси тушунарлими, бошланғич палладаги мижғов чоллар?

Тушунсангиз-чи, азизларим, биз ҳеч қачон ўз-ўзидан фаол бўлиб, ўз-ўзидан куввати ошиб-тошиб турган одамга айланиб қолмаймиз.

Агар 24 ёшгача ҳиссийлик-эмоционаллик, оптимистликни Сизга жисмоний тана ва юқори гормонал асослар бериб турган бўлса, энди эса ҳаммаси бутунлай тескари бўлади, тана энди Сизга анча ёмон кайфият, анча тушқун ҳолат бахш эта бошлайди.

Кўпинча Сизда атроф-муҳитни хотиржам кузатиб, у ердаги одамлар қандай ўйнаб-қулиб, қувнашаётганини томоша қилиб ўтириш истаги пайдо бўлади. Бу пайтда Сиз ўзингизни эрта-индин албатта бирон нима билан шуғуллана бошлайман, худди серғайрат ёшлик даврларимдагидек, деб юпатасиз, ҳозирча эса атрофдаги ҳаёт оқими қандай қилиб ёнингиздан ўтиб бораётганини томоша қилиб ўтириш билан кифояланасиз.

Ички емирилиш, психоэмоционал яъни, руҳий-ҳиссий қариллик ҳаётингизга сездирмасдан, жуда айёрона кириб келади. Қариллик бирданига бостириб келмайди. Гўё сиз навкирон бўлиб юриб-юриб, ажойиб тонгларнинг бирида уйғониб қарасангиз – чол бўлиб қолгандайсиз. Қариллик 24 ёшдан кейин бошланади ва ривожланишда давом этади.

Ички дунёнгизда ҳозирги пайтингиз билан ўн саккиз ёшлик даврингизни солиштиргандаги фарқни сезиб, уни аниқлашга ҳаракат қилинг. Агар Сиз оқим бўйлаб сузаётган бўлсангиз, у ҳолда бироз фурсат ўтиб Сизнинг танангиз,

Сизнинг фикрларингиз қандайдир фурсат сувга чўкмайди. Нимага шама бўлганини тушундингизми? Нима сувда чўкмасди?



Йигирма тўрт ёшдан бошлаб танангиз интеллект томонидан, ирода кучи ва руҳият томонидан тепки еб туриши керак, токи у зарур кувват ишлаб чиқара бошламагунча!

Сизга ижозатингиз билан бир воқеани гапириб берсам. Менинг битта дўстим бор. Бу аёл мен учун руҳият кучи, ўз устида ишлаш борасида жуда катта ҳурматга сазовор. Шундай, бўйи бир ярим метр атрофидаги ажойиб бир хоним.

У экстремал бодибилдинг бўйича жаҳон чемпиони, икки карра жаҳоннинг вице чемпиони, Европа чемпиони, тўрт карра Россия чемпиони ва кўплаб нуфузли мусобақаларнинг ғолиби. Экстремал бодибилдинг энг максимал мушаклар вазни дегани, бу – танани чиниқтиришдаги энг юқори чўкқи дейиш мумкин.

Лекин Сиз кўз олдингизга аёл қиёфасидаги гиппопатамни келтирманг. Йўқ. Унинг қадди-қомати жуда ҳам қойилмақом, одатда бунақалар ҳақида «унга Худо ҳамма нарсани кўш қўллаб берган» – деб гапиришади. Айтгандай, эркаклардан ҳам тинчлик йўқ. У чемпион ва гўзал аёл бўлибгина қолмасдан, иқтисодий-жиддий томондан ҳам жуда бакувват.

Унинг бир нечта нуфузли савдо дўконлари бор. Бугунги кунда у бодибилдинг бўйича Россиянинг энг қиммат нархли мураббийларидан. Мен атайлаб унинг спорт соҳаси ва иқтисодий соҳадаги ютуқларига урғу беряпман.

Менинг қадрли, ҳамма нарсани биладиган ва ҳамма нарсани тушунадиган билагонларим, эҳтимол эътироз билдирмокчи бўлаётгандирсиз. «Албатта, у болалигидан шуғулланган, бой ота-онанинг фарзанди бўлган ва ҳоказо». Йўқ, топа олмадингиз! Унда ҳаммаси бошқача бўлган.

У бодибилдинг билан спорт учун эмас, оёққа туриш учун шуғуллана бошлаган! У аёл оёқларининг тизза косаси йўқ. Автоҳалокатдан кейин у узоқ вақт умуман юра олмай қолган – оёқлари икки томонга айланиб кетаверган. Бунинг устига оёғидаги доимий оғриқлар уни азоблаган. У вақт ўтиши билан бир нарсани сезиб қолган, қачонки нимадир чайнаб турса, оғриқлар биров босилгандек бўларкан.

Бора-бора доим нимадир еб ўтириши натижасида, шундай паст бўйлик бўлиб, юз килога яқин вазн тўплаган. Унинг ўзи: «Мен ётмасдим, турмасдим, шунчаки бир жойдан иккинчи жойга юмалардим» – дейди. Эри ташлаб кетган. Биринчи гуруҳ ногирони. У ўзи хоҳласа ҳам квартирасидан ташқарига чиқа олмасди, чунки кўп қаватли уйнинг пиллапояларидан туша олмасди-да. Фақат ошхонагача деворни пайпаслаб, зўрға бориб келарди, холос.

Уйда ёлғиз ўзи қолган, фақат ижтимоий хизмат ходимлари ҳафтада бир марта озиқ-овқат маҳсулотлари олиб келиб беришади, холос. Ўша пайтда тушган суратига қарасанг, бир яримга – бир ярим метрли тоғдек ёғ уюми. Бир гал шиппагини киймокчи бўлганида, ўзининг ёғи босиб қолиб, сал бўлмаса бўғилиб қолай деган.

Шундай кунларнинг бирида кимдандир, ўзларининг кўп қаватли уйлари олдида спортзал борлиги, у ерда бодибилдинг билан шуғулланишлари ҳақида эшитиб қолади. Шунда у «Балки шуғулланишни бошласам оёғимдаги мушакларимни тиклаб оларман» – деб ўйланиб қолади. У спортзалга келиб шуғулланиш учун рухсат сўраганида у мураббийдан «жинни-хона қўшни кварталда жойлашган!» – деган жавобни эшитган. Лекин у барибир спортзалга мунтазам қатнай бошлаган.

Албатта, аввалига ўзи юра олмасди, унга одамлар ёрдам беришарди. У билан ҳеч ким шуғулланишни хоҳламасди. Жонсиз ёғ уюмининг кимга ҳам қизиғи бор дейсиз. Ва у ўзича шуғуллана бошлаган. Икки ярим йил мобайнида, спортзалда унинг ўз бурчаги бўлган. Ўша ерда ўзича бир-икки ҳаракатни бажарган бўларди-да, кучи етмай, ҳолсиз ёнбошлаб қоларди.

Ногиронлик, соғлиқдан маҳрум бўлиш, ёлғизлик... Лекин у оёққа турди, спорт билан шуғулланишни бошлади, соғлигини тиклаб олди. Чемпионатда қатнашиш ҳақида ҳеч қачон ўйламагани ҳам, шунчаки ундан қатнашиб кўришни илтимос қилишди. Ана ўшанда... у чемпион бўлди. Кейин эса ўз бизнесини очди, моддий таъминланган аёлга айланди.

Ҳақиқий киролича! Фикримга қўшиласизми? У қўл етмас шохсупада, бошқа аёллар билан уни ҳатто таққослаб ҳам бўлмайди, унинг олдида бошқа ҳамма аёллар кўримсиз бўлиб қолади. Лекин у илк қадамларини қаердан ва қандай бошлаганди? У тубсизликда эди, базўр ҳаракатланадиган ёғ уюми эди, яна биринчи гуруҳ ногирони ҳам.

Ёлғиз ва унутилган, ҳамма юз ўгирган аёл. Ва бугунги кунда у – энг обрўли хонимлардан бири. Бу аёл ўз тақдирини ўзи яратди. Энди савол, у биринчи қадамни ташлаган дастлабки йўлнинг боши қандай эди? Дейлик, у ўз танасини, руҳиятини ўзи илҳомлантириши мумкинмиди?

Йўқ. Тана жуда аянчли аҳволда эди. Устига-устак олдинда фақат ўлим кутиб турган маҳкум инсоннинг тушқунлиги. Охирги бир неча ойларда у иккинчи қават деразасидан термулганча, ўз жонига қасд қилиш учун қандай қилиб, йўлнинг нариги бетига юмалаб ўтсам экан, деб ўйланиб ўтирарди.

Уни ақл-идроки қутқариб қолди! У ўз ақл-идроки орқали иродасини ишга солди, руҳиятини ва ўз танасини қандай кўришни хоҳласа, шундай бўлишга мажбур қила олди.

Агар Сиз ўз танангизни 24 ёшдан кейин 18 дан 24 ёшгача қандай бўлган бўлса, худди шундай бўлишга мажбурламас экансиз, у ҳолда танангиз аста-секинлик билан ўтган йилда ўлган қаламушнинг шаклига, рангига ва ҳидига эга бўла бошлайди.

Навқиронлик ҳолатингизни эсланг, уни ўзингизга мажбурлаб тиқиштиринг. Ўз-ўзидан ҳеч қачон, ҳеч нарса юз бермайди. Сиз ўз-ўзидан улкан куймучингиз ва мешдек осилиб тушган қорнингиз пайдо бўлиши ҳисобига ақлли, кейин янада ақлли, ундан кейин супер ақллироқ бўлиб борасиз, холос.

Миждов чол-кампириликнинг эталони. Теварак оламдаги турли-туман эсипаст ва аҳмоқлар турли жойларга сайёҳатлар уюштириб, экскурсияларга боришларини, мияси йўқ аҳмоқлар эса ўйнаб-кулиб, қўшиқ куйлашларини телевизор олдида ўтирибгина томоша қилишади. Ёки улар «Энди менда ҳаммаси ўтмишда қолиб кетди, мен энди рақсга ҳам туша олмайман, умуман олганда мен чарчадим ва ухлашни хоҳлайман» – деб ўйлашади.

Марҳамат қилиб, онгингиздаги қарилликни қидиринг. Фарқни излаб кўринг: Сиз ҳаётнинг қайси жабҳаларида ўзгардингиз? Ўзингизнинг ички дунёнгизга диққат билан боқсангиз, аллақачонлар у ерда маънавий тушқунлик деб аталмиш қариллик илллати чуқур ўрнашиб олганини кўрасиз.

Нахотки, Сиз идеал қомат эгаси бўлишни хоҳламасангиз, менинг шалвираб қолган кадрдонгинам? Ёки Сизни ёғ босган деб улуғлайликми? Шуни хоҳлайсиз-ми? Лекин тана ўз-ўзидан ажойиб бўлиб қолмайди. Уни машқ қилдириш керак. Гап ҳозир Сизнинг жисмоний гўзаллигингиз ҳақида бормаяпти. Ҳозир гап Сиздаги қўшимча ишлаб чиқариладиган куч ҳақида боряпти!



Учта манба куч ишлаб чиқаради ёки уни тортиб олади. Тана – куч беради ёки қарзга кун кўради. Ақл-идрок – куч ишлаб чиқаради ёки хайрия ёрдамини қабул қилади. Қалб – куч ишлаб чиқара бошлайди ёки грант сўраб тиланчилик қилади.

24 ёшдан кейин ҳаммасини ўз ҳолига ташлаб қўйсангиз, танангиз қалбингизнинг гарданига ўтириб олади. Кейин мазах қилганча: «Қани, мажбурлачи мени, мажбурлашга уриниб кўр!» – дейди. Шундай кун албатта келади ва Сиз энди танангизни мажбурлай олмай қоласиз. Кейин унинг фикрларини тасдиқлаганча, барча истакларини бажаришга тушасиз.

Ялқовликка қарши тура билиш учун кишига юқори эмоционаллик ва юқори қувват керак. Ирода орқали, ақл-идрок орқали танага ишлов бериш лозим! Ана шундан кейин бироз вақт ўтиб тана қўшимча куч, қўшимча ишонч, қўшимча тетиклик бера бошлайди. Ва Сиз ўзингизнинг ҳаммадан кучли эканингизни ҳис этасиз.

Лекин, агар ҳаммасини ўз ҳолига ташлаб қўйсангиз, барча орзуларингиз тагига олди, деяверинг. Чунки тана емирила бошлайди, аста-секин, лекин тўхтамасдан. Сиз эса кўпроқ ўзингизни чўпчаклар билан овута бошлайсиз, аллалай бошлайсиз. Бунисининг Сизга қизиғи йўқ, бошқаси жонга тегиб кетди, учинчисидан эса безор бўлдингиз. Нима учун ёшлиқда Сизга қувонч бағишлаган нарсаларингиз ҳозир Сизга қизиқ эмаслиги борасидаги фикр-мулоҳазаларингиз – ўз-ўзини алдаш, холос.

Ўз-ўзини алдаш – бу Сизнинг ўзингиз ҳам қаттиқ ишонадиган ёлғон. Бу орада эса тана чиришда давом этади. Сиз эса мўмиёга айлана борасиз ёки мумияга, қайси бири Сизга қулай бўлишига қаранг.

Ҳатто йиллар ўтган сайин ёшлиқдагига нисбатан янада яхшироқ, янада сифатлироқ бўлиб борадиган интеллект ҳам, англаб етиш ҳам, меҳр-муҳаббат ҳам – ҳаммаси бефойда, чунки тана тобора баттардан-баттар аҳволга тушиб боряпти, энди кўпроқ тана Сизни истакларингиз ва ҳис-туйғуларингизни бошқаряпти.

Азизим, келинг, ўз ишларимиз ҳақида ҳам гаплашамиз. Бизнесда энг муҳим нарса нима ҳисобланади? Моддий даромадга эга бўлишми? Маълум бир мақсадларга эришишми? Ният қилишми? Лаззатланишми? Ўзига нисбатан ишонч муҳимми? Муҳаббатми? Балки, ўзингизни кўз-кўз қилиш муҳимроқдир? Ён томонга узатилган қўлларингизни бошингиз узра шундай кўтарингки, улар бошингиз устида бирлашсин. Қўлларингизни бошингизга қўйинг демаяпман, уларни юқорига, шифтга қараб чўзинг. Шундан кейин чап қўлингизни 45 градусли бурчак остида чап томонга, ўнг қўлингизни 45 градусли бурчак остида ўнг томонда ушлаб турунг. Қўлингизни мушт қилиб тугинг. Бош бармоғингиз эса керилган ҳолда очик бўлсин. Мушт қилиб тугиб, ёнга узатилган қўлларингиз шундай жойлашсинки, бош бармоғингиз пол томонга қараган бўлсин. Шу алпозда 5 дақиқа турунг.

Ҳозир Сизга бойлик билан камбағаллик орасидаги, бахт ва бахтсизлик ўртасидаги, бузғунчилик ва бунёдкорлик ўртасидаги фарқни кўрсатиб бераман. Қўлларингизни шу ҳолатда ушлаб туришга мажбурлаш учун қайси куч, қайси туйғуни қўллаганингизни эслаб қолинг.

Буни ўзингизнинг пул ишлаб чиқарадиган машинканингиз деб ҳам аташингиз ҳам мумкин – ишлаб чиқарадиган, ҳаракатга келтирадиган, яратадиган. Бинобарин сиз эриш-

ган кувонч, соғлик, бахт ва муваффақият уларни эришган – қайси куч, қайси туйғу ҳисобига қўлга киритган бўлсангиз, ана ўша куч, туйғулар ҳисобига яратилади.

Қўлларингизни пастга тортаётган туйғулар ва Сизнинг бу туйғуларни кўнглини топиш истагингиз – бу субстанция, шу сабабли ҳаётда касалликлар, муваффақиятсизликлар, бахтсизликлар, дилхираликлар, дарғазабликлар пайдо бўлади. Мана сизга икки хил туйғу. Бу туйғуларнинг қайси бири сизга афзалроқ. Фақат тўғриси айтинг.

Сиз ҳозиргина ўзингиз билан танишиб олдингиз. Сиздаги бир туйғу – ютуқ, муваффақият, бунёдкорлик, ижод, нима истасангиз ҳаммасини муҳайё қилиб берувчи фаровонлик манбаи. Бошқа бири – биздаги барча кулфатларнинг негизи, ҳаётда рўёбга чиқа олмаслик, ёвузлик квинтэссенцияси. Қўлларингизни туширинг.

Марҳамат қилиб айтинг-чи, қалбингизда икки хил туйғуларнинг кураши рўй бердими? Қайси бирига кўпроқ хайрихоҳ бўлдингиз. «Амрингизга мунтазирман, ҳукмдорим!» дея, қўлларни тушириш истагига, тўғрими? Ҳаётда барча рўёбга чиқа олмасликларнинг илдизи мана шунда. Айнан мана шу – жаҳолат, нодонлик туйғусидир.

Муқаддас китобларнинг бирида айтилган, инсон маҳшаргоҳга тушганида, жаннатга ёки дўзахга киришини унинг ўзи танлар экан.

У ерга тушиб қолган мавжудот бу ғаройиб жойларга кўз югуртирар экан, барча ранглари билан жилваланиб турган уфқдаги камалакни кўради, у гўзал уфқ томондан таралаётган чиройли куйни эшитади, унинг димоғига шундай муаттар ҳидлар таралапти!

Бу дўзахнинг ташқи қобиғи. Ва жуда кўп одамлар кўрганларига маҳлиё бўлиб у томонга қараб юрар экан. Жаннат эса ўзининг ташқи кўринишидан шунчалик кўримсиз эканки, уни фақат юрак билан ҳис қилиш мумкин экан. Нимага шама қилаётганимни тушунапсизми?



Минг-минглаб одамлар четдан чиройли кўринган томонга қараб юрганча, жаннатнинг ёнгинасидан, пайкамасдан ўтиб кетишади!

Сизга бу вазият танишми? Бу ҳиссиётларнинг қайси бири ёқимлироқ: ушлаб турган пайтдагисими ёки туширган пайтдагисими? Уларнинг қай бири манзур ва маъқул – дош беришми ёки енгилишми? Ҳаётда аксарият ҳолларда қандай йўл тутамиз?

Қай бири яхши, айблаш осонми ёки тушуниб етишми? Қай бири енгилроқ – севишми ёки ёмон кўришми? Қай бирини айтиш енгилроқ: – зиммангизга моддийлаштириш, ҳаракат қилиш мажбуриятини юклайдиган «Севаман» деган сўзними ёки Сизга ҳеч қандай мажбурият юкламайдиган, нафратланиш, ёмон кўришними? «Сени кўргани кўзим йўқ, сен эшшаксан!» – дейиш бу ўз зиммасига мажбурият олишни истамасликнинг айнан ўзидир. Севиш, яратиш – бу меҳнат қилишга мажбурлайди. Ёмон кўриш, нафратланиш – бу пассивлик, вакуум, бўшлиқ ортидан келиб чиқувчи ички ёвузликнинг ташқи томондан намоён бўлишидир.

Ва инсон: «Об-ҳаво яна айниди, одамлар бўлмағур бўлиб кетди, бу дунё ўзи қаёққа қараб оғиб кетяпти!» – деб ўйлай бошлайди.

Аввалги бўлимларда сизга гапириб ўтган икки гуруҳ талабаларимиз ёдингиздами? Мен у ерда тажриба гуруҳидагиларнинг тез орада банкрот бўлишганини, назоратдаги гуруҳ эса ҳатто ўзининг бизнес лойиҳасини тузишга ҳам киришмаганлигини айтиб ўтган эдим. У ёғига нима бўлганини билишни истайсизми?

Ҳаммасидан қизиғи энди бошланди.

Биринчи ва иккинчи гуруҳдагилар ўзларининг хатти-ҳаракатлари билан бир-бирдан кескин фарқ қила бошлашди. Биринчи назоратдаги гуруҳда машғулотлар кечкурун соат саккизда тугайди, беш-ўн дақиқадан кейин аудиторияда уларни ҳеч қачон тополмайсиз. Чунки уларнинг ишлари, режалари бор ва улар бирпасда тарқалиб кетишади. Тажриба остидаги гуруҳда эса машғулотлар тугайди – лекин уларнинг бирортаси ҳам кетишга шошилмайди. Ярим кечаси мен у дарсхонадан бу дарсхонага кириб, йўлакнинг у бошидан бу бошига қатнаб тинкам қуриганидан уларга қараб бакира бошлайман: «Кетасизларми ёки йўқми?! Машғулотлар тўрт соат олдин тугаган!!!»

Мен уларни койиб уришардим, танбех берардим, лекин ўзим бахтиёр эдим!

Уларнинг ҳаммаси банкрот бўлишди. Нима учун? Чунки биринчи марта очиладиган ташкилот, ҳар доим реал тажрибага эга бўлмаган ҳолда, идеализм, фантазиялар асосига қурилади. Бу чўпчак ташкилот, кумдан қурилган қаср. Кумдан бунёд бўлган қаср эса қулаб тушиш хусусиятига эга.

Биринчи гуруҳдагилар эса хотиржам эди. Чунки улар олдиларига вазифа қўйишган: «Келинлар, олдин икки йиллик ўқишимизни тугатиб оламиз, ана ундан кейингина ҳаракатни бошлаймиз». Улар ҳам банкрот бўлишади. Лекин улар йиқилган пайтда ёнларида «Баракалла! Биринчи уриши билан табриклайман!» дейдиган тажрибали устозлар бўлмайди.

Ёнида қўллаб турадиган одам бўлмагач, уларнинг кўпчилиги бир марта йиқилгач, қайта ўрнидан тура олмайди. Уларда «Мен ғолибликка, ҳеч нимага ярамайман», «Мен лойиқ эмасман», «Мен ожизман», «Менинг кўлимдан ҳеч нима келмайди» сингари тушкун хаёллар пайдо бўлади. Ва улар энди худди тепадаги гижжа сингари, ёлланма ишга ўзларини уришади. Эрталаб у ёққа ўрмалашади, кечкурун бу ёққа ўрмалашади.

Одам қуллик шароитига кўникиши учун ёлланма ишда уч-тўрт йил ишлашининг ўзи етарли.

У ўзини ишлаётган қилиб кўрсатишдан, юз ифодасини етарлича ақлли эмас қилиб кўрсатишни машқ қилишдан, ўзини ўйлаётган қилиб кўрсатишдан ва «Шрек» мультфильмидаги мушук сингари шляпасини бостириб олганча раҳбарнинг кўзига итоаткорона термулишдан лаззат топа бошлайди.

Бор-йўғи шу. Ва сен товада эриётган сарёғ сингари силлиққина сирпана бошлайсан. Лекин одам доим пастга қараб сирпанади, сирпаниб-сирпаниб ҳаётнинг нақ тубига тушади. Интеллектуал бефаҳмлик, маънавий бўшанглик, руҳиятнинг ожизлиги, ички дунёси устида ишлашдан мосуволик – ва булар натижасида инсон қуллик ҳолатига маҳлиё бўлиб қолади, унда ёлланма ишчи бўлиш ИСТАГИ ихтиёрий шакллана бошлайди.

Бу инсонга узоқ пайтларгача, токи ҳаёт деворига пешонаси «так» этиб урилмагунча болаликда қолиб кетиш қисмати битилган.



Ёлланма ишчи – бу улғаймай қолган инсон!

Нима учун? Чунки ёлланма ишчи ўз теварак-атрофидан ўзига хола, она, ота, буви, бобо излай бошлайди. Яъни унинг ўрнига ўйлайдиган, уни ҳимоя қиладиган ва унинг муваффақиятли келажagini режалаштирадиган кишиларни қидиради.

Шу тариқа инсон ўзидан анча ақллироқ, анча кучлироқ, анча истеъдодлироқ ва анча омадлироқ одамлар ҳақидаги фантазияни ўйлаб топади. Эртақ яратилди, энди бу эртақда одам қачонлардир осмондан бошига ғилдираги бор қовоқ тушган Золушканинг ролини ижро эта бошлайди.

Реал ҳаётда ғилдиракли ковоклар осмондан тушадими, албатта тушади, лекин бунинг учун қаттиқ меҳнат қилиш керак. Шу билан бирга унинг сеҳрли бўлиши эҳтимоли қандай... Ўзингиз чамаланг. Муҳтарам нуруний ёлланма ишчилар, давом этамизми?

Тажрибага жалб этилган 31 талабамиз югуриш йўлакчасига тушиб қолишган, уларнинг тўхташга ҳаққи йўқ эди, чунки улар хаёлан ортга қарагандаёқ, янада кўпроқ ҳаракатга тушиб кетишарди. Нима учун? Чунки биз уларнинг ортидан узун «бигизлар»ни қаторлаштириб қўйганча, мунтазам «санчиб» турардик-да.

Кредитга олинган квартиранинг, автомобилнинг пулини тўлаш керак. Ўзларининг янги квартираси ва автомобилларига улар жуда тез кўникаиб қолишди. Одам яхши нарсага жуда тез кўникади ва бунинг шундай бўлиши керакдек қабул қила бошлайди.

Айтгандай, одам ночорликка ҳам, ёлғизликка ҳам кўникади ва ўзининг шу шароитини ҳимоя қила бошлайди. Фикримга қўшилмасми, менинг шўрпешона ночорларим?

Нима учун тажриба ўтказилаётган гуруҳдаги талабалар уйга кетмасдан охиригача ўтиришарди? Назоратдаги гуруҳдагилардан «Саволлар борми?» деб сўрасангиз, жавобига фақат жимликни эшитасиз. Мен эса уларга: «Яхши, учта савол. Токи учта савол бермагунингизча уйга кетмайсизлар», – дейман.

Шундан кейин қуйидаги мазмундаги саволларни эшита бошлайман: «Марсда ҳаёт бўлиши мумкинлиги ҳақидаги назарий фикрларга муносабатингиз қандай?»

Иқтисодга бунинг нима алоқаси бор ахир?! Уларнинг бошлаш арафасида турган бизнесига бунинг нима алоқаси бор ахир?! Улар нега менга айнан мана шу саволларни беришяпти???

Тажриба остидаги гуруҳ талабалари эса ўзлари олдимга келишарди. Бу гуруҳдагилар бугунги кунда олдиларида турган вазифага бевосита алоқадор, реал саволларни беришарди.

«Арзон офисни қаердан ижарага олиш мумкин?», «Фондизсиз кредитни қандай топиш мумкин?», «Яхши ходимни қаердан топиш мумкин?» каби.

Ўтган сафар улар том маънодаги ақлли ғалвир эдилар! Мен уларни тушунаман. Зеро ўзимдан эси пастроқ одамга мен ҳам пул тўламаган бўларди.



Ишингни раҳбардан биров бўлса-да яхшироқ бажара олсанг, билгилки, мана шунинг учун сенга ҳақ тўлашади. Бу кучлар алмашинуви, дейилади.

Хуллас, улар реал ишлар, ҳатти-ҳаракатлар, реал муаммолар билан боғлиқ реал саволларни бера бошлашди. Энди йигитлар кумдан бино бўлган қасрни қуришмасди.

Уларнинг барчаси турли тоифадаги одамлар эдилар. Уларнинг ораларида табиатан кучли ёки табиатан ожизлари ҳам бор эди, турли хил физиологик ўзига хосликлар, оиладаги тарбиянинг ўзига хосликлари, деган жиҳатлар ҳам мавжуд эди.

Йигитлардан бири шундан жойда улғайган эдики, у ерда кўпчилик ўзининг камбағал эканлиги билан фахрланарди.

Бошқаси ўсиб улғайган жойда китоб ўқиганларни эсипаст деб ҳисоблашган.

Учинчиси эса шунақа муҳитда улғайганки, ота-онасининг унга уқтирган гапи: «Менинг бобом ахлат ташувчи – ассенизатор бўлиб ишлаган, дадам чиқинди ташувчи машина ҳайдаган, биз сантехник бўлиб ишлаганмиз, насиб этса сен ҳам оиламиз аъёнасига содиқ қоласан!» Ҳаёт йўлидан ҳаракат қилиши учун тайёр дастур.

Жисмоний имкониятлар ҳам ҳар хил. Жисмоний имконият эса интеллектуал ҳолатга бевосита таъсир этади.

Мана, масалан қорнингизни бўш қўйинг. Бўш қўядиган нарсанинг ўзи бўлса албатта. Бошимизнинг юқори қисми билан шифтга қараб чўзиламиз. Гавда қисмингизни стул суянчиғидан узган ҳолда танангизни текисланг.

Бу дунёда ҳеч ким стул суянчиғи билан бирга туғилган эмас. Бошимизнинг юқори қисми билан баландга чўзиламиз, чўзиламиз, шифтга етишга ҳаракат қиламиз. Қорин соҳаси қандай ингичкалашганини сездингизми? Энди эса юздаги асабийликни йўқ қилиб, енгил табассум қилинг, гўё сиз учун яшаш ёқимлидек. Баракалла! Доим мана шу ҳолатда юринг!

Тахминан 10 дақиқалардан кейин ўзингизга нисбатан ишонч сеза бошлайсиз, сизда бошқача кайфият, бошқача фикрлар пайдо бўла бошлайди.

Сизнинг танангиз доимо яхши кайфиятингизни ушлаб туриши учун нима қилиш керак? Ички қизиқишларингизни кучайтириш лозим. Мана шунинг учун ҳам ҳар бир кишига спорт машғулотлари керак.

Назоратдаги гуруҳ. Биз уларга спортнинг ажойиботлари ҳақида, муҳимлиги ҳақида кўп гапирганмиз. Спорт орқали ўз танамизга, иродамизни, руҳиятимизни, ўзимизнинг қалбимизни жо қилишимиз эвазига анча кучли ёрдамчи қувватга эга бўлишимиз мумкинлиги тўғрисида тушунтириб айтдик. Улардан «Тушунарлими?» деб сўраймиз. Улар бошларини қимирлатиб қўйишарди, яъни бу тушундик дегани. Уч ойдан кейин текширамыз. 5-6 та одам шунчаки қизиқишдан спорт залига икки марта борган. Қолганлари эса боришга астойдил тайёргарлик кўришаётган экан. Эҳтимол қачонлардир боришар.

Тажриба остидаги гуруҳни шахсан ўзим машғулотларга олиб келдим. Ҳафтасига уч марта уларни спорт залига йиғиб, қаратэ бўйича машғулотлар ўтказдим. Бошқа мурабий эса улар билан эркин кураш бўйича машғулот олиб борди. Бу нима учун керак эди?

Биласиз, ҳар қандай одам ҳам қийинчилик, машаққатларга нисбатан қаршилик кўрсатиш учун муайян кўникма, малакага эга бўлади: иссиққа, совуққа, жисмоний юкламага ва бошқаларга. Агар жисмоний юклама меъеридан ошса у синади, совуқ бўлса шамоллайди, жазирамада уни иссиқ уради. Лекин бу борадаги имкониятларни кенгайтириш мумкин.



Ҳар қандай такрорланувчи ҳаракат янги малака шаклининг пайдо бўлишига олиб келади!

Масалан, оддий одамлар ўзларининг бугунги кундаги имкониятларидан биров юқорироқ қийинчиликлар билан тўқнаш келса, шу заҳоти йиқилиб қоладилар. Кейин эса қийинчиликлар, тўсиқлар олдида юмалаб қолганча ҳиқиллашга тушишади, аччик кўзёш тўқади, кўзёшларини ғамгин юзларига ишқалаганча, ҳеч қандай муаммосиз томонга қараб ўрмалаб кетишади. Энди эса тасаввур қилинг, биз сиз билан кураш тушиладиган гилам устидамыз. Сиз мени 100 марта лаб гиламга йиқитиб ташлашингиз керак. Сиз йиқитиб ташлайсиз, мен гуп этиб йиқиламан, кейин тураман. Сиз яна йиқитасиз, мен яна тураман.

10–15 марта йиқилгандан кейин менда биров ётиб, дам олиш истаги пайдо бўлади. 40–50 мартадан кейин бу истақ қатъий фикр кўринишида шаклланади, яна бир марта йиқилгач, мен ўзимга ёстик беришлари ва чирокни ўчириб қўйишларини сўрайман. Бу эса ҳали ярми ва мен чекинишни хоҳдаяпман. Лекин туриш керак-ку: охириги 20–30 усулдан кейин тана бутунлай чарчайди, юрак дуқиллаб ура бошлайди, ҳаво етишмайди. Бошқарувни руҳиятингиз ўз қўлига олади.

Бундан кейин Сизнинг полдан тура олишингиз фақат рухиятнинг кучигагина боғлиқ бўлади. Спорт – бу фақат тана учун эмас. Спорт бу шундай бир кучки, оддий одамлар ҳаётдаги бир зарбадан кейин синганида, спорт сизга бундай зарбаларга чидабгина қолмасдан, балки ўрнингиздан қайта тура олишингизда ҳам ёрдам беради.

Ҳаёт асносида оддий одамлар уддасидан чиқа олмайди-ган қандайдир муаммо пайдо бўлса, спорт туфайли ҳар гал йиқилгандан кейин, юз марталаб ўрнидан туриш малакасини эгаллаган инсон бемалол ўрнидан туради, уст-бошини қоқиб ташлаганча яна ҳаракат қилишда давом этаверади.

Тушунапсизми?

Бизнинг вазифамиз тажрибага жалб этилган гуруҳ аъзоларида айнан мана шу малакани ҳосил қилиш эди. Шунинг учун ҳам биз уларни спорт залига таклиф қилгандик.

Банкрот бўлгандан кейин, кўп одамлар кўрқиб қолиб, ўзига нисбатан ишончи йўқолиб, шубҳаланиб ортга чекинса, бизнинг «кўркмас ботирларимиз» чангини қоқиб ташлаб, қайта руҳланиб, роҳат билан яна жангга отилишади.

Демак, сиз ҳам менинг азиз мешқоринларим, зудлик билан кўнглингизга яқин фаол спорт турини излаб топинг. Жисмингизни ҳаддан ортиқ *жисмоний зўриқтириш* керак эмас. Ўзингизни тинқангизни қуритиш, даҳшатли оғриқларга маҳкум қилиш шарт эмас.

Бироз спорт билан, яъни: сузиш билан, югуриш билан, йога ёки цигун билан шуғулланинг. Ана шунда Сиз битта ўқ билан ўнта куённи сихга тортишингиз мумкин.

Масалан, гавдангиз шаклига спорт рақси жуда ажойиб таъсир кўрсатади. Бунда тананинг кўплаб қисмлари шундай ривожланадики, натижада Сиз идеал, жуда эҳтиросли қадди-қоматга эга бўласиз. Бемалол стриптиз рақс гуруҳига ишга жойлашишингиз ҳам мумкин. Маошингиз ҳам яхши, қадди-қоматингиз ҳам кўнгилдагидек бўлади. Ҳой-й! Бу шунчаки бир ҳазил эди, қаёққа чопиб кетяпсиз-а?

Шогирдларимга спорт ҳақида гапириб ўтар эканман, мен ушбу машғулот натижасида келиб чиқадиган самарали аломатга эътиборларини қаратаман – яъни жинсий қувват даражасининг ошишига. Агар одам спорт билан шуғулланса, танасига тинкасини қуритмай, лекин меъёрдагидек юклама берса, кун мобайнида уни жинсий алоқага бўлган талаб тарк этмайди.

Лекин айна пайтда, ҳеч бир аҳмоқ эрталабдан кечгача фақат ишрат билан машғул бўлмайди – бунинг иложи йўқ. Мана шу кўшимча жисмоний қувватни эса сизлар бизнесга, маданий ҳордиқ чиқаришга, қизиқарли инсонлар билан мулоқотга ва ўзингиз учун қизиқарли машғулотга, яъни хоббингизга сарфлашингиз мумкин.

Ожиз иродасининг гарданига, шарти кетиб, парти қолган гавдасини илиб олган жонсиз одамга, муваффақият ҳақида гапириш бефойда. Чунки унинг бу ҳаётда ҳали ўзининг шахсий ишини бошлашига ҳам ўнлаб, юзлаб одамларни ортидан эргаштириб боришига ҳам мутлақо ишониб бўлмайди.

Шу билан бирга у доимий равишда танасини, иродасини, рухиятини заҳарлайдиган, 100 килолик бўрсилдоқ гавдасини ҳам судраб юриш керак.

Лекин! Ҳозирданок огоҳлантириб қўяй, 10-15 кун шуғулланганингиз билан ҳеч нима ўзгариб қолмайди. Бу сифатлар пайдо бўлса, бошлаши учун уч ойга яқин вақт керак. Шундан кейингина танада куч, вазн, ҳажм ривожлана бошлайди.

Тушунарлими, ҳурматли танасини ёғ босган бўғир-сокларим? Бир-икки машғулот фойда бермайди. Дастлабки беш-ўн кун машғулотларга боришингиз керак бўлган пайт, эрталабдан ўй-фикрларингизни таҳлил қилишингизни астойдил тавсия қиламан.

Сизни нима: «Бугун машғулотга борма, ўтказиб юбор!» деб алдашга ҳаракат қилиб, аврашини кузатинг. Қайси ҳо-

лат ҳаммадан кўпроқ Сизни уйда қолишга мажбур қияпти. Ўзингизнинг ўта ялқов ва ўта ожиз томонларингизга саёҳат уюштиринг.

Уларнинг афт-ангорини, асосли далилларини ва ҳиссиётларини эслаб қолишга ҳаракат қилинг. Қайси ярамас экан у, ўзининг беъмани сўзлари билан Сизни уйда қолишга мажбур қилаётган?

18 ёшингизда қанча узоқ масофаларга юрганингиз эсингиздами? Ўша пайтлари теварак-атрофдаги ўриндиқларни ҳеч пайқаганмисиз? Агар уларни пайқашни бошлаган бўлсангиз, демак, Сизда қариликнинг илк шакли бошланибди. Бунга қарши ўзингизга ҳар кунги мажбурий марафонни юклаб қўйинг.

Танангизнинг бунга нисбатан қандай муносабат билдиришини, қанчалик кетма-кет ва тез-тез чарчаб қолаётганини кузатинг. Фаолликни ошириб боринг, лекин уйқу вақтини қисқартирманг. Дам олишни чегириш ҳисобига бўладиган фаолликнинг кераги йўқ. Агар Сиз қариликнинг устига бостириб бормасангиз, қариликнинг ўзи аста-секин Сизнинг кучингизни сўриб ола бошлайди. Қадам-бақадам, кундан-кунга. Токи сиз ўзингизни қартайган, ожиз, буришиб-тиришиб қолган кўзикорин қиёфасида кўрмагунингизча.

Яна ўзимизнинг талабаларимизга қайтмоқчиман. Мен улар ҳақида икки йил тўхтамасдан гапириб беришим мумкин. Чунки икки йил мобайнида нафақат улар ўқиб муваффақиятга эришганди, мен ҳам шу йиллар мобайнида улар билан бирга ўргандим, ҳаётий сабоқ олардим.

Икки йилдан кейин биз барча натижаларни солиштириб, таққосладик. 30 одам – назоратдаги гуруҳга мансуб ва 31 одам – тажриба остидаги гуруҳ таркибида эди.

Улар мутлақо бир хил сабоқ олишди, бир хил билимга эга бўлишди. Фақат биринчи гуруҳдаги – яъни назоратдагилар шундай ўқишдики, улар берилган барча билимларни

ўзларининг ақл ва ўзларининг реал тажрибаларидан ўтказиб филтёрлашди.



Берилган барча маълумотларни улар ўз онгининг элагидан ўтказишди!

Улар ўзлари учун ўта муҳим бўлган билимни олишди, қизик эмас деб ҳисоблаганларини ташлаб юборишди. Улар билимларни саралаб, ажратиб олишди. Назоратдаги гуруҳ аъзолари эса бутун назарий билимларни мутлақ ҳақиқат сифатида қабул қилар экан, ўзларига шахсий ғурра орттиришга шошилмасди. Аммо! Билимларни анъанавий тарзда узатиш тажрибаси ҳаётда амалий натижа бермади!

Ўзим кўп йиллар бошқарган клубда бир гал билимлар алмашуви жараёнини янада тезлатишга қарор қилдик.

У ерда бойлиги турли даражага етган одамлар бор эди, шу жумладан сармояси юз миллион доллардан ошиб кетган ўнлаб мультимиллионерлар, муваффақият билан иш олиб бораётган, 10-20 миллион доллар эгаси бўлган кўплаб тадбиркорлар бор эди.

Биз жадаллаштирилган тажриба алмашувини ўтказдик – мулоқот қилиш, нуқтаи назарлар билан ўртоқлашиш учун мультимиллионерларни миллиардерларнинг олдига, энди иш бошлаётганларни эса миллионерларнинг хузурига жўнатдик. Бу тажрибамиз тўлиқ омадсизликка учради. Нима учун шундай бўлди?

Маслаҳат бериши лозим бўлганларнинг деярли ҳаммаси кўнғироқ қилишиб ёки учрашиб қолганимизда: «Менинг олдимга қанақа аҳмоқни жўнатгандинглар! Унинг шу пайтгача касодга учрамаганига ҳайронман? У ахир бизнесда ҳеч вақони тушунмайди-ку! Унга нима тўғрисида гапирмай, ақ-

лига ҳеч етиб бормаиди. Бераётган таклифи ҳам ғирт бемани, умуман самарасиз!» деган маънодаги гапларни айтишарди.

Бу гапни икки ярим миллиард доллар сармоянинг эгаси юз миллион долларнинг эгаси ҳақида гапиряпти.

Юз миллион долларнинг эгаси эса 10 миллион долларлик сармоядор ҳақида шундай фикр билдирганди.

Яъни бу гаплардан инсон миясига фақат шахсий тажриба, амалий иш ва юзлаб шахсий хатолар орқалигина бизнеснинг кейинги поғонаси ҳақидаги тушунча келади, деган хулоса чиқариш мумкин.

Назоратдаги гуруҳ талабалари ётоқхонада, ота-онасининг ҳисобига яшардилар, жуда омадлиси қаердадир официантлик қилиб пул топарди. Иқтисодий жиҳатдан улар энг чуқур жарликда эдилар. Уларга юз йиллаб **иш берувчининг** нуктаи назари, дунёқараши ҳақида гапириш мумкин. Лекин улар барибир, буни тушуна олмадилар.

Ва бу биз учун ораликдаги ўтиб бўлмас тўсиқ бўлиб турарди...

Тажриба остидаги гуруҳнинг ҳаммаси ўзининг шахсий бизнесини очди, «гурсиллаб» йиқилди, мағлубиятдан кейин ўзига келди. Улар энди реал ёрдам олишга, қўллаб-қувватлашни қабул қилишга тайёр бўлишган, уларнинг саволлари ҳам реал, жавоблар ҳам реал, шу бугуннинг ўзида улардан фойдаланиш мумкин эди.

Ва йигитлар **иш берувчи** сифатида деярли тайёр бўлишганди. Уларнинг идроки вазиятни оқилона қабул қилиш учун 100 фоиз очиқ эди. Улар ҳеч нимани эътиборсиз қолдиришмас ва «Кел, ҳозирча мана бундай қиламиз, нима учун шундай қилишим кераклигини эса кейин изоҳлаб бераман», – дейишмасди.

Иккинчи йилнинг охирига келиб энг муваффақиятли талаба уч миллион долларга яқин сармоя эгаси бўлди. Уч-тўртта қоқоқ талабаларимиз эса ярим миллион долларга

яқин сармоя эгаси бўлишди. Биз уларга шартли синов баҳосини қўйдик.

Назоратдаги гуруҳ вакиллари эса ётоқхонада қандай яшаётган бўлсалар, ўша жойда яшаб қолавердилар!

Мен сизларга ўз кузатишларимиз, ўз тажрибамиз ҳақида, икки йиллик машаққатли меҳнатимиз ҳақида гапириб беряпман, гуруҳлардан биттаси ноль натижа берди ва биз улар туфайли сал бўлмаса синай дедик.

Лекин бошқа гуруҳ ўзиб кетди, бунинг бош омили шундаки, биз уларни ҳамма ишларни эртага эмас, душанбада эмас, кейинги ҳаётида ҳам эмас, айнан шу бугун, шу заҳоти, ҳозирок бажаришга, ҳозирок амалга оширишга мажбур қилдик. Ва биз шундай натижаларни қўлга киритдикки, энди бугун назаримда мен худди шулар туфайли ҳаётда бошимни мағрур кўтарган ҳолда юргандекман. Чунки бу йигитлар менга илҳом беришади!

Улар туфайли шуни тушуниб етдимки, қашшоқликка, ҳаётда рўёбга чиқа олмасликка ҳам улкан машаққатлар эвазига эришилар экан. Тушуняпсизми?



Қашшоқ, маъно ва мақсадсиз ҳаётингизда яшаб қолиш учун қанча куч сарфласангиз, муваффақиятли инсонлар ҳам тўкин-сочин ва қувончли ҳаёт учун шунча куч сарфлайдилар!

Биз тажриба остидаги гуруҳни шундай тайёрлаб пишитдикки, улар ҳамма нарсага шунчаки ўйнаб-кулиб эришишни ўрганиб олишди. Назоратдаги гуруҳ эса қаерда бўлса, ўша ерда қолиб кетди. Ҳа айтгандай, кадрдонларим, сиз кам миқдорли сармоя киритиб, тез фойда келтирадиган энгил бизнеснинг рецептга эга бўлишни хоҳлайсизми? Музлат-

кичда ҳемиридан қолдимикин? Нимага шама қилаётганим-ни тушундингизми?

Сиз кўнглингизга нима яқин бўлса, шуни изланг. Айтилик, сизнинг йўлингиз менда диққинафаслик уйғотади, чунки бу менинг йўлим эмас. Менинг йўлим эса Сизда зеркиш кайфиятини пайдо қилади. Мана шунинг учун ҳам менда мажбурий тикиштириладиган рецептлар йўқ. Бўлиши керак ҳам эмас.



Унутманг, битта рецептнинг ўзи кимгадир ёрдам беради, кимнидир ўлдиради!

Рецепт бермайман, лекин маслаҳат бераман, шундай бизнес танлангки, у сизнинг қалбингизга яқин бўлсин. Шошмасдан, хотиржам ўйлаб кўринг, агар Сизнинг миллион, триллион, триллиард долларингиз бўлса, нима билан шуғулланган бўлардингиз? Айнан мана шу ишларнинг орасида юрагингизга яқин бўлганини топасиз.

Агар бизнес қилиб, унга юрак кўрини қўшмасангиз, бу сохталик бўлади. Одатда кўпчиликда бўлгани каби, шахсий бизнесингизни муҳаббат билан бошлайсиз, лекин вақти келиб бу муҳаббат йўқолса, иш орқага кета бошлайди.

Бу худди эр-хотинлар ўртасидаги муносабатга ўхшайди. Мен доим айтаман, ёшликда қурилган оила кўпинча фақат эҳтиросга асосланганлиги билан чўчитади. У киши севаман деб ўйлайди, аслида эса бу шунчаки жинсий майл, оилали бўлиш истагидан иборат бўлиб чиқади. Шунинг учун ҳам эрта турмуш қурган жуптиклар ўртасида кейинчалик дағал муносабатлар юзага келади.

Ҳаётнинг 495 томони ўртасида ўзаро чамбарчас боғлиқлик мавжуд. Агар биз уларнинг бошқарувини қўлга ололсак,

бизнинг ҳаётимиз ҳеч қачон тушқун, ғамгин вақт ўтказишдан иборат бўлиб қолмайди, ҳаётингизда ғам-қайғу деган дўзахга ўрин бўлмайди, аксинча у уйғунликка, қувончга ва шодликка бурканган бўлади.

Агар оилада бирор муаммо бўлса, бизнесга ҳам таъсир қилади, жанжаллар у ерга ҳам кўчади. Бизнес юришмаяптими – оилага таъсир этади, нохушликлар оилага ҳам ўзини кўрсата бошлайди. Оилада муаммо борми – бу соғлиққа ўз таъсирини кўрсатади. Соғлиғингизда муаммо пайдо бўлдимми...

Агар касал бўлсам мен кимгадир керакман, деган хом-хаёл билан ўзингизни оутмай кўяқолинг. Мен янада ҳам оғриқли қилиб айтаман – Сиз қанақа мутахассис бўлишингиздан қатъи назар, касал бўлсангиз ҳеч кимга керак эмас-сиз! Сизни ҳурмат қилишади, Сизни яхши кўришади, Сизга ёрдам қўлини чўзишади, лекин ўрнингизга бошқа кимнидир излай бошлашади.

Агар Сиз касал бўлсангиз бошқаларни бахтли қила оласизми? Сиз уларга фақат азоб келтиришингиз мумкин! Бу худди омадсизлик ҳалқаси сингари, агар бизнесингиз кўнгилдагидек бўлмаса, бу ҳам соғлиққа ўзининг емирувчи таъсирини кўрсатади. Демак, ўзингизга нима бахт ато қилса, ўзгаларга нима қувонч келтирса, фақат шуни қилишингиз керак, шу нарса билан шуғулланишингиз керак. Қалб меҳри билан қилинмаган ҳар қандай иш сизни жаҳаннам сари етаклайди.

Ҳозир тўсатдан бир воқеа эсимга тушди. Мураббий сифатида бир инсонни кўп йиллардан буён кузатиб келардим – ўн беш йилга яқин. Менда унга нисбатан ўзига хос ҳурмат пайдо бўлганлиги сабабли унга ёрдам беришга киришдим – кўндирдим, рағбатлантирдим, баъзан танбех бердим, тергаб турдим. Унинг учун мен аввалига Мирзакарим эдим, бироз ўтиб эса Мирза бўлиб қолдим.

Лекин бир куни унинг «Мирзакарим Санакулович» деган сўзи менинг қалбимни тилиб ўтди, унинг ўзи эса мен учун «Фалончи Пистончиевич» бўлиб қолди.

Бир гал менга нақд пул жуда зарур бўлиб қолди. Ўша пулни жуда шошилишч топиш керак эди. Мен унга мурожат қилдим, зудлик билан унинг банкига келдим. Қарасам, рўпарамда, ҳар бир тийинни ҳисоб-китоб қиладиган, мен учун бутунлай нотаниш бўлган одам ўтирибди. Менга кеч-гача қандайдир арзимаган 100 минг доллар керак эди. Унга эса бирдан менинг олган қарзимни тўлай олишимни исботлайдиган ҳужжат керак бўлиб қолди.

Қарасам, у ўзини ҳам ғалати тутяпти, бундан менинг ҳам ҳафсалам пир бўлди. Титраб кетдим, вужудимни қалтироқ тутди. Менда қандайдир жирканиш ҳисси пайдо бўлди. Мен шу заҳоти унинг банкини тарк этдим.

Ўтириб-ўтириб бу ҳолат менга жуда ёмон таъсир қилиб кетди. Эртаси кун мен ўзимнинг баъзи бир ҳужжатларимни олдим-да, унинг олдига келдим, ўзимни гўлликка солганча: «Цюрихдаги ҳисобимнинг баъзи бир жойларига аниқлик киритишим керак, шунга ёрдам бериб юбор, мен бу каби ҳисоб-китобларга унча тушунмайман», – дедим.

Мен унга ҳисоб рақамимни, шифрларини айтдим. Цюрихдан барча тақсимлар келганидан кейин қарасам, унинг кўзлари секин-секин катталаша бошлади.

У мендан: «Бу ердаги нолларнинг миқдориди хато кетмаганми?» деб сўради. Мен рақамга қараб қўйиб: «Йўқ. Худога шукр, хато эмас», деб жавоб бердим. Бирдан кутилмаганда у менга: «Мирза, мен энди сени умуман тушунмаяпман! Тушунтир, нима учун сен бунақа аҳволда яшаяпсан?» деб қолди.

Унга жавобан – «Марҳамат қилиб айтинг-чи, азизим, мен қанақа қилиб яшашим керак?» – деб сўрадим.

Мен неча марта сени ўзимизнинг Рублёвкамизга таклиф қилганман, қанча таклифлар берганман. Мана сен мендан

қандайдир юз минг долларни сўраб юрибсан. Ўзингнинг пулларингни менинг банкимга бер, мен сенга ҳар ойда миллион доллар дивиденд ўтказиб тураман! – деди.

Мен унга: «Ҳамма гап ҳам мана шунда-да! Азизим, менга бунинг кераги йўқ! Мана мен ҳозир сенинг олдингдан кетяпман, эҳтимол қачонлардир учрашиб қолармиз. Қачонки тузалсанг, соғайсанг, ана ўшанда тушуниб етарсан – токи сенга бир доллар етмаётган экан ёки миллиард долларни, бунинг аҳамияти йўқ – сен ночорсан. Униси ҳам, буниси ҳам ночор эканингни англатади! Сен ночорликнинг қулисан! Сен эркин эмассан. Мен шунчаки сенинг олдингга – биз сен билан учрашган пайтимизда ҳам буларнинг ҳаммаси менда бор эди, сен билан айрилаётган пайтимизда ҳам буларнинг ҳаммаси менда бор, деб айтгани келдим», – дедим.

Ҳалигача самолётим қисмларга ажратилган аҳволда ётибди. Собиқ совет Иттифоқидаги хусусий самолётларнинг энг биринчиси. Олти ўринли реактив соатига 4 900 км учиш тезлигига эга. 24 метр узунликдаги яхта, 3000 от кучига эга. (Таққослаш учун тепловоз 2т. 10 л – бу 3000 от кучи) Тезлигини соатига 200 км гача ошириши мумкин. Буларнинг бари менда ўша пайтларда ҳам бор эди.

Менга баъзи бир миллионер тингловчиларим: «Менинг ҳамма нарсам бор, хоҳлаган нарсамни муҳайё қилишим мумкин, лекин хоҳламайман. Ички узлатга чекинишни хоҳлайман. Ўзимнинг нима истаётганимни тушуниб етиш учун Сизнинг олдингизга келдим», – деб айтишади.

Биласизми, қадрли китобхон, эҳтимол бу ҳолат сизни ҳам олдинда кутиб турган бўлиши мумкин? Албатта, ўз устингизда шуғуллансангиз ва олдингизга қўйган мақсадларга эришсангиз. Молиявий муваффақиятга эришган инсонларнинг деярли ҳаммаси муқаррар равишда депрессия ҳолатига тушадилар.

Ҳаёт даражаси, яшаш даражаси юқори бўлган жойлардан бири Швейцария, Швеция, Норвегия. Энг хайратланарлиси

– инсоннинг яшаш тарзи, ҳаёт даражаси қанча юқори бўлса, унинг ўз жонига суиқасд қилиш даражаси ҳам шунча юқори бўларкан. Сизнингча бу – мантиққа зид, яъни парадоксми? Йўқ, қонуният!



Қачонки инсон ўз ҳаётини иқтисодий талабларини қондириш асосига қурган бўлса, унинг иқтисодий талаблари қондирилгач, унда шундан кейин бахтсизлик, фожиалари бошланади!

Қандай фожаия дейсизми? Доимий равишда депрессия ҳолати ҳаётдан бешиш, ҳаммаси тезроқ тугагини ишташ ҳолати. Чунки унда фақат биринчи босқич даражасида ҳаётга қизиқиш бўлган, иккинчи, учинчи, тўртинчи босқичда эса бу ҳақда ўйлаш учун унинг вақти бўлмаган. Ва у ўзининг бутун маънавий эҳтиёжларини инкор қилиб келган.

Маънавий дунёсини бойитиш устида ишлайдиган инсонларга у телба, аҳмоқ деб қараган, уларни инкор қилган. Иқтисодий бойлик даражасига эришгандан кейин эса ўзининг ҳалокат ҳудудига кириб қолади.

Мана, масалан, эътибор беринг-а, янги русларни биз кўпроқ қаерда учратамиз? Тоғ чанғиси, экстремал спорт тури, дайвинг, серфинг. Кўряпсизми, иқтисодий тўйинишдан кейин улар хавф-хатар, қалтисликни излаб қолишади, ўлим ёнма-ён юрадиган жойларни излай бошлашади. Нима учун?

Чунки онг остининг чуқур тубида улкан зерикиш бор. Улар онг ости даражасида қайси йўл билан ўз жонига қасд қилишнинг йўллари излай бошлайдилар. Ўлим билан ўйнаша бошлайдилар. Бундай ҳолат билан ўз клубимдаги-

ларнинг орасида ҳам жуда кўп тўқнаш келганман. Шахсан ўзим ҳам буни бошимдан ўтказганман.

Лекин бусиз иложи йўқ. Нима учун? Ҳа, кадрдоним буёғига энди «Нега?», «Нима учун?»ларнинг ҳудуди бошланади. Келинг, бу ҳолатнинг болаларда қандай кечишини кўзатамиз.

Қорин қаппайиб тўйгач, тана кучга эга бўлганидан кейин, бола оёққа туриб олганча, атрофдаги ҳамма нарса билан қизиқа бошлайди. У тадқиқотлар ҳудудига ўтади. Соч тўғнагични олиб, уни розеткага тикишга уринади.

Газ плитада нима ялтираб турибди деб қизиқади, пишиллаганча бунинг нималигини тагига етишга уринади, уни полга тушириб юборса нима бўлади... Кейин бу митти одамчанинг тили чиқа бошлайди, кейин эса у сиздан сўрай бошлайди: «Нега у ундай, нега бу бундай?» Адоғи йўқ саволлар ҳудуди.

Қачонки бу ҳудудга кирсанг-у, сўрайдиган ҳеч кимса бўлмаса, бу аянчли қисматга айланиши мумкин. Бўм-бўш ҳудуд, натижада бу майдон ўлим билан ўйнашадиган ўйинларга тўлиб кетиши мумкин.

Иккинчи босқич – «Нега мен?», «Нима учун мен?», «Мен кимман?», «Менга нима учун ақл-идрок берилган?», «Мен нима учун аёлман? (ёки эркакман?)»

Тирикчилик деб аталмиш ҳудудда яшайдиган одамларнинг бу нарсаларга вақтлари йўқ. Чунки улар ўз ҳайвоний дунёсининг қизиқишларини қондириш билан банд.



Ҳар биримизда тўртта қисм мавжуд: одам-ҳайвон, ақл-идрок эгаси, қалб эгаси, маънавият эгаси!

Барча қисмларнинг ўзаро уйғунлиги бахтиёрлик ҳолатини ҳосил қилади. Бошқача айтганда, баъзан сен тўқ бўлсангда, ҳамма нарсанг муҳайё бўлсада, қалбингнинг туб-тубида барибир бахтсизсан, хувиллаган бўм-бўшлиқни ҳис қиласан. Агар инсон фақат моддий бойлик топиш билан машғул бўлса, ўзидаги ҳайвоний истакларнинг негизини қондириш билан банд бўлса, у юқоридаги каби ҳолат билан тўқнаш келади.

Агар тўрт турдаги ишларнинг барчаси билан баравар шуғулланишни бошласак-чи, ўзимизнинг руҳиятимиз, қалбимиз, ақл-идрокимиз ва иқтисодий эркинлигимиз устидан бирданига иш бошласак-чи?

Ёки бир томонлама ночор аҳволда қолганингизча юр-верасизми?

Эстонияликларда шундай мақол бор: эстон ўз ҳаёти давомида учта нарсани бажариши керак – уй қуриши, дарахт экиши, ўғил ўстириши. Албатта агар улгурса. Сиз бу нақлни эстонияликлар ҳақида деб ўйладингизми? Ҳа, бу Сиз ҳақингизда-ку, менинг донишмандларим. Тезлашиш керак, фаоллашиш керак!

Қандай қилиб уч юз-тўрт юз фоизга кучайиш мумкинлиги ҳақида маслаҳат беришимни хоҳлайсизми? Лекин аввал келишиб олайлик, мен Сиздан бунинг ҳақини оламан. Қанақа ҳақ? Текин маслаҳат учун олиш мумкин бўлган энг юқори ҳақни, мен айтиб тураман, Сиз БАЖАРАСИЗ! Келишдикми?

Марҳамат қилиб айтинг-чи, Сиз тўшагингизни қачон алмаштиргансиз? Чойшаблар, кўрпа ва ёстиқ жилдларини-ку ҳар кун алмаштирамиз, тўшаклар эса юз йилда бир марта алмаштирилади.

Тўшакни жуда бўлмаганда икки ҳафтада бир марта алмаштириш керак. Лекин бунинг иложи йўқ, харид қила-вериб қийналиб кетасиз. Фикримга қўшиласизми? Бунинг иложи йўқ. Нима қилиш керак? Умуман алмаштиришнинг нима кераги бор?

Сиз фильмлар орқали бўлсада намоишга чиққанларни кўргансиз – минглаб одамлар бутун бир тўлқин бўлиб кўчани тўлдириб келишларини. Микроскопни оламиз-да, сизнинг тўшагингиздан олинган толани кузатамиз. Унда биз шаффоф чанг каналарини кўришимиз мумкин, шунчалик шаффофки, унинг остидаги тўшакнинг рангли толалари яққол кўриниб туради, кананинг ўзи эса деярли кўринмайди.

Бутун тўшак мана шу паразитлар билан қопланган. Уларнинг ҳар бирининг кўлида эса санчқи ва пичок, улар ўзларининг овқатини кутяпти, яъни саккиз-тўққиз соатга ўзини тилка-пора қилиш учун қўйиб берадиган Сиз билан бизни. Агар тоза чойшаб ёйсак-чи?

Майли, биз янги чойшаб олиб ёямиз, сўнгра микроскоп орқали кузатамиз. Ўн беш дақиқалар ичида бир квадрат метр чойшабдаги чанг каналарнинг микдори ўн йилдан буён алмаштирилмаган тўшакда қанча бўлса, шунча бўлади.

Улардан қутилиш мумкинми? Улар танангизда бўлмаслигининг иложини қилиш мумкин, токи кўчага бир бора чиқиб келмагунингизча. Кўчага чиқдингизми, у ердан навбатдаги улушни олиб келасиз. Улар эса ақл-бовар қилмас тезликда кўпайиш хусусиятига эга.

Биз тажриба ўтказдик. Сиз мана шу тўшакда ухлаб ётиб-сиз, биз Сизга сездирмасдан келиб, дезинфекция қилиб бу каналардан тозалаб кетамиз. Ўз-ўзини ишонтириш ҳолати бўлмаслиги учун, тажрибани аввал бошданок саришталик билан олиб борамиз.

Тажриба остида шундай гуруҳлар ҳам борки, улар ўз устларида тажриба ўтказилаётганини билишмайди. Ва назоратдаги гуруҳ, улар билан ҳеч қандай тажриба ўтказилмаяпти. Улардан қайси бири тажрибада қатнашаётганини иштирокчиларнинг ҳеч бири билмайди. Нима юз бераётганини ҳам ҳеч ким билмайди.

Лекин 100 одамдан иборат бўлган гуруҳларнинг бири-да, ҳар куни иссиқ, энг максимал бугга қўйилган дазмол билан, чойшаб, жилдлари дазмолланади. Яъни иссиқ бугда чойшаб жилдларга ишлов берилади. Энди биз бу ерда йигирма саккиз фоизли қўшимча тетиклик пайдо бўлганини кузатамиз.

Агар Сизда 1000 доллар бўлса яна 280 доллар шунчаки осмондан тушди. Нима қилиш кераклигини фаҳмляяспизми, қадрли китобхон? Майда-чуйда деган гап йўқ! Мендан кўпинча, агар тўшаклар тукли ёки жунли бўлса-чи, деб сўрашади. Ҳа, каналар бу жун толаларидан Сизнинг баъзи бир жойларингизга ўрмалаб бориб, жойлашиш учун нарвон ўрнида фойдаланишади.

Шунчаки дазмолнинг иссиқ буғлари билан ўтинг. Тадқиқотлар шуни кўрсатадики – тўшакларга икки ҳафтада бир марта ишлов берилса етарли. Лекин бугун тўшагингизга буг билан ишлов бериб, кейин ётсангиз, у ҳолда ширин уйқуни эрталабгача кўзларингиз чақчайган ҳолда кутишингиз аниқ. Қандайдир мўъжиза кутишининг кераги йўқ. Шунчаки ухланг.

Энди эса сув муолажаларига ўтамиз. Биз бу жанггоҳда ҳам тадқиқотлар ўтказганмиз. Тажриба остидаги гуруҳни баданни ҳўл сочиқ билан артишга мажбурладик, назоратдаги гуруҳ оддий ҳаёт тарзини кечиришди. Иштирокчилар ўзаро бир-бирлари билан тўқнаш келишмади.

Тадқиқотлар шундай ўтяптики, иккала гуруҳдагилар ҳам баданни ҳўллаб артиш ҳал килувчи, муҳим омиллардан бири эканини билишмасди. Тажриба натижалари шуни кўрсатдики, тажриба остидаги гуруҳнинг тетиклиги 70 фоизга кўтарилди. Агар Сизнинг чўнтагингизда 1000 доллар бўлса – мана Сизга яна 700 доллар, осмондан тушди.

Демак, Сиз эрталаб уйғонгач, баданингизни ҳўллаб артишга киришасиз, сочиқ билан баданни кизаргунча ишқалайсиз, Сизни бир одам душ олдида кутиб олганча: «Мана

Сизга 700 доллар!» дейди. Сиз ҳар куни роҳатланиш имконияти билан бирга етгита юз долларга эга бўласиз.

Муҳим бир томонига этиборингизни қаратмоқчиман. Баданни ҳўллаб артиш муолажасидан кейин кремдан фойдаланиш керак, айниқса 25 ёшдан ошган хонимларга. Чунки ҳўл сочиқ билан баданни артиш терини қуритади. Бунинг учун ҳар қандай крем ҳам тўғри келаверади, масалан, болалар креми. Эрталаб сурдингиз, куни билан юрдингиз, кечкурун танангизни қуруқ қилиб тозаланг.

Эркакларга ҳам шуни тавсия қиламан. Лекин эркаклар ўзларининг ташқи кўринишларига нисбатан бепарво бўлишади. Эркакни ўзига крем суришга мажбурлаш – бу аёл кишини икки ҳафта гапдан тўхташга мажбурлаш билан баробар.

Менинг устозларимдан бири 112 йил умр кўрган, у доим «Менинг узоқ умр кўришимнинг сири ҳам, сабаби ҳам мана шу восита» деб айтар эди. У ҳар куни ўзига ёғ суриб қўйишга мажбур қиларди.

«Қариганингдан кейин кучинг нафақат орқа тешиқлардан, тери тешиқчаларидан ҳам чиқиб кета бошлайди. Ҳаётини кучни авайлаш керак. Ниманинг ҳисоби-га узоқ умр кўраётганимнинг сабаби битта – мана шу усул. Сен ҳам қирқ ёшдан кейин ўзингда қўллашинг мумкин», – деганди у.

Сўзларининг тўғри эканини ўзининг узоқ умр кўрганлиги билан исботлади. Лекин хонадан қўй ёғининг шундай даҳшатли хиди тарқаларди. Мен ёғларнинг ўртасида фарқ борми деб қизикдим. Ҳеч қандай фарқ йўқ экан, шунчаки тери ўз намлигини йўқотмаслиги керак. Шунинг учун мен Сизга бирорта хушбўй ҳидли крем суришни тавсия қиламан.

Кўпинча соҳил бўйида бўладиган тренинглardan қайтгач, мендан «Океан қалай экан?» деб сўрашади. Мен «То-моша қилдим, чиройли экан», дейман. Нима учун фақат

томоша қиламан. Чунки мен шуни пайкадимки, денгизда чўмилганимдан кейин, нима биландир шуғулланиш учун менда ҳеч қандай хоҳиш қолмас экан.

Машғулотлар ҳақида эса гап ҳам бўлиши мумкин эмас. Шундай бўшашиб қоламанки, умуман ҳеч нима қилгим келмайди. Чўмилишдан кейин машғулотларни олиб боришга ўзимни ростлай олмаганимдан кейин, бутун йил мобайнида чўмилишдан воз кечишимга тўғри келди.

Демак, зарур бўлиб қолганда, ўзингизни жуда яхши ҳис қилиш, Сизга нималар керак эканини билиб олишингиз учун, ўзингизни кузатинг, Сизга нима ва қандай таъсир кўрсатишини таҳлил қилинг.

Албатта тадқиқот ўтказинг, қайси сув муолажасидан кейин Сизда кўтаринки кайфият пайдо бўлишини ўрганинг. Илиқ сувданми, иссиқ сувданми, муздек сувданми, гоҳ иссиқ, гоҳ совуққа алмашиб турувчи контраст душдан кейинми...

Ювингандан кейин таҳлил қилиш керак, уй шароитидаги қайси чайиниш шакли Сизда ишчанлик қобилиятини кўтаради. Масалан, иссиқ душ эркакларга асосан анти-Виагра каби таъсир кўрсатади.

Эркак кечки пайт ишдан кейин уйга келди, севимли ёрининг висолига тўйиш иштиёқи баланд, у билан севги уммонига ғарқ бўлиш истагида бетоқат. Унинг кайфияти бугун романтик созланган. Лекин бошдан-оёқ чанг, кир-чир бўлгани учун иссиқ ванна қабул қилишга қарор қилди... ва ухлаб қолди. Романтик оқшом ҳам кейинги йилга қолдирилди.

Муздек совуқ сувнинг эркакларга таъсири ҳақида тарихий факт мавжуд. Екатерина II ҳукмронлиги даврида императорлик полкининг гусарлари кайфу сафога, енгил-елпи ҳаётга муккасидан кетишган эди. Гусарлар жуда хотинбоз бўлишган, бу тушунарли. Бунгача ҳам уларни жуда камсукум бўлишган деб бўлмайди-ю, лекин энди жуда ҳаддидан ошиб кетишди.

Ўзининг полки Санкт-Петербург аёлларининг деярли ярмига хуштор эканлиги ҳақидаги миш-мишлар Екатерина II гача етиб келди. У дарғазаб бўлди. Шундан кейин император гусарларнинг ховурини босиш учун, эрталаблари Неванинг муздек сувида чайинишга буйруқ берган. Хўш, кейин-чи? Гусарлар шаҳарнинг қолган ярмини ҳам забт этишган!



Чунки эрталабки совуқ душ деярли 90 фоиз эркакка худди бир килограмм Виаградек таъсир этади.

Шундай экан, организмнингизни қандай чиниқтириш мумкинлигини ўрганиб чиқинг. Лекин организмнингизнинг ўзига хослигини, унинг ҳолатини ҳам ҳисобга олинг. Одамни қаттиқ ҳаяжонга солувчи стрессли услубларни қўллашдан олдин, албатта ўз шифокорингиз билан маслаҳатлашинг. Юкломани ҳам аста-секинлик билан бера бошланг, шопилманг, бу ерда шошқалоқлик кетмайди.

Масалан, бир пайтлар кўпчилик Порфирий Иванов услуби бўйича чиниқишга берилиб кетди, кўпчилик муз ёриғига шўнғий бошлади. Лекин организмнинг ўзига хос томонларини ҳисобга олиш керак, акс ҳолда шўнғишга шўнғиб, кейин одам қайтиб чиқа олмаслиги ҳам мумкин. Эҳтимол қон томирлари бундай чиниқиш учун ҳали етарлича тайёр ҳолатда бўлмаслиги мумкин. Уни босқичма-босқич мустаҳкамлаб бориш керак.

Нима учун мен кузатинг, ўрганинг деб айтаман. Инжилда ҳам, Қуръонда ҳам, Ведаларда ҳам – ҳамма муқаддас китобларда керакли йўлланмалар айтилган, берилган. Шундай оддий мисолни оламиз. Айтайлик, мен ислом динининг вакилиман. Мен учун бир кунда беш марта намоз ўқиш меъёрий ҳисобланади.

Ведаларда ҳам, насронийликда ҳам бир кунда бир неча бора ибодат қилиш анъанаси бор. Агар билмасангиз роҳиблардан сўранг. Шундай ибодатлар борки, улар эрталабдан кечгача давом этади.

Ибодатга ҳам покланиб киришиш лозим, ҳатто терлаган ҳам бўлмаслигингиз керак. Одам кунига беш марта ибодат қилар экан, унинг қалби қандай ҳолатда бўлади? Кунига беш маҳал ювинса-чи? Тананинг ҳолати қандай бўлади? Шунинг учун, кадрдоним, насроний бўлсангиз ҳам, кунига беш маҳал ювинишингиз мумкин.

Яхшиси, ҳаммомга боринг. Сизга, кадрли китобхон, ҳафтасига икки-уч марта ҳаммомга бориб туришни маслаҳат бераман. Бугҳона танани ажойиб тозалайди, кўплаб заҳарларни, хилтларни чиқариб ташлайди.

Сиз бир марта бўлса ҳам ўз организмгингизни тозалангизми? Умрингизда бир марта бўлса ҳам жигарингизни тозалангизми? Албатта шундай усулларни излаб топинг ва жигарингизни тозаланг. Иложи бўлса бошқа аъзоларни ҳам. Ва Сиздан нималар чиқа бошлашини кузатинг. Турли тошлар, қумлар.

Сизга ёқимли янгиликни етказмоқчиман – ҳамма одамдан чиқади! Ва бу чиқиндилар унча катта бўлмаган коттедж қуриш учун қурилиш материалига етади. Чунки бизнинг ҳаёт тарзимиз, фикрлаш жараёнимиз, овқатимиз орқали буларнинг ҳаммаси аста-секин йиғилиб боради.

Бунинг кўплаб аломатлари Сизга белги беради – юзнинг ранги, танадаги турли доғлар, кўзнинг оқ қисми сарғимтир тусга кира бошлаши, тирноқларнинг турли-туман кўринишда қийшайиши, сочларнинг синувчан бўлиб қолиши. Ўз танангизни синчиклаб ўрганиб чиқинг ва унга ёрдам беришни бошланг.

Кадрли китобхон! Кучли ёшартирувчи ва соғайтирувчи рецепт ҳақида билишни хоҳлайсизми? У ҳолда нафас олиш

гимнастикасига тайёрланинг. Бу қандай гимнастика экан ва у нима учун керак? – дерсиз эҳтимол.

Хаёлан икки-уч метрли кичкина хонани тасаввур қилинг. Агар Сиз бу хонада уч кун ўтирсангиз аҳволингиз қандай бўлади? Ҳаво етишмай қолгач, кислород танқислиги бошланади, чарчоқ пайдо бўлади, тушкунлик, умуман ҳаётга қарагингиз келмай қолади... Фикримга қўшилмасизми?

Агар Сиз у ерда ёлғиз бўлмасангиз, Сиз билан бирга хонада яна йигирма беш одам, эрталаб олтидан кечки тўққизгача ўтирса-чи. Сизнинг бошингиз умуман ишламай қолади-ку – ҳар доимгидек!

Агар бу хонага яна тамакининг тутунидан ҳам киритсак-чи?!

Айтинг-чи, неча соатдан кейин Сизнинг миянгиз қотиб, фикрларингиз эса тарқалиб кетар экан? Ҳа-а, Сиз ўн беш дақиқадан кейин икки карра икки неча бўлишини базўр эслай бошлайсиз! Аввалига бармоқларингизда санай бошлайсиз: бир, икки... Сўнгра эса ўйлай бошлайсиз, «умуман олганда, мен нима қилаётган эдим»...

Ундан кейин эса Сизда биттагина ният, биттагина хоҳиш – қаергадир бориб чўкиб кетиш ёки дорга осилиш хоҳиши қолади, холос.

Шунда қутилмаганда тоза ҳавога чиқамиз –хўш нима юз беради? Аста-секин тирила бошлаймиз!

Ҳаётингиздан йиллар ўтган сайин, ўлкангизни кислород алмашинуви юз берадиган қисмининг ҳажми кичрайиб-кичрайиб бораверади ва бу биринчи навбатда Сизнинг хотирангизда, фикр юритишингиз жараёнининг тезлигида ва кайфиятингизда акс этади.

Танага нисбатан ўпканинг энг катта ҳажмда бўлиш даври – бу тўрт ёшли болакайларда бўлади. Уларнинг ҳаёт тарзини кўринг. Ҳеч бўлмаганда 20 дақиқа уларнинг қилаётганларини такрорлашга уришиб кўринг-а!

16-17 ёшлиларда ҳам ўз танасига нисбатан ўпка ҳажми плус вариантда бўлади. Улар бир жойда тинч ўтира олишмайди, доим қаердадир, нималардир қилиб юришлари керак!

24 ёшдан кейин ўпка ҳажми аста-секинлик билан кичрайишни бошлайди – 50 ёшга келиб у икки баравар, 60 ёшга келиб эса – уч баравар кичраяди.

Мана, бу судралиб юрган одамчани олайлик, уни нафас олиш машқини бажаришга мажбур қилсак... 15-20 дақиқадан кейин қарабсизки, унинг юзига қизил югурган, кўзлари чакнаб турган бўлади! Бу вақтинчалик бўлса ҳам, албатта яхши натижа.

Қай бирингизнинг ёшингиз 24 дан ошган бўлса, демак, Сиз мустақил равишда ўпкангизнинг ҳажмини ошириш билан шуғулландинг. Албатта, нафас олиш машқларини ҳам бажаринг, яна бу борада ҳар куни ишга боришдан олдин 30-40 дақиқа тоза ҳавода сайр қилиш ҳам жуда муҳим.

Айниқса, бу ақлий меҳнат билан шуғулланувчи, ишидаги вазифаси жавобгарликни талаб қиладиган кишиларга тегишли.

Сайр туфайли ўз организмизни ўн баравар кўпроқ фаоллаштиришга эриша олишингиз мумкин. Бошингиз тиниқ ҳолда ишга келсангиз, одатда фикрини жамлай олмасдан, қаҳва хўплаб ўтирадиган ходимлардан кўра анча яхши натижаларга эга бўласиз.

Нафас олиш гимнастикаси билан шуғулланишдан олдин, сиз синчковлик билан қарши кўрсатмаларни ҳам ўрганиб чиқишингиз керак.

Демак, қарши кўрсатмалар: нафас олиш гимнастикаси билан шуғулланиш санок санашни билмайдиганларга қатъиян ман этилади. Ҳеч бўлмаса элликкача, жуда бўлмаганда ўттиз иккигача...

Агар Сиз айнан шундай тоифага мансуб фуқаролар сирасига кирсангиз, кимлардандир санок сонларни магнитофон ёзувига ёки аудиоплеерга айтиб туришини илтимос қилинг.

Чунки, Сизга қатъий схема асосида нафас олишга тўғри келади.

Машқнинг биринчи қисми «Нафас олишни чўзиш» деб аталади. Ва бу қуйидаги тарзда амалга оширилади.

Тик турган ҳолда... иложи бўлса очиқ дераза олдида (албатта агар бу дераза кўчанинг серкатнов юзига қараган бўлмаса) ёки тоза ҳавода, бирор истироҳат боғида бўлса, янада яхши.

Қўлларимизни ён томонга узатган ҳолатда юқорига кўтарамиз. Санашни бошланг... тахминан саккизгача. Бир деганда нафас олишни бошлайсиз ва қўлингизни аста кўтарасиз. Саккиз сонидан нафас олишни тўхтатасиз, табиийки, қўлингизни ҳам кўтаришдан тўхтатасиз.

Бир лаҳзага нафасингизни ушлаб қоласиз. Кейин нафасингизни эркин ҳолда чиқарасиз. Қўлларингизни бу пайтда эркин ҳолда ён томондан пастга туширасиз.

Қўлларни ҳаракатга келтириш орқали Сиз ўпкангизнинг максимал даражада очилишига, умуртқа поғонангизнинг эса ростланишига ёрдам берасиз. Нафас олиш билан шуғуллансангиз-у, букчайиб турсангиз, бундан қандай наф бўлиши мумкин, тўғрими?

Давом этамиз. Кейинги гал 10 гача санаймиз, сўнгра 12 гача, 14 гача. Ва шундай давом этаверамиз. Шу тарзда беш-олти марта бажарамиз. Шу билан машқнинг биринчи қисми тугайди.

Санок тезлиги ҳар галги ёндашувда бир хилда бўлишини кузатиб boring.

Нафас олиш вақти ҳар гал янада чўзилиб бораверади. Шунинг учун ҳам машқнинг номи «Нафас олишни чўзиш» деб аталади.

Бу каби машқларни амалда қўллай бошлаганингиздан кейин, дастлабки кунлари 8 дан бошлаб 16-18 гача чўзилса, тез орада Сиз 20 дан бошлаб 32 да тугатишга эришасиз.

Мухими шошилмаслик – ва юкломани ошириб юбормаслик.

Машқнинг иккинчи қисми ҳам худди шу тарзда бажарилади. Фақат бу машқ «Нафасни ушлаб туриш» деб номланади. Шунинг учун ҳам энди Сизнинг ўзингиз эмас, сиз учун кимдир санаши ёки ўзингиз ичингиздан санашингиз керак бўлади.

Эркин нафас оласиз. Шу билан бирга қўлларни ён томондан юқорига кўтарасиз. Қўлларни юқорида ушлаб турган ҳолда 1 дан 8 гача санаш оралиғида нафасни ушлаб турасиз.

Эркин ҳолда нафасни чиқарасиз, шу билан бирга қўлларни ён томондан пастга туширасиз. Кейинги гал 10 гача, 12 гача ва шу тарзда биринчи машқ сингари давом эттиравасиз.

Машқнинг учинчи қисми «Нафас чиқаришни чўзиш» деб аталади.

Китобхонларимиз орасида аёллар ҳам бўлиши эҳтимоллини ҳисобга олиб, учинчи марта яна тушунтираман.

Эркин нафас оласиз (қўллар ён томондан тепага).

Бир лаҳза нафасни ушлаб қоласиз. Сўнгра оҳиста нафас чиқара бошлайсиз, шу билан бирга қўлларни ён томондан пастга туширасиз. Бир деганда, нафас чиқара бошлайсиз. Саккиз деганда, нафас чиқаришни тугатасиз. Кейинги гал машқни такрорлайсиз, лекин 10 гача, 12 гача санайсиз ва шундай давом эттиравасиз.

Бир неча ҳафтадан кейин Сиз санок сонларни 20-32 гача оширасиз.

Қадрли китобхон, модомики, ўз устингизда ишлашга киришган экансиз, демак иш тўй билан тугаши аниқ. Тўй бошловчисининг гапи бор-ку «Келинг, шу қадаҳни...» Бу мавзуга бироз ойдинлик киритмоқчиман.

Ҳайвонлар жуда тез-тез сув ичиб туришади, тўғрими? Одамлар эса сувни истеъмол қилишдан чиқиб кетган. Биз Сиз билан нафақат яхши овқатланишдан, шу билан бирга чанқоқлик туйғусини ҳис қилишдан ҳам чиқиб кетганмиз.

Болаларга эътибор беринг-а, хоҳ Москвада бўлишсин, хоҳ Сибирда, қаерда бўлишларидан қатъи назар – улар ҳамма жойда сув ичишади. Тўғрими? Буни ўзингиз учун ҳисобга олиб қўйинг, бу айниқса совуқ юртларда яшовчиларга тааллуқли.

Чунки чанқоқ ҳисси қанча кам бўлса, сув истеъмол қилишга бўлган талаб ҳам шунча паст бўлади, натижада пешобнинг қуюқлик даражаси – концентрацияси шунча юқори бўлиб боради ва сийдик тошлари касаллигига мойиллик ҳам 100 фоизга кўтарилади. Марҳамат қилиб шуларни ҳам ҳисобга олинг.



Ҳамма учун тавсия:

Сув ичамиз!

Бир кунда қанча миқдоргача сув истеъмол қилиш зарур? Реанимацияга тушиб қоладиган даражагача ўзингизни сувга бўқтиришингиз керак эмас. Бирорга таниш шифокорингиздан одам бир кунда қанча миқдорда сув ичиши кераклигини сўраб аниқланг.

Эрталаб – 150-200 г сув ичилиши шарт!

Сув иссиқ бўлиши керак. Қайноқ эмас, куйдирадиган эмас, лекин ёқимли иссиқликда! Шундай ҳарорат бўлсинки, Сиз бу сувни майда хўплам билан ича олинг.

Бундай сув оғзингизга тушиши билан, шу заҳоти оғзининг шиллик қатлами орқали сўрилиб кетади, уни ютишга

ҳожат ҳам қолмайди. Ва организмгингизда вақтинча юқори даражадаги сувли тозалик ҳукм суради.

Илиқ сув, кўнгилни айнитиб, беҳузурлик ҳиссини уйғотади. Бундай сув Сизнинг танангизни тоза сув билан тўйинтириш ўрнига, тўғридан-тўғри сийдик халтага томон йўл олади.

Совуқ сув эса умуман олганда спазма беради ва бутун ички кучингиз уни қиздиришга сарф бўлади.

Кўшимча иссиқ сув истеъмол қила бошлаганингиздан кейин қизиқ бир анъана ҳосил бўлади. Сиз аввалроқ ҳожатга бориб келасиз. Сўнгра бир стакан сувни ичганингиздан кейин бир дақиқа ўтиб, Сиз сийдик қопи пешобга тўла яна ҳожатга югурасиз. Яъни организмдаги сув таркибининг янгиланиши юз беради.

Айтингчи, кадрли китобхон, Сиз бу йил куёшда тобландингизми? Хўш, қандай? Ўзингизни кузатганмисиз? Романтик хаёллар жунбушга келганми? Энди Сизга ҳар йили куёш ваннасини қабул қилишга тўғри келади. Қатъий шарт асосида. Лекин бу ҳақда биз Сиз билан бошқа бўлимда батафсил гаплашамиз.

Бу соғлиқни мустаҳкамлаш учун ажойиб восита, кўпчилик бунга назарига илмаган тақдирда ҳам. Шарқ мақолида айтилганидек: «Олдиндан оққан сувнинг кадри йўқ».

Энди эса, кадрли китобхон...

ҲИ ВАЗИФАСИ

1. Сиз ўз танангизни ҳафтасига 10 соат машқ қилдиришингиз керак. Бунинг учун спортнинг исталган тури тўғри келади – югуриш, енгил атлетика, гимнастика, йогани ҳам олиш мумкин, цигун, У-шу ва ҳоказо...

Ўзингизга тўғри келадиган спорт турини топинг-да, уни бажаришга киришинг. Натижаларини кундаликка

қайд қилинг. Нимани танлашни билмаётган бўлсангиз, Сизга синалган бир нечта вариантларни таклиф қилишим мумкин... Менинг «Тентакнинг тажрибаси» номли биринчи китобимда «Мағизли бўғимлар машқи» бор. «Тана ва руҳиятни машқ қилдириш» номли ҳаммуаллифликдаги китобимдан ҳам кўплаб фойдали тавсияларни топиш мумкин. Яна камтарин қулингиз қўллаган «Ишёқмаслар мактаби ёки ички аъзолар учун тибетликларнинг соғломлаштириш гимнастикаси» номли китобда ҳам «Жим Лам – Тибет соғайтириш техникаси»нинг комплекс машқлари жамланган.

Хуллас, зудлик билан қўшимча қувват ва соғлиғингизни ишлаб топишга киришинг!

2. Агар учта тоғ баландлигидаги уюм-уюм долларингиз бўлган тақдирда ҳам, бутун бошли дарани тўлдириб ётган бойлик эгаси бўлсангиз ҳам роҳат билан машғул бўлишингиз мумкин бўлган учта иш топинг. Айнан мана шу ишга диққат билан қаранг зеро, бу иш фаолиятингиз – Сизнинг келажак бизнесингизнинг калитидир.

3. Кўрпа-тўшагингизга икки ҳафтада бир марта буғли ишлов беришни бошланг.

4. Сув муолажалари. Сув қуйиб чўмилишнинг турли кўринишлари Сизга қандай таъсир этишини тадқиқ қилинг. Сизни нималар тетик ва бардам қилишини аниқланг.

Ҳар куни эрталаб организмгингизни тетик ва бардам қилувчи нам сочиқ билан баданингизни ишқалашни ёки устингиздан сув қуйишни йўлга қўйинг.

5. Кундуз кунлари терингизни қуриб қолишдан ҳимоя қилувчи кремлардан фойдаланинг.

6. Қон томирларини чиниқтиришни бошланг, ҳафтасига икки марта ҳаммомга ёки саунага ташриф буюринг.

7. Организмингизни тозалаш услубларини изланг ва қўллаб кўринг, биринчи навбатда жигарингизни. Ўзгаришларни кузатиб боринг.

8. Нафас олиш машқларини бажаринг.

9. Эрталаблари оч қоринга бир стакан иссиқ сув қабул қилинг. Кундуз куни ҳам сув ичинг.

10. Қуёш ва ҳаво ванналари қабул қилинг. Лекин меъёрнинг бузилишига йўл қўйманг.



Барча натижаларни белгилаб,
кундаликка қайд қилиб борамиз!

ТЎРТИНЧИ ТЕПКИ
Овсарлар учун
кийим-бош

Муаллиф китобхоннинг шўр отган эғнидаги қўйлагини юлиб ташлар экан, йўл-йўлакай нима кийиш кераклигини, Сизга нима ярашадию, Сизни қандай кийим тўйлар мубораккача етаклаб кела олишини тушунтириб ўтади.

Китобхоннинг қизиқишини уйғотиш учун муаллиф имиж борасидаги ўзининг бой тажрибаси билан ўртоқлашади. Бўлим охирида китобхон ўзининг ташқи кўринишини ижобий ўзгартириш борасида тавсия ва вазифаларга эга бўлади.

Хўш, кадрли китобхон, муваффақиятлар қандай, кайфиятингиз-чи? Аъло деяпсизми?

Марҳамат килиб айтинг-чи, эркаклик фазилати-ю, аёллик назокатидан дам олиш учун таътилга чиқиш мумкинми? Албатта йўқ?! Қаерда бўлишингиздан, нима билан шуғулланишингиздан қатъи назар Сиз доим эркак ёки аёллигингизча қоласиз. Бекорга ўзбек мақолида «Онангни отангга бепардоз кўрсатма!» деб айтилмаган.

Қайси бири яхшироқ, қоғоз кути устига газета тўшаб, буханка нон ва консерва банка очиб қўйганми, ёки стол-пинг икки четида шам ёниб турган, нозик дид билан чиройли безатилган дастурхонми?

Хурматли барно йигитлар ва гўзал хонимлар, Сизлар билан ташқи кўриниш ҳақида суҳбатлашмоқчиман. Айтишадил-ку: «Уст бошига қараб кутиб олишади, кейин эса қўйиб юборишмайди...» Албатта агар ёқиб қолсангиз.

Энг қулай кийим қанақа бўлишини билишни истайсизми? Марҳамат!

Мен доим энг кулай кийим – бу шиппаклар ва ички кийим деб айтаман. Яна маросимлар учун махсус костюм ҳам бор, ҳамма тугмалари тайёр тақилган, фақат орқасидаги ипларини боғлаб олсанг бўлди. Шунакасини кўрганмисиз? Кадрдоним, адашмасам, ўзингиз кийинасиз?

Кийимлардан яна фуфайкани тавсия қиламан. Хоҳлаган жойда ёнбош ташлаб ётиш мумкин, ғижимланмайди, доим иссиққина юрасиз. Ҳар куни ювишнинг ҳам кераги йўқ. Ҳеч ким ўғирламайди ҳам.

Бу бўйинбоғнинг нима кераги бор, пиджакнинг, туфлининг, оқшом кўйлақларининг? Фикримга кўшиласизми? Улар нокулай-ку. Айниқса, ухлаш қопи билан солиштирганда.

Ухлаш қопчаси – кулайликнинг энг юқори чўққиси. Ичига кириб кулай жойлашиб оласиз, ичида энгил айланасиз...

У ҳолда тиришиб нима қиласиз, пул сарфлаб?

Масалан, туфли инсон ҳаётини қандай ўзгартириши мумкинлигини ҳамма билади. Эсингизда йўқми? «Золушка»ни ўқиганмисиз?

Энди бироз эркаклар ҳақида суҳбатлашамиз.

Эркаклар нима учундир ўзларининг ташки кўринишларига умуман бепарво, мутлақо пала-партиш бўлишади. Эркакнинг ўз кийими билан қизиқиши – бу камдан-кам учрайдиган ҳолат. Бор-йўғи икки фоиз эркаклар бунга эътибор беришади.

Қолганлари кўпроқ кулайлик ортидан қувишади. Агар мажбур бўлмаса улар, бўйинбоғни ҳам ўлақолса тақмасдилар. Ахир шундай бўлиши керак деб қабул қилинган-ку, жин урсин! Тишини-тишига қўйиб ўлганнинг кунидан тақишади. Кейин эса бўйинбоғда ўзларини жуда ҳам расво ҳис қилишади. Уйга келишлари билан тезроқ ўзларининг тиззалари бўртиб чиққан севимли триколарини кийиб олишга шошилишади.

Бу оммага тегишли. Сизга эса, кадрдонгинам, ўзингизнинг ташки кўринишингизни ўзгартиришга, сайқал беришга тўғри келади. Ҳатто малакангиз бўлмаган жойларда ҳам.

Чунки аёлларнинг таъби шундай аҳмоқона бўлса, нима ҳам қила олардик?

Сизнинг қандай яхши эркак эканлигингизни улар кўрмаётган бўлса нима ҳам қила олардик?

Агар улар Сизни фақат уст-бошингиз, пойабзалингиз, соч турмагингиз, ишлатадиган атирингиз билангина қабул қилса, нима қилиш керак, ахир?!

Қандай йўл тутиш керак – агар аёллар сенинг юрагингни билмаса, сенинг ақлингни билмай туриб, шунчаки сени ташки кўринишингга қараб қабул қилса?

Жуда кенг тарқалган муаммолардан бирини мисол қилиб келтирамиз, йигит қизга ёқишни ва оила қуришни хоҳлайди. Ёстик кучоқлаб ётгандан кўра севгилисини, сўнгра эса фарзандларини кучоқлашни хоҳлайди, лекин... бўлма-япти-ку! Ҳамма уни инкор қияпти.

Ўзига ёқадиган қизлар уни умуман пайқамайди ҳам. Пайқагани ҳам бироз вақт ўтиб ундан юз ўтиради. Унинг танишишга бўлган барча уринишлари ва меҳнатлари бекорга кетади.



Сабаб эса жуда оддий бўлиши мумкин, бу ҳамма қатори кийиниш одати.

Эркак учун энг севимли кийим – овга чиққанда кийиладиган комуфляж ҳисобланади. Ўлжани қўлга киритиш ва ўзи ҳам ўлжага айланиб қолмаслик. Бу уларда генетик даражада, машаққат иплари билан тикиб ташланган. Жуда ёрқин ва ўзига жалб қилувчи тарзда кийинишни хуш кўра-

диганларни динозаврлар аллақачонлар паққос тушириб, хазм қилиб ҳам бўлишган.

Лекин биз Сиз билан эркаклармиз. Хома Сапиенслар, яъни эркин таржимада – хонакилаштирилган эркак. Шуни ёдда сақлашимиз керакки, ген бу ўз йўлига, реал ҳаётда ҳаммаси аллақачон бошқача-ку. Ҳар ким ҳозир алоҳида шахсий ғорга эга, йирик йиртқичлар эса аллақачон қирилиб кетган. Энди эркин нафас олиш ва эътиборни жалб қиладиган чиройли қилиб кийиниш мумкин. Акс ҳолда бизни бир хил қиёфасиз оқимнинг ичидан қандай қилиб ажратиб олишлари мумкин? Табассум қилишни ҳам унутманг, юзингиздаги қувончни бутун оламга намоиш этишдан уялманг!

Агар эркак кишига ўзининг ташқи кўриниши устида ишлашда қийналса, аёл кишида эса аксинча, гўзалликка бўлган интилишнинг чегараси йўқ.

Чунки ўзига ниманидир илиб олишга бўлган интилиш уларга наслдан ўтган.

Эндигина тетапоя бўлиб, юришни ўрганган бир ярим ёшли қизалоққа қаранг. У ўзига лаб бўёғини суркай бошлайди, онасининг бирорта кийимини кийиб кўришга уринади...

Хўш, у келажакда аёл бўлишини қаердан билади?

Ўғил боланинг лаб бўёғи олганини бирор марта кўрганмисиз? Бирорта жажжи Пикассо олиши мумкин, шунда ҳам деворни бўяб ташлаш учун!

Табиатда аёлни зағизғонга ўхшатишади, уни олғир зағизғон билан таққослашади. Чунки уларнинг инлари ялтир-юлтур нарсаларга тўла, зарқоғознинг бир бўлаги, ялтироқ ашёлар, қошиқлар, тақинчоқлар.... Болалагимда мен ҳатто зағизғон инидан бутун бошли тилла занжир ҳам ўғирлаб олганман. Зағизғон уни қаердандир топиб келган бўлса керак.

Дарҳақиқат, аёллар жуда ҳам зағизғонга ўхшайдилар.

Нима ярқ қилса – айтайлик кимдир мардона, келишган,

эҳтиросли бўлса, тамом – шу заҳотиёқ ўзларига эргаштириб олиб кетадилар.

Шунинг учун ҳам, кадрли эркаклар, агар Сизни ҳали ҳам оила деб аталмиш уяга эргаштириб кетмаган бўлишса, демак ишларингиз ҳали унчалик ҳам ярқирамаяпти! Шундан келиб чиққан ҳолда, ички ва ташқи кўринишимизни ўзгартиришга киришамиз!

Сиз анча вақтдан буён ишингизни ёки шахсий ҳаётингизга хос айрим сабабларга кўра ўзга жинс вакилларини ўзингизга жалб қила олмаган бўлишингиз мумкин. Эҳтимол бунинг сабаби жуда оддий ва энг беъмани нарса бўлиши мумкин! Масалан – соч турмагингиз!

Йигирма дақиқа соч кўринишини ўзгартириш учун, йигирма дақиқа кийим-бошни, пойабзални ўзгартириш учун. Яна йигирма дақиқа соқолни олиб, сифатли атир сепиб олиш учун сарф бўлади! Бир соатнинг ичида Сиз таниб бўлмас даражада ўзгарасиз-қоласиз! Аёллар учун вақт кўпроқ талаб этилади, айтайлик, уч соат. Лекин барибир, қандайдир соатлар кетади. Натижада эса бутун ҳаётингиз ўзгариб кетади.



Муқова учун суратга тушадигандек кўринишга эга бўлиш учун нима талаб этилади? Хоҳиш ва ўз устида ишлаш.

Бор-йўғи шу, холос!

Кадрли китобхон, кўзгуга қаранг-да, ўзингизнинг қандай кийинганингизга эътибор қилинг? Мана мен сизни кўрмаяман, лекин 90 фоиз ишончим комилки, кўринишингиз бир нави. Яна кимнингдир кўриниши эса мутлақо шармандали. Қаердан биласиз? – дейсизми, ёлғиз ва ғамгин экансиз, кўринишингиз яна қанақа ҳам бўлиши мумкин?

Сизнинг ташқи кўринишингиз ўзингизга нисбатан ва атрофдагиларга нисбатан бўлган муносабатингизнинг 100 фоизга моддийлашувидир! Ҳаттоки Сизнинг севимли ширларингизни ҳам бемалол айта оламан:

«Мен ҳеч кимга ишонмайман».

«Мен Сизни билмайман».

«Мен ҳаммага тупурганман».



Демак, соч турмагидан пойабзалгача, парфюмериядан тақинчоқларгача тез орада ҳаммасини тартибга келтиришингиз керак бўлади!

Мен ўзгартириш мумкин бўлмаган мавзуга тегмайман. Фақат 100 фоиз натижа бериши мумкин бўлган, тажрибада синалган ишга қўл ураман холос. Зеро бу – кафолатланган!

Менинг вазифам Сизни ҳамма нарсада тенгсиз қилиш. Қаерга борманг, ҳамма ерда ва ҳамма вақт Сиз юксакликда бўлишингиз керак. Хоҳлаган ерга кириб борган заҳотингиз, биринчи сонияданок бошқа жинс вакилларини қизиқтира олинг.

Эркаклар! Аёлларга ёқишни хоҳлайсизми? Бир боқишдан. Бетакрор бўлишни хоҳлайсизми ёки йўқми?

Айтайлик, Сиз бирор-бир қаҳвахонадами ёки ресторандами ўтирибсиз, кўринишингиз ҳам жуда кучли таассурот қолдирадиган тарзда, худди Париждан келгандексиз. Ўтиб кетаётган аёллар эса бирин-кетин пойингизга ўзларини таппа-таппа ташлашга тайёр. Сизнинг столингиз атрофига. Зўр-ку, тўғрими?!

Ёки Сиз ниҳоят ўз ишингизни очдингиз ва музокарага боришга чоғланяпсиз.

Бирортасининг олдига бориб, ҳамкорликда ишлашни таклиф қиласиз... у ерда эса Сиз билан ўша одамнинг ўртасида кўпинча котиба деб аталмиш аёл бўлади. Котибаларга эса кўп нарса боғлиқ, яъни агар Сиз унга ёқмасангиз, ишончини қозона олмасангиз, у ёғига Сиз учун йўл ёпилади.

Бошлиқ олдига кирадиган эшикни кўриқлайдиган аёлларни Сиз биргина ташқи кўринишингизнинг ўзи билан, лаҳзадаёқ, сўзсиз маҳлиё қила олишингиз керак.

Нима учун мен эркаклар мисолида гапиряпман?

Чунки ҳар бир аёлнинг миясида ўзини тўлақонли эканлиги борасидаги аҳмоқона фикр маҳкам ўрнашиб қолган. Мана бухгалтериядаги Василада эса ҳеч қандай дид йўқ. Нукул аллабалоларни кийиб оладики, уни кўриб, ўзингни ташлаб юборишдан базўр ушлаб қоласан, қўшнимиз Холида эса – умуман тентак, аллақандай қўланса нарсаларни атир деб сепиб юради. Сизда эса ҳаммаси юқори даражада! Лекин нимагадир эркаклар бунинг қадрига етмайди! Кўпаклар, тўғрими?!

Тасаввур қилинг-а, турли-туман атирларнинг орасидан энг яхшисини танлаб оламиз, энг яхши соч турмагини, энг яхши костюмни, энг яхши кўйлакни, энг яхши феъл-атворни, энг яхши хатти-ҳаракатни, ҳамма-ҳамма нарсада энг яхшисини танлаб оламиз.

Натижада нима ҳосил бўлади?

Бекаму кўст одам.

Бундай одамга нисбатан Сиз қандай муносабатда бўласиз?

Гаров боғлашим мумкин, бундай бекаму кўст одамга нисбатан Сизда аллақачон ғайирлик ёки ҳасад пайдо бўлиб, уни ёмон кўриб қолдингиз.

Нима учун Сизда ҳасад пайдо бўлди? Ёмон кўриш қаердан пайдо бўлди? Ялқовликдан! Бу – Сиздаги ялқовликнинг яққол кўринишидан ўзга нарса эмас.

Ўзингиз-чи, юлдуздек кўринишни истамайсизми? Нима Сизни чўчитиб юборди? Нима безовта қила бошлади? Қилишингиз керак бўлган ишнинг кўлами, ҳажми чўчитиб юборди Сизни, тўғрими? Бу зўриқтиради! Тўғрими ёки йўқми?

Демак, йигитлар, мен нима демокчиман. Биронгангизни мактаб, кўкларга кўтариш ёки камситиш менинг ҳатто ҳаёлимда ҳам йўқ. Ҳар бирингиз ҳам нимададир ўта илғор, нимададир энг охирда қолгансиз. Лекин! Орқада қолиб, бировларга бой берилган ҳудудларни осонлик билан қайта эгаллаш мумкин. Қандай қилиб, – дейсизми?!

Биз мана бундай қилишимиз мумкин, кимнингдир чиройли соч турмагини кўриб, ўзимизга намуна сифатида қўллашимиз мумкин.

Кимнингдир кийиниш услубини кузатинг. Кимнингдир комати ўлчамларини чамаланг. Кимнингдир гавдасини адл тутиб юришини ўзлаштиринг. Кимнингдир ҳаётдан қувониши, инсонларга нисбатан меҳр-оқибати, хушмуомалалиги ва қатор ажойиб фазилатларини... ксеронусхалаш мумкин.

Ва буларни ўзингиз учун ўзлаштириб, тўплаб, коллекция қилиб... Ўзингизни қуринг, ўзингизнинг қувончга тўла ажойиб ҳаётингизни, ўз муҳаббатингизни, ўз оилангизни қуринг! Бамисоли битта-биттадан ғиштларни териб қурган каби! Қаватма-қават! Ҳаётнинг 495 томонининг ҳаммасини қуринг, бунёд этинг!



Табассум қилишни ҳозирнинг ўзидаёқ бошлашингиз мумкин! Оғзингиз қулоғингизгача, қувончга тўлиб!

Энди эса доим мана шундай юринг!

Келишдикми?

Бир неча йил аввал биз навбатдаги «Омад устахонаси» машғулотларини жануб давлатларининг сихатгоҳларидан бирида ўтказдик. Гуруҳда миллионерлар клубимиз аъзоларидан ҳам икки-уч нафари бор эди. Курсларимизнинг собиқ битирувчилари. Уларнинг баъзилари билан икки-уч йилдан буён, баъзилари билан эса ўн йиллардан буён биргамиз. Шундай бўлиб қоладики, уларнинг баъзилари ўзларининг сезги ва туйғуларини янгилашни истаб, баъзан машғулотларимизда қатнашиб туришади.

У ерда эса соҳил бўйида гўзаллик танлови бўлиб ўтаётган экан. Кутилмаганда менинг клубимдагилар шу ёққа келиб қолишди. Аввалига мен ҳеч кимга уларнинг ўз клубимиздан эканини айтмадим. Мавриди бўлмади. Кейин эса кизик бир феноменни сезиб қолдим.

Эркакларнинг сони тахминан қирқтача эди. Ташкилотчиларимиз йигитлар ўртасида «Жаноб Коинот» танловини уюштиришди. Танлов мезонлари бўйича кийиниш услуби, соч турмаги, атир, сахнада ўзини тута олиш, аёлларни мафтун қила олиш ва бошқа кўплаб шартлар бор эди. Ҳаммаси бўлиб ўн икки-ўн бешга яқин шартларга жавоб бериш керак эди.

Барча йўналишлар бўйича клубимиздагилар биринчи ўринни эгаллашди. Тушуняписизми? Барча шартлар бўйича! Ҳамма мукофотга бизнинг уч эркак эга бўлишди.

Мен эса четдан туриб уларни кузатар эканман, завққа тўлиб, қойил қолдим. Барча аёллар бу учала йигитнинг атрофида асаларидек айланишарди! Қолган қирқта эркак эса асабийлашганидан бир четда тамаки тутунини ичга ютиб турардилар.

Кейин мен уларга қараб: «Йигитлар, улар ҳам менинг клубимдан! Менинг битирувчиларим!» – дедим. Гуруҳдагиларнинг аввалига ҳафсалалари пир бўлди, кейин эса қарсак билан олқишлай бошлашди!

Бундан мен шундай мағрурланиб, фахрланиб кетдимки, асли сўраманг. Ахир бу менинг мактабим-ку! Мураббий сифатида, педагог сифатида бундан қувонмай бўладими?! Мураббийлар ва ўқитувчилар мени тўғри тушунадилар. Бу шунақа фахрланиш туйғуси! Шохсупада улар туришибди, мен эса пастда залда ўтирибман, лекин барибир, юқори балларни худди мен олаётгандек туюларди...

Сизнинг камтарин қулингиз бир умрлик мураббий – бир умрлик мураббий. Тушуняпсизми? Биз ҳозир улар ҳақида эмас, Сиз ҳақингизда гаплашяпмиз! Қолганлар эса бизни фақат ўқув материали сифатидагина қизиқтиради, холос.

Энди Сиз туришингиз керак шохсупада! Сизнинг мураббийингиз – Менман! Менда шуғулланганлар биринчи бўлиши керак!

Булар шунчаки майда-чуйда гаплар эмас! Аслида биз ташқи кўриниш ҳақида гапираётганимиз йўқ, кийим-кечак ҳақида ҳам, оёқ кийими ҳақида ҳам эмас. Биз ҳаётнинг 495 томонининг ҳаммаси ҳақида гапиряпмиз. Улардан бири эса – бу Сизнинг ташқи қобиғингиз.

Марҳамат қилиб айтинг-чи, пойабзални, кийимни, соатни, атир ҳидини, соч турмагини ўзгартириш осонми? Осон!



Ҳаётнинг 495 томонининг ҳаммасини ҳам ўзгартириш мумкин. Улар жуда осон ўзгаради, фақат ўзгартиришни бошласангиз бас!

Лекин! Бу ерда муҳим бир лаҳза бор! Тасаввур қилинг-а, биз ҳозир Сизга 50 минг евролик кредит карточка берамиз-да, Парижга уч кунга десант қилиб ташлаймиз. Сизга «Нима хоҳласангиз, ташқи кўринишингиз учун нима иста-

сангиз харид қилинг, атир, кийим-кечак, пойабзал. 50 мингнинг ҳаммасини ўзингизга сарфланг!» деймиз. Ундан кейин нима юз беришини кўрамиз.

Натижа эса қоидага биноан бир нави бўлади. Нима учун? Хўш, гардеробингизни янгилаш учун бир дунё пулга эга бўлдингиз, лекин дидингиз уч кун ичида ўзгариб қолмади-ку! Фақат пулнинг ўзи билангина иш битмайди...

Боши берк кўча, тўғрими? Бир томондан ташқи кўришни ўзгартириш керак, бошқа томондан эса қанақа қилиб ўзгартира олардингиз, агар Сиз ҳамон олдингидек ўзингизнинг эски дидингиз ва одатларингиз билан бирикиб кетган бўлсангиз... Энди қандай йўл тутасиз?

Жуда оддий, марҳамат қилиб теварак-атрофга назар ташланг.

Тасаввур қилинг-а, ресторанда ликопчалару лаганлар ўз-ўзидан терилиб қоляпти, таом ҳам ўзини-ўзи тайёрлайди ва ўзини чиройли қилиб ликопчага жойлайди. Шунақаси бўладими ёки йўқми?

Чиройли дастурхон безаш, таомларни дид билан дастурхонга тортишни ким амалга оширади? Официант?! Официант – ким у?

Нима учун официант энг яхши ликопчани танлайди? Ликопчанинг ўзини биз ҳеч қачон тановул қилмаймиз-ку! Кумуш санчқилар ҳам ейимли эмас, улар соғлиқ учун умуман зарарли, айниқса ўнтасини бирварақайига ютиб юборсангиз. Демак... официант қандай қилиб жуда чиройли кўринишда дид билан безашни билади. Чунки у – мутахассис!

Сиз қачондир бўлса ҳам қовурма лағмонни ўзини-ўзи қовурганини кўрганмисиз? Ёки қўйлар ўзларидан қабоб тайёрлаганини? Уни қабоб қилиб ким тайёрлайди?

Албатта ошпазлар! Тўғрими?
Ёки қайнатма шўрва, ўз-ўзининг тузини тобига келтираётганини кимдир кўрганми? Демак, уни тайёрлайдиган яна ким? Ошпаз, яъни – мутахассис.

Бу карам шўрвани эса ким тановул қилади? Таомлар шинавандаси! Истеъмолчи.

Тушуняпсизми, аёллар ва эркакларнинг истеъмолчилари ким?

Қарама-қарши жинс вакиллари!



Демак, ошпаз Сизнинг қандай кийинишингизни белгилаб беради! Сиз эмас! Ошпаз – шинаванданинг бунга нима алоқаси бор, яъни албатта қарама-қарши жинс вакили!

Одам жуда камдан-кам ҳолларда қарама-қарши жинс вакилини лол қолдирадиган даражада, ўзини-ўзи кийинтира олиши мумкин. Худди кўчқор ўзидан кабоб тайёрлай олмаганидек. Демак, Сизга шахсий имижмейкер зарур.

Табиатда шу пайтгача тайёр, сайқалланган олмос ҳеч учрамаган, билмадим, эҳтимол қаердадир бордир. Лекин Сиз қачон бўлса ҳам олтиннинг ўзига сайқал берганини кўрганмисиз?

Олтин... Олтин қумдан, тошдан ажралган, соф олтин холида камдан-кам учраши мумкин. Олтин ўзига ўзи чиройли шакл бериши мумкинми? Йўқ! Олтин қанчалик соф бўлмасин, фақат заргарнинг моҳир кўлларигина унга нозик шаклларни бериши мумкин.

Давом этамиз. Бриллиантнинг ўзини тақинчоқ сифатида тақиб бўлмайди, унга гардиш керак. Сиз ҳеч замонда бўлса ҳам кўрганмисиз, қимматбаҳо тақинчоқларнинг ўзига-ўзи гардиш ясаганини?

Олмос ва бриллиант. Олтин ва гардиш билан олмос пардозловчи ва заргар ишлайди. Тўғрими?

Худди шу тарзда Сиз агар бриллиант бўлсангиз, қарама-қарши жинс вакили заргар ҳисобланади. Фақат қарама-қарши жинс вакилигина Сизга яхши гардиш бахш этиши мумкин!

Заргар заргардан фарқ қилади. Ўзингиз учун шундай имижмейкер заргарни топишга ҳаракат қилингики, у Сиз учун энг яхши гардишни танлаб бера олсин ва унда Сиз бамисоли тенгсиз бриллиант каби янада чиройли бўлиб, чарақлаб кетинг. Масаланинг моҳияти мана шу!

Кийимларингиз – бу Сизнинг тожингиз, менинг кадрли бриллиантларим! Ҳа, бунда арзимаган майда-чуйда деган гап йўқ!

Шундай экан, Сизга менинг бриллиантларим, имижмейкерлар керак! Имижмейкер – бу Сизнинг қирралари сайқалланмаган олмосингизни шундай жойига қўядики, Сиз чарақлаб, яшнаб кетасиз!



Муҳтарам эркаклар ва аёллар, аслида Сизнинг қандай бўлсангиз ундан кўра минг карра ёмон кўринишга эга бўлиб олиш учун хайратланарли истеъдодингиз бор. Аслидаку, агар ҳар бирингизни имижмейкер қўлидан ўтказсак, Сиз баҳоси йўқ одамга айланасиз!

Нима учун Сизга қарама-қарши жинсдан имижмейкер керак бўлади?

Баъзан шундай бўладики, қараб турсанг бирор-бир эркак, ташқи кўринишидан жуда бакувват, келишган ҳамда чиройли. Лекин бу эркак нима учундир аёлларга ёкмайди,

аёллар унга мутлако эътиборсиз, ҳатто уни чиройли эмас, деб ҳисоблашади.

Унинг ўрнига эса қандайдир бадбашара эркакни кўрса-тишиб, ўшани келишган ва ёқимли деб гапиришади.

Эътибор берганмисиз? Ёки сезмаганмисиз шунақалигини? Эркаклар?

Энди эса хонимлар, Сизлар ҳақингизда.

Баъзан ҳамма аёллар гапириб қоладиган қандайдир қизни биласиз. Аёллар у ҳақида: «У жуда чиройли қиз, шундай ёқимлики» – деб гапиришади. Мен қарайман, хунукдан хунук. Бошқа эркаклар ҳам уни пайқашмайди. Мутлако эътибор беришмайди!

Яна бири эса тентакнинг-тентаги. Эркаклар эса унинг атрофида хира пашшадек ғуж-ғуж.

Ҳамма гап шунда-да!

Эркак киши ўзга эркакнинг чиройини кўра билишдан, унинг аёлларни мафтун қила оладиган, аёлларни жалб қила оладиган жозибасини ҳис қилиш қобилиятидан буткул маҳрум.

Худди шу тариқа, ҳеч бир аёл ўзга аёлнинг гўзаллигини белгилай олмайди – бу фақат Сизнинг фантазияларингиз, Сиздаги нотўғри хулосалар, холос.

Шу сабабдан ҳам аёл киши ҳеч қачон бошқа аёлдан маслаҳат олиши керак эмас, эркак киши бошқа эркакнинг маслаҳати билан кийинмаслиги шарт.

Сизнинг ўзингиз кийинасиз, кейин эса баъзи бирларингиз нима учун аёллар мендан ўзини тортяпти, нима учун биронта эркак ҳам мени пайқамаяпти, деб ўйлайсиз.

Эркак кишини, масалан, мен кийинтиришим мумкин, ўзимча жуда зўр деб ҳисоблаган кўринишда... Натижада эса Сиз аёлларнинг назарида худди дала кўриқчиси сифатида гавдаланишингиз мумкин. Ҳайратланарли ҳолат!

Эски латифалардан эшитишни хоҳлайсизми?

Алоқа институтида, ҳарбий кафедрада йўриқчи «замонавий танкларнинг тузилиши» мавзуида маъруза ўқияпти. Маърузани унча баланд бўлмаган овозда, бир текисда ўқияпти. Талабаларнинг бир гуруҳи маърузани конспект қилиб боришяпти, бошқа қисми эса бир текисдаги овознинг оҳангига сеҳрланганича мудраб ўтиришибди... Маърузачи ўқишда давом этяпти:

Барча замонавий танкларда албатта рация ўрнатилган, улар «бу-бу-бу» ва «бу-бу-бу-бу-бу...» лардан ташкил топган.

Орқа қатордан норози овоз янграйди:

Ўртоқ лектор! Бу ердан ёмон эшитиляпти. Охирги қатордагилар учун яна қайтариб юборинг – рация лампада ишлайдими ёки ярим ўтказгичлардами?!

Йўриқчи мудраётган талабаларнинг уйқусини ҳам бекор қиладиган гулдирарган овозда:

– Охирги қатордагилар учун такрорлайман! Рация лампада эмас! Рация ярим ўтказгичда ҳам эмас! Рация барча замонавий танкларда!



Охирги қаторда ўтирганлар учун такрорлайман!

Ҳурматли хонимлар! Диққат! Ҳеч қачон, ҳеч қандай ҳолатда ҳам Сизнинг ўзингизни ўзингиз кийинтиришга ҳақингиз йўқ! Ҳеч қачон, ҳар қандай ҳолатда Сиз ўзингиз учун кийим-кечак, пойабзал, атир ва тақинчоқлар харид қилманг. Албатта, ёнингизда эркак маслаҳатчи бўлиши шарт. Агар бу харидларингизнинг тўловини амалга оширадиган маслаҳатчи бўлса – янада яхши, тўғри эмасми?

Сизларнинг кўпчилигингиз ажойиб қадди-қомат эгаси бўла туриб, ўзингизни хунук қилиб кўрсатишдан бошқаси-

ни эпламайсиз. Чунки ўзингиз учун ўзингиз кийим танлайсиз-да. Ҳаммаси ахир жуда оддий-ку! Сизни эркаклар кийинтириши керак. Эркаклар!

Аёлларнинг ўзига-ўзи қимматбаҳо кийим-кечак харид қилиб, шундан янада ҳам чиройлироқ бўлиб кетганини камдан-кам учратганман. Аёллар харид қилишади, кийишади, кийишади, яна харид қилишади... Худди бу ишларни ягона мақсад – янада хунукроқ кўриниш учун қилишаётгандай. Аслида кийим нима қилиши керак? Уларни кийган кишини безаши керак!

Мен шунга ишонч ҳосил қилдимки, қадди-қоматининг ўзининг устун томонини кийим орқали кўрсатиб бера оладиган аёллар миқдори бор-йўғи 7 фоизни ташкил қилар экан. Етти фоиз!

Қолганлари эса ўзларини асл кўринишларидан кўра хунукроқ қилиб кўрсатишни боплашади.

Ҳурматли хонимлар билиб олинг, ўзини-ўзи кийинтирадиган, ўзининг шахсий дидига кўра кийинадиган деярли барча хонимлар дала кўриқчисидан бироз яхшироқ кўринишга эга бўлишади холос.

Лекин Сиз қишлоқда, бошқа бир дала кўриқчисининг олдида жуда катта ҳурматда бўласиз. У Сизни кўради-да, «Оҳ! Қандай хоним!!!» – дейди.

Мен илм одамиман. Мен ҳар доим аёл киши ўзини-ўзи бадбашара, хунук қилишни боплайди деб гапирар эканман, буни амалиётдан келиб чиқиб айтаман. Камдан-кам аёллар ўзларини рисоладагидек кийинтира оладилар.

Бегона аёлларнинг гўзаллигини қабул қила олмаслик, аёлларнинг онг остида ётадиган доимий ҳолат ва бу ҳолат уларнинг миясининг туб-тубига сингиб кетган.

Аёллик гўзаллиги қоидаларидан бири шундай жаранглайди: «Агар сен янада чиройлироқ кўринишни истасанг, ўзингга хунукроқ дугона топ». Шундай эмасми?

Эркаклар ҳам бу борада улардан ўтиб тушган! Улар аёллардан ҳам баттароқ! Эркаклар ўзларининг шахсий кийим-кечакларига нисбатан мутлақо бепарво, беписанд муносабатда бўлишади! Улар дидсизлик борасида энг юқори чўккини забт этишган!

Шунинг учун эркаклар ҳақида умуман гапирмасак ҳам бўлади. Аёлларда... Сизларга бу хусусият – гўзалликни ҳис қила олиш табиат томонидан инъом этилган. Эркак эса моҳиятан, эғнига нима илиб олганига нисбатан мутлақо бепарво.

Эркак кишининг мутлақо ўзи учун кийим танлашга ҳақки йўқ! Ер юзида ҳали биронта эркак ўзини-ўзи меъёрадагидек кийинтира олган эмас!



Албатта, истисно ҳар доим ҳам бўлади!

Лекин Сиздан илтимос – шу истисно мен эканман, деб ўйламанг!

Эркаклар, Сизларга яна битта огоҳлантириш! Сизни ҳеч қанақасига рафиқангиз ёки қайнонанинг кийинтирмаслиги керак. Улар Сизни кўримсиз одамга айлантиради-қўяди. (Мен бу гапни ҳар эҳтимолга қарши айтиб қўйяпман, мабодо орангизда биронта уйланганлар бўлса деб) Нима учун? Бундай қилишади? – дейсизми? Сизни бошқа аёллар пайқамаслиги учун, оиладан қочиб қолмаслигингиз учун. Бу фазилат ҳам генетик даражада ҳар бир аёлга ўрнашиб қолган. Аёл эҳтимол бу ҳақда ўйламаслиги, буни ўзи сезмаслиги ҳам мумкин лекин барибир айнан шундай йўл тутади!

Менга ишонмаяпсизларми? Унда тарихга бир назар ташланг. Аёллар учун энг яхши кутюрелар, яъни чеварлар – бу эркаклар. Эркаклар учун энг яхши кутюрелар – бу аёллар!

Истисно бўлиши мумкинми? Кутюръелар орасида аёлларни кийинтирадиган биронта аёл борми? Мен, масалан, ўзимнинг чегараланган билимларим доирасидан келиб чиқиб айтяпман, Сизларнинг бу борадаги билимларингиз кўлами анча кенгрок бўлса керак.

Албатта бор, бир-иккита аёллар. Улардан бири – Сизнинг кўшнингиз.

Жаҳон миқёсида-чи?

Аёллар учун тикадиган энг яхши кутюръе аёллардан чиққанми ёки йўқми? Бу – Коко Шанель.

Парадокс? Мен ҳам шу ҳақда гапиряпман.

Демак, унутманг фақат қарама-қарши жинс вакилигина Сизни чиройли кийинтира олади.

Эркаклар учун чиройли кийим-кечак тайёрлай оладиган эркак ҳам тарихда бўлмаган.

Мана шу сабабли ҳам, ҳурматли эркаклар, Сизнинг имижмейкерингиз аёл киши бўлиши керак. Яна бу аёлнинг қанчалик мафтункор эканига ҳам эътибор беринг. Агар у эҳтиросли бўлса – у Сизнинг ички моҳиятингизни аниқлаши ва уни ташқи кўринишда ифода этиб бериши мумкин. Яъни у, Сизни тўғри кийинтира олиши муқаррар.

Келишдикми?

Ҳар бир эркакнинг шахсий имижмейкери бўлиши керак, шахсий руҳшуноси ва шахсий кими?... тўппа-тўғри, рафиқаси! Бошқачаси кимга ҳам керак?

Хаёлингизга келганидек кийининг, лекин имижмейкерингизнинг маслаҳатлари асосида!

Яна бир муҳим жиҳат. Битта имижмейкер билан чегараланиб қолманг. Камида учта мутахассиснинг маслаҳатидан ўтган маъкул.

Бошдан-оёқ ўз кийимларингизни, соч турмагингизни, атру ифорни, тақинчоқларингизни қайта кўриб чиқинг. Сизга нима кўпроқ ярашади. Тақинчоқлардан пойабзалгача барисини чуқур таҳлил қилинг.



Имижмейкернинг кўригидан ўтганингиздан кейин, Сиз бошқа нарсаларда ҳам ўз-ўзидан биринчи бўласиз!

Ҳозир эътироз билдирувчиларнинг норозилик ва шикоятларини олдиндан кўриб турибман, яъни имижмейкерга шунча пулни қаердан олишимиз керак, бу қиммат-ку, шундоғам ҳамёнимдаги сувараклар очликдан тиришиб ўлиб ётибди...

Азизларим!

Биринчидан, мен Сизларга нима деб жавраяпман – ўз бизнесингизни бошланг, ўзингизнинг шахсий бизнесингизни бошланг, бошласангиз-чи! У кўплаб ҳаётий муаммоларни ҳал этади. Ундан кейин, эркаклар, бу Сизга тегишли, агар Сиз ҳозир ўзингизни рисоладагидек таъминлай олмас экансиз, оилангизни қандай қилиб таъминламоқчисиз? Рафиқангизни, ундан кейин фарзандларингизни?

Иккинчидан, жуда иложи топилмаган тақдирда ҳам, Сизда доим иккита йўл бор! Агар ҳозирча пулли имижмейкерларни чўнтагингиз кўтармаётган бўлса, текинидан топинг!

Қанақа қилиб дейсизми?

Дўстларингиз, ҳамкасбларингиз, танишларингиздан илтимос қилинг. Ишончим комилки, Сизга текинга ҳам жон деб ёрдам беришади. Бошқаларга ёрдам бериш жуда ёқимли-ку. Бу жараёнда ўзингни шунақаям билимдон мутахассис ҳис қилсанки! Фақат дуч келгандан илтимос қилманг, улар ичидан энг яхшисини танланг. Қандай қилиб тўғри танлаш мумкин?

1. Сизнинг имижмейкерингиз қарама-қарши жинс вакили бўлиши керак.

Бу жиҳат ҳатто муҳокама ҳам қилинмайди.

2. У мафтункор, эҳтиросли, сизнинг жинсингиз вакиллари орасида мафтункор деб ҳисобланадиган бўлиши керак.

Буларнинг қаторига ундаги кийина олиш, атир, тақинчоқлар ва ташқи кўринишнинг бошқа унсурларидан оқилона қўллана олиш ҳам киради.

3. Сизнинг экспертнингиз Сизга нафақат инсон сифатида, балки эҳтирос уйғотувчи шахс сифатида ҳам ёқиши керак.

Нима учун бу шунчалик муҳим. Тасаввур қилинг-а, у ўзининг диди бўйича Сиздан шундай супернарса – яъни ҳаммага ёқадиган одам ясайдики, асти қўяверасиз. Натижада Сизда диддиларни ўзингизга жалб қила олиш эҳтимоли юзага келади. Ўзингизнинг имижмейкерингизни кўргани кўзингиз йўқ бўлса ёки у билан совуқ муносабатда бўлсангиз, ундан кейин Сизга мана шу тоифадаги мухлисларнинг нима ҳожати бор?

4. Сиз ўзингизнинг «заргарингиз»га ёқишингиз керак.

Ўзингиз ҳам тушунасиз-ку, тўғрими? Ижирғаниш туйғуси билан гўзаллик яратиш мумкин эмас. У Сизни севиб қолган бўлиши шарт эмас. Бироз ёқадиган бўлса – шунинг ўзи етарли.

5. Сизнинг имижмейкерингиз Сиз томондан ўзига хос тарзда тайёрланган бўлиши керак.

Сизнинг устингизда ишлашдан олдин Сиз уни ўзингизга нисбатан, агар аёл бўлсангиз, у Сизни орзунгиздаги эркак билан учрашувга ясантираётгандек, ёки севиб қолишга улгурган йигити билан биринчи учрашувга синглисини ҳозирлаётгандек муносабатда бўлиши керак.

Сиз агар эркак киши бўлсангиз, заргарингиз Сизни худди ўз акасини учрашувга ясантиргандек, яъни шаҳар бўйлаб акасини севгилиси билан романтик сайр учун тайёрлаётгандек ясантириши керак.

Нега шундай? Бу нарса нима учун муҳим?

Сизга сайқал берувчи эркак агар Сизга туғишганидек, қариндошлик кўзи билан қарамай, эҳтирос объекти сифатида қараса, у Сизга кийим танлаганда ҳам ҳирсини кондиргиси келган аёлдек ясантиради. Ваҳоланки, Сизнинг олдингизда орзунгиздаги эркак билан танишиш ва унга турмушга чиқиш вазифаси турибди! У ерга эса бутунлай бошқача кийимлар керак! Биз бу ҳақда ҳам батафсилроқ суҳбатлашамиз.

Бундан ташқари, одатда эркаклар шундай йўл тутишади: агар аёл киши улардан «кўринишим қандай?» – деб сўрагудек бўлса, эркаклар уларга ҳар доим сурбетларча ёлғон гапиришади: «Ажойиб! Сиз маъбуданинг худди ўзисиз!»

Нима учун? Бутун сайёра эркаклари ушбу масалада ҳаммиша яқдил. Тушунапсизми? У Сизга битта нарсага умид қилган ҳолда хушомад қиляпти, «балки менга ҳам бирон нима тегиб қолар». Тўғри эмасми, эркаклар?

Эркаклар, аёл имижмейкерлар ҳам шу жиҳатдан ёки раҳми келганидан шундай гапларни айтиши мумкин. Сизни кийинтирганда ҳам бирор сабаб туфайли битта кўринишда, бошқа ҳолатда эса – бутунлай бошқача кўринишга келтириши мумкин.

Шу сабабдан ҳам ўз «заргарингизни» тўғри тайёрлаш жуда муҳим! Мўлжал тўй қилиш, шунчаки ноз-карашма учун эмас. Мана, уйланиб олинг (ёки турмушга чиқинг), ана ундан кейин ўзингизнинг иккинчи ярмингизга ноз-карашма қилаверинг. Зерикарли, дейсизми?

Ҳеч қанақасига! Никоҳдаги жуфтингизни бир умр севиш ва роҳатланиш мумкин. Лекин бу ҳақда мен кейинги китобимда гапириб бераман. Аввалига эса Сиз ўз жуфтингизни топиб олинг.

Демак, энди, кадрли китобхон, яна кийим-кечакларга ўтамыз.

Эркаклардан бошлаймиз. Марҳамат қилиб айтинг-чи, рисоладагидек эркакнинг нечта костюми бўлиши керак? Расмий костюмлар тўплами. Санок сонда бу қанча бўлади? Иккитами? Учтами?

Таркидунёчилар учун энг камида беш-етти дона, меъёр эса – йигирма-йигирма бешта. Агар захираси билан бўлса – бу элликтача костюм дегани. Фақат расмий костюмлар тўплами.

Бу дегани нимани англатади, Сизда яна эллик жуфт нима бўлиши керак?... баракалла, пойабзал!

Мана шу сабаб эркаклар Сизда: «бундай сарф-харажатлар учун пулни қаердан олишим керак?» – деган табиий савол туғилади. Демак, кийим-кечак дўконидан тўппа-тўғри қаерга қараб йўл оламиз?

Тўппа-тўғри? ...Ўзимизнинг хусусий ишимизни очишга!

Эркаклар кийим-кечак борасида буткул консерватор бўлишади. Мен, масалан, ўзимнинг элликта кўйлагимнинг орасидан фақат учтасинигина ёқтираман. Мана битта қаймоқ ранглисини, яна битта йўл-йўл чизиклисини, яна битта оқ кўйлагимни ва шу билан тамом.

Масалан, мен йил давомида битта галстукда юришим мумкин. Ўзим учун энг севимли бўлган битта галстук бор.

Лекин барибир, алмаштиришга тўғри келади, тушуняпсизми?

Менга ҳам озгина нарсанинг ўзи етарли: битта костюм, бир жуфт пойабзал, ўша ўзим ўрганиб қолганларим. Баъзан рафиқам билан ҳам шу борада бироз тортишиб қоламиз, чунки ҳадеб битта пойабзални киявераман. Нима учун кияман? Чунки у қулай ва менга ёқади!

Хурматли эркаклар, агар Сиз фақат ўз хоҳишингизга кулоқ тутадиган бўлсангиз, Сизда пойабзаллардан фақат кроссовка, тантаналар учун киядиган кийимлардан жинси бўларди, холос. Шундай эмасми?

Бу – асл эркакларга хос одат.

Ҳаммадан ҳам эркак киши тоқат қила олмайдиган нарса нима – харид қилиш, дўконма-дўкон юриш. Тўғрими?

Масалан, мен дўконларни қовлаштириб, янги кийимларни кийиб кўришларни жиним суймайди. Бунга умуман

тоқат қила олмайман! Лекин йилда бир марта «кила олмайман», «хоҳламайман»га қўл силтаб: «Уф, майли, олиб боринглар» деб розилик бераман. Ва менга ўнтача костюм олиб келишади. Ўнта – бу камида. Сиз ҳам ўз гардеробингизни йилига ўнта янги костюмга бойитишингиз керак.

Келишдикми?

Энди, хонимлар, Сизнинг кийимларингизни сони қанча?

Демак, хонимлар, ўзингиз учун ёнбошлаб ётган саккиз сонини тасаввур қилинг. Математикада бу белги «Чексизлик» деб аталади. Сизнинг кийим-кечакларингизнинг чек-чегараси йўқ. Нима учун? Чунки бунга Сизни ўргатишнинг кераги йўқ. Сиздаги ўзингизни безаш одати – бу табиатнинг тухфаси!

Давоми!

Эрталабки кийим бўлади, оқшом кийими, расмий кийим, романтик кийим, спорт кийими, ҳордиқ учун мўлжалланган кийимлар ва ҳ.к.



Сиз ўзингизнинг юқори кадр-кимматингиздан, асл даражангиздан пастда бўлишга ҳаққингиз йўқ!
Гардеробингизни бошдан-оёқ тўлдиришингиз керак!

Йилда тўрт фасл бор. Тўрт! Кийим кечаклар ҳам қандай? – тўрт фаслга мос.

Энди нархлар ҳақида гаплашамиз.

Янги руслардан иккитаси учрашиб қолишибди:

– Кулоқ солгин-а, кеча мана бу бўйинбоғни 1000 долларга харид қилдим, – дебди улардан бири.

Вой овсар-ей! Мен шундай дўконни биламан, у ерда худди шу бўйинбоғнинг ўзи 3000 доллар туради.

Латифа тушунарлими?

Кийим албатта қимматбаҳо бўлиши шарт эмас! Қиммат нарх бу яхши нарсa эканлигини англатмайди! Қимматбаҳо кийим ва мода – бу бутунлай бошқа-бошқа нарсалар. Шунчаки, дўконлар турли хил харидорларнинг талабини ҳисобга олган ҳолда ташкил қилинади, масалан ҳар қандай бозорнинг шундай қисми борки, улар ҳамёни бақувват, лекин диди йўқ харидорларга мўлжалланган...

Демак, Сизнинг кийимларингиз уч баравар қимматига харид қилинган бўлиши шарт эмас! Одамлар учун либосларингиз нархининг умуман қизиғи йўқ, агар у Сизга ярашиб турса. Агар кийим ярашмаса, улар Сизларга эътибор беришмайди, шунчаки, юзларини ўгириб олишади. Яна чаккасига бармоғини бураб кўрсатишади, яъни «бир тийинга қиммат нарсани харид қилибди» – деган маънода.

Қоматингизга мослаб тикилган кийим Сизга янада кўпроқ ярашади. Чунки стандартга тўғри келадиган гавдининг ўзи табиатда мавжуд эмас. Масалан, жанубий испанияликларнинг гавдаси узун, оёқлари калта, ўзлари эса паст бўйли кўринишади. Шимолликлар эса бироз пропорционал тузилишга эга, бўйлари баландроқ.

Ер юзидаги барча миллатларда, халқларда, қабилаларда ва элатларда худди шу тарзда. Ҳатто бир оиладаги болалар ҳам бир-бирларидан нафақат бўй-басти, вазни билан, балки қадди-қомат, гавда қисмлари пропорцияларининг турлича эканлиги билан ҳам ажралиб туришади. Биттаси дадасидан кўпроқ олган, бошқаси онасидан, учинчиси эса умуман бобоси ва бувисининг генларини аралаштириб юборган.



Битта кўйлақ бичимининг ўзиёқ
Сизнинг ташқи кўринишингизни ёки
яхшилаши, ёки хунук қилиб кўрсатиши
мумкин.

Сизнинг кийимларингиз ўзингизнинг ички қиёфангизга мутаносиб бўлиши керак.

Демак, ўзингизга кийим танлаганингизда Сиз унинг чиройли туриши ва ўзингизни қандай ҳис қилишингизга қараб танлайсиз. Тўғрими? Ички қулайликка эга бўлиши ва ярашиб туриши учун.

Давом этамиз. Сиз кийим-кечакларни энди шундай танлангки, у тўлиқ Сизнинг ички қиёфангизга, яъни руҳиятингизга, феъл-атворингизга ҳам мос келсин. Либосингиз зинҳор Сизнинг ички ҳолатингизни бекитиб қўймаслиги керак, аксинча у билан мутлақо уйғун бўлсин.

Бу қандай кийим? Бу кийимлар турли ҳолатлар учун.

Ялқовлик ҳолатида, расмий учрашувларда, романтик учрашув учун.

Биласизми, масалан менинг уйдаги кийимим – халат.

Энди тасаввур қилинг-а, мен уйда костюмда юрибман. Менда дарҳол ички ноқулайлик ҳолати пайдо бўлади.

Демак, мен ҳордиқ учун кўчага чиққанимда, менда битта ички қиёфа бўлса, машғулот учун одамларнинг олдига чиққанимда эса тамоман бошқаси.

Мана масалан... Мен смокингда ҳар доим ўзимни жуда қулай ва мутлақо хотиржам ҳис қиламан. Лекин ҳар доим смокингда юраверсанг, у ҳолда ўзингни худди сохта зиёли, ёки мижғов олифта тўрадек сеза бошлайсан.

Сиздан шу жиҳатларга эътибор беришингизни илтимос қиламан.

Мана, ўйлаб кўринг-чи, бугун ички ҳолатингиз қандай, ўзингизни қандай ҳис қиляпсиз? Либосингиз Сизнинг мана шу ички ҳолатингизга мос келиши керак.

Хурматли эркаклар, агар сиз доим қора рангли кийим танласангиз, аёллар Сизни ёнига умуман йўлатмаслиги Сизга маълумми? Қора рангли кийимлардан улар фақат қора рангли костюмни ёки смокингни яхши қабул қилишади. Шуни ҳам ҳисобга олинг!

Костюм эса – эътиборингиз учун зинҳор эҳтиросли кўрсатадиган кийим эмас. Расмий кийимни расмий учрашувга бориш учун киясиз.

Сиз ҳеч қачон кимнингдир учрашувга ўта расмий кийимда келганини кўрганмисиз? Учрашувга костюм кийиб келсангиз, жуда ғалати кўринасиз.

Агар аёлни ўзингизга жалб қилишни хоҳласангиз, ҳеч қачон учрашувга костюм кийманг!

Энди бундай. Иккита эркаклар кўйлагини олайлик. Бир хил рангда, услуби ҳам бир хилда, лекин биттаси аёлларга ёқади, иккинчиси эса йўқ. Нима учун? Нима фарқи бор? Аёллар нимага айнан шуни ёқтиришларини мен ҳеч тушуна олмайман...

Эркак киши ўзи кийим танлаганида, у доим нима учундир айнан аёл кишининг кўзига ёқмайдиган кийимларни танлайди. Ва бунинг тескариси. Масалан, кизил рангли кўйлақларга тоқатим йўқ ва уни деярли ҳеч қачон киймайман. Лекин шуни сездимки, аёллар ундан яйрашади.

Ўнтадан тўққизга эркак дўконларда бундай рангларни четлаб ўтишади, кийишмайди. Аёлларга эса бундай ранглар ёқади...

Эркаклар, ўзингиз учун буни эътиборга олиб кўйинг. Бундай кийим Сиз учун қанчалик ёқимсиз бўлмасин, мадомики, инсониятнинг ажойиб иккинчи ярмини ўзингизга жалб қилиш ниятингиз бор экан, уни баъзан кийиб юришингизга тўғри келади.



Кийим-кечаклар бизнинг руҳий-ҳиссий ҳолатимизга ҳам таъсир этади!

Кийим жуда катта аҳамиятга эга, менинг кадрдонларим. Кийим шундай таъсирга эгаки...

Тасаввур қилинг, тасодифан эгнингизга жуда зўр кийимни илиб олдингиз. Сизнинг ички ҳолатингиз қандай бўлади? Ўзингизни қандай ҳис қиласиз, аҳволингиз қандай, ўзингизнинг кадр-қимматингизни баҳолашингиз-чи? Қандайдир тантанали-а?! Байрамона!

Кийимлар инсонга таъсир кўрсатади, қандайдир муддатга унинг психоэнергетик, яъни руҳий қувватини, ҳолатини шакллантиради.

Тасаввур қилинг, Сиз бутунлай янги костюм кийдингиз. Балки моданинг энг охирги кўриниши бўлмаслиги мумкин, лекин энг асосийси – янги. Сиз ўзингизни бунда қандай ҳис қиласиз? Аъло, жуда зўр, тўғрими?!

Биринчи марта ювганингиздан кейин Сиз ўзингизни бу кийимда қандай ҳис қиласиз? Энди унчалик эмас, лекин ба-рибир янги. Қирқинчи марта ювилганидан кейин-чи? Сиз ахир бу кийимда бир куни зўр, ажойиб кайфиятда юрасиз, бошқа куни эса ёмон кайфиятда, учинчи куни ғазабда, тўртинчи куни – тушқунликда...

Бироз фурсатдан кейин Сизнинг кийимингиз тоза, озода бўлиши мумкин, лекин нимадир ўхшамаяпти! Сиз эрталаб яхши кайфият билан турдингиз, шу кийимни кийганингиздан кейин эса кайфиятингиз тушиб кетади. Ҳолбуки, кайфиятингиз яхши эди, шу кийимни кийганингиздан кейин эса қандайдир кўнгилсизлик юз беради. Сиз ўзингизни унча яхши ҳис қилмай қоласиз. Шунақаси бўлганми? Пайкаганмисиз?

Вақт ўтиши билан ўзингизнинг баъзи бир кийимларингизни кия олмай қоласиз. Қандайдир уларга кўнглингиз тортмайди...

Нима учун бу ҳолат юз беради?

Чунки одамнинг эгнидаги кийим ҳам ўзига энергетик манба тўплайди. Нафақат электр статистикаси йиғилади, шу билан бирга бизнинг эмоционал ҳолатимиз ҳам уларда тўпланади.

Магнит пленкаси турли мусиқаларни, овозларни, товушларни ёзиб олиш ва уларни узоқ вақт сақлаб қолиш хусусиятига эга, тўғрими? Бизнинг танамиз доим ўзига хос электр магнит тўлкини тарқатади. Сайёрамиздаги барча элементлар бу нурларни ёзиб олиш хусусиятига эга.

Кийимлар ҳам коинотга тарқатилган инсоний тушқунлик, дарғазаблик, юқори қувончларни ёзиб олади, лекин аксар ҳолларда биз тунд ҳолатда юрамиз! Ана шундан кейин бизнинг кийимларимиз аста-секин нима қила бошлайди? Бизнинг кайфиятимизга ўз таъсирини кўрсата бошлайди. Улар бефайз, зерикарли ва ўта тунд турмуш тарзини яратишга хизмат қила бошлайди.



Кийим хотирага эга! Вақти-соати билан улар кўнғироқ тилчалари сингари жананглаб, акс садо бериб туради. Кўнғироқнинг бир қисми – Сиз, иккинчи қисми – Сизнинг кийимингиз.

Энди эса пойабзал танлаймиз.

Ўрнатли эркаклар, Сизнинг пойабзалингиз бу – қандайдир даражада Сизнинг юзингиз эканини биласизми...

Ёнингиздан ўтиб кетаётган аёл ҳеч қаерга қарамаётгандек гўё, тўғрими?

Бўлмаган гап!

Улар ҳар бир эркакни кўздан кечиришади. Сиз уларнинг қоматига қарайсиз, улар эса ўзларнинг ижтимоий тарбиясидан келиб чиққан ҳолда эркакнинг юзига камдан-кам эътибор беришади, лекин пойабзалингизга эса албатта қарашади.

Қандай пойабзал экан, қандай кўринишга эга... Ва улар ниманинг учига қарашади? ...Сизнинг пошнангиз товонига.

У ердаги мавжуд нуқсонларга – бу Сизнинг феъл-атворингизнинг кўрсаткичи.

Фақат шундан кейингина улар Сизнинг юзингизни кузата бошлайдилар.

Ўрнатли эркаклар! Сизнинг пойабзалингизнинг услуби эркакнинг назарида жуда урфга кирган бўлиб кўриниши мумкин, лекин аёллар кўзи билан қараганда улар чўчитувчи кайфиятни ҳосил қилиши мумкин. Зеро аёллар ҳамма нарсани бутунлай бошқача қабул қилишади.

Масалан, жигарранг пойабзал – жуда ажойиб! Лекин айнан шунга баъзи аёллар тоқат қила олмайди, албатта бунда ҳам истисно бўлиши мумкин. Лекин биз ҳозир Сиз билан истиснолар ҳақида гапирмаяпмиз, мулоҳазаларимиз асосан қондалар ҳақида. Кўпчилик аёллар фақат қора рангли пойабзални тан олишади.

Шакли-чи? Классикми? Биласизми, аёллар пойабзални кўпинча шаклига қараб эмас, тозалигига қараб тан олишади. Шу сабабдан замшли пойабзаллардан воз кечган маъқул. Улар узоқдан ҳамиша кирлангандек кўринад.

Кроссовка – бу антипойабзал! Мен Сиздан ўтиниб сўрайман... Кроссовкалар – мутлақо эркак учун ярашмайдиган оёқ кийими! Аёллар кўзи учун энг ҳиссиётсиз кийим – кроссовка. Сиз кроссовка танладингизми – дарҳол ҳиссиётсизлар сирасидан жой оласиз.

Кроссовкани фақат дам олишга ёки спорт билан шуғулланганда кийиш керак.

Илтимос! Ҳеч қачон ўзингиз учун пойабзални ўзингиз танламанг, ўрнатли эркаклар! Хонимлар, бу гап Сизларга ҳам тааллуқли! Ҳар жойда тежамкор бўлинг, лекин пойабзал учун зинҳор маблағингизни аяманг!

Юқорида бизлар Сиз учун қандай кийим-кечак тўғри келишини фақат қарама-қарши жинс вакилигина белгилаб бера олишини муҳокама қилдик.

Шундай экан, хурматли хонимлар, эркакларни ўрганинг, уларга нима керак эканини билиб олинг. Ва Сиз уларнинг қанчалар аблаҳ эканликларини дарҳол тушуниб қоласиз! Улар сизнинг қулайликларингиз ҳақида ўйлашмайди, ўзларининг алланималари ҳақида ўйлашади... Нима учун?

Қандай юриш қулай? Оёқ ялангми, кроссовкадами ёки баланд пошнадами? Юриш учун қайси бири қулай? Нима? Албатта кроссовка-да! Фикримга қўшиласизми? Энг қулай пойабзал – бу кроссовка.

Эркаклар, аёллар қандай оёқ кийимида кўпроқ эхтиросли кўринишади? Айтинг-чи?

Баланд пошнадами? Ёки... каравотдами?
Мен машғулотларимда кўп бора шундай бир тажриба ўтказганман. Аёлларни чапдан ўнгга қараб қаторасига, пошнанинг баландлигига қараб жойлаштирамиз. Шундан кейин уларнинг мафтункорлигини баҳолашни сўрайман.

Ҳар доим! Ҳар доим эркаклар баланд пошнага аёлларни мафтункорроқ деб ҳисоблашади. Табиийки, бошқа жиҳатлари тенг бўлган тақдирда.

Менда оддий бир тадқиқотчи сифатида шундай савол пайдо бўлади – нима учун?

Оёқлари узунроқми? Бўксалари кенроқми?
Жавобни эшитишни хоҳлайсизми?

Оёқлар узунлигининг бу ерда ҳеч қандай аҳамияти йўқ. Аслида пошнанинг баландлиги ҳам муҳим роль ўйнамайди.

Хурматли хонимлар, кроссовка – жуда қулай оёқ кийими, энг қулай пойабзал! Лекин аёл киши кроссовка кийганида, у ён атрофидаги баланд пошнада қадам ташлаётган аёлларга дарҳол бой беради. Чунки кроссовка кийганда Сизнинг куймучингиз албатта осилиб қолади.

Аслида ҳам шундай. Сиз ҳатто шиппак кийишингиз мумкин, фақат нимани кўтарган ҳолда? Тўппа-тўғри! Куймучингиз юқорига кўтарилган ҳолда.

Шиппак ҳам кўринишга ҳалақит бермайди. Фақат куймучингизни пастга тортадиган пойабзаллардан эҳтиёт бўлинг. О'кей?!

Нима учун шундай?

Маймунлар дунёсида кўтарилган куймуч «Мен тайёрман. Қизиқувчилар борми?» деган маънони англатар экан. Эркаклар эса маймунлардан жуда ҳам узоққа кетган эмас. Тушуняпсизми? Мана Сизга одамнинг келиб чиқиш назариясининг исботи.

Маймун орқасини кўтарганча эркак маймуннинг олдида айлана бошлайди. Кўтарилган куймучининг таъсири натижасида... эркак маймуннинг кайфияти ҳам кўтарилиб кетади... Қадимги даврларда айтишган-ку: «Амрингизга мунтазирман» – деб.

У дарҳол ўйлай бошлайди: «Қандай келишган, дилбар экан! Тезда танишиб олишим керак...» Ҳолбуки, бунгача унга нисбатан ҳеч қандай эътибор йўқ эди.

Тушуняпсизми нима юз берди? Инстинктлар ишга тушди.

Рецептни фаҳмлаб, ўзлаштириб олдингизми, латофатли хонимлар?

Энди эса сочларингиз масаласига ўтамин.



Соч турмаги ўзига хос ихтисослашишга эга бўлади! Ҳар бир соч турмаги ортида ўзига хос тимсол – образ туради!

Эркаклар, Сизлардан бошлаймиз. Соч турмагининг кўп-лаб кўринишлари мавжуд, ҳар бир кўриниш атрофдагиларга нимадандир хабар бериб туради.

«Ўз яқинларини таъминлайди, ортидан эргаштира олади, фақат олдинга қараб интилади!»

«Сени ҳимоя қиламан, тўйдираман, болаларимизни тарбиялайман ва кийинтираман!»

«Мен ўзимнинг кадр-қимматимни биламан».

Ўзига нисбатан ишонч уйғота оладиган соч турмаги. Бу одам ўзи учун, дўстлари учун, ўз оиласи учун туриб бера олади. Бундай одамнинг фарзандлари ҳеч қачон оч, рафикаси ҳам ҳеч қачон пулсиз қолмайди. Дўстлари кийин дамларда унинг ёрдамига таяниши мумкин.

Бошқа турлари ҳам мавжуд.

Масалан «А-ля талаба» соч турмаги. Яъни талаба, у уйланиш орқали хотинининг ва бир томондан қайнонанинг қаноти остига жойлашиб олади, бир томондан жинсий муносабат учун, иккинчи томондан эса уй-жой ва иссиққина таом учун.

«Қаерга ишга жойлашсам экан?» деб аталадиган соч турмаги ҳам бор.

Айтайлик «Дугона излаяпман» деб номланувчи соч турмаги бор. Нима учун? Ғамхўрлик қилиш учун!

«Онажон, уч сўм беринг» деб номланувчи соч турмаги ҳам бор.

Яъни йўлкирага ҳам пули йўқлигини англаувчи соч турмаги.

Мисол учун, яна мана бу турдагилари ҳам бўлади.

«Мен романтикман».

«Ёш хуштор».

«Ретро-хиппи» деб аталувчи соч турмаги.

«Рўзгорчи»нинг соч турмаги.

«Муҳандис».

«Бизнесмен».

«Офис планктони».

«Жиддий раҳбар».

«Бўлғуси миллионер».

«Кечаги қиттак-қиттакдан сўнг юз сўм беринг!»

Баъзан соч турмаги турмак эмас, чакмоқнинг нақ ўзи бўлади. Шунақаси ҳам бўладики, ҳеч қандай соч турмаги йўғ-у, гўёки бошда ўт-ўлан ўсиб ётибди.

Буларнинг ҳаммасини нима учун гапиряпман? Марҳамат қилиб ўзингизнинг соч турмагингизга эътибор қаратинг. Эркаклар. Ўз стилингизни топинг. Сизнинг энг яхши қирраларингизни акс эттирадиган соч турмагини танланг.

Эркаклар, кўпчилигингиз калбош эмассиз-ку, кўпчилигингизнинг сочингиз қалин-ку. Аёллардан ўрناق олсангиз-чи! Сизлар ҳам сочларингизни нимадир қилишингиз керак.

Лекин асло ўзингиз эмас! Бунинг учун имижмейкерлар бор, сартарошлар бор – бу Сизнинг эмас, уларнинг муаммоси! Эркак киши ўзининг сочини ўзи текисласа у телбага ўхшаб қолади. Ақлли бўлинглар, четдан яхшироқ билинади-ку!

Уйланганлар учун истиснолар бор! Кийимлар борасида қандай бўлса, худди шунинг ўзи. Агар умр йўлдошингиз Сиз учун соч турмагини танлайдиган бўлса, у шундай соч турмагини танлайдики, оқибатда биронта аёл ҳам Сизнинг ёнингизга яқин йўламайди.

Давом этамиз, кадрли хонимлар, энди бироз Сизнинг ташқи кўринишингиз ҳақида суҳбатлашсак. Келинг, энг оддийсидан бошлаймиз. Майлими? Нималарни ҳисобга олган ҳолда Сиз ўзингизга соч турмаги танлайсиз? Сочлар сонига қарабми?

Ҳозир Сизнинг сочларингизни яхшилаб кўриб чиқамиз... Ажойиб соч турмаги – эркак кишининг эътиборини ўзингизга жалб қилишининг жуда яхши имконияти.

Бизнинг Инсонни ўрганиш лабораториямизнинг тажрибасидан яна бирини гапириб бераман.

Машғулотлар давомида кўпинча аёлларни сочларининг узун-қисқалигига қараб, қатор қилиб жойлаштираман, чап

томонда калта сочли аёллар, яъни салкам калбошлар, ўнг томонга қараб эса сочи узунлар.

Машғулотдаги эркаклардан эса қайси аёл кўпроқ ёққанини танлашларини сўрайман. Умуман ёқтириб қолиш маъносида эмас, фақат битта жихатдан – сочининг узунлигига қараб. Ҳар доим бир хил натижа. Ҳар доим!

Эркакларнинг симпатияси яъни хайрихоҳлиги сочи елкасигача тушган узунликдан бошланади, у ёғига қанча узунлигига қараб давом этаверади. Охирига бориб эса фикрлар бўлинади: Кимгадир курагигача тушиб турадиган сочлар ёқади, кимгадир эса товонигача...



Лекин мен Сиздан жуда илтимос қиламан, кадрли хонимлар, бу қондани эслаб қолинг ва унга амал қилинг! Сочларингизнинг узунлиги камида елкангизгача бўлиши шарт! Камида!

Мендек калбошга гапириш осон-да, тўғрими? Кафтингга бир тупуриб олиб уч тола сочни текислайсан-да, куни бўйи ўзингда йўқ хурсанд бўлиб юраверасан... Узун сочларни эса ҳар доим, ювиш, қуритиш, тараш, турмаклаш керак... Сочларни калта қилиб қирқтириб ташласанг, қийналиб ҳам юрмайсан, тўғрими?

Аллақачон сезганингиздек, ҳурматли китобхон, мен Сизнинг олдингизда ўзимнинг барча қарталаримни очиб беряпман. Агар ниманидир маслаҳат берсам, у ҳолда доим изоҳ бериб ўтаман, бу маслаҳат нима учун ва қандай иш бериши борасида. Бу борада ҳам мен ҳозир Сизга аниқлик киритаман.

Мен табиатан жуда қизиқувчан инсонман. Туғма тадқиқотчиман. Баъзан ўзимга шундай саволлар бериб қо-

ламанки, одатда бу ақли расо оддий одамларнинг ҳаёлларига ҳам келмайди. Бундай саволларни ўз-ўзига ва атрофдагиларга болалар ёки ғирт ҳаёлпарастларгина, ёки тадқиқотчиларгина бериши мумкин.

Демак, эътибор қилинг-а. Вақти-вақти билан мен эркакларни тестдан ўтказиб тураман: тасаввур қилинг, кечкурун кетиб боряпсиз ва шундай манзарага гувоҳ бўлиб қолдингиз: бир бурчакда безори калта сочли қизга зўравонлик қиляпти, бошқа бурчакда эса безори узун сочли қизга зўравонлик қиляпти. Сиз биринчи навбатда қайси бирини ҳимоя қилишга шошиласиз?

Кўпчилик эркаклар нима деб жавоб беришини биласизми, ҳурматли хонимлар?

«Албатта узун сочли қизни ҳимоя қиламан!» Нима учун? Чунки бу аёллар анча ожизроқ! Сочни калта қилиб кесилган қизлар анча довурак, уларнинг ўзлари безорининг чангалидан қутула оладилар!

Кўряпсизми? Ожизларни ҳимоя қилишар экан! Кўпинча айнан сочининг узунлиги эркакдаги табиийлик негизини уйғотар экан: «Ҳой! Унга яқинлаша кўрма! У меники!» дегандай. Тушунарлими?

Шундан келиб чиққан ҳолда, ҳурматли хонимлар, сиздан сўрамоқчиман, нима учун сочингизни калта қилиб ташлайсиз? Нима сабабдан ўзингизни хунук қиласиз? Ким учун? Шунчаки оддий қулайликни дебми? Сиз «Менга ярашади» дерсиз. Сизнинг эрингиз эҳтимол «Ҳа, сен менга шундайлигингча ёқасан...» деган бўлиши мумкин. Чунки у сизга нимадир деб гапиргани билан фойдаси йўқ эканини билади... У ҳамма нарсага тоқат қилишга тайёр, Сиз барча масалалар борасида ўз фикрингиз билан доимий равишда унинг оғзини тамбалаб келган бўлсангиз, нима ҳам қилсин, эр бечора.

Нима?! Эрим йўқ деяпсизми? Ахир Сиз ўзингизни маликага айлантирмаганингиздан кейин, қаердан ҳам сизда

эр бўлсин? Демак, нима қиламиз? Сочларни узун қилиб ўстираемизми?!

Тўғри, мода – деган тушунча бор. Инстинкт – деган тушунча бор. Бироқ, модага биноан уйланишмайди, инстинкт бўйича уйланишади, шуни унутманг.

Мода эса Сизга нисбатан кўпол ҳазил қияпти, холос. Тушунапсизми?

Теварак-атрофга мўралашнинг кераги йўқ! Сизни ўраб турган атрофдаги одамларга эътибор бермасликка ҳаракат қилинг. Тўда тўдалигига боради. Тўданинг вазифаси – бахтнинг қайси томонда эканини кўрсатиб туриш ... яъни бахт хамиша тўдага қарама-қарши тарафда.

Хурматли хонимлар, Сиз ҳамма қатори оддий бўлишни хоҳлайсизми? Ёки қандай? Энг осон йўл – бу тақлид қилиш йўли. Ҳамма нимадир қилади – Сиз ҳам такрорлайсиз. Нима учун ҳамма бақириб айтаётганини Сиз ҳам такрорлашингиз керак? Агар ҳамма аҳмоқ бўлса, Сиз ҳам аҳмоқ бўлишингиз шартми?

Ўзига хосликка, бетакрор жиҳатларга эга бўлинг!

Узун ва калтага, оч ва қора рангга, эркин ёки ёпишиб турадиган нарсаларга бўлган мода келади ва кетади, аёллик назокатига бўлган қизиқиш, мафтунлик эса ҳеч қачон эскирмайди. Эркаклардаги инстинктив даражадаги мода, яъни қарама-қарши жинс вакилини бир-бирига тортадиган инстинкт ҳар доим ўзгармасдан қолаверади.

Мен Сизга психолог сифатида айтаяпман, бу шунчаки менинг нуқтаи назарим эмас, бу ўнлаб, юзлаб тадқиқотларнинг натижаси.

Аёллар асосан нима учун сочларини калталатишади? Бу «Гаврош»намо кўриниш қаердан келди?

Калта соч – бу ғафлат босганларнинг худудидан келиб чиққан, яъни ишчи отлар, улар одатда эрталабдан кечгача рўзгор аравасини тортишади.

«Ишлаш керак!»

«Эрталабдан кечгача тер тўкиш керак!»

«Тирикчилик!»

«Ҳаёт шундай бешафқат бўлиб боряпти!»

«Ойлик маош у ойдан бу ойга базўр етаяпти!»

Сочини ювиш, уни қуритиш, кейин ўтириб олиб тараш учун уларнинг вақти камайиб, камайиб, камайиб боряпти ва оқибатда улар ўзларининг шахсий ҳаётларидан гўзаллигининг бир қисмини кесиб ташлашяпти. Болаларнинг фойдаси учун бир қисмини кесиб ташлайди. Бир қисмини эрининг фойдаси учун. Гўзалликнинг бир қисмини оилавий мажбуриятларнинг фойдаси учун кесиб ташлайдилар улар.

Охир-оқибат бизнинг олдимиздан бу хоним йўлак бўйлаб туёқларини тақиллатганча йўртиб ўтиб кетади. Шахар чиқиндисини ҳаёт чиқинди уюмига ташиб кетаётган аравага кўшилган от. Калта соч – бу ўзи учун бўш вақти бўлмаган, гарданида оиласининг юкини тортаётган меҳнаткашларнинг соч турмаги, калта соч – бу қулайлик. Қулайликка қулай, бироқ ҳечам чиройли эмас.

Калта соч – бу ишчи отларнинг модаси. Бу модадан воз кечинг, илтимос! Зотдор отларнинг ёлини ҳеч қачон таги билан қирқиб ташлашмайдилар.

Калта сочлар аёлларнинг кўзига чиройли кўриниши мумкин, лекин эркакларнинг фикри тамоман бошқача...

Кўплаб давлатларда минг-минглаб эркаклар бизнинг сўровномамизда қатнашган. Уларнинг аксарияти барибир узун сочлиларни танлашади, улар узун сочлиларга нисбатан кўпроқ ҳурмат билан қарашади. Тушунапсизми?

Марҳамат қилиб мана бу статистикага эътибор беринг-а, 15 фоиз эркакларга калта сочлилар ёқади, 85 фоиз эркаклар эса елкасидан ошиб турган узунликдаги сочларни ёқтиришади. Қанча узун бўлса – шунча яхши.

Калта соч – эркакларнинг кўзи учун худди кўринмас қалпоқча сингари. Қанча калта бўлса – шунча кўзга кўринмас. Ишонаверинг, хонимлар.

Баъзи аёллар гўё ўша 15 фоиз эркаклар ҳам бизларга етади, деган маънода гапиришади! Бу ҳам яхши танлов! Шундайликка шундайку-я, фақат битта савол келиб чиқяпти.

Ҳеч ўйлаб кўрганмисиз, қандай эркаклар калта сочли аёлларни ёқтиришади?

Сизнинг камтарин кулингиз илм одами бўлгани учун, мени фақат ўтказилган кенг тадқиқотлар, салмоқли статистик базалар қизиқтиради.

Ва биз шундай тадқиқот ўтказдик... фамилияси кўрсатилмаган, манзили кўрсатилмаган, тўлиқ аноним равишдаги тадқиқот. Телефон рақами, манзили кўрсатилмаса, сўровномада иштирок этган одам ҳар доим саволларга очик-ойдин жавоб беради. Тўғрими?

Энди эса яна ўзимизнинг кўйларимизга қайтамыз... э-э-э, маъзур тутинг, эркакларимизга деганим. 85 фоиз ва 15 фоиз.

Айтинг-чи, қайси кўрсаткичли фоизларни тадқиқ қилиш осон, кўпрогиними ёки камрогиними? Албатта камрогини, тўғрими?

Мана биз ҳам улар билан қизиқиб қолдик. Нимага экан деб ўйламанг, мен ҳам ялқов одамман. Кўп фоизлилардан кўра буларни синчиклаб ўрганиш анча осонроқ, анча тезроқ бўлади.

Мен 85 фоизлиларни қараб чиққанымда тасодифан фақат битта саволга эътиборимни қаратдим, ўзимча кўпчиликнинг орасида ароқхўрлар, гиёҳвандлар йўқлигини кўриб, «тўхта» дедим. Ароқхўрлару гиёҳвандлар буларнинг орасида бўлмаса, демак, уларнинг ҳаммаси 15 фоизлиларнинг орасидамикан?

«Камсонлилар»нинг анкетасини кўздан кечира бошладим, кўрдимки ҳали айтганим бетайин ва заиф иродалиларнинг ҳаммаси шу ерда экан – 15 фоиз орасида, яъни калта сочли аёлларни ёқтирадиган эркакларнинг орасида. Мана шу нарса мени лол қолдирди!

Анкеталарни ўрганишда давом этамыз. Калта сочли аёлларни ёқтирадиган эркаклар ҳатто ўзидан ҳам бекитиб келган... гомосексуализмга мойиллиги бор эркаклар эди. Аёллик негизи уларда жуда юқори.

Биз тадқиқот ўтказганимизда, эркакларнинг ҳам турли-туманлиги аён бўлди. Уларнинг орасида кучлилари ҳам бор, онасининг эркатойи даражасигача қўлга ўргатилган эркаклар ҳам бор: «Онам нима деса фақат шу бўлади». Эркакларнинг орасида ҳам кичкина болакайлар бор, ҳатто 40-50 ёшида ҳам болалигидан чиқиб кета олмаганлар.

Онасининг боласи бўлган эркаклар забонсиз, эзилган, ҳар бир қадамини, ҳатто ҳожатга ҳам ота-онасидан рухсат сўраб борадиган даражада... Улар шахс сифатида шаклланмаган. Лекин улар ҳам ҳамма қатори эркаланишни, эътиборни, севилишни хоҳлайдилар.

Онасининг эркатойи бўлган бу эркаклар улғайган, лекин ўз ҳаётининг хўжайини бўлиш ҳақидаги фикр уларнинг шуурида ваҳима уйғотади. Уларнинг ўзлари ҳам ҳали ҳимоячи, боқувчи нима учун кераклигини охиригача англаб етмайди... образли қилиб айтадиган бўлсак, уларга бир умр она ўрнини босувчи энага керак. Ўзлари буни англаб етмайди, лекин улар фақат кучли аёллар томон интиладилар.

Сўнгра ўзи учун келгусида ҳам хотин, ҳам онасидек меҳрибон бўла оладиган, уни эркалатиб, ҳимоя қиладиган аёлни излай бошлайдилар. Кўчада юрганида ҳам кўзи айнан шундай аёлларни излайди. Мана, у соч турмаги кўришида ўзини-ўзи реклама қилганча келяпти.



Сизнинг рекламнгиз, хурматли аёллар
– бу Сизнинг соч турмагингиз!

Калта соч эса нимани реклама қилади?

Билиб қўйинг, калта сочларда бундай деб ёзилган: «Боқаман, кийинтираман, едириб-ичираман, тафтимдан бахраманд қиламан. Қўшимчасига яна тўшак... Сенинг болаларингни ҳам кўксим билан ҳимоя қиламан. Ва сен ҳеч қачон ишламасанг ҳам бўлади. Мени эрим бўлишни хоҳлайсанми? Ҳой, эркак, менга турмушга чиқасанми?»

Хурматли калта сочли хонимлар, мана шу тоифадаги эркакларнинг орасида Сизнинг тенгингиз йўк. Улар ёмон эр бўлишмайди, жуда ҳамдard, жуда ажойиб. Тўйларингизнинг санасини ёддан чиқармайдиган яккаю ягона тоифа эркаклар мана шулар.

Ҳақиқий эркак эса... Агар Сизнинг эрингиз ҳақиқий эркак бўлса, ҳар йили Сиз билан унинг ўртасида шундай суҳбат такрорланади:

– Хўжайин, бугун...

– Нима? Бугун нима?

– Бугун ахир мана шу сана-ку.

– Ҳа бу қанақа сана эди?

– Бугун ахир тўйимизнинг бир йиллиги-ку!

– Ҳа-а. Эрталаб менинг ҳам эсимда бор эди. Эрталаб эсимда бор эди, лекин кейин ёдимдан кўтарилибди...

Улар доим ўзларини шундай тутишади.

Демак, ҳурматли калтасоч хонимлар, ёки ялмоғиз хонимлар, қайси бири тўғрироқ? Хуллас, калтасоч хонимлар, Сизлар ўзингиз томонга елкангизга юк бўладиган, устига-устак ҳамиша ҳаётдан нолиб, йиғлаб ўтирадиган эркакларнигина жалб қиласиз!

Шунинг учун ҳам, Худо хайрингизни берсин, тезда сочингизни узун қилиб ўстиринг, узайтиринг, узайтиринг, узайтиринг. Ярим йил ёки бир йилдан кейин сочингиз, эҳ-е-е!

Калта сочларингиз билан Сиз чинакам эркакларнинг назаридан қоласиз, холос.

Шу ўринда бир латифа:

Доктор, доктор, менда бир муаммо бор, менинг борлигимни ҳеч ким пайқамайди ҳам.

– Навбатдагиси!

Мана сиз билан нима рўй беради!

Бу ҳам етмагандек, Сизнинг ёнингиздаги сочи узун бошқа аёл, бир тийинлик ақли ҳам йўк, юз ўрнида башара, оёқлари ҳам меникидек қийшиқ, худди мендек кориндор, елкалари бўксасидан ҳам кенг, кўкраги умуман кўринмайдиган – лекин нимагадир эркакларни ўзига жалб қилади!

Сиз эса ўзингизнинг калта сочингиз билан кўринмас қалпоқча кийгандек бўлиб юраверасиз, юраверасиз. Тушуняпсизми?

Сиз юз қарра чиройлироқ бўлишингиз мумкин, ўнлаб дипломларингиз бўлиши, юқори маънавий ва маданиятли бўлишингиз ҳам мумкин. Сиз аёлликнинг эталони бўлишингиз мумкин, лекин эркаклар буни пайқамайдилар.

Агар Сизнинг сочингиз калта бўлса, Сиз турмушга чиқмасдан туриб қарийсиз. Сиз ёлғизликка маҳкум бўласиз. Йўк, албатта бунинг муқобили мавжуд – Сиз доим ўзингиз томонга ўзининг ҳаётдан нолишлари билан тинкангизни қуритадиган, ҳамиша ғамгин ва йиғлоқи қиёфадаги эркакларни жалб қиласиз, Албатта уларнинг ҳам ўзига хос ижобий томонлари бор – бола туғишнинг кераги ҳам йўк, чунки унинг тимсолида битта абадий фарзанд – Сизга таъминланган. Ўзингизга умрингизнинг охиригача, шунақасини хоҳлайсизми?

Менга ишонмайсизми? Атрофни кузатинг. Кўпчилик аёллар узун сочни маъкул кўришади. Нима учун барча халқларда оналар тимсолидаги аёлларнинг сочлари узун? Нима учун?

Аёл киши ўзини «Фаол», «Эркакона хатти-ҳаракат эгаси», «Ишбилармон леди» сифатида кўз-кўз қила бошлаши

билан, бу дархол унинг шахсий ҳаётида ўз салбий таъсири-
ни кўрсатади.

Ўзингизни қанчалик эркакча, мардона тута бошласан-
гиз, шунча ўзингизни ёлғизликка маҳкум қилиб боравера-
сиз. Қарама-қарши жинс вакиллари Сизнинг ҳаётингиздан
бирма-бир ғойиб бўла бошлайди.

Мадомики, Сиз шунақа кетворган ақлли ва кучли экан-
сиз, Сиз айнан ожиз ва аҳмоқ эркакни учратасиз. Феъл-атво-
рингиз қандай бўлишидан қатъи назар, феълингизни қара-
ма-қарши қисми Сизга қараб интилади! Нимани хоҳлаган
бўлсангиз, шунга эришдингиз.

Ўхшатмасдан учратмас! «Бўлмаган гап! Буни одамлар
ўйлаб топишган», – дейсизми.

Йўқ, азизларим. Табиатда, физикада мусбат мусбатга қа-
раб тортиладими ёки йўқми? Мусбат билан мусбат бир-бир-
ларига қаршилиқ қилиб итаради! Манфий билан манфий
ҳам худди шундай.

Одамларда ҳам қарама-қаршилиқлар бир-бирига қараб
интилади.

Менинг азизларим! Бу оддийгина табиат қонуни. Агар
эркак кишининг сочи узун бўлса, Сиз калта соч билан
юринг. Агар эркак кишининг сочи калта бўлса, Сиз узун
сочли бўлинг. Тушуняпсизми?

Узун сочлар. Ҳаракатларнинг оҳисталиги, Сизнинг соч-
ларингиз: «Мен аёлман! Ҳақиқий эркак борми? Ҳали ту-
габ битгани йўқми», – деб туради. Ва Сизнинг олдингизда
айнан Сизнинг қарама-қаршингиз, айна Сизнинг аксингиз
пайдо бўлади. Сиз қанча аёл бўлсангиз, эркаклар ҳам Сизга
шунча эътиборли бўлишади.

Аёлнинг узун сочи эркакка: «Оҳ, сен нақадар кучлисан!»
деб туради. Ва эркак онг ости даражасида яъни ич-ичидан,
шуури билан аёлнинг узун сочини ўзига нисбатан ҳурмат
сифатида қабул қилади.

Нима учун эканини биласизми? Фақат, кадрли аёллар,
хафа бўлиш йўқ. Келишдикми?

Сизнинг сочингиз узун бўлиб боргани сари эркаклар
Сизни шунча ақли қисқа сифатида қабул қила бошлашади.
Ва Сизнинг олдингизда улар ўзларини ақллик, кучлик,
муҳимроқ ҳис қила бошлайдилар. Аёл қанча ақлсизроқ бўл-
са, эркаклар томонидан унга бўлган талаб шунча ортиб бо-
раверади.

Иккита аёлни тасаввур қилинг. Биттаси калта сочли, ик-
кинчиси узун сочли, узун сочларини мураккаб соч турмаги
билан турмаклаган. Иккаласи ҳам бошларини у ёқдан бу
ёққа тез-тез ҳаракатлантириши керак. Улардан қайси бири-
нинг ҳаракати майин, оҳиста ва назокатлироқ бўлади?

Узун сочлида, тўғрими? У соч турмагини бузиб қўйиш-
дан хавотирланади-да.

Узун сочлилар учун кескин ҳаракат қилишнинг имкони
йўқ. Фикримга қўшиласизми? Сочнинг узунлиги секинлик-
ни, оҳисталиқни, майинлиқни талаб қилади. Айнан мана
шу майинлик эркакларни ўзига жалб қилади. Нима учун?
Чунки қарама-қаршилиқлар бир-бирига тортилишади-да.

Эркак – кескин, шиддатли, қатъиятли, қаттиққўл, аёл
киши эса майин, латиф, мулойим бўлмоғи керак. Ҳақиқий
эркаклар ҳақиқий аёлга қарар экан, завқланадилар. Бу аёл
эркакни айнан аёлга хос фазилату сифатлари билан торта-
ди. Одатда гўшт комбинатида ишлайдиганларнинг ўзлари
колбаса ейишмайди. Меъдасига уриб кетган. Масалан, улар
тортни яхши кўрадилар. Қандолат фабрикасида ишлайди-
ганлар эса ширинлик деса, юз ўгириб олишади.

Калта сочлар аввалига ҳаракатлар ўзгаришига олиб ке-
лади – ҳаракатлар кескинроқ, анча аниқ, анча эркакларга
хос бўлади. Кейин эса улар эркакларга хос иш тута бошлай-
ди. Охир-оқибат аёл киши эркакларга хос одатларни, эркак
феъл-атворидеги қирраларни эгаллаб олади. Калта сочли
аёллар кўпинча ўзларини эркакларга хос тутадилар. Менинг
кадрли дўстларим – бу хушомад эмас, аксинча, аянчли танбех!

Буларнинг ҳаммаси алал-оқибатда бир хил натижа билан якун топади. Худди Россиянинг миллионлаб аёллари ҳар куни куйлайдиган рус халқ кўшиғидаги сингари: «Қишлоғимиз қизларга тўла, лекин эркак зоти йўқ сира!» Таниш кўшиқми? Эркаксифат аёл аёлсифат эркакдан бошқа кимни ҳам ўзига жалб қила оларди? Ҳақиқий эркак унга қиё ҳам боқмайди – табиат томонидан берилган феъли бунга йўл қўймайди.

Шу мавзуда битта латифа. Иккита эркак барда ўтириб ичишяпти, ёнларида эса ракс майдонида ёшлар ракс тушишмоқда. Битта эркак ёнидаги бошқа эркакка қараб гапиряпти:

– Мен ҳозирги ёшларни ҳеч тушунмайман-да, алланималарни эгнига илиб олишади, шунақа олачипор бўлиб беваниб олишадик, кўзингни чарчатади. Масалан, мана бу зарғалдоқ рангли, йиртик куртка кийиб олган узун сочли қизга қаранг, чапланиб олган, пардоз қилишни ҳам билмайди.

– Бу қиз бола эмас, бу мени ўғлим Эдик.

– Эй-й, кечирасиз, узр, узр, Сиз унинг дадаси эканингизни билмабман.

– Мен дадаси эмасман, мен – онасиман!

Эндигина сочини ўстира бошлаганлар нима қилиши керак, парик кийиб олишмайди-ку?



Сиз сочингизни калта қилиб юришингиз мумкин, фақат битта шарт билан, агар Сиз эркаклар олдида кескин ҳаракатлар қилмасангиз! Ўзингизни эркаклар қошида ҳамаша майинлик, латифлик ва назокат билан тутинг!

Атайлаб хонимлар учун учинчи марта яна такрорлайман. Эркакларга икки мартанинг ўзи етади. Эркаклар биринчи мартаданок тушуна бошлашади, иккинчи мартадан кейин кўнадилар, учинчи мартада эса асабийлаша бошлайдилар.

Аёлларда эса ҳаммаси бошқача, учинчи марта айтгандан кейингина аста-секин уларнинг миясига етиб бора бошлайди – умуман олганда, ўзи нима ҳақида гап бораётган эди. Агар гапларим Сизга тегиб кетган бўлса, азизларим, бу махсус мулоқот услуби. Сизга ҳеч қандай шахсий хусуматим йўқлигини унутманг! Сизни доимий равишда силкитиб, қоқиб, ўзингизга келтириб туриш керак. Акс ҳолда Сиз китобга қараб турсангиз ҳам, қаерлардадир учиб юрасиз...

Ҳурматли хонимлар, ҳозир Сизга хужум бошлайман. Ҳеч бўлмаса битта одам Сизнинг юзингизга қараб ҳақиқатни айтиши керакми? Албатта, керак!

Хонимлар учун калта сочининг нима кераги бор?

Биринчидан, кўчада бегоналар тегажоглик қилмасликлари учун... Умуман тегажоглик қилмасликлари учун. Ҳеч қачон ва ҳеч қаерда. Аёлнинг калта сочи эркак учун кутилмаган тепки зарбасидек, ёки «Салом, мен сиз билан танишмоқчиман» дейиш билан баробар.

Айтгандай, эркаклар кўпинча калта сочлилар билан кўпроқ зиддиятга боришади. Нима учун? Сиз эркакка ўхшаган бўлсангиз, бошқа эркак Сизнинг мавжуд бўлмаган «қўнғироқча»нгни узиб ташлагиси келади. Чунки Сизнинг қиёфангизда у ўзига рақибни кўряпти.

Иккинчидан, агар Сиз эркакни ўз ташқи кўринишингиз билан жазоламоқчи бўлсангиз, у Сизни кўриши билан азоб чекишини хоҳласангиз, унда бемалол калта соч билан юришингиз мумкин. Бу билан Сиз унинг қайт қилдирувчи ҳапдориға кетадиган маблағини тежаган бўласиз...

Учинчидан... Айтинг-чи, аёл киши қачон хушбўй ифорлар билан анқий бошлайди. Эслаяпсизми? Ванна қабул қилганидами?

Йўғ-ей! Эрининг ёнида худди тўнкадек ётганида!

Демак, Сиз ўзингиздан ифор таратаётган бўлсангиз ва Сизнинг тақвимингиз «тўнка» бўлса, тезгина сочингизни калталата бошлашингиз мумкин. Эрингиз ҳам бунга жавобан Сизга яқин йўламай қўяди. У «юриб» кетади. Сиз эрта-лабдан кечгача тер тўкаси, уйга пул топиб келасиз, уйда эса... ҳеч ким йўқ. Аламли-я?!



Агар атрофингиздан ҳақиқий эркаларни йўқ қилишни хоҳласангиз, сочингизни калта қилиб ташланг! Синалган восита! 200 фоиз кафолати билан!

Маошингизнинг ва молиявий ҳолатингизнинг қандай эканлигидан қатъи назар сочларингиз бир хилда ўсиш хусусиятига эга. Тўғрими? Сочларни ўстириш керак!

Аёллар орасида калбошлар йўқ! Сиз ахир амалда ҳеч қачон калбош бўлмайсиз-ку, Сизларда, Худога шукр, бундай қобилят генетик нуқтаи назардан кўзда тутилмаган.

Лекин сочларнинг узун бўлиши – ҳали ҳаммаси жойида дегани эмас. Уларни тартибга келтириб қирқиш, жингалак қилиш, турмаклаш керак... Шу ўринда биров сартарошлар ҳақида гаплашиб олсак.

Хурматли хонимлар, Сизнинг соч турмагингизга қараб, сартарошингизнинг ким эканини деярли аниқ айтиб бера оламан (албатта, истисно бўлиши мумкин). Сизнинг сартарошингиз: сизнинг душманингиз, Сизнинг дугонангиз ёки эрка сартарош бўлса ҳам аёл мизожлар тоифасидан.

Нима учун? Сиз бу сартарош қўлидаги лойсиз. Ҳар қайси рассом ўзининг ички тасаввуридан, идеал аёл ҳақидаги та-

саввуридан келиб чиққан ҳолда, ундан бирор-бир тентакни ёки оккушни яратади.

Масалан, илгари ҳамма шўро ҳокимияти «доҳийси»нинг расмини чизган. Собик рассом сифатида унинг истаган портретига қараб туриб, «доҳий»нинг эмас, портрет чизганининг миллатини айтиб бера олардим!

Сартарош албатта, ким бўлиши керак? ...қарама-қарши жинс вакили. Ва у интим томондан жинсий йўналишида оғишларсиз бўлиши керак.

Менинг хоббим – тадқиқотлар статистикасини тўплаш, саралаш, умумлаштириш.

Биз икки фоиз эркаларда ана шундай номатлуб мойиллик бўлиши ҳақида гапирган эдик.

Сартарошларнинг орасида ҳам шунга мойиллик бўлади.

Ҳақиқий эркаларга сартарош бўлиб ишлаш жуда қийин. Эрка сартарошларнинг орасида анъанавий йўналишлари айтарлик кам.

У ҳолда тўғри йўналишли эрка сартарошни қандай ажратиб олиш мумкин?

Бу устанинг қўлидан аёллар қандай соч турмаги билан кетаётганига эътибор беринг. Агар унинг олдида меъёрдагидек аёл келиб, сочини турмаклатгач, ўғил болага айланиб қолса, бу сартарошнинг ёнидан тезда қочиб қолинг.

Чунки кўпчилик эркалар «Менга мана бундай – узун соч турмаги ёқади» – дейди. Сизга барча эркаларнинг фикри керакми ёки биттагина сартарошнинг фикрими? Ҳатто сартарош мана шу чиройли, деган тақдирда ҳам...

Айтайлик, Сиз ўз ишингизни очдингиз. Ресторан. Ошпаз ёллагингиз. У Сизга ўзининг тайёрлаган таоми ҳақида: «Бу жуда фойдали! Бу жуда мазали!», дейди. Келган барча хўрандалар таомни татиб кўришади-да, тупуриб ташлаб, кетиб қолишади.

Сизга ошпазнинг фикр-мулоҳазалари муҳимми ёки ресторанингизга келган хўрандаларнинг фикрими?

Ошпаз нима демасин... У ўз маҳсулотини, таомини химоя қилади.

Сочни калталатиш жуда тез бўлади. «Шақ-шақ – марҳамат қилиб пулни кассага тўланг». Сиз эса бунинг натижа-сида анча муддатга эркакларнинг эътиборидан четда қолиб, қийналиб юрасиз.

Хурматли эркаклар, хурматли хонимлар, ўзларингизнинг соч турмагингизни дуч келганга ишониб топширманг.

Сизга энг яхши сартарош хизмат кўрсатиши керак! Лекин албатта қарама-қарши жинс вакили! Сиз шунга ҳаракат қилинг.

Сартарош ўзининг назарида мафтункордек туюлган кўриниш қандай бўлса, сочни доим шундай турмаклайди. Агар эркак сартарош нотўғри йўналишда бўлса, у аёлнинг бошидан ўзининг эҳтирос объектини яратади. «Гаврош» хоним, Сиз унинг кўзига барно бўлиб кўринишингиз мумкин, лекин тўлақонли, ҳақиқий эркакнинг кўзи билан қараганда ирқит бўлиб қолаверасиз. Сиз тўғри йўналишли эркакларни чўчитиб, уларнинг нигоҳини ўзингиздан итарасиз.

Худди шу тариқа хонимларга аёл сартарошнинг хизматидан фойдаланиш қатъиян ман этилади. Улар Сизни хунук қилиб қўйишади.

Бу «аёллар бирдамлиги» деб аталади.

Ўз жинсининг вакилларига қандайдир ярамаслик қилиш аёлларда доим рефлектор равишда ишга тушиб кетади. Бу табиат томонидан берилган инстинкт, ҳеч нима билан йўқ қилиб бўлмайдиган талаб, ҳар қандай аёл ўзи яхшироқ кўриниши учун бошқа аёлларни бадбашара қилиши керак.

Агар сартарош аёл рўпарасида ўзидан чиройлироқ аёлни кўрса, бу унга мутлақо ёқмайди, у аёл бўлатуриб қандайдир бегона аёл ўзидан чиройлироқ бўлишига йўл қўяр эканми?! Ва у бечорани шу заҳотиёқ ўзининг даражасигача туширади-кўяди.

Агар Сизнинг сарторошингиз ёлғиз бўлса, устига устак уни қайлиғига Сиз турмушга чиқиб олган бўлсангиз ва у ҳеч қачон эркаклар билан бахтли бўлмаган бўлса, Сизга «дунёдаги энг аҳмокона» қирқилган соч турмаги кафолатланади. Яхшиси, ундан кўра биратўласига сочингизни кал қилиб олдириб ташлаганингиз ҳам маъкул! Бундан кўра чиройлироқ бўлади.

Чунки сочингиз турмак шаклини ўзгартириш орқали сизлардан истаган бирингизни хунук қилиб қўйиш жуда осон. Русларнинг машхур сўз устаси М. Жванецкий айтганидек: «Шундай ажойиб тентаккиналар борки, лекин шунақа даҳшат даражадаги тентаккиналар ҳам бор!»

Тагин Сизга иккинчи вариант ҳам бор! Унда Сиз худди «Концлагернинг бир умрлик маҳкуми»га айланасиз.

Илтимос, бундай сартарошдан воз кечинг!



Демак, хонимлар, эътиборига! Бир хилдаги соч турмагида қирқ кундан ортиқ қолиб кетманг.

Илтимос, ҳадеб бир хил соч турмагида юраверманг. Айнақса, агар Сиз турмушга чиққан бўлсангиз. У ҳолда эрингиз Сизни шунчаки пайқамай қўяди. Соч турмаги доим ўзгариб туриши керак. Худди кийиниш стили сингари соч турмаги ҳам камида етти хил кўринишда бўлиши керак.

«А-ля жингалак», «а-ля малика», «а-ля ишбилармон леди», «а-ля деҳқон», «а-ля манекенчи», дегандек.

Эркак – полигам ҳайвон. Янги соч турмагимми? О-ҳ, янги чехра! Зудлик билан танишиб олиш керак! Ва шу заҳотиёқ ўзининг, оилали эркакнинг мажбуриятларини эслаб қолади. Аслида ҳам шундай эмасми, эркаклар?! Айтгандай, эркакнинг энг катта қарзи қанақа эканлигини биласизми? Эр-хо-

тинлик мажбурияти олдидаги қарз! Эркак ушбу қарзни қанча тўламасин – барибир яна қарздорлигича қолаверади!

Соч турмагининг шакли ҳақида ҳам суҳбатлашамиз. Бу соҳада ҳам каминаи камтарин қулингиз айрим тадқиқотлар олиб борган.

Эркакларга пешонасини ёпиш қатъиян ман этилади. Сизлардан ўтиниб сўрайман эркаклар, агар пешонангиз соч билан ёпилган бўлса, соч турмагингизни зудлик билан ўзгартиринг. Агар эркак сочи билан пешонасини ёпиб олган бўлса – бу беъманилик белгиси саналади. У ўзининг фикрларини бекитмоқчимиз? Йўқ! У ўзига нисбатан бўлган ишончсизлигини яширмоқчи!

Этибор беринг-а, бундай соч қўйишлар шаклланиб бўлмаган эркаклар орасида кенг тарқалган, яъни ўспирин йигитлар орасида. Сизганмисиз, уларда пешонасини соч билан бекитишга интилиш истаги кучли бўлади. Сиз эса, эркаклар, атрофдагиларга ўзингизга бўлган ишончни намойиш этишингиз керак, айниқса умр йўлдоши излаётган бўлсангиз.

Машаққатли ҳаёт тарзга эга эркакларга бир қаранг-а, кикбоксингчилар, каратэчилар, аскарлар ва бошқа, бошқалар, уларнинг деярли ҳаммасининг сочлари калта қилинган бўлади, типратикансимон, пешоналари доим очиқ. Бу нафақат уларнинг ҳаёт тарзи учун қулай, бу соч турмаги – уларнинг ташриф қоғози, гўёки уларнинг пешоналари «мен билан эҳтиёт бўлиб муомала қилган маъкул!» деб туради. Ҳақиқий аёлларга эса айнан шундай «мачо»лар ёқади.

Энди эса, ҳурматли хонимлар! Сиз пешонангизнинг бутунлай очиқ бўлишидан воз кечинг. Чунки эркакнинг назарида бундай соч мафтункор ҳам, жозибали ҳам эмас.

Аёл кишининг пешонаси бутунлай очиқ бўлиши мутлақо эҳтиросли эмас. Нима учун? Чунки бу ҳолат сирлиликни йўққа чиқаради.

Мана масалан тўрли шяпа Сизга қандай таъсир этади, эркаклар? Қандай? Ўзига тортади! Бу романтика. Тўр ажиб бир мафтункорлик, сирлилик ҳосил қилади.

Аёлнинг юзидан тўрни олиб ташласак – энди нимадир етишмаётгандек туйилади.

Ўзингиз қанчалик очиқ бўлса, Сиздаги сирлилик шунча камайиб бораверади.

«Нотаниш аёл» портрети. Эслайсизми? Тўрли шляпа. Мана шу тўр баъзи эркакларга шундай завқ бағишлайдики, уни сўзда ифодалаш мушкул! Мен энди паранжи ҳақида гапирмай қўя қолай.

Демак, ўзингизнинг сочингиздан, кадрли хонимлар, тўр сифатида фойдаланинг.

Лекин, сочингиз калта, устига-устак яна пешонангиз ҳам очиқ бўла туриб – Сизга ҳеч бир эркак қиё боқмаётганидан ҳайрон ҳам қолманг. Бундай аёлларга фақат кучсиз эркакларгина кизиқиши мумкин.



Ёдингизда турсин, кадрли аёллар,
эркакларни фақат сирлилик жалб
қилади!

Келинг, кадрли китобхон, энди Сиз билан турли ифорлар – ҳидлар ҳақида гаплашамиз.

Донишмандлар айтганидек, агар таомдан кейин Сиздан пиёзнинг ҳиди келиб турмасин десангиз, бир жуфт саримсоқ еб юборинг! Бу албатта ҳазил. Лекин аксарият ҳазилларда халқ даҳоси, донишмандлиги яширинган бўлади.

Агар Сиз ўз ишингизни очмоқчи бўлсангиз, агар тегрангиздан бошқа одамлар, хусусан қарама-қарши жинс вакиллари билан муносабатингиз рисоладагидек бўлишини хоҳласангиз, илтимос – бунда Сизнинг ҳидингиз жуда кат-

та аҳамиятга эга эканлигини унутманг. Яхши атирсиз Сиз кимгадир ёқмай қолишингиз тайин гап.

Хурматли эркаклар, кўпинча хонимлар ўз танловини бурунлари орқали амалга оширишини биласизми?

Эркаклар, мен Сизни ишонтириб айтишим мумкин, аёл киши Сизни ҳидлай бошлаши бу жуда ёқимли муолажа. Роҳат-а! Дарҳол ўзингни кимдир деб ҳис қиласан? Камид «завгар»дек ҳис қиласан. Билмайдиганлар учун, Шарқда «завгар» – бу гараж бошлиғи дегани эмас, «ҳарам бошлиғи» дегани!

Кўпчилик одамлардан ҳеч қандай ҳид келмайди. Бу энг яхши ҳолатда! Бошқалардан эса кечаги ичкиликнинг ҳиди келади, турли-туман навлари ва жилоларида.

Фикр тушунарлими, эркаклар? Сиздаги тер ҳиди сезилмаслиги учун атир сепиб олиш керак-ку... тўғрими? Одеколони сотиб олиш қандайдир амалга ошириб бўлмайдиган мураккаб вазифа эмас-ку? Албатта, бунинг учун ўзимизнинг ялқовлигимиз ва масъулиятсизлигимизни батараф қилиш лозим бўлади...

Эркак киши табиатан ўзига нисбатан ҳурматсиз муносабатда бўлади. У соқолини олгандан кейин ачишмасин деб атир сепеди. Агар соқолини олгандан кейин ачишмаганида эди, атир деган матоҳ унга умуман керак бўлмасди. Шунақа эмасми, азиз, эркаклар?!

Қандай қилиб ўзингиз учун тўғри келадиган атирни танлашингиз мумкин?

Янги ифорнинг модага кириши – бу битта нарса. Ҳаёт давомида, вақт давомида синалгани – бу бошқа гап. Атир танлаганда ишлаб чиқарувчига қараб танламаслик керак, урфга кирганига қараб ҳам эмас. Янги урфга кирган атир ҳам вақт синовидан ўтмаган. Кимдир Сизга: «Нима бўпти, Шанель – аллақачон эскириб бўлган!» – дейиши мумкин. Қулоқ солманг! Талаб ва эҳтиёж катта бўлмаган маҳсулотни ҳеч ким ишлаб чиқармайди. Вақт синовидан ўтган маҳсулот

– энг мустаҳкам ва ишончли баҳодир! Демак бу нимани англадади, азал-азалдан атирни харид қилишган ва яна минг йиллар харид қилаверишади.

Нима деб ўйлайсиз, қадрли китобхон, нима учун одамзод атирга бунча эҳтиёжманд? Сифати яхши, ифори ёқимли, бу тушунарли. Лекин яна битта томони бор. Кичкинтой ўғил неча йиллаб онасининг атирини ҳидлаб улғаяди, кичкинтой қизалоқ кўп йиллар давомида дадасининг одеколони ёки лосьонининг ҳидига кўникиб қолади. Болалар улғайиб катта бўлишгач эса онг ости даражасида ота-онасининг атирининг ҳидига ўхшаш ҳидли умр йўлдоши излашади. Тушунапсизми?

Нима учун уларнинг ота-оналари доимо бир хил атир ишлатишган? У пайтлари бу атир энди-энди урфга қираётган эди, уларнинг ота-онасидан бошқача ҳид келарди-ку? Демак, энди бу ерда бошқа механизм ишга тушаётир.

Хонимлар, агар Сиз бирор атир ишлатган бўлсангиз ва Сизнинг эркагингиз: «Ҳидинг қандай яхши! Сендан жуда ширин ҳид келяпти... Эҳтиросли...» деб айтса, Сиз доим мана шу атирдан фойдаланишга ҳаракат қиласиз. Тўғрими? Чунки Сизни танлаган атирингиз юзасидан мақташди. Ва Сиз кейинги гал дўконга келиб, айнан шу атирни харид қиласиз.

Токи атирга талаб бор экан, уни доимий равишда харид қилиб туришади. Уни харид қилишаётган экан, дўконлар ҳам ишлаб чиқарувчиларга буюртма жўнатиб туради. Доимо буюртма келиб турганидан кейин эса қайси ишлаб чиқарувчи бу маҳсулотни ишлаб чиқаришдан тўхтатади?

Шу тариқа баъзи маҳсулотларга хариддорларнинг боғлиқлиги, авлоддан-авлодга ўтиб келадиган хариддорларнинг содиклиги ҳосил бўлади. Механизм Сиз учун тушунарлими? Мен сизга, муҳтарам хушбўйларим, атир ҳақида гапирмаяпман, йўл-йўлакай бизнеснинг яна бир жиҳатини очиб

беряпман, харидорни қандай жалб қилиш ва уни ушлаб қолиш ҳақида гапиряпман.



Агар бирор-бир атирга 20-30 йилдан бери талаб бор экан, демак бу атир вақт синовида текширилган. Ҳаётнинг ўзи синовдан ўтказиб, ҳаётнинг ўзи уни имтиҳон қилган!

Давом этамиз. Ҳар қандай атирни ҳам Сиз учун ...кийим танлагандаги сингари, қарама-қарши жинс вакили танлаб бериши керак. Эркак киши ўзи учун атирни фақат аёл киши ёрдамида танлаши лозим, аёл киши эса тескариси. Тагин бу инсон Сиз учун севимли бўлиши шарт!

Агар Сизнинг яқин одамингиз, Сизнинг иккинчи ярмингиз, атирингиз ҳиди унга ёқмаётганини айтса, албатта атирни алмаштиринг!



Биз ўзимиз учун атир сепаиб ифорланмаймиз, биринчи навбатда бу ишни аввало атрофдагиларга ёқимли бўлиш учун қиламиз!

Ҳурматли эркаклар, ҳурматли хонимлар, эътибор беринг! Ўзингизга ёқадиган ифорни топиш учун атирни ҳидлай бошлаганингизда биттасини ҳидлайсиз, кейин яна бири... Учинчи марта ҳам ҳидлашингиз мумкин. Лекин тўртинчи марта бу имкониятингиз тугайди. Сизнинг ҳид билиш сезгиларингиз ўчиб қолади. Шундан сўнг, галдаги текширилган барча ҳидлар бир хилда – ёқимсиз бўлиб туюлади.

Бундай пайтда нима қиламиз? Уч хил атирни ҳидладингизми, тоза ҳавога чиқиб 10-15 дақиқа айланинг, кафега кириб бир финжон қаҳва ичинг, ҳид билиш, таъм билиш рецепторларини ишга тушириш учун танаффус қилинг. Ундан кейин дўконга қайтиб, яна ҳидлашда давом этинг, яхши атир қаерда кўп бўлса шу ерга боринг. Сифатли атир ҳар доим қиммат бўлади. Кимнинг атири 50 доллардан кам бўлса бу паст маҳсулот. Чунки жуда қимматбаҳо атирга ҳиди ўткир бўлмаган баъзи бир моддалар қўшилади. Бундай атирдан фойдаланишингиз натижасида сиз кўкқисдан қарама-қарши жинс вакили учун жуда мафтункор бўлиб кўри-насиз. Ифор айнан шундай бўлиши ҳам керак – таъсир кучи онг ости даражасида амалга ошиши учун!

Лекин, албатта аёл киши хонага кирган заҳоти атир ҳиддан димиқиб қоладиган даражада эмас! Бундай ифорлар бир хилдаги ҳукм мавжуд ва у: «Тезроқ хонани шамоллатиб юбориш керак!» – дея ифодаланади.



Ўн йиллаб вақт синовдан ўтган қиммат атирларни танланг!

Менинг бир яқин танишимнинг ёш котибаси бор эди. Мен эса тез-тез иш билан ёки шунчаки гап сотиш учун унинг офисига кириб турардим. Қачон келмай, унинг қабулхонасида бир тўда эркаклар тўпланиб ўтирган бўларди. Ўринбосар ҳам бор, завхоз, ҳайдовчи. Ҳаммаси котибага қандайдир савол билан келишган.

Мен оғайнимдан сўрадим: «Нима учун қабулхонанг доим одамларга тўла?!» У эса: «Ўзимам ҳайронман! Баъзан чиқиб ҳаммасини ҳайдаб юбораман, ярим соатдан кейин эса яна йиғилиб қолишади. Худди шира суркаб қўйилган варақ атрофидаги пашшалардек!», – деб жавоб қилди.

Бир гал котибани олдидан ўтиб кетаётиб, мен ҳаммасини тушундим! Котиба фероменли атирдан фойдаланар эди. Шунинг учун ҳам эркак зоти борки, қабулхонага, худди мушуклар ванелин хидига югургандек югургилашарди. Ўзлари англаб етмаган ҳолда улар баҳона қидиришарди. Аслида эса улар онг ости ақлу шуурлари даражасида аёл хидига интилишган эди! Илғаб олдингизми, кадрли хонимлар?

Агар биз Сиз билан, кадрли китобхон, ўтмишга, қандайдир ўрта асрларга кўз ташласак, у ҳолда атирлар ва одеконларнинг ўйлаб топилиш сабабларини дарҳол тушуниб етамиз. Атирни европаликлар ўйлаб топишган, чунки улар камдан-кам чўмилишган ва ўзларининг бадбўй хидини кесиш учун атирдан фойдаланишган. Ўрта асрларда Европада ҳар куни душ қабул қилиш одати бўлмаган.

Марҳамат, телевизорни кўринг. У ерда доим қўлтиқ остига суриладиган, баданга сепилладиган қандайдир воситаларни реклама қилишади.

Баданнинг табиий хидини, гормонал безлар жойлашган қисмлардаги хидни йўқ қилиш учун. Ҳурматли хонимлар (ва ҳурматли эркаклар), мушк безлари – бу айнан қарама-қарши жинс вакиллари ўзига жалб қиладиган асосий нарса.

Шундай сурғиларни реклама қилаётган аёлларни кўрганингда эса уларни нимани реклама қилаётганини дарҳол тушуниб қоласан, ахир бу – қайтариқ қилувчи дамламадан ўзга нарса эмас. Нима учун? – дейсизми?

Негаки, Сиз бундай воситани сурганингизда, қарама-қарши жинс вакили Сизни бирдан пайқамай қўяди. Энди тушунайсизми, нима учун Европада аҳоли сони камайиб кетаётганини?

Сен қўлтиқ остини ҳар доим (ярим йилда бир марта) ювиб турсанг, у хидланмайди. Майли ярим йилда бир марта, бу руҳияти кучли, ёлғиз эркаклар учун, оддий одамлар учун кунига икки марта ювиб туриш етарли. Ҳеч қандай

бадбўй хид бўлмаслигига кафолат бор! Фақат табиий феромонли фон бўлади, холос.

Мен ҳеч бўлмаганда кунора душ остида чўмилишни назарда тутяпман. Фақат қўлтиқ остини ювишни эмас! Акс ҳолда барча хилтлар қўлтиқ остидан чиқа бошлайди. У ерда ахир тери катакчалари очилган бўлади-да, бошқа жой ювилмаса, бутун танадаги тешиқлар тикилиб, ёпилиб қолади. Шундай экан, сув муолажалари ҳаммасига даво.

Айтгандай, нохуш хид бу тернинг хиди эмас, йўқ! Бу хидни Сизнинг танангиз ажратиб чиқарган тер билан озикланадиган микроорганизмлар ажратиб чиқаради. Бу хид – улар ҳаётининг фаолиятининг маҳсулоти. Бу Сизнинг бадбўй хидингиз эмас, уларники! Қандай ёқимли янгилик, тўғрими?!

Агар ўзингизга вазелинни ёки солидолни суркаб ташласангиз нима юз беради?

Солидол – бу ишлов берилмаган, тозаланмаган вазелин. Крем эса – қўшимча қўшиб суюлтирилган вазелин. Яъни биз ҳозир бу нарсаларни ўз номи билан атаймиз.

Сиз бу солидол билан ўз танангизни чаплаганингизда тери туйнукчалари ёпилиб қолади, Сизнинг табиий хидларингиз ажралиб чиқмайди ва Сиздан энди руҳий жиҳатдан фақат тараша мақомидаги кимса таъсирланиши мумкин.

Чунки қарама-қарши жинс вакили феромонни бурун орқали қабул қилмайди. Феромонлар деярли сезиларли хидга эга эмас. Лекин қандайдир даражадаги сеҳрли таъсир кучига эга. Ва эркак шу заҳотиёқ Сизга эътибор билан қарайди, у шу заҳотиёқ Сиз билан қизиқа бошлайди.

Аёлларда ҳам худди шундай реакция юз беради. Эркак киши яқинлашиб келаётганида ундан қандайдир ўзига хос мушкни анбар таралиб туради... У қандай аҳмоқона гап гапирмасин, аёл бу хидни ҳис қиладиган ва қизиқиш билан қараб шундай фикр қила бошлайди: «Қандай келишган эркак!»

Энди эса тамоман бошқача ҳолатни тасаввур қилинг, эркак кишидан солярка ҳиди анқиб турса – бу Сизга қандай таъсир этади. Ундан ёқилғи мойи куйиб олиш истагини уйғотади, шундайми?

Менинг дўстларим, кадрдонларим, ўзингизни, ўзингизнинг анатомиянгизни ўрганинг!

Чунки одамлар бойлик орттириш йўлида ҳамма нарсани сотишади, нима бўлса ҳам, гиёҳванд модда дейсизми, ароқми, тамаки маҳсулотларими, ҳамма-ҳамма нарсани, шу билан бирга мана шу дезодорантларни ҳам.

Сиз ҳар куни «мусаффолик» ҳидини таратасиз. Фақат «бу аёл эркак учун» ёки «бу эркак аёл учун» дегани эмас. Шунчаки, «табий» ҳиддек. Лекин, нима бўлганда ҳам, ёшларимиз айтганидек: «ҳеч ниманинг ҳиди» эмас. Ҳаёт эса тобора Сизни четлаб ўтиб борапти.

Сиз шундай ақлли, Сиз шундай зўрсизки, лекин ҳеч ким Сизга лоақал гап ҳам отиб қўймапти. Эҳтимол, сабаби мана шундадир.

Ахир, дўстларим, ҳаммаси шундай оддий, шунақа оддий-ку!

Биринчидан, қўлтиқларингиз остига ҳам эътиборли бўлинг.

Иккинчидан, ҳар куни юзингизни ювиш билан чеклашиб қолмасдан, қўлтиқларингизни ҳам совунлаб ювиб туринг.

Кўчага чиқинг, ортингиздан феромон ҳидини қолдиринг ва шунда барча эркаклар бирдек ўгирилиб Сизга қарай бошлайдилар. Яхши ҳид – қадди-қоматингиздаги, кийимингиздаги барча нуксонлар учун комуфляж ўрнини босади.

Давом этамизми?

Энди, кадрдонларим, Сизнинг эътиборингизни ташқи омилларга қаратмоқчиман. Ҳар хил узуклар, шақир-шукур тақинчоқлар ва танага нина ёрдамида чизиладиган «татуировка» деб аталадиган расмларга тўхталамиз. Сизнинг

эътиборингизни қаратмоқчи бўлганим ушбу барча, ташқи омиллар кишининг – ўзига нисбатан ички ишончсизлиги белгисидир.

Марҳамат қилиб айтинг-чи, қайси ёшдаги ўғил ёки қизлар ўзларига ҳар балоларни илиб олишади?

Бу ўн беш – ўн саккиз ёшда. Тўғрими?

Гавда катта ёшлиларнинг шаклига кириб бормоқда, ички моҳияти эса унинг ортидан етолмаяпти, бу пайтда ўсмирларда ташқи томондан ўзларини намойиш этишга интилиш кучлироқ бўла боради.

Ички ожизликни улар нима билан мувозанатлаб туришади?.. Биринчи навбатда кийим орқали. Бу энг аҳамиятсиз тарзда намоён бўлиши. «Ёшлар мода»си деб аталади.

Ёшларда ички нима бор? ...Уларнинг онги шуурининг туб-тубида ўз кучига нисбатан, ўз имкониятига нисбатан шубҳа бор. Улар шу йўл билан ўзларидаги бўшлиқни тўлдиришга уринишади.

Ички ҳолати улғайган танани тўлдирганидан кейин, ташқи омилга бўлган талаб йўқолади ва улар ўзларининг ўсмирлик давридаги қилиқларидан уяла бошлайдилар, татуировкаларини ўчириб ташлашга киришадилар, кийимлари ҳам анча сипогина бўлиб қолади, ортиқча тақинчоқлари, ашқол-дашқолларни сандиққа бекитиб ташлашади.

Турк хонандаси Тарканники сингари соқол қўйиб олган йигитчани бир тасаввур қилинг-а – иякчасида каламушнинг думи сингари думча. Бармоқларига узук тақилган. Ёки сочини майда ўриб олган ўсмир йигитларни айттайлик. Майда соч ўримлари, яна бу ҳам етмагандек, ярим йилдан буён ювилмаган, бундай сочлиларни биз одатда метронинг олдида учратамиз. Образли қилиб айтадиган бўлсак, метро учун беш тийин қидириб, чўнтагини ковлаб турган бўлишади. Ёки панкилар, сочини уч хил рангда бўяб олганча, кулоғида зирак, бурнида ҳалқа, татуировка қилиб ташлан-

ган яланғоч баданига темир тўғнағичларга тўла чарм курт-ка кийиб олишади.

Энди қўлингизни кўксингизга қўйганча ростини айтинг, бу тоифа йигитлар Сизда ўзига нисбатан ишонч уйғотади-ми? Сиз эркак киши бўлсангиз, уларни ўз ҳамкорингиз сифатида кўра оласизми? Уларга ўз бизнесингизни, ўз хавфсизлигингизни, оилангиз хавфсизлигини ишонишга тайёр-мисиз? Агар аёл бўлсангиз, мана шундайлардан бирортасига ўз юрагингизни ишониб топширишга, ундан фарзанд туғишга, ўзингизнинг келажакингизни ишониб топширишга тайёр-мисиз? Бундай одамларга ўзингизни буткул топшириб, ўзингизни беҳавотир ҳис қила оласизми? Ёки улар фақат гап сотишга, ичиб-чекишга, кайфу сафо қилиб, «яна эфирда кўришгунча хайр» – дейиш учун ярайдими?

Мен уларни яхши ёки ёмон деб гапиришдан йироқман, йўқ! Мен ташқи кўриниш атрофдагиларда ўзига хос муносабат ҳосил қилиши ҳақида гапиряпман. Нима учун?

Чунки одатда ҳаётимизда ички ва ташқи омиллар бир-бири билан чамбарчас боғлиқ бўлади. Ва инсоннинг тажрибаси унга: «эхтиёт бўл, бу тоифадагилар билан, жиддий ишларни биргаликда ҳал қилмаган маъқул», – деб айтиб туради! «Кийимга қараб кутиб олишлари» бежиз эмас.

Кокиллар, узуклар ва бошқалар – булар асосан ёшларга ёқади, чунки уларнинг болалигида ҳар доим, ҳам тўйгунча ўйнаб олиш имконияти бўлмаган.

Тасаввур қилинг, менинг киндигимда зираксимон ҳалқа илиниб турса... «пирсинг» деб аталармиди? Кўлларимда татуировка, ўзимнинг охириги беш тола сочимдан «панкча турмак» ясайман, яна бу етмагандек, йиртиқ жинси ҳам кийиб оламанки, бу йиртиқларнинг орасидан иштоним ҳам кўриниб туради... Сизнинг менга муносабатингиз қандай бўлади?

Керагидан ҳам кўра босикроқ бўлади. Тўғрими?



Ўзига ишонган, ўзининг кучини биладиган эркак ҳеч қандай ташқи ҳашамга муҳтож эмас!

Йигитлар! Мен тадқиқот ўтказганман, агар эркак ташқи омилларга эҳтиёж сезса, агар у турли-туман узуклар, турли татуировкалар, турли-туман ғайриодатий воситалар орқали ўзлигини ифода этишга муҳтожлик сезса... билингки, бу одам ички нуқсонга эга.

Бу унда онг ости даражасида, бу каби ташқи омиллар унинг ўзига нисбатан ички ишончсизлиги ва нотўқислик комплексини мувозанатлашга уринишидир. Бу ҳукм қатъий қадрдонларим, ва у зинҳор муҳокама қилинмайди.

Истисно ҳар доим ҳам бўлади. Ҳар қандай маълумотда ҳам истисно топиш мумкин. Лекин мен ҳозир Сизга 95 фоздан ортиқ бўлган кўрсаткич ҳақида гапиряпман.

Меъёр бор ва бу меъёрдан ташқи омиллар ёрдамида ажралиб туриш истагидаги эркаклар бор – гап мана нима ҳақида борапти. Тушуняпсизми?

Эркак ички томондан қанча кучли бўлса, унда ташқи допингга бўлган эҳтиёж шунча камайиб бораверади.

Агар бу ташқи унсур шунчаки кимдир ҳақидаги хотира билан боғлиқ бўлса-чи?

Мен бу ҳақда гапирмаяпман... хотира ҳақида, истиснолар, ўзига хосликлар ҳақида, ўзига хос инсонлар ҳақида гапирмаяпмиз. Мен ички уйғунликнинг йўқлиги ҳақида гапиряпман.

Гапларим биронтангизни хафа қилишини ёки нафсониятингизга тегишни хоҳламайман. Шунчаки «далил» деган тушунча бор. Тадқиқот холисликни талаб қилади. Агар бу ерда ёзаётганларим Сизга тааллуқли бўлса, шошилманг, ўйлаб кўринг, ўзингиз билан ёлғиз қолиб очикчасига гап-

лашинг. Эҳтимол, ўзингизнинг ожиз ва ишончсиз томонларингизни кўриб қоларсиз, қандайдир кўзга ташланувчи омил ёрдамида ўзингиздаги ожизлик ва ишончсизликни бекитмоқчи бўлаётгандирсиз? Бу ўз устингизда ишлаш учун, ўзингизни кучайтириш, қалб яраларингизни тузатиш учун яхши имкон.

Агар кимдир жанг санъати билан кизикадиган бўлса, бунда битта жиҳатга эътибор қаратинг. Қондасиз жанг бормоқда ёки бирор-бир кучлиларнинг мусобақаси. Эркаклар ўзларининг жисмоний кучи, чидамлилигини синаш учун қатнашадиган қандайдир мусобақа. Жуда кўп ҳолларда кимнинг ташқи ҳашамдорлиги, ортиқча безаклари кам бўлса, яъни ташқи томондан меъёрга якинроқ бўлса, ўша ғалаба қозонади. Чунки, юқорида таъкидлаганимиздек, ўзига ишонган киши ортиқча безакка эҳтиёж сезмайди.

Мен буни сезган заҳотим, бир неча ҳафта ичида жанг санъатининг барча архивларини кўриб чиқдим. Шунчаки, тўқсонинчи йиллардан бошлаб менда ўзига хос ишқибозлик пайдо бўлганди – якка жанг чемпионатининг хроникасини йиғиб бораман – журналлар, видеожурналлар ва ҳоказоларни... Қаерда, янги ном пайдо бўлди, спортчилардан ким етакчилик қиляпти.

Мен ўзимнинг 20 йиллик архивимни қайта кўтардим. Ва кизик қонуниятни аниқладим.

Бунда бошида татуировкали эркаклар ва татуировкасиз эркаклар теппа-тенг бўлиб чиқди, яъни 50 га 50.

У ёғига саралаш жанглари бошланди ва энг биринчилардан бўлиб татуировкаси кўп бўлган иштирокчилар жангни бой бериб чиқиб кетди.

Ярим чорак финалда татуировкаси борлар тахминан 25 фоизни ташкил қилди.

Ярим финалда улар жуда кам.

Финалга эса улар деярли ҳеч қачон етиб кела олмаган.

Мусобақада спортчиларнинг сони жуда кўп. Энг юқорида эса биттаси қолади. Юқорига кўтарилган сари кўзга яққол ташланувчи ташқи омилларга эга спортчилар тобора камайиб боради. Камайиб, камайиб, камайиб боради.

Финалга эса нимагадир, доим ташқи томондан бошқалардан ажралиб турмайдиганлар ўтади. Уларнинг соч турмаги камтарона, кийимлари оддий, хатти-ҳаракатлари хотиржам. Ўзини кўрсатишга уриниб, кўксига мушт урадиганлар эса аллақачон рингни тарк этишган. Ҳолбуки, бу жиҳатлар уларнинг жангни бой беришининг биринчи кўрсаткичи, улар унинг финалга етиб бора олмаслигига кафолатдек гап.

Модомики, Сиз ўз бизнесингизни очмоқчи экансиз, унда албатта, ўзингизнинг ташқи кўринишингизни синчиклаб кўриб чиқишингиз лозим бўлади. Мен ҳозир асосан эркакларни назарда тутяпман, лекин, хонимлар, Сизлар ҳам бу маълумотларни миянгиз бурмаларига ўраб қўйсангиз ёмон бўлмасди.

Йирик бизнесменларга эътибор беринг. Улар доим ташқи ўзни кўз-кўз қилувчи нарсалардан ҳоли, аксарияти консерватив кийинишларини сезганмисиз? Улардан ўрناق олинг.

Агар эркак киши бизнес билан шуғулланмоқчи экан, у ҳар хил татуировкалардан, узуклардан, кокиллардан ўзини сақлаши шарт. Бу унинг қайси кўринишдаги бизнес билан шуғулланишидан қатъи назар, хот-дог сотишми, бирор кичкина қаҳвахона ёки дўкончалар очишми, фарқи йўқ.

Лекин биз ҳозир ўн мингдан ортиқ одам ишлайдиган бизнес ҳақида гапиряпмиз.

Бундай бизнесменлар орасида ёрқин белги ёки ажралиб турувчи атрибутларга эга бўлганлар йўқ. Бу иккита сабаб туфайли.

Биринчидан, уларда ўзини кўз-кўз қилиш эҳтиёжи жуда кам учрайди. Бундай инсонлар ўзига нисбатан ишончи бор ва ташқи кўринишдан хотиржам бўладилар. Бошқалари эса

бундай юксакликка кам эришадилар. Агар эришсаларда, у ерда узоқ вақт қола олмайдилар.

Иккинчидан, ғолиблар ўзларини ва ўзларининг ожизликларини назорат қила оладилар, имижнинг аҳамиятини тушунадилар. Агар уларда ниманидир кўз-кўз қилиш истаги бўлган тақдирда ҳам, улар буни сир тутадилар. Инсонда нимаики ривожлантирилмаса ва озиқа олиб турмаса, у ўз-ўзидан емирила боради.

Мен ҳозир нима ҳақида гапираётганимни тушунаёписизми, қадрли китобхон? Мен миллиардерлар ҳақида эмас, ҳозир Сиз ҳақингизда гапиряпман! Агар феъл-атворингизда салбий қирралар бўлса, уларни озиқлантиришни тўхтатинг, аксинча, ўзингизнинг ижобий қирраларингизни ривожлантиришга эътибор қаратинг.

Демак, эркаклар, бизнеснинг бошланғич даврлардаёқ ёрқин ташқи омиллардан воз кечинг. Қачонки, Билл Гейтс бўлганингизда, қачонки, ўзингизнинг биринчи миллион, миллиардингизни топишга эришгандан кейин истаганча йўл тута оласиз.

Қачонки, Сиз инсониятга жуда бой одам сифатида машҳур бўлганингиздан кейин, Сиз бу нарсаларни ўзингизга эп кўришингиз мумкин. Унгача эса бу нарсаларга эътибор қилмай турган маъқул.

Мана тасаввур қилинг, Сиз нудистларнинг пляжига бормоқчисиз. У ерда ҳамма яланғоч юради – бу меъёрий ҳолат. Лекин Сиз уйингизданок ечиниб олдингиз ва бутун шаҳар бўйлаб пляжга қараб кетяписиз. Йўлда Сизга одамлар учрайди, улар учун меъёр бу нима? ...кийим. Сизнинг пляжгача етиб бормаслигингизнинг имкони жуда катта – ёки милицияга олиб кетишади ёки «жинихона»га.

Ўзингизнинг шахсий ишингизни очаётганингизда, айникса, жуда эҳтиёт бўлинг. Ташқи омилларга берилган ҳамкорлар билан ишлашдан ўзингизни эҳтиёт қилинг.

Улар жуда таъсирчан, ўта ҳиссиётли одамлар.

Тўғри, ижодкорлик борасида уларга гап йўқ!

Лекин бизнесда айнан мана шу нарса – ўта ҳиссиётлилики кўпинча панд беради ва зиддиятларга олиб келади.

Нима учун рассомлар кўпинча сочи узун ва соқоллари эса ўсик ҳолда юришининг сабабини айтиб беришим мумкин.

Рассом ўз асари устида ишлаш жараёнида бутунлай боши билан ижодга шўнғиб кетади, бу шундай бир ҳолатки, унинг соч-соқолини олиш учун ҳам вақт сарфлагиси келмайди: Оқибатда у «Соқолимни эртага оламан, индинга оламан», – деб юраверади.

Асарини тугатганида эса унинг соқоли кўксига тушиб турган бўлади, рассом эса аллақачоноқ бунга кўникиб қолади.

Рассомларнинг бундай ташқи қиёфасига нима ҳам дейиш мумкин, «касбий касаллик».

Лекин расм чизаётганингда эса... менинг ўзим рассомман. Ва мен бу жараённи ички томондан ҳам биламан. Сен узоқ вақт ўз устахонангда қолиб кетасан, ташқи кўринишингни, хусусан, юзингда ўсиб кетган мана бу соқолни мутлақо кўрмайсан, сезмайсан ҳам.

Эркакларнинг шундай накли бор: «Бир умр соқол олиб юргандан бир марта туғиб қўя қолган яхши!»

Агар соқол олмаслик бемаъни қилиқ деб ҳисобланмаса эди, биз ҳар куни соқол олиб ўтирмасдик. Биз жон деб икки-уч жуфт ҳафта ўз юзимизни қиртишлашдан дам олган бўлардик... тўғрими, эркаклар?

Энди ўзимизнинг миллионларимизга қайтсак. Катта бизнесда соқолдорлик ҳам яхши қабул қилинмас экан. Мен бу соҳада қандай омиллар аҳамият касб этиши борасида тадқиқот ўтказгандим.

Соқол қўйиб олган бўлсангиз, Сиз ҳамкорлар билан алоқа ўрнатиш, етказиб берувчилар ва буюртмачилар билан алоқа ўрнатиш имконини 80 фоизга бой берасиз.

Сокол ишонч кредитини пасайтиради. Ишонч эса бизнесда – энг муҳим шартлардан бири.

Соқолнинг бунга нима алоқаси бор, ғалати-ку тўғрими?

Сезгандирсиз, ҳайвонот оламида ҳам, айтайлик итлар орасида бирортаси бошқасига ўзининг тўлиқ ишончини билдирганида нима қилади? ..бўйинини очиб кўрсатади. Буни кинолог мутахассислар яхши билишади. Бу итлар тилида «мен сенга ўз ҳаётимни ишонаман!» деган маънони англатади.

Агар соқолингиз бўлса, Сизнинг иягингиз, бўйингиз кўринмайди. Юзингизнинг ҳам бир қисми умуман кўринмайди – бу ҳамкорингизнинг Сизни яхшироқ билишга монелик қилади. У Сизнинг ишбилармон одам эканингизни билади. Лекин унинг учун чехрангизда мавҳумлик ҳудуди пайдо бўлди. Мавҳумлик эса инсонни чўчитади. Демак биргина соқол деб ҳамкорлигингизнинг Сизга нисбатан ички ишончи заифлашади.

Лекин ияк кўриниб турадиган калта соқол ишончсизлик уйғотмайди.

Азизларим, бу гапларни мўйловингизга илиб кўйинг!

Бизнесда ҳалоллик, ор-номус, лафз тушунчаси биринчи ўринда туради. Катта, росмана бизнесда. Чунки у ерда Сиз ўз обрўйингизни фақат бир марта йўқотасиз. Тўғрими?

Ҳалоллик, ор-номус ва лафз тушунчаси – бу ҳақиқий эркакларгагина тегишли атама. Рицарлик – яъни жавонмардлик азалдан эркакларнинг кори аъмоли.

Чунки, чин маънодаги адолат ва аёл – бир-бирига номувофик тушунчалардир.

Зеро, чин маънодаги адолатпарварлик инсондан кўпинча қурбонлик талаб қилади. Адолатпарварлик эса зинҳор ўз фойдасига бўлмайди.

Ўзининг фарзандларига зиён келтириш ҳисобига адолатни устун қўйган аёллар аллақачон тарих қаърига фарқ бўлишган.

Гап болалар ҳақида борар экан, аёл ҳар доим уларнинг ҳимоясида бўлади. Шундай эмасми ахир?

Аёл ҳар доим – адолатлими ёки адолатсизми, тўғрими ёки нотўғрими – ўзининг асосий вазифасини бажариши керак – наслни давом эттириши керак, ҳаётни эстафета бўйича узатиши керак.

Мана шундан ҳам кўриниб турибди-ки, бизнес ва аёллик мақоми – бу иккита бир-бирдан тамоман фарқланувчи олам.

«Чин аёллик сўзим» дегани сиз учун нимани англатади? «Чин эркаклик сўзим» деганичи? Эътибор беринг, эркаклар доирасида «эркаклик сўзи» – бу мақтовни англатади. Агар мен бирор эркакка «сени сўзинг – аёлнинг сўзи-ку» дейишим биланоқ, у мени дуэлга чақиради...

Шундай экан, аёл киши бизнесда нима қилиши ва қандай йўл тутиши керак, агар ҳамкорлар унда ҳақиқий «мачо»ни, бир сўзли инсонни кўрмаётган бўлса, аксинча, ҳар сонияда ўзгариб қолиши мумкин бўлган аёлни кўришса. Тагин у «гоҳ хоҳлайман, гоҳ хоҳламайман, гоҳ қиламан, гоҳ қилмайман», – деб турса...

Нима қиламиз, хонимлар?

«Сочни калта қирқтириб, пиджак ва шим кийинг, жисмингизда косметика – камрок, бесўнақайлик – кўпроқ бўлсин. Сигаретни оғзингизга қистириб олганча, ҳаракатларингизга ишнинг кўзини биладиган олғирлик, эпчилликни сингдириб! Тамакидан бўғилиб, хириллаб қолган овозингиз билан дўриллаб кўйинг, ҳар бир гапдан кейин сўкиниш, афтини бужмайтирмасдан бир кўтаришда ярим стакан вискини бўшатиш ва «ўзимизни йигит»ларнинг қаторига киришни ўрганинг», – дейишим керакми?!

Йўқ, асло!

Бизнес ва назокатлилик... Ким айтди Сизга булар бир-бирига тўғри келмайдиган тушунчалар деб?

Баъзи аёллар борки, улар бизнестда албатта аёлнинг сочи калта киркилган, ва у эркакшоода кийимда, эркакона хатти-харакатларга, эркакона ҳаёт тарзига эга бўлиши керак, деб ҳисоблайдилар. Ишонтириб айтаманки, бу мутлақо нотўғри!

Агар Сиз ҳақиқий аёл бўлсангиз ва Сиз бизнес билан шуғулланиш учун ўз сочингизни калталатган бўлсангиз ҳам, бу Сизнинг асл моҳиятингизни сартарошхонада қолдирдингиз, дегани эмас. Ва бу жуда яхши. Агар Сиз шундай назокатли, мулойим, гўзал аёллигингизча қола олсангиз, эркак ҳамкорлар билан истаганингизни қила оласиз! Ҳа, ҳа, айнан шу пихини ёрган бизнесмен – бўрилар билан.

Қадрли хонимлар, Сизга калта сочининг кераги йўқ. Катта бизнестда аёлларнинг узун сочлиги ҳаққоний ҳамкорликнинг белгиси сифатида қабул қилинади. Улар эркак бизнесменларга Сизларга маъқул қарор қабул қилишларида ва Сизларга ҳамкор сифатида ишонишларига ёрдам беради. Сизнинг вазифангиз – тўғри танланган имиж ёрдамида орадаги жарликни қисқартириш, Сизни ўзгалар ҳамкор ёки буюртмачи сифатида қабул қилиши жараёнини енгиллатиш.

Чунки аслида аёл киши бизнес борасида жуда масъулиятли. Ва улар бирор ҳамкорлик шартномаси тузишлари биланоқ, дарҳол уни бажаришга ҳаракат қилишади. Ҳар доим, ҳар қандай шароитда ҳам охиригача қатъиятли бўладилар.

Айтинг-чи, қадрли китобхон, нима учун унда ҳалигача аёллар орасидан буюк бизнесменлар чиққани йўқ?

Чунки қаерда маъҳумлик омиллари ва таваккал кўп бўлса, ўша жойда аёл ўзини бутунлай ноқулай ҳис қилади! Яна аёл кишида табиатан «сақлаб қолиш!» инстинкти жуда кучли ривожланган. Улар деярли ҳеч қачон ва ҳеч бир соҳада хавфли таваккалга боришмайди.

Аёлларда консерватив негиз ўзининг жуда ёрқин ифодасини топган: ўлжани сақлаб қолиш, ўзига тегишли нарсан

ни, наслни сақлаб қолиш. Русларда «Осмондаги турнадан қўлимдаги читтак афзал» деган гап бор. Шарқда эса буни «Узоқдаги қуйруқдан яқиндаги ўпка авло» дейдилар. Бу каби нақлларнинг бари аёлларнинг хатти-харакатларига асосан келиб чиққан.

Эркаклар эса... Ҳа, улар барча нарсани ўртага қўйиб таваккал қилиши, ўзининг давлатини икки баравар қилиб кўпайтириш йўлида қартага ҳамма нарсани тикиб юборишлари мумкин. Рухсат берсангиз, шу мавзуда битта латифа айтиб берсам.

Бир эркак дам олиш учун Туркияга келибди. Келган куниёқ чўмилиш учун пляжга қараб шошилибди. Қараса – денгиз соҳилида одам лик тўла, юриб бўлмайди. Қирғоқ бўйлаб кетаверибди. Пляж тугабди, одамлар ҳам. Атроф жим-жит, ҳаммаёқ саришта, тоза. Кийимларини ечиб, денгизга шўнғибди, яйраб-яйраб чўмилибди.

Бирдан денгиз суви чайқалганча, кимдир сув остидан келиб унинг оёқлари орасидаги мулкани маҳкам ушлаб олибди. Денгиз ҳукмдори сувдан бошини чиқариб, қўлидагини қўйиб юбормасдан: «Плюс иккими ёки минус иккими?» деб сўрабди.

Эркак кўрқиб кетибди, кейин ўйлаб-ўйлаб: «Агар мен минус икки десам, бутунлай мероссиз қоламан-ку! Ундан кўра, яхшиси – плюс икки деб айта қолай» деган фикрдан «плюс икки» сўзини айтиши билан сув кўпирибди, сув подшоши ғойиб бўлиб, ҳаммаёқ жимиб қолибди.

Эркак қирғоққа чиқиб олгач, ичкарига бир кўз ташлаб кўйибди, қараса у ердаги хўжалигида кўпайиш юз берибди – иккита қўнғироқчанинг ўрнига тўрттаси пайдо бўлибди. У тошга ўтирганча қайғуга ботиб ўйлана бошлабди. Қандай шармандалик, биров кўрса устимдан кулавериб ичаги узилади!» Нима қилсам экан деб ўйланиб турганида хаёлига ажойиб фикр келибди: «Таваккал қилиб сувга яна бир бора шўнғийман! Анави махлуқ пайдо

бўлиши билан мендан «Плюс иккими ёки минус иккими деб сўрайди, мен эса дарҳол «минус икки» деб жавоб бераман ва ҳаммаси олдингидек жой-жойига келиб қолади!» – деб ўйлабди.

Эркак хурсанд бўлиб, ўзини яна денгизга отибди. У ёқдан бу ёққа суза бошлабди. Ўзича: «минус икки, минус икки...» – деганча учрашувга тайёрлана бошлабди.

Бирдан кимдир сув остидан унинг хўжалигини маҳкам ушлаб олибди. Сув кўпириб, сув ости подшоси кўринибди ва ундан «Плюс тўртми ёки минус тўртми?» деб сўрабди.

Қадрли китобхон, марҳамат қилиб топинг-чи, аёллар ва хиндулар кўчага нимасиз чикмайди?

Жанговар бўёқларсиз! Яъниким, юз ниқобларисиз!

Аёллар, ҳозир Сизга мурожаат қиляпман!

Ҳурматли аёллар, менинг кадрдонларим! Чиройли бўялган лабларингиз – шу қадар эҳтирослики! Қошларга қалам тортилган, тирноқлар ораста, пардозланган! Ҳа, чиндан ҳам аёл киши ҳамиша ва ҳар жойда худди санъат асаридек кўринишга эга бўлиши керак! Кўз қамаштиргудек!

Агар Сиз расмий учрашувга бораётган бўлсангиз, эгингизга ишчиларнинг комбинзонини илиб олиб, юзингиз ҳам гижим бир аҳволда боришингиз мумкин, дегани эмас-ку. Ишонаверинг, эркак қаерда бўлишидан, нима иш қилишидан қатъи назар, эркаклигича қолаверади! Биринчи навбатда, у ўзининг даврасида ҳозир бўлган хонимларга эътиборини қаратади. Уларни онг ости яъни шуури даражасида баҳолайди. Ўзингизни манфаатингизга хизмат қиладиган тарзда кўрсата олиш имкониятидан маҳрум этманг!

Илтимос, фақат ошириб юборманг! Офиснинг «Тверская» кўчасига ўхшаб қолиши одамларга ёқмаслиги мумкин. Сиз «Тверская» кўчасининг нима эканини билмайсизми? Бу кўча Кремлдан бошланади ва у ерда кечқурунлари ёки қоқ ярим тунда ҳам «капалак» оймқизлар туришади.

Терингизни парвариш қилинг, азизларим, пардозсиз ҳеч кимга кўринманг, кўчага чикманг! Эрталабданок эрингизга сездирмасдан пардоз қилиб олинг. (Бу гап эркакларга ҳам тегишли!)

Эсингиздами, аввалги суҳбатларимизда бир мақол келтиргандим: «Онангни отангга бепардоз кўрсатма!» Аёл киши косметикасиз худди пушти ранг, мечкайча, яъни чўчка боласига ўхшайди, айниқса энди уйғонган маҳалида.

Ҳазил ўз йўлига-ю, лекин ўзини парвариш қилган, ораста аёлни кўриш ҳар доим ёқимли, тўғрими? Пичан ғарамида ҳам гуллар бўлади. Гулдаста пичан ғарамидан нимаси билан фарқ қилади? Гулдаста парваришланган! Буқа – бефаҳм ҳайвон, унга фарқи йўқ, пичан ғарамини ковшайдими ёки гулдастаними. Биз ахир қорамол эмасмиз-ку, тўғрими, эркаклар?!

Қадрли хонимлар, ўзингиз учун шундай манзарани тасаввур қилинг. Сиз хиёбон бўйлаб сайр қилиб юрибсиз, у ер, бу ердаги ўриндиқларда эркаклар ўтиришибди. Улар қизиқиш билан Сизга тикилишмоқда. Ҳатто ёнида суюкли қизи ёки рафиқаси билан келганлар ҳам сездирмасдан Сиз томонга кўз ташлаб қўйишади. Сиз эса шошмасдан юриб борар экансиз, ўзингизни ҳеч кимни сезмаётгандек тутасиз...

Бу жуда ажойиб туйғу, тўғрими?!

Бирок, Сиз эркак кишининг биринчи навбатда аёлнинг қаерига қарашини биласизми, айниқса аёл ўзини ҳеч ким кўрмаяпти, деб ўйлаганида? Танангизнинг қайси қисмларига қарайди, улар?

Эркак киши биринчи навбатда, Сизнинг оёқларингизга қарайди, асосан оёқларингизнинг тепасига, яъни бўксангиз, куймучингиз дегандай. Ундан кейин нигоҳларини кўкракча кўтаришади. Сиздаги аёлликнинг асосий белгилари, яъни чўққилару тепаликлар рельефи уларга маъкул келсагина, шундан кейин Сизнинг юзингизга қизиқиб қарашади!

Кўп ҳолларда эркаклар «юзкўрар»гача етиб боришмайди. Ва менда табиий бир савол туғилади. Аёллар, айтингчи, бас шундай экан, Сиз ким учун бўянасиз?

Агар эркаклар Сизнинг юзингизга охирги навбатда қарайдиган бўлишса, у ҳолда бўяниб нима қиласиз?

Айтинг-чи, эркаклар, Сизлардан қайси бирингиз биринчи навбатда аёл кишининг кўзларига қарайсиз?

Бу бахтсизлик Сиз билан қачон юз берди?

«Нима учун бахтсизлик?» – дейсизми? Чунки Сиз аввал аёлнинг кўзларига қарайдиган бўлсангиз, Сизда қандай муаммолар пайдо бўлиши мумкинлигини биласизми? ...У билан суҳбатлашгингиз келиб қолади?! Йў-ўк, – деманг, барибир, мен ишонмайман...

Эркаклар, диққат!

Биз ўтказган тадқиқотлар шуни кўрсатяптики, эркакларда табиий климакс бошланаётганда, эркаклар фолклоридидаги «олти ярим» деб аталувчи (соатнинг миллари олти яримда ожизлик билан ноилож пастга қараб осилиб ётган) даврида эркаклар аёлнинг кўзларига қарай бошлашади. Бу кўзларда улар илгари ҳеч қачон изламаган нарсани, яъни ақлни қидира бошлашади.

Афсуски, улар яна ҳеч нима топа олишмайди.

Демак, хонимлар, яна такрорлайман, билиб олинг, эркаклардан камдан-ками сизнинг юзингизга қарашади, ҳаммаси қаерга қарайди? Оёқларингизга, коматингизга.

Ўзингиз билганингиздек, юздаги табассум ўзгалар эътиборини жалб қилади, тўғрими?

Диққат! Энди Сизга битта сирни айтаман. Рўпарасидаги аёл табассум қилса, эркак унга қарашни қаердан бошлайди? Юқоридан! Баракалла!

Агар аёл киши ўта жиддий бўлса, эркаклар ҳар доимгидай унга пастдан қарай бошлайдилар... Тушунарлими?!

Чунки аёлнинг юзидаги табассум ҳар кимнинг ҳам эътиборини жалб қилади. Шунда улар Сизни кўриши, ҳаммаша эслаб қолиши мумкин. Жиддий чехра бўлса-чи... Эркак пайкамай ўтиб кетади, чунки бунақа жиддий башара сохиби унда аллақачон бор, биттаси – уйида ўтирибди.

Юз ифодаси – бу ҳам алоҳида мавзу. Табассумдан ҳам кучлироқ ўзига жалб қилувчи грим бўлмайди!

Табассум идеал пардоз кучига эга. Биргина хуш табассум ёшингиздан 20-25 йилни шундоқ олиб ташлайди. Табассум қилаётганингизда хоҳлайсизми, йўқми Сиз анча ёш кўринасиз! Терингиз ҳам анча яхшироқ кўринади. Лаб бўёғига ҳам камроқ пул сарфлайсиз!

Сиз косметика харажатларингиздан анча-мунча пул тежаб қолишингиз мумкин! Оддий табассум ёрдамида!

Сиз юракдан табассум қилганингизда, ҳурматли хонимлар, эркакларнинг эси оғиб қоларди. Боиси у ўзига «мен бу аёлга ёқаяпман» – деб ўйлайди. Чунки ҳар бир эркак аёлга аввало ўзга жинс вакиласи сифатида қарайди.

Муҳтарама аёллар, ишонинг бу айнан шундай! Истисно-сиз. Эркаклар, шундай эмасми ахир?

Шаҳардаги барча эркаклар Сизга маҳтал, маҳлиё мафтун... Тушуняпсизми? Шундай экан, марҳамат қилиб бўлгувси шахзодангизга табассум қилинг!

Аёл кишининг қандай қиёфасига рухсат йўк? Қачонки унда лаб ўрнига – битта чизик бўлса. Ҳар қайси эркак бундай қиздан ўзини олис тутарди. Эркак киши ҳеч қачон ҳайкалга қараб таъсирланмайди, ҳатто у жуда чиройли бўлган тақдирда ҳам. Ҳурматли эркаклар, айтингчи, бирортангиз ҳайкалпарастлик касалига йўлиққанмисиз? Йўғ-а?!

Сиз энгил табассум билан юришга ҳаракат қилиб кўрганмисиз, ҳурматли хонимлар? Энди эсланг, ўшанда Сизга эркаклар хиралик қила бошлашганми? Сиздингизми ёки йўқми? Мана!

Чунки аёл киши табассум қилганида у ҳар доим бироз думбулроқ, танतिकроқ кўринади. Тантиқлар эса ҳар доим эркаклар томонидан юксак қадрланади. Чунки думбул хотиннинг ёнида ўзингни ҳар доим ақллироқ ҳис қиласан киши!

Лекин аёл киши ақлини пеш қилишга тушса, бу шундай хунук кўринадики!

Энди тасаввур қилинг, мен кутилмаганда юзингизга тарсаки тушириб қолдим. Сизнинг менга нисбатан ҳиссий муносабатингиз қандай бўлади? Мен юзингизга нақд бешта бармоғим изини туширдим. Сиз «Воҳ-ҳ! Ярамас, ҳап сени-ми..!» деб турибсиз. Шундай эмасми?

Аёл кишининг шумшайган башарасига нигоҳи тушган эркакнинг шу заҳоти, кайфияти бузилади. Бундай аламдий-дага боқиш унда нохушлик уйғотади.



Демак, боши очик, қариқизлар, Сиздан илтимос, кўпроқ табассум қилинг!
Бўйдоқлар, бу Сизларга ҳам тегишли!
Аёл киши ҳам одам-ку, эркак кишининг табассум қилиши унинг учун ҳам ёқимли!

Табассум қилаётган одам ўзидан яхшилик таркатади. Олам учун ҳамиша танқис бўлган меҳр нуруни таратади...

Кулиб юрсангиз, одамлар Сизга ҳавас қилишади, ич-ичидан Сизнинг ёнингизда бўлишга талпинишади.

Чунки меҳр ва муҳаббат нури инсонларни ҳамиша ўзига тортиб келган.

Марҳамат қилиб эслаб қолишга ҳаракат қилинг.

Очик юзли, сертабассум бўлсангиз, қаерга борманг, Сизнинг ишларингиз юксалиб, юксалиб бораверади. Чун-

ки ҳамма Сизни иши жуда бароридан келган, муваффақият ёр бўлган, омадли одам деб ҳисоблайди. Улар ҳасаддан ҳам Сизни қанотингиз остига киришни исташади ва барча фикрларингизни кўллаб, Сизга ёрдам беришади.

Лекин баъзан хўмрайиш ҳам керак бўлади. Сиз агар аёл киши бўлсангиз, бирор-бир масалани ҳал қилиш учун бошқа аёлнинг олдига боришингиз керак бўлиб қолса, яхшилаб сочларингизни тўзғитинг, юзингиздаги бўёқларни сидириб ташланг, кийимларингиз ҳам бир аҳволда бўлсин.

Шундай қилсангиз, Сиз шу ондаёқ барча масалаларингизнинг ечимини топасиз. Чунки аёл киши ўзидан бошқа хушчақчақ, омадли аёлга тоқат қила олмайди. Уларда табиат томонидан берилган азалий рақобат ҳисси бор. Улар ўзига нисбатан мафтункор аёлга нисбатан нимадир ғаламислик қилиш истагида бўлишади.

Ўзингизни кўлга олинг, мен ҳазиллашдим! Кўлга тушдингиз-а? Услуб шундай.

Биласизми, нима учун Москва метрополитенидан фойдаланувчиларни космонавтликка олишмайди? Нима учун?

Москва кўчалари ёки метросида бўлиш мен учун нақд азобнинг ўзгинаси. Чунки мен ўзимнинг афти-ангоримни сираям росмана москваликларникидек қила олмайман.

Табассум қилсанг – ҳамма дарҳол сенга қарайди... Биринчи навбатда милиционерлар сени тўхтатишади. Хужжатларингни сўрашади.

Кўчага чиксанг ўзингни ҳамма қатори, меъёрдаги одамдек тута бошлайсан, ҳеч кимнинг сен билан иши йўқ. Чунки атрофда ҳамма бир хил қиёфада. Башаранг хокандозу кўзлар гўё сўниб қолгандек. Оғзингизнинг шакли ҳам турмушингиз ўта ёмон экани ва бундан ҳам баттар бўлиши ҳақида айтиб тургандек.

Милиционер сенга қарайди-ю, лекин шахсиятингни пайқамайди.

Чунки сенинг юзинг эътиборни жалб қилмайди. Сен ҳам – ҳамма қаторисан.

Қачонки, табассум қилиб турсанг, дарров кўзга ташлана-сан-қоласан – гўёки бу шаҳарга аллақадеклардан бир бахтли тентак келиб қолгандек, «Москва кўз ёшларига ишонмайди!» – деганлари айнан шу.

Агар кўчадан бир гуруҳ италияликлар келаётган бўлса, биз уларни бир зумдаёқ таниб оламиз, чунки уларнинг чехраси, ўзларини туттиши бошқача. Уларда италияликнинг истараси бор.

Москваликларни дунёнинг истаган жойида таниб олиш мумкин. Чунки уларнинг юз ифодаси...

Азизларим, Сизнинг юзингиз ҳам худди Москвадаги метро аҳолисиники сингари! Жуда кўпчилигингизники!

Улардан зинҳор ўрнак олманг, илтимос, улардан ўрнак олманг! Ўзингизга ўзингиз ўрнак бўлинг. Тушун-япсизми?

Оломон, тўда эллик минг йил олдин ҳам, эллик йил олдин ҳам, беш йил олдин ҳам – бир-биридан ҳеч қандай фарқ қилмаган, қилмайди ҳам.

Биласизми, менинг танишларимдан бири космонавт. У бир сафар космосда америкаликлар билан бирга бўлган. Америкаликлар ўзларига сафдош танлашган, қайси бир космонавт улар билан бирга экипаж сафида космосга учишини танлаш учун космонавтларнинг фотосуратларини тақдим этишган. Нимагадир улар айнан менинг танишим суратини кўрсатишиб, «У биз билан учади» дейишган.

Мен нима учун айнан уни танлашди экан, деб роса ўйладим? Фотосуратли плакатларни кўрганимдан кейин эса нима учун у фазога кўтарилганини тушундим.

Мен кўрган жойда Россия космонавтарининг суратлари бир неча қатор қилиб илинганди. Дўстим ҳам шуларнинг орасида.

Нимаси билан ажралиб турди экан?

Чунки улар орасида фақат дўстимгина бошқаларга ўхшамаган эди. Барча космонавтлар сизга суратдан шунақа хўмрайган, жиддий юз ифодаси билан тикилишяпти-ку, худди имтиҳон топшириш арафасидаги талаба каби.

Менинг дўстим эса суратдан табассум билан боқяпти.

Демак, нима учун уни танлашди? Чунки америкаликлар унда ўзларининг юз ифодасини кўришган... Ўзларининг севимли, қулиб турган юз ифодаси уларнинг эътиборини тортган. Улар мана шу сохта табассумга учган. Ва «У бизнинг экипаж билан бирга учади!» дейишган. Биргина сурати орқали уни танлаб олишган.

Америкада бу ғайриоддий америкача табассум қаердан пайдо бўлганини биласизми? Уларга буни Карнеги ўргатганми? Ёки Норбеков дарс ўтганмикан? Нима, мени шунчалик қари деб ўйлаяпсизми?

Азизларим! Агар шуни билмасангиз, менинг кўз ўнгимда Сиз тарихни билиш борасида бир поғона пастга тушдингиз. Аслида улар ҳам бир пайтлар худди биз сингари, омадсизлар сингари хўмрайиб юришган.

Ўтган асрнинг ўттизинчи йиллари бошида, буюк депрессия даврида президент Герберт Гувер ҳалигача ҳам бекор қилинмаган битта буйруқ чиқарган. Яъни Америкада барчага табассум қилиб юриш ҳақида давлат миқёсидаги буйруқ эълон қилинган. Барча корхоналар ишчиларига, ташриф буюрувчиларга ҳамиша табассум қилинлар, дейилган.

Кейин бу нарса доимий одат тусига кириб – ҳамма ҳамиша табассум билан юрадиган бўлган.

Мен ҳам бу тарихий факт ҳақида илк бор эшитганимда худди сизлардай ҳайрон қолганман!

Сизнинг юзингиз яна жиддий бўлиб қолди...



Табассум қилинг, кадрли китобхон, ҳар доим ва ҳар жойда табассум қилинг!

Нима учун ўзингизни қариб-қартайгандек кўрсатасиз? Кўнгилда биз барибир ёшмиз-ку! Тўғри танамиз фақат салбий тарафга ўзгармоқда ва у энди ҳеч қачон ижобийлашмайди. Кўнгилда эса бизнинг ёшимиз аввалгидек – 16 да, тўғрими?

Агар бизни қуршаб турган олам ёшини яшаб бўлган кампир бўлса, нима учун биз ҳам кампиршо бўлишимиз керак экан? Бизлар худди «Мадагаскар» мультфильмидаги пингвинлар сингари бўлишимиз керак: «Қанотларимизни қоқиб, табассум қиламиз!»

Кадрли китобхон, энди эътиборингизни ранглар ҳақидаги мавзуга қаратмоқчиман. Кийимдаги бир хил бичимнинг ўзи ҳам, агар у турли рангларда ва жилоларда бўлса, инсонга завқ бағишлаши ёки ҳайрат уйғотиши, ё бўлмасам, кўнгилхиралик, кулгу, ёнингизда узоқроқ бўлиш истагини ва бошқа ўнлаб ҳис-туйғуларни уйғотиши мумкинлигини биласизми? Тўқ кўк рангли, йўл-йўл оловранг смокингни кўрганмисиз? Ҳамшираларни шаффоф пушти рангли, бурмали халатда кўрганмисиз? Бўлиши мумкин эмас, бу беъмани, кулгили, тўғрими?

Хўш, биз ўзимизнинг кайфиятимизга, ҳис-туйғуларимизга мос кийимни қандай қилиб тўғри танлашимиз мумкин? Биринчидан, бунинг учун Сизда шахсий имижмейкер бўлиши керак. Иккинчидан эса...

Бу энди кадрдонларим, Сиз учун уй вазифасининг бир қисми! Ёғ босган куймучингизни оромқурсидан кўтаринг-да, кутубхонага боринг ёки Интернетдан излаб топинг ва рангларнинг инсон руҳий ҳолатига таъсири ҳақида

бир-иккита китоб ўқиб чиқинг. Шу билан бирга кийим ва унинг ранглари орқали онг остига кўрсатилажак таъсирлар ҳақида ҳам нималардир ўқисангиз яхши бўларди. Бу Сизнинг бегона инсонларни фарқлай олишингизда яхши кўмакчи бўлади. Ўзингизнинг иккинчи ярмингизни излаганингизда ҳам, ўз бизнесингизни очганингизда ҳам, ўз жамоангизни йиға бошлаганингизда ҳам жуда асқотади. Бу таъминловчи-мижоз, ёки бошқа ҳамкорлар билан ишлаш ўзини оклайдими, йўқми деган масаланинг ечимини топингизда ҳам қўл келади.

Энди эса

VI ВАЗИФАСИ

Ўзингизга шахсий имижмейкер топинг. У қарама-қарши жинс вакили бўлиши кераклигини айтгандим. Сиз уни ёктирадиган, у ҳам Сизни ёктирадиган одам бўлсин. Бундан ташқари, Сизнинг «заргарингиз» сизнинг кийим-кечакларингизни қайси вазифа учун: учрашувгами, расмий учрашувгами, сайргами, тантанали кечагами танлаётганини аниқ билиши керак.

Унинг ёрдамида ўз гардеробингизни тўлдиринг. Ва бу ишни вақти-вақти билан изчил амалга ошириб боришни унутманг! (Мен буни эркакларга айтаяпман, зеро бу иш хонимларнинг ёдидан кўтарилмаслиги аниқ!)

Ўзингизга сартарош топинг. Уни ҳам имижмейкерни танлаган принципларга асосан танланг. Ёдингизда бўлсин, соч турмагингиз – бу Сизнинг рекламанингиз!

Имижмейкерингиз ёрдамида ўзингизга қимматбаҳо упа-элик ҳамда атирлар танланг. Тез-тез чўмилиб турсангиз ҳеч қандай дезодорантнинг кераги бўлмайди.

Эркаклар, Сиз турли ташқи безаклардан хусусан – турли хил илгичлар, узуклар, кокиллардан воз кечганингиз

маъкул. Катта шаҳарда адашиб қолган папуасга эмас, эр-
какка ўхшанг. Мухтарама аёллар, тақинчокларни имиж-
мейкер ёрдамида танланг.

Табассум қилинг, кадрдонларим, иложи борича кўпроқ
кулиб юринг. Айтишади-ку: «Оламга кулиб боқсанг, Олам
хам сенга кулиб пешвоз чиқади!»

Инсонга ранглар қандай таъсир этиши ҳақидаги китоб-
ларни топиб ўқинг.

**БЕШИНЧИ ТЕПКИ
Инсон ўз бахтининг
бунёдкори!**

*Китобхон ҳайрат билан ўзини нафақат
фаришта эмас эканлигини, шу билан
бирга гоҳ-гоҳ шайтон ҳам эканини билиб
олади. Бу уни газабга келтиради, лекин
муаллифга бўлган ҳурмати юзасидан ўзини
кўлга олишга ҳаракат қилади.*

*Муаллиф тепкилари билан бу тук
босганларни тетиклантирганча, бу шох
ва туёқларни қанот ва нурчамбарга
трансформация қилиш услубини баён
қилади.*

*Қизиқарли воқеалар китобхонни унинг
деярли ташландиқ аҳволга келиб қолган
ички дунёсига бўладиган сайёҳатини янада
қизиқарлироқ қилади.*

*Бўлим охирида муаллиф китобхоннинг
қалб дунёсидаги богини обод қилишга
ёрдам берувчи вазифалар беради.*

*Қаердандир атиргулнинг енгил ифори
таралаяпти.*

Айтинг-чи, қадрли китобхон, Сизда ҳеч қачон ўз бахтсизликларингизнинг айбдорини топиб, уни савалаш истаги бўлганми?! Албатта бўлган, тўғрими?

Мен ҳар доим «Агар ўз муаммоларингизнинг айбдорини топиб, уни калтак билан яхшилаб савалаганингизда эди, Сиз мўматалоқ қуймуч билан бир ҳафтагача ўтира олмаган бўлардингиз!» деб айтаман.

Орқа партадагилар учун қайта такрорлайман.



Ҳаётингизда муаммо ҳосил қиладиган ўзингиздан бошқа ҳеч ким йўқ!

Ҳеч кии-и-им йўқ! Тушуняпсизми?

Шу мавзуда латифа эшитишни хоҳлайсизми?

Бир одам ўлимидан кейин маҳшарга тушибди. Унинг ҳаётини тафтиш қилишмоқда. Стол олдида Яратганнинг ўзи,

Жабройил фаришта баённома олиб боряпти. Яратган ёзилганларга қараб чиқиб:

Хўш, бу одамнинг қилмишлари нималардан иборат экан? Бир нечта майда пасткашликлар, ДАН инспекторларининг жарималари, хотинга хиёнат...Ўҳ! Йирик миқдорда давлат пулини талон-тарож қилиш!

Кейин у маҳкум-майитга юзланиб:

– Нима учун ўз халқингни ўмардинг? Пул камлик қилди-ми сенга? Каттагина уйинг бор, учта машина, чет элдан буёққа келмайсан, шунча нарса сенга камлик қилдими? – деб сўрабди.

Халиги одам эса сапчиб туриб, дудуқланганча тушунти-ра бошлабди:

– Эй, Тангрим, кечир, буларнинг ҳаммасига шайтон айбдор, у мени йўлдан урди! Ўзим ҳеч қачон қўл узатмаган бўлардим, шайтон нукул қўлимни олдинга чўзаверди, чўзаверди!

Яратган чексизлик томонга юзланиб сўрабди:

– Ҳой, шайтон, бу одамни ҳақ йўлдан оздирган сенми?

У томондан овоз янграбди:

– Йўқ, Худо! Мен уни умримда биринчи марта кўриб ту-ришим! Уни бошимга ураманми!

Шунда Яратган Жабройилга юзланиб, дебди:

– Хўш, Жабройил, ёзиб қўй: «Бандаси яна бечора шайтон-га тўхмат қилди!»

Тушуняпсизми, қадрдонларим?



Ожиз инсон доим жавобгарликни кимга юкласам экан, деб кидиради! Кучли одам эса аксинча, жавобгарликни доим ўз зиммасига олади! Ожиз одам бундан янада ожиз бўлиб боради. Кучли эса янада кучлироқ бўлади!

Нимага шама қилаётганимни билишни истайсизми?

Мен аввалги бобларда Сизга қандай қилиб ўз ҳаётингизнинг шахзодаси (маликаси) бўлишингиз ҳақида жуда кўп фойдали маслаҳатлар бергандим.

Уларнинг бариси минглаб инсонларда синалган, муваффақиятнинг эҳтимоли 101 фоиз. Гўёки шундай, оласан-у фойдаланаверасан! Муваффақият кафолатланган, оилавий ҳаёт қуриш кафолатланган, саломатлик кафолатланган, тўкин-сочинлик кафолатланган!

Лекин битта нозик ва қалтис томони бор! Шахсий ожизликларингиз ўзингиз билан шуғулланишга халақит бериши мумкин! Халақит берадими ёки йўқми? Агар халақит бермаса ва Сиз бор кучингиз билан менинг тавсияларим асосида ишлаётган бўлсангиз, бу бобни ўқиб ўтиришингизга ҳожат ҳам йўқ. Сизнинг ҳамма ишларингиз рисола-дагидек.

Лекин Сизни куч йиғиш учун куч-қувватни қаердан олиш масаласи жиддий хавотирга солаётган бўлса, ушбу бобнинг саҳифаларига хуш келибсиз!

Марҳамат қилиб айтинг-чи, биз Сиз билан бу ерда нима билан шуғулланыпмиз? Ўзимизни англашга уриняпмиз-да-а?!

Лекин Сиз кўзгуга қараганмисиз? ..Оғзингизга қарадингизми, кулоқларингизга-чи? Бурнингизни ковлаб кўрганмисиз? Мана буни илмий изланиш дейилади, агар ковлаб бирор нарсанинг тагига етсак бу – анатомия дейилади.

Қаердадир нимадир гулдираса, бу – физиологияни ўрганиш, дейилади.

Қачондир Сизнинг ҳаётингизда шундай лаҳзалар юз берган бўлса, яъни қачонки Сиз ўзингизни ёмон ҳис қилсангиз, атроф-оламда ҳамма нарса яхши, лекин сизнинг ички дунёнгиздаги аҳвол чатоқ бўлса... Бу Сизнинг психология билан қизиқа бошлаганингизни англатади.

Аксинча, агар ҳолатингиз жуда яхши, қувончли бўлса-ю, қолган ҳамма бу пайтда ўзини жуда ёмон ҳис этиб, нимагадир атрофингизда югура бошлашса, бу жиноятни ўрганиш дейилади... яъни жиноят психиатриясини ўрганиш деб аталади.

Физикани ўрганганмисиз? Шундай фан бор! Бу соҳада миллионлаб одамлар докторлик диссертацияларини ҳимоя қилишган, Ньютоннинг биномлари ҳақида, позитронлари ҳақида оғизларини кўпиртириб гапиришган.

Кимё-чи?..

Ҳамма нарса ҳақида фанлар мавжуд.

Ақл-идрок ҳақидаги фан-чи? Мантик, фалсафа.

Сўзлаш санъати-чи? Воизлик, нотиклик.

Физиология ҳақида эслатиб ўтдик, касалликлар аспекти ҳақида бўлса – патафизиология.

Нималарнидир ҳисоблаш фани – математика.

Дуч келган нарсани эмас, пулни ҳисоблаш фани – иқтисод.

Маконда предметларни топиш фани – геометрия.

Шилимшиқлар ҳақидаги фан қандай номланади? Зоология.

Ўсимликлар ҳақидаги? Ботаника.

Тирик нарсалар ҳақидаги фан – биология.

Ўликлар ҳақидаги, бошқа одамнинг ички дунёсидаги изланишлар ҳақидаги фан? Паталогоанатомия.

Ер ҳақидаги фан – геометрия. Ер ости, фойдали қазилмалар ҳақидаги фан – геология, геофизика, геодезия.

Юлдузлар ҳақида-чи? Астрономия.

Қаерга қараманг, ҳамма ёқда фан, фан, фан. Ҳамма нарса ҳақида фан бор! Қойил қолиш мумкин!

Барча фанларнинг номини билиб олишнинг ўзидаёқ – профессор бўлиш мумкин!

Барча, барча фанлар мавжуд, турли-туман фанлар уюми. Ҳаммадан ҳам қизиғи, битта ягона фан йўқ. Ҳайрон қолсан! Бундай фан мавжуд эмас!

Қайси фан экан бу? А?

Ҳаммасидан ҳам энг қизиғи шундаки, 35 йилдан буён шу саволни доим одамларга бериб келаман, лекин ҳали ҳеч ким, бирон марта унга жавоб бера олган эмас! Бошқача бўлиши мумкин ҳам эмас, инсониятнинг бутун мавжудлик давридан буён ҳали бу фан яратилган эмас.



Диққат! Битта фан мавжуд, ўзининг мавжуд эмаслиги билан машҳур! Бизни ўраб турган теварак-оламда бу фан йўқ!

Агар Сиз қаердадир бу ҳақда фан мавжуд деб, ёки китобини ўқисангиз, Сиз бу китобни ташлаб юборишингиз мумкин... Чунки буюк Яратган эгам қачонлардир, жуда қадим замонларда бу фанни, бу ҳақиқатни шундай жойга бекитганки, инсон ҳеч қачон у ерни излаб тополмайди.

Лекин У ҳақиқат изловчилардан фақат ўзларининг ички дунёсида нимадир етишмаётганини англаб етганларигина буни топа оладилар, деб айтган!..

Инсоннинг ҳаёти айнан мана шу нарсага таяниб турибди.

Инсоннинг барча муваффақият ва мағлубиятлари айнан шунга таянган. Қачонки бу нарса инсоннинг моҳиятига айланса, инсоннинг ички ҳолатига айланса, инсон у сабабли жуда кучли бўла олади, шундай инсон атрофида дарҳол бошқалар тўплана бошлайди! Улар бу инсон томонга қараб талпинадилар, худди ёруғликка, нурга интилгандек!

Энди марҳамат қилиб, диний таълимот ҳақида эсланг. Инсондаги ҳеч ўзгармайдиган яккаю ягона нарса нима? Биз нима билан бу дунёга келамиз-у, нима билан ундан кетамиз?

Тана ўзгаради. Қалб ўзгаради. Ақл-идрок ҳам ўзгаради. Бутун тирик жонзотнинг олий моҳияти нима?

Рухият!

Атрофимизда бизни ўраб турган инсонларнинг қай жиҳатларини кўпроқ қадрлаймиз, биринчи навбатда эркакларда? Унинг ташқи кўриниши, машинаси, кийимини, пуллариними?

Йўқ, асло. Унинг руҳиятини!

Агар унинг руҳият кучи юкори бўлса, инсон ўз ҳаётида ҳамма нарсага эриша олади. Рухиятга жуда кўп нарса боғлиқ, унинг ривожланмаганлигига ҳам...

Парвардигор инсонга унга аскотиши мумкин бўлган барча фанларни берди.

Маъданлар ҳақида, ўсимликлар ҳақида, ҳайвонлар ҳақида, инсон ҳақида, тана, ақл, идрок ҳақида, қалб ҳақида фанлар бисёр...

Лекин дастлаб азалдан битта ягона фан инсонларга берилмаган. Бу фан Рухият ҳақидаги фандир.

Нима учун?

Чунки бу фаннинг илми ёрдамида инсон Парвардигор ёнига кўтарилиши ва у билан бир даражада бўлиб қолиши ва унинг ишларига аралаша бошлаши мумкин.

Ернинг ўзида жаннат яратиб олиб, ўзининг самодаги Яратувчиси ҳузурига қайтишга шошилмай қўйиш мумкин. Жуда кўп ишларни ағдар-тўнтар қилиб ташлаши эҳтимолдан ҳоли эмас!

Шунинг учун Яратган бу билимларни энг кўринадиган жойга бекитди. Уни ҳеч ким изламайдиган ерга – яъни инсоннинг ўзига яшириб қўя қолди.

Рухият ўзи нима? Кўпчилик қалб билан руҳиятни адаштиришади. Аслида улар бутунлай бошқа-бошқа нарсалардир!

Ер юзида ҳамма даврларда ҳам шундай инсонлар бўлишган-ки, улар бошқалар сингари бу юлдузли осмон остида тинч-хотиржам ухлаб, ором олишмаган.

Улар ҳақиқат излашган. Ўрмондан излашган, тоғдан, чўлдан... Излаган – имкон топади, тўғрими?

Ва излаганини топгандан кейин, Рухиятнинг кучини, имкониятларини тушуна бошлашганида улар жунбушга келишган. Сўнгра эса – даҳшатга. Чунки улар бу фанни оддий инсонларга бериш мумкин эмаслигини тушуниб қолишган.

Оддий одам, табиатан худди «Мана улғайсам, катта бўлсам, ўзим учун қандолат фабрикаси сотиб оламан ва у ердаги ҳамма шоколаду конфетларини еб қўяман!» деб орзу қиладиган ёш бола кабидир.

Рухият ҳақидаги фан қолган ҳаммасини йўққа чиқаради!

Унинг олдида бошқа фанлар иш бермайди!

Унинг олдида бошқа ҳеч қандай қонунлар ишламайди.

Чунки бизнинг Рухиятимиз – бу Яратганнинг бир зарраси. Қачонки биз ўзимизнинг Рухиятимизни англаб етсак, у билан бирга биз Яратганни ҳам англаб етамиз. Шу билан бир пайтнинг ўзида бизда Илоҳий имкониятлар намоён бўла бошлайди.

Инсон Рухияти ўз соҳибига улкан имкониятлар бахш этади. Бироқ афсуски, Рухиятнинг нималарга қодир эканлигини камдан-кам одамларгина била оладилар.

Рухият – ирода учун эркинлик беради.

Ирода эркинлиги – Сиз лоақал, бунинг нима эканини тушуниб ета оласизми? Англаб етишга ҳаракат қилинг!

Муқаддас китобларда айтилишича: Исо алайҳиссалом: «Агар сен тоққа қараб, эй тоғ, кўтарилгин-да, денгизга туш десанг, айтганингни амалга ошишига заррача шубҳа қилмасанг, тоғ кўтарилади-да, денгизга тушиб кетади!» – деб айтган экан, эслаяпсизми шу сўзларни?



Суҳбатимизнинг олий мақсади – Ўз

Рухиятимизни излаш учун йўлга

отланиш, уни англаб етиш!

Бунда биз нимага суянамиз? Учта асосга: танага, ақл-идрокка, қалбга.

Қачонки, тана, ақл-идрок, қалб бақувватлашса, улар ўзларидан куч ишлаб чиқара бошлашади. Бу куч томчи-томчидан йиғилиб бориб, ирода деб аталмиш кўлга айланади. Бу кўл бора-бора Рухият деб аталмиш уммонни ташкил этади.



Тана эркинлиги – бу Сизнинг моддий эркинлигингиз – бунга айтарлик даражада енгил эришилади. Бу энг оддийси! Оғирроғи – ақл-идрок эркинлиги. Ундан ҳам оғирроғи – бу қалб эркинлиги. Энг оғири – Рухият эркинлиги.

Сизлардан ҳар бирингизга бу тўрт эркинликнинг ҳаммаси керак бўлади, асқотади.

Инсондаги рухият энди-энди уйғона бошлаганида, унда минг-минглаб Нима учун? Нима учун? Нима учун? деган саволлар пайдо бўлади.

Яратган илк бора мана шу тарзда, Сизнинг «нима учун»ларингизда намоён бўлади...

Ақл-идрок орқали Яратганни англаб етишнинг иложи йўқ. Қалб орқали Уни таниб ололмайсиз. Тана орқали-ку умуман иложи йўқ.

Рухият орқали боқсангиз, Сиз бирдан У олдингизда эканини ҳис этасиз! ...У Сиз билан мулоқот қилипти! Илтимос, бу нарсани ҳис қилишга, бундай лаҳзани кўлдан бой бермасликка ҳаракат қилинг...

Азизларим! Менинг кадрдонларим! Айни шу дамда Сизнинг камтарин қулингиз улкан қайғуни, қайғу ва ҳасратни ҳис қилмоқда... бу андух шунчалик улкан-ки, гўё бутун оламга татигуликдир. Минг афсуслар бўлсинки, Сизлардан жуда кўпчилигингиз биз ҳозир нима ҳақида гапирганимизни тушунмадингиз.

Албатта, бу Сиз эмас... бошқалар... Сиз ахир тушундингиз-ку... Илоҳим, шунақа бўлсин! Илоҳим, шундай бўлсин...

Мана шу сабаб у ёғига давом этишга рухсат берсангиз. Бу мавзу Сизга малол келса ва Сиз учун оғирлик қилса ҳам...

Сизнинг камтарин қулингиз Сиз ўзингиздаги илоҳий имкониятларни кашф қиласиз деганда, Сизга Яратганнинг ўзи бўлиб қоласиз деган, маънони назарда тутмаган эди... гап бор-йўғи шу ҳақда эдики,



Сиз Яратганнинг айнан ўзисиз! Ҳар бирингиз!

Азизларим, бу фақатгина чиройли сўзлар эмас.

Менинг ўрнимда бўлсангиз, Сиз ҳам анча-мунча чиройли сўзлар айта олган бўлардингиз.

Лекин мен учун бу шунчаки чиройли сўзлар эмас. Бу менинг меҳробим.

Ҳар бирингизга қараб «Худо самода, боши узра нурчамбар такиб, соқолларини узун қўйиб олганча булутлар орасида ўтирмайди...» деб айтгим келади. Сенинг ўзинг Худо-сан! Кўп эмас, кам эмас, айнан ўзи!»

Тасаввур қилинг, модомики Яратганнинг ўзи ҳам инсон танаси сингари тузилишга эга экан, инсон танаси, Унинг

ҳар бир ҳужайраси – биз инсонлар. Ҳар биримиз. Бизнинг ҳаммамиз. Мана шу миллиардлаган ҳужайралардан Аллоҳ Таоло яралган!

Ҳар биримизга Аллоҳ Таолонинг зарраси жо этилган!

Саратон ўсимтасининг ҳужайраси – бу саратон ўсимтаси дегани, азизлар! Аллоҳнинг ҳужайраси – Аллоҳнинг ўзи.

Фақат афсуски, биз Сизлар билан қандайдир куриб-қақшаб қолган, хаста ҳужайралармиз. Агар биз ўзимизни англаб етсак, у ҳолда бу зарра нури янада ёркинроқ зиё таратади! Тангри ҳам янада кучлироқ бўлади!

Ўзингизнинг Аллоҳ Таолонинг зарраси эканингизни тан олишдан олдин, авваламбор, Тангрининг ким ва нима эканини ҳис қилиб кўриш керак. Бунинг учун эса эзгулик нима, муҳаббат нима эканини ҳис этиб кўриш лозим бўлади... Чунки буларнинг ҳаммаси битта нарса, кадрдонларим! Битта нарса!

Биз Сиз билан ҳаётингиздаги барча муаммоларнинг энг яхши ечимини топиш учун энг яхши устозлардан, энг яхши маслаҳатларга эга бўлиш техникасини кўриб чиқаётган эдик...

Агар Сиз эътиқодли инсон бўлсангиз, ўзингизнинг Яратган ҳақидаги тасаввурингизни, ҳис-туйғуларингизни, тushunchаларингизни ўзингиз учун устоз деб билинг!

Сиздаги Яратганнинг сифатларига зид барча нарсалар билингки – бу шайтондан. Сиздаги Аллоҳникига ўхшашлик деб ҳисобланган фазилатларнинг бари – Худодан.

Мана Сизга яна битта Устоз!

Яхшилаб ўйлаб кўринг, Худога нима хос-у, Сизга хос эмас? Ёки аксинча, Худога нима хос эмас-у, Сизга эса хос? Агар Сиз ўзингизда бундай тафовутни топсангиз – уларни баргараф этишга ҳаракат қилинг!



Қандай қилиб ёмон ишларни баргараф этиш керак? Аллоҳга хос бўлмаган ёмонликларни қилишдан ўзни тийиш орқали! Шунчаки қилмаслик, орқали. Қандай қилиб яхшиликни кўпайтириш мумкин? Алоҳга хос бўлган ишларни амалга оширишни бошлаш! Шунчаки, эзгу ишларни бошлаш лозим!

Аллоҳ кимдандир нафратланиши, кўргани кўзи йўқ бўлиши мумкинми? Аллоҳ – бу меҳр-муҳаббатнинг ўзи! Ўзингиздаги нафратни топинг, ўзингиздаги муҳаббатни топинг!

Аллоҳ кимдандир хафа бўлиши мумкинми? Кимгадир нисбатан ғаразли бўлиши-чи? Ўзингиздаги ранж-алам, хафаликни топинг, ўзингиздаги кечиримлиликни топинг!

Аллоҳ ҳеч қўли ишга бормаи қолиши мумкинми? Йўқ! Ҳамма нарса мутлақ Унинг қўлида ва ҳеч нима Унинг қўлидан тушиб кетмайди!

Ёки Сиз қачондир бўлса ҳам Аллоҳнинг қаердадир ишлаганини эшитганмисиз? Ёлланма ишда... ҳисобчи, ёки ўринбосар бўлибми? Йўқми? Бош директор бўлиб-чи? Йўқ!

У ҳеч кимга бўйсунмайди! У ҳаётнинг ҳукмрони! Сиз эса шундай Илоҳий имкониятларга эга бўла туриб, Худо билди, нималар билан бандсиз!

Агар Сизда ўзингиз билан ва ёки атроф-олам билан бирор бир зиддият бўлса, ўзингизнинг ички дунёнгизга, ички дунёнгиздаги Аллоҳга боқинг. Улар орасидаги тафовутни топинг!

Аллоҳни таниш орқали Сиз ундан қайси жиҳатларда ортда қолаётганингизни ўрганишингиз мумкин.

Барча диний таълимотларда бизга нима дейилганига эътибор берганмисиз?

Агар мусулмон бўлсангиз – Куръони каримда, агар насроний бўлсангиз – Инжилда, агар яхудий бўлсангиз – Тавротда айтилган. Нима деб айтилган?

Ўзингни сев! Ўзингни хурмат қил! Агар сенда бунинг учун арзирлик ҳеч нима бўлмаса ҳам, барибир нимадир излаб топ ва яхши кўр, хурмат қил!

Сиз мана шуни тушуна олдингизми?



Ҳеч қаерда – изтироб чек, деб айтилмаган! Ҳеч қаерда – ўзингдан нафратлан, деб айтилмаган! Ҳеч қаерда ўз кучингга шубҳа билан қара, ўзингга ишонма, деб айтилмаган!

Ҳеч бир муқаддас китобда, сен ночор-нотавонсан, деб айтилмаган!

Яқинларингизни худди ўзингизни севганингиз сингари севинг – уларга эътибор беринг!

Қадимда китоблар жуда кам бўлган, қоғоз ундан ҳам танқис, камёб матоҳ эди. Муқаддас китобларда минг-минглаб йилларнинг донишмандлиги жамланган, тушуняпсизми?

Муқаддас китоблар бу ҳаётда қандай йўл-йўриқ тутиш кераклиги ҳақидаги бутун бошли дастурул амал-ку! Уларда турли ҳолатларда ўзини қандай тутиш лозимлиги борасида ҳамма соҳа бўйича аниқ қўлланмалар бор!

Сизнинг камтарин қулингиз диний арбоб эмас. Албатта, шундай бўлишни истардим, лекин Аллоҳ таоло билан ҳеч

бир шахсий танишлигим ҳам йўқ. Бу ерда биз динни фақат илмий нуқтаи назардан кўриб чиқяпмиз!

Сиздаги имкониятлар чексиз, ҳаётнинг истаган томони олинг – Сиз ҳаммасини удалай оласиз! Ўз онгингизда қандай қудрат ётганини Сиз ҳатто тасаввур ҳам қила олмайсиз!

Агар Сизнинг ҳаётингизда қандайдир муаммолар мавжуд бўлса, булар – фақат Сизнинг ўз имкониятларингизни ҳали тўлиқ билиб ололмаганингиз туфайли мавжуддир!



Меҳр-муҳаббат, ижодкорлик, яратувчилик – бу Сизга азалдан Тангри томонидан иноят қилинган фазилатлардир!

Кўриш, ҳис қила олиш, амр қилиш – булар ҳам Сизга азалдан мавжуд!

Мен буларни Сизга амалиётчи сифатида, анчадан буён бирон нарсага ҳайратланмай қўйган амалиётчи сифатида айтмоқдаман!

Лекин мен Сизнинг азоб чекаётганингизни, аввалгидек ўзингизнинг ички ожизликларингизнинг қули бўлишда давом этаётганингизни кўрганимда, Сизларнинг ҳар бирингизни бўғиб қўйгим келади! ...Ўзимни ҳам, негаки, Сизларни ҳаракат қилишга етарлича мажбурлай олмапман!

Холбуки, бизлар Сизни бирон нимага ўргата олмаймиз, биз Сизларга фақат Руҳиятингизни излашингиз, ўзингизни излашингиз учун туртки берамиз холос. Агар Сиз бу ишни қилмасангиз, ҳеч ким Сизга ёрдам бера олмайди, Сиз ҳеч кимга керак эмасиз!

Ўзингизга тенг бўлишга, етишишга ҳаракат қилинг, менинг дўстларим, қадрдонларим, яқинларим, энг яхшиларим. Ўзингизга тенглашинг.



Тана – бу ҳали инсон дегани эмас! Ақл-идрок – бу ҳали инсон дегани эмас!
Қалб – бу ҳали инсон дегани эмас!
Ҳаммаси бир бўлгандагина – Инсон!
Инсон эса – бутун бошли Коинот демақдир!

Руҳият ҳақида суҳбатлашамизми?

Аввал бошиданок менинг ҳам кўпроқ айнан Руҳият ҳақида суҳбатлашгим келаётган эди.

Бизларнинг ҳаммамиз ҳам тана, ақл, қалб ҳақида қандайдир тасаввурга эгамиз, тўғрими? Озми-кўпми қандайдир тушунчага эга бўлдик...

Энди фақат Руҳиятнинг ким ва нима эканини топиш қолди.

Уни топишнинг эса ўзи бўлмайди. Чунки Руҳият ҳар доим ҳис-ҳаяжондан ҳоли. Муваффақиятга эришганингизда ҳам, қувончда ҳам, ғамда ҳам, кўрқувда ҳам, ҳатто жар ёқасида осилиб қолганингизда ҳам. Сизнинг ички дунёнгизнинг шундай бир қисми борки, у Сизни шунчаки кузатиб туради.

Агар эътиборли бўлсангиз, эҳтимол, Сиз уни пайқаган дирсиз.

Ҳатто ҳозир кимдир ўйга толган ҳолда, кимдир юзаки ҳам китобни варақлар экансиз... лекин бу пайтда ҳам Сизнинг ички дунёнгизнинг шундай бир қисми борки, у Сизни кузатиб турибди.



Ҳозирнинг ўзидаёқ ўзингиздаги мана шу кузатувчини, мана шу қайд қилувчини топишга ҳаракат қилиб кўринг... Зеро, айнан шу Сизнинг Руҳиятингиздир!

Сиз у билан танишиб олишингизга ва уни яхшилаб ўрганишингизга тўғри келади!

Руҳиятнинг кучлилиги ва ожизлиги тана, қалб ва ақл-идрок билан шаклланади.

Улардан истаган бирининг кучсизланиши Руҳиятнинг кучсизланишига олиб келади. Улардан истаган бирининг кучайиши Руҳиятнинг кучайишига олиб келади.

Руҳият тана туфайли кучли ёки кучсиз бўлиши мумкин. Руҳият ақл-идрок туфайли кучли ёки кучсиз бўлиши мумкин. Руҳият қалб туфайли кучли ёки кучсиз бўлиши мумкин. Руҳият ўзи туфайли кучли ёки кучсиз бўлиши мумкин – яъни ўзининг машқ қилганлиги ёки машқ қилмаганлиги туфайли.

Энди эса мантиқий фикр юритиш орқали ўз Руҳиятнингизни кучайтиришга киришишингиз мумкин.

Бунинг учун аввалига танангизни кучайтиришингизга тўғри келади. Сўнгра ақл-идрокни. Охир-оқибат қалбни. Ёки буларнинг ҳаммасини бир вақтда ва бирданига.



Ҳар гал ўз танангиз устида, ақл-идрокингиз ёки қалбингиз устида ишлар экансиз, ички кузатувчингиз ўзини қандай тутишига эътибор қаратинг!



Ўз руҳиятингизга қанча тез-тез эътибор қаратсангиз, у шунчалик кучли бўлиб боради. Ўз ички кузатувчингизни кўпроқ, кўпроқ, кўпроқ изланг, у билан бирлашиб кетишга ҳаракат қилинг.

Руҳиятнинг ҳолатига тана, ақл-идрок ва қалб қандай таъсир қилади? Бунини кичик бир мисол орқали Сизга аниқ кўрсатиб беришга ижозат этсангиз.

Эслаб кўринг, болалик пайтингиздаги шундай бир ҳолат: қўшни хона эшиги қия очик қолган, у ер эса қоп-қоронғи. Бу болада – яъни Сизда қандай туйғуларни пайдо қилганди?

Аввало қизиқиш ва шу қизиқиш билан бир пайтнинг ўзида кўрқув.

5 ёшгача бўлган болалар бир-бирини нима деб кўрқитади? «Каравотнинг тагида нимадир бор!» – деб, тўғрими?

Нима учун? Чунки у ер қоронғи ва ҳеч нима кўринма-япти. Мадомики, ҳеч нима кўринмаётган экан, улар ўз фантазиялари орқали у ерда нимадир пайдо қилишади.

Улар бир-бирини ёлғондакам кўрқитишганда ҳам ростакамига қий-чув қилиб чинқиришади... Улар ростакамига кўрқишади! Яъни айтмоқчиманки, уларда кўрқув уйғотаётган нарса нима? Мавҳумлик... Номаълумлик!

Мана шу мавҳумлик ва номаълумлик бизнинг ақл-идро-кимизга таъсир этади. Зарурий билимнинг бўлмаслиги на-тижасида ақл-идрок танада кўрқувдан титроқ ва совуқ тер-ни ҳосил қилади.

Қалб «Эҳтимол у ерда алвасти бўлса-чи... у ҳозир сапчиб чиқади ва мени ямламай ютади» қабилда тасаввур юрита бошлайди... Ва у ...хавф-хатар сезгисини шакллантиришда давом этади..!

Руҳият эса бу пайтда кучсиз бўлиб қолади ва ожизона титрай бошлайди. Сизни каравот остига қарашга мажбур-лаш ўрнига, қандай қилиб тезроқ ошхонага – онангизнинг олдига олиб чиқиш ҳақида ўйлай бошлайди.

Сизни каравот остига мўралашга нима мажбур қила оли-ши мумкин? Албатта Ирода, зинҳор қизиқувчанлик эмас!

Агар каравотнинг таги қоронғи бўлса, қанақа қизиқув-чанлик ҳақида гап бўлиши мумкин?! Устига-устак яна у ерда нимадир қитирлаётган бўлса!

Сиз каравот остида бор-йўғи сичқонча ўтирганини ва у ерда ҳеч қандай алвасти йўқ эканини билсангиз, Сизнинг Руҳиятингиз англаб етиш орқали мустаҳкамланади, Сиз-нинг Руҳиятингиз янада кучлироқ бўлгандан сўнг эса, ке-йинги сафар Сизга каравот остига мўралаш осон кечади.

Энди эса ёш боладаги ана шу ҳолатга ўзингизнинг ҳо-зирги аҳволингизни таққосланг. Чунки аслида Сиз ҳам ўша болақайдан ҳеч нима билан фарқ қилмайсиз.

Демак, Руҳиятингизнинг энг асосий таянчи, уни кучли қи-лишда Сизга бош ёрдамчи – бу ирода экан! Яна – ўзингизнинг шахсий кўрқувингиз ва шахсий эътирозларингизни енгиб ўта олиш қобилиятингиз ҳам муҳим. Сизнинг кўрқувингиз эса – Сизга ҳамиша кўркинчли воқеаларни гапириб берувчи тузал-мас ёлғончи. Худди бир пайтлар болалар дам олиш оромгоҳла-рида ухлашга ётгандан кейин бўлгани сингари. Эсингиздами?



Демак, Сиз Руҳиятингизни нафақат танани кучли қилиш, балки ақл-идрокни, қалбни кучли қилиш орқали, шу билан бирга ўз иродангизни кучли қилиш орқали ҳам кучайтириб борар экансиз.

Қалб, ақл-идрок ва тана ҳаракатсизликка интилган бир пайтда, Сизнинг Руҳиятингиз ҳаракат орқали кучга киради. Руҳиятингиз ҳар кунги кичик-кичик ғалабалар ҳисобига мустаҳкамланиб боради. Эҳ-ҳа, Сизга бирдан улкан ғалабани тақдим этишсинми? Хоҳладингиз ва «куф-суф» – дарҳол қаср пайдо бўлиб қолсинми?! Лекин бунақаси фақат эртақларда бўлади-да.

Ҳаётда эса ҳаммаси биринчи ғиштдан бошланади! Қурилишнинг ўзи ҳам кўпинча жуда узоқ ва серғалва, ташвишли бўлади.

Баъзан биз нолиб қоламиз: «Бошимга ураманми буларни? Тинчгина ўтиргандим-ку! Ким айтди ўзи менга буни?! Мана, ўзимга қаср қуряпман!»

Лекин барибир, қурилиш тугаганидан кейин, бинога пардоз бериш ишлари якунига етгач, ичкарига кирганингизда – ўзингизга нисбатан аллақандай ҳурматни ҳис этасиз. «Баракалла, шоввоз! Бошқалар қандай яшашяпти, билмадим, аммо мен мана шундай шоҳона яшайман!»

Ишонмасангиз, синаб кўринг! Лекин бу анча узоқ давом этадиган жараён! Руҳиятингиз иродангизнинг майда ғиштчаларидан таркиб топган. Ғиштчалар ўз-ўзини мажбурлай олишдан тайёрланади. Қилиниши керак бўлган ишларни кейинга қолдирмаслик, ўзидаги ҳар кунги майда-чуйда эътирозларни, тантикликларни енгиб ўта олишдан ташкил топади.

Бу қанчалик қийин бўлишидан қатъи назар!



Ҳар қандай ҳаракат ёки иродани машқ қилдиради, ёки иродасизликни!

Кун давомида биз нима қилмайлик, ё иродани кучайтиришга, ёки иродасизликни кучайтиришга хизмат қиламиз. Учинчи варианты бўлмайди!

Демак, биз Сиз билан ўзимиздаги ялқовликни излашимиз керак ва шу заҳоти ўзимизни – нима қиламиз? Уни бар-тараф этишга ...Мажбурлаймиз!

Чунки ҳар гал ўзингиздаги «хоҳламайман – бажармайман» деган истакни қондириш орқали Сиз иродасизлик томонга бир қадам яқинлашасиз. Сиздаги иродасизлик эса миттигина, кичкинтойдан улкан махлуққа айланиб олади-да, ажойиб кунларнинг бирида Сизнинг барча орзуларингизни паққос туширади! Ҳатто, рўёбга чиқмаган бутун ҳаётингизни ямламай ютади!

Ўзингиздаги ўз ялқовингизни излаш бўйича бироз машқ қилишни хоҳлайсизми? Тасаввур қилинг, Сиз уйга келдингиз. Пальтодасиз. Устки кийимни ўзида чарчаган ҳолда ўтириб олдингиз: «Уф-ф!» – дейсиз.

Бошингизда «Ечиниш керак эди-да...» – деган фикр айланыпти.

Лекин ёқмаяпти-да, тўғрими?

«Яна бироз ўтираман...» – дея эснайсиз.

Телевизорни ёқасиз. Томоша қилиб ўтирибсиз.

Ички овоз эса: «Ҳой, қарасанг-чи, устингдаги қор эриб, гиламга тушяпти... Ҳозир ўрнингдан туриб, кийимларингни алмаштирсангчи-а?» – деяпти.

«Бирпасгина шошмай тур, ҳеч бўлмаса, ярим соатгина... бирозгина диванда ётиб турай...»

«Қани турақол, ҳеч бўлмаса пойабзалингни еч! Қор эриб кўрпачага оқиб тушяпти!»

«Бирпасгина, бирпас, бирпас шошмай тур...»

Тасаввур қилдингизми? Бундай воқеалар ҳаётингизда бўлганми? Таниш ҳолатми? Биз бундай пайтда нима қиляпмиз? Нимани машқ қилдик? Марҳамат қилиб ўйлаб кўринг-чи!

Биз ўз иродамизни қандай қилиб машқ қилдирамиз?

Бу машқнинг энг оддийси ва энг самаралиси – спорт орқали машқдир. Биз Сиз билан бу ҳақда китобимизнинг бошидаёқ гаплашган эдик, эслайсизми?

Спорт залига боргингиз келмай қолган пайтлар бўлганми? Ҳеч «Шу бугунги машғулоти ўтказиб юбораман-да, лекин эртага албатта бораман» – деганмисиз? Шунақаси ҳам бўлади-ку, тўғрими?

Бу ўзингиздаги «хоҳламайман – бажара олмайман – бажаришни истамайман» деган бемаъни истакни енгиб ўтишингиз орқали, Сиздаги иродасизлик ва ироданинг ўзаро тўқнашуви.

Марҳамат қилиб энди қуйидаги ҳолатга эътибор беринг.

Мисол учун, эрталаб соат қўнғироғи билан уйғонгандан бошлаб, то югуришга боргунга қадар Сизда қандай ҳиссиётлар пайдо бўла бошлайди?

Эринчоклик, ҳеч нарсани хоҳламаслик!

Сўнгра ўрнингиздан туриб, югуриш йўлагига қараб борар экансиз – яна ортга қайтиш истаги сизга эргашади!

Шуғулланиб турганда, машқларни бажараётганда ҳам Сизда яна машқни тўхтатиш фикри пайдо бўлади, тўғрими? Ўтириб олиш... «Майли, бугунча бошқалар шуғулланиб турсин... Ўзингни аясанг-чи, ҳеч бўлмаса бир кунгина ўтириб тур... ўзингни кўпам уринтираверма...» – дегандай ўйлар.

Ҳаммаси ортда қолганидан кейин эса нима юз беради?

Ўзингизга нисбатан миннатдорлик туйғуси, тўғрими?

Нимагадир эриша олганингиздан қониқиш ҳисси!

Машғулотдан кейин, энди Сиз мутлақо бошқача ўйлай бошлайсиз: «Агар бугун ялқовликка қулоқ солиб машғулоти келмаганимда нима бўларди?» Ўзингизнинг иродасизлигингизга ён босишингиз мумкинлиги ҳақидаги фикрнинг ўзиданок – Сизда ҳатто қўрқув пайдо бўлади...



Мен яна бир бора ялқовликни енгиб ўтдим, деб ўзингизга нисбатан шундай фахр-ифтихор туйғусини, масрурликни ҳис қиласиз! Илтимос, шу ҳолатни эслаб қолинг! Бу масрурлик ҳолати жуда муҳим!

Зеро ушбу машқ – айнан хоҳламаётган пайтда ўзини нимагадир мажбур қила олиш – бу Сизнинг иродангизни тоблаб, чиниқтириб машқ қилдиришининг айнан ўзи.

Давом этамиз.

Айтинг-чи, Сиз баъзан меҳрибон бўлиб турасизми? Ёвуз-чи?

Умуман ҳеч нима қилгингиз келмайдиган пайтингиз ҳам бўлиб турадимиз?

Ишонсизликка тушган пайтларингизчи? Ўзингизни қудратли ҳис қилган пайтларингиз ҳам бўлади, тўғрими?

Ўзингизни доимий равишда уришиб, койиганингизча: «Мен аҳмоқ! Мен умуман одаммасман! Мен аслида бу ишни мана бундай қилишим керак эди...» дейдиган пайтларингиз ҳам бўлганми?

Энди савол: Мана шу ишларни қилган ҳам, унинг хатосини топиб афсусланган ҳам – битта одам эмасми? Ҳа! Битта одам!

Унда нимага улардан бири нимадир қилади-ю, бошқаси бунинг учун хижолат тортяпти?

Азизларим! Сизларнинг ҳар бирингиз битта одам эмас! Бизларнинг ҳар биримиз – бутун бошли бир қишлоқ аҳолиси кабиримиз.

Бу қишлоқнинг ўз даҳоси ҳам бор, ўзининг тентаги ҳам.

Бу қишлоқнинг, айтайлик, ўзининг ноқобил бузуқиси, шу билан бирга ўта такводори ҳам бор!

Ўтакетган виждонли одами бор. Ва виждонсизи ҳам борки, вақти-вақти билан бутун қишлоқнинг хотиржам яшашига ҳалақит беради.

Шундайи ҳам борки, у доим ўзига ва атрофдагиларга ёлғон гапириб, барчани алдайди.

Яна бири бор, у алдамайди, ёлғон гапирмайди – у нукул ҳаёл суради. Оламшумул, хайрли ҳаёллар. Ўзи эса бу пайтда худди дунёдаги бекорчиликнинг чин эталони сифатида меш қорнини қашлаганча диванда ётган бўлади.

Яна биттаси борки, у ҳаётда нима қилишни, қаерда ва қандай қилишни, қўйилган мақсадга қандай эришишни аниқ билади ва ҳоказо...

Диққат! Бизнинг Сиз билан вазифамиз, ўз қишлоғимиздаги бу аҳолини қайта рўйхатдан ўтказиш. Бу ерда бетартиблик юзага келмаслиги учун, бунда яшовчи барча аҳолини тартибга солиш. Айтайлик, дуч келгани ўзини-ўзи аллақандай раҳномо ёки қишлоқ оқсоқоли этиб тайинламаслиги учун..

Сизнинг бу қишлоғингизнинг ҳар бир фуқаро субшахс деб аталади. Субшахс – бу шахснинг бир зарраси.

Улардан қайси бирини бош этиб тайинлаймиз?

Демак, Сизнинг вазифангиз – улардан ҳар бири учун бами-соли депутатга мандат бергандек вақт ажратилган иборатдир.



Сизнинг ҳар бир субшахсингиз қайсидир муддат оралиғида барча хатти-ҳаракатларингизни, қизиқишларингиз ва қарорларингизни бошқаради! Аммо, бир жиҳати борки, бу – фақат унинг ўзи учун ажратилган вақт оралиғидагина юз беради!

Қолганлари бунга розими, норозими, у кўрсатган йўналиш бўйлаб ҳаракат қилишга мажбур.

Ялқовлик ҳақида ҳам унутманг! Унга ҳам алоҳида мандат берилиши керак. Чунки ялқовлик ҳам бизнинг туйғуларимиз қишлоғининг тўла ҳуқуқли аъзоси.

Кўркув – ҳам худди шу сингари!

Сизнинг феъл-атворингизнинг ҳар бир қирраси Сизга қандайдир фойда келтириш имконига эга. Улар қачон зарар етказиши мумкин, қачонки улар тартибсиз равишда ўз ўринлари билан алмаша бошласалар, тартибсизлик ҳосил қилиб, керак бўлмаган жойда ва керак бўлмаган вақтда пайдо бўла бошласалар, зарар етказиши муқаррар.

Агар қора бўёқ билан оқ бўёқни аралаштириб юборсангиз, бўёқ туси кулранг бўлиб қолади!

Тартибга келтиринг! Чунки хаос – қанчалар маъкул туюлмасин, ҳаётингизни тартибга келтириш ундан муҳимроқ.

Бизнинг ҳар қандай хатти-ҳаракатларимиз, ё яратувчиликка ёки бузғунчиликка томон йўналтирилган. Уларнинг ҳар бирига хизмат қилиш орқали биз лаҳзалик муқофотга эга бўламиз. Бу ҳақда юқорида гапирган эдик, шундайми?

Ялқовлик ҳар доим Сизга бўнак, яъни аванс беради. Шу лаҳзада тўлайди. Лекин майдалаб тўлайди – аслида унда хемиридан бошқа ҳеч нима йўқ! Буткул ҳафсала пир бўлгани қолади, холос!

Лекин ялқовликка хизмат қилиш учун ҳеч қандай интилишнинг, тиришқоқлик қилишнинг ҳам кераги йўқ-ку. Фикримга кўшилмасми? Ҳаётда қайси бири енгил, юқорига кўтарилишми, ёки пастга тушишми? Албатта пастга тушиш-да?!

Агар ялқовлик бунинг ҳаётимизда тартибсиз тарзда пайдо бўла бошласа – бу вақти келиб доимийлик касб этиб қолиши мумкин. Доимий равишда, қайта-қайта такрорланувчи нарса эса феъл-атвор сифатида шакллана бошлайди.

Демак, биз Сиз билан туйғуларимиз худудига ички соқчи тайинлашимиз керак бўлади. У вақти-вақтида дурбин билан... ёки яхшиси микроскоп билан – бизни назорат қилиб, кузатиб турсин, яхшиси – доимий равишда!

Ялқовликнинг яқинлашиш аломатларини сездими – дархол хабар берувчи ракета отади... ёки қизил чироқни ёқади... ёки жиринг-жиринг-жиринг, – дея хабар қилади. Сизнинг қулоғингизга... ёки ундан ҳам яхшироғи – улкан болға билан бошга туширсин!

Мана шундай бир-бир ярим ойлик машқдан кейин Сизда ялқовликка қарши тура оладиган рефлекс шаклланади. Сиз энди ялқовликка нисбатан анча сезгир бўла бошлайсиз. Бу ярамас ялқовликни кун тартибингизнинг қайси қисмига жойлаштиришингиз мумкинлиги ҳақида биз кейинги бўлимлардан бирида суҳбатлашамиз.



Мана Сизга феъл-атворингиздаги ҳар қандай салбий кирраларни, Сиздаги ҳар қандай ожизликни қўлга туширувчи техника – ички соқчи! Агар Сиз онгли равишда ҳаволаниб кетмаган бўлсангиз, Сизнинг ёнингиздан бутун бошли ялқовлик у ёқда турсин, пашша ҳам ўта олмайди.

Муваффақият Сиз ўз ожизликларингизни бир томонга, кучли томонингизни – бошқа томонга ажратиб саралай бошлаганингиздан кейин бошланади. Бунинг натижасида ҳаётингизнинг фойдали ҳаракат коэффициенти жуда ғаройиб тарзда юксала бошлайди.



Вақти-соати билан қаранг – битта хирмонда Сизнинг барча кучли томонингиз йиғилиб қолади, бошқа хирмонда эса Сизнинг барча ожиз томонларингиз тўлланади. Битта хирмондагини оласиз-да, ундан яратувчилик билан банд бўлган пайтда фойдаланасиз. Бошқасидан жасоратлардан дам олиш пайтида фойдаланасиз. Мана Сизга ожизликларингизни бартараф этиш техникаси.

Марҳамат қилиб айтинг-чи, Сизлардан қайси бирингизда кўрқув йўқ? Хато қилиб қўйишдан кўрқиш, йўқотиб қўйишдан кўрқиш, бевақт нобуд бўлишдан кўрқиш... Қаерга қараманг, ҳаммаёқда кўрқув, кўрқув, кўрқув...

Агар Сиз менда ҳеч қандай кўрқув йўқ, деб ўйласангиз, демак, Сиз ҳеч нимадан кўрқмайман, деб ҳаммани алда-япсиз ёки Сиз шундай ғаройиб нусхасиз.

Довюраклик дегани бу «Мен ҳеч нимадан кўрқмайман!» деганча, кимнидир ёки ниманидир енгиш эмас, ўз бошини чўян эритувчи домна печига тикиш эмас. Агар кимдир шундай қилса – бу довюраклик эмас, аксинча, ғирт аҳмоқликдир!

Табиатан кўрқувдан бегоналар қадим-қадимларда динозаврлар томонидан еб тугатилган. Аллақачонлар ўша ҳайбатли жонзотларнинг ошқозонларида ҳазм бўлиб, қаердадир бирор-бир бутанинг остида гўнг уюми кўринишида қолиб кетишган.

Кимдаки кўрқув ҳисси бўлса, ўшалар оёғини кўлига олиб хавфдан қочиб қолган, мана ўшалардан Биз ва Сизлар дунёга келганмиз. Демак, бизлар табиатдаги шафқатсиз саралаш босқичидан ўтганмиз.



Мадомики, табиат томондан бизга кўрқув ҳисси берилган экан, бу нима учундир керак. Демак, бу ҳам бизнинг фойдамиз учун!

Мана Сизлардан қайси бирингиз фарзандингизнинг ҳаёти учун кўрқмагансиз?! Бундай ота-онанинг ўзи йўқ! Бу кўрқув ҳаммамизда бор. Тўғримми?

Энди эса марҳамат қилиб айтинг-чи, Сизлардан қайси бирингиз ўлимдан кўрқмайсиз?

Агар гап Сизнинг ҳаётингиз ва фарзандингизнинг ҳаёти ўртасида танлаш ҳақида бўлса-чи?

Бундай вазиятда ўйлаш учун вақт ҳам кетқазиб ўтирмаймиз. Ўзимизни боламизни қутқариш йўлида фидо қиламиз. Шундай эмасми? Демак, баъзан кўрқув ҳам ҳаёт бағишлайди.

Унинг ўзи ҳам олади, ҳам беради!

Энди ўз кўрқувларимиз билан нима қиламиз?

Билиб кўйинг, азизлар! Токи биз уларни керак бўлса-бўлмаса боқар эканмиз, улар сувараклар сингари бир зумда кўпайиб кетишади. Ва барча тирқишлару тешикчалардан ўрмалаб чиқиб келаверадилар. Нима қилишимиз керак? Уларга қирон келтираемизми?!

Йўқ! Улар билан шартнома тузиш керак бўлади!

Феъл-атворингизнинг ана шундай турли сифатлари борлиги туфайли ҳам биз Сиз билан мавжудмиз! Инсоният мавжуд!

Масалан, кўрқув ҳеч қачон йўқолиб кетмайди. Шунчаки у ўз чегараларини кенгайтириш ёки торайтириш хусусиятига эга. Бу чегарадан ташқарида одам ёлғон гапирмасликка, бошқа бир одам олдида тиз чўкмасликка ҳаракат қилади, унда автоматик равишда, ўз-ўзидан етакчилик сифатлари шаклланади...

Сизнинг вазифангиз – бу жараёни ўз иродангизга, Рухиятингизга бўйсундиришдан иборатдир.

Назорат қилиб бўлмайдиган ички кўрқув кўпинча ташқи тажовузкорликни келтириб чиқаради. Агар бунга яна Сиздаги ўзингизга бўлган ишончсизликни ҳам қўшадиган бўлсак, бу Сизда доим бошқалар Сизнинг истагингизга мослашишини талаб қилишга олиб келади.

Қачонки, одам ўз кўрқувларини назорат қила бошласа, уларни тўғри қабул қилса – у ёлғон гапиришни бас қилади. Ва у кимларгадир ҳаддан ортик ёқиш истагидан халос бўлади. Сохталик қилмайди, иккиюзламачиликни мутлақо унутади.

Унда табиий бир барқарорлик намоён бўла бошлайди. Ва энг хайратланарлиси, у худди бола сингари беғубор бўлиб қолади.

Бу нимада ўз ифодасини топади?

Қачон инсон ўзининг кучли ва ожиз томонларини англаб етса, у ўзлигича қолишдан кўрқмайди.

Бундай инсон Сизга ёқмай қолишдан кўрқмагандан кейин, Сиз у ҳақда яхши ўйлашингиз учун чиройли, лекин ёлғон сўзларни танлашга ҳаракат қилмайди. У ҳар доим самимий бўлади.

Одамларни алдашнинг иложи йўқ! Самимий бўлмай туриб ўзингизни шундай қилиб кўрсатишнинг ҳам мутлақо иложи йўқ! Одам ё самимий, очик, беғубор бўлади – ёки йўқ.

Самимий одам «Мен ақллиман» деса, демак у ҳақиқатни гапиряпти. Ва Сиз бунга дарҳол ҳис қиласиз.

Ёки таққослаш учун: «Бу фикрга қўшилмасам-да, баъзан менда: «мен ақллиман деган фикр пайдо бўлади...» Эҳтимол бу мендаги ожизликнинг ифодасидир, холос».

Бу қандай эшитиляпти?



Ички барқарорликка, яхлитликка эга инсон дарҳол кўзга ташланиб туради! У хотиржам! У уюшмаган ранг-баранг мозаиканинг улкан миқдордаги майда бўлакчалари бўлишни бас қилади.

Унинг руҳияти бу бўлакчаларни эритиб бир бутун қилиб яхлитлайди! Ва бу дарҳол сезилади, бу яққол кўзга ташланади!

Афсуски, табиатда кучли инсонлар деярли учрамайди. Улар жуда кам.

Ҳар биримизнинг кучли ва ожиз томонимиз бор. Кимнингдир ожиз томони бўлмаса, у одам «буюклик маниyasi» яъни «манманлик» касали ташхиси билан руҳий касаллар шифохонасида даволанаётган бўлади.

Ўзининг ожиз ва кучсиз томонлари ҳақида ким кўпроқ билади: кучли инсонми ёки ожиз инсонми?

Албатта кучли инсонда! Хоҳ аёл бўлсин, хоҳ эркак бўлсин, кучлилар ўзига нисбатан юқори даражада талабчан бўладилар инсонда!

Ожиз одамнинг ўзи билан қизиқиш учун вақти йўқ, у ўзини англашга интилувчиларни «телба одамлар» – деб ҳисоблайди.

Кучли инсонлар эса ўзи билан қизиқади ва ўзининг ожиз томонларини қидириб топади. Улар буни атайлаб қилишади. Чунки ўз душманингни юзини таниб олгандан кейин уни енгиш энгилроқ кечади-да.

Ўзингизни ўрганар экансиз, саъйи-ҳаракатларингиз агар Сизни эзгуликка, хотиржамликка, шинамликка олиб келса, кундалик ташвишлар орасида жаннатнинг митти бўлагини ҳадя қилса – бу Сизнинг кучли томонингиз тухфасидир.

Нимаики фожиага, жароҳатга, азоб-уқубатга олиб келса, буларнинг ҳаммаси Сиздаги ожизлик томонидан берилган «инъомлар»дир. Ёвузликнинг, кечиримли эмасликнинг, нафрат, ранж-алам, рашк каби туйғулар – ожизликнинг онаси ҳисобланади. Пасткашликнинг илҳом париси – бу ожизлик.

Қачон-ки ўз ожизликларингиз билан, феъл-атворингизнинг салбий кирралари билан курашишга бел боғласангиз... уларни енга олсангиз ... ҳатто буни ўзингиз сезмаган ҳолда ҳам Сиз кучлироқ бўлиб борасиз.

Ҳар биримизнинг ўзига яраша ожиз томонимиз бор, шунингдек, ҳар биримиз ўзига яраша кучли томонга эгамиз.

Бизларнинг ҳар биримиз теварак-атрофнинг маҳсулимиз. Яхши одамларга яқин келсангиз, Сиз ижобий сифатларга эга бўласиз, ёмон одамга яқинлашганда эса – салбий жиҳатларини юқтирасиз.

Ўз ҳаётингизда айни дамда нимагаки эришган бўлсангиз – бу Сизнинг ожизлигингиз ва кучлигингизнинг мувозанатидир.

Сизнинг ички дунёнгизда куч ва кучсизликнинг доимий кураши кечади, ишонч ва қўрқувнинг, ҳаракат ва дангасаликнинг, ирода ва иродасизликнинг, қудратлилик ва ночорликнинг.



Агар Сиз шу пайтга қадар феъл-атворингизнинг салбий қирралари устида ишламаган бўлсангиз, бу Сизда уларнинг йўқ эканлигини англамайди! Сиздаги ожизликлар, кадрдонларим, худди турли экинзорингиздаги бегона ўтлар кабидир! Агар уларнинг номларини санай бошласангиз бу санокни тугатишга бутун умрингиз ҳам етмайди!

Улар бизларнинг ҳаммамизда бор! Шунчаки навлари, турлари хилма-хил. Кимдадир нимадир кўпроқ, кимдадир нимадир камроқ.

Феъл-атворимизнинг салбий қирраларидан халос бўлиш бизга нима учун керак?

Буни обдон тушунтириб беришга рухсат этасизми?

Сизлардан қайси бирингиз, мен бу камчиликдан фориғман, дея олади?

Кимдир «мен тозаман» деган пайтда, ундан «Сиз қачондир бўлса ҳам ювинганмисиз?» деб сўрасангиз, у «Нега экан? Мен шундоқ ҳам тозаман!» деб жавоб берса, демак, у ҳам қолган бошқалар сингари тоза одам эмаслиги аниқ.

Хўш, демак, Сиз охири марта қачон ювингансиз?

Бизларнинг ҳар биримиз ҳам ҳаётнинг қаерларидандир ташиб, ташиб, ташиб келтирганмиз, у ёки буни... оқибатда бутун йил ҳисобига қанча чиқиндилар йиғилиб қолади!

Мана шу чиқиндилар уюми Сизнинг янада ривожланишингизга тўсқинлик қилмоқда! Демак, биз Сиз билан руҳиятимиздаги кучни ривожлантираемиз ва ожизликларни тозалаш билан шуғулланамиз.

Шу бугуннинг ўзидаёқ шахсан ўзингиз хўжалик моллари дўконига борасиз, супурги, латта, швабра... хокандозни ҳам унутманг!

Дастлаб хокандоз билан қиртишлаб тозалаймиз, супурги билан, ундан кейин эса латта билан ўз ожизликларимизни арта бошлаймиз.



Шахсий ожизликларни бартараф қилиш жараёни нимадан иборат? Биринчидан, ожизлик лаҳзаларини таниб олишдан. Иккинчидан, бундай вазиятдан чиқиб кета билиш, бу вазият Сизни ўз бағрига босиб, тўрларига ўраб-чирмаб, нимталаш учун чакалакзорига тортиб кетмасидан, уни енгишнинг аниқ бир мақсадли чорасини белгилаш.

Ўз онгингизда бу ожизликларнинг яқинлашганидан ёки пайдо бўлганидан хабардор қилувчи қандайдир сигнал ўрнатишга ҳаракат қилинг. Ўз ҳис-туйғуларингиз, қизиқишларингиз, истакларингиз, фикрларингиз юзасидан назорат – ўтиш пунктларини ташкил қилинг. Ушбу пункт фақат яхши туйғу ва ҳисларни ўтказсин-у, салбий нарсаларга шу заҳоти огоҳлантирувчи сигнални ишга туширсин.

Токи Сизнинг онгингизда кераксиз ва салбий туйғуларга қарши ҳаёт-мамот жанги бошланиб кетсин.

Сиз ўз ожизликларингиз устида онгли равишда ишлай олишингиз керак. Ожизлик яширинча пана-пастқамдан, пусиб яқинлашиши билан Сиз шартта унинг ёқасидан ола-

сиз-да – уни йўқ қилиб ташлайсиз. Тамом-вассалом. Ва ҳар доим шундай давом этавериши керак.

Бир мартадаёқ ҳеч қандай ожизлик Сизни тарк этиб қолмайди. Хоҳлаган заҳоти ҳаммаси бирданига яхши бўлиб қолиши ҳам даргумон! Бу ерда ҳам худди спортзалдагидек тинмасдан, астойдил машқ қилишга, машқ қилишга тўғри келади...

Навбати билан ҳар бир ожизликни нишонга олиб, уни энгиш устида жиддий тарзда узоқ вақт шуғулланиш керак. Агар доимий равишда уларга қарши иш олиб борсангиз, бу одат тусини олади.

Йилдан-йилга энгилган ожизликларингиз миқдори ортиб боради. Ва Сиз янада кучли бўлиб борасиз, ўз ожизликларингиздан халос бўласиз!



Азизларим! Сиздан ўтиниб сўрайман,
ўз-ўзингизга сўз беринг, барча
ожизликларим бирин-кетин ҳаётимни
тарк этади, деб сўз беринг...
Бу жуда оғир! Бу бизнинг уй
вазифаларимизнинг энг қийин, энг
мураккаб қисми.

Бугундан бошлаб феъл-атворимиздаги ўзимизга ташвиш ёки азоб келтираётган салбий қирраларнинг рўyxатини туза бошлаймиз.

Улардан қайси бирлари бошқаларга ҳам ташвиш келтириши муқаррар!

Лекин бошқалар ҳозирча кутиб турсин.

Биринчи навбатда ўзингизни азобдан халос қилинг, ўз ҳаётингизни тозаланг!



Ўз ожизликларингизни таниб аниқлаб олганингиздан кейин, Сиз уларга вақти-вақти билан: «Қани овозингни ўчир! Даф бўл бу ердан!» деб айта оласиз. Қачонки ўз ожизликларингизни билмас экансиз, улар Сизни бошқара бошлайди ва Сиз керак пайтда кучингизни кўрсата олмай қоласиз. Тушуняпсизми? Ўз ожизлигимизни бартараф қилиш орқали, биз кучимизни ҳам кўпайтириб борамиз!

Ўз ожизлигимизни онгли равишда энгиб борган сари, феъл-атворимизнинг салбий қирралари устида ишлаш юзасидан янги ва янги вазифалар пайдо бўла бошлайди.

Афсуски, феъл-атворимиздаги салбий қирраларини охиригача бартараф этишнинг имкони йўқ: сабаби – улар чексиз. Худди феъл-атворимиздаги ижобий қирралар сингари.

Бу икки қарама-қаршилик бир-бирини тақозо қилади.

Бироқ, феъл-атворидаги салбий қирралари устидан тўлиқ ғалабага шу пайтгача ҳали ҳеч ким эришган эмас.



Шу сабабли бу борада ҳар гал савол туғилади – бу машаққатли меҳнат эвазига нимага эга бўлиш мумкин? Дикқат! Сиз энгишга эришган ожизликларингиз илгари Сиз ҳис қилмаган янги, мутлақо номаълум ҳис-туйғулар шаклига кириш хусусиятига эга!

Ўзингиздаги қандайдир ожизликни енгишингиз билан, Сиз шу лаҳзадаёқ уни енга олганингизни пайқайсиз. Бу ҳеч қутилмаганда юз беради. Ва Сиз бу фурсатни ҳеч нима билан адаштирмайсиз. Бу бетакрор сезги. Айниқса уни биринчи бора ҳис қилганингизда.

Бу ҳис-туйғулар худди биринчи муҳаббатга ўхшайди!

Тасаввур қилинг-а, бу пайтгача Сиз болакай эдингиз, қиз болаларга нописанд қараб келгандингиз, ажойиб кунларнинг бирида бирдан уларга бутунлай бошқача кўз билан қарай бошлайсиз.

Ожизликлар устидан ғалаба ҳам худди шу каби!

Биринчи марта – амалга оширилган иш ҳар доим бетакрор, эсингиздами, биз бу ҳақда гапирган эдик?

У ёғига эса енгилроқ, енгилроқ бўлиб бораверади... Ва Сизнинг ҳар бир кейинги ғалабангиз ҳаётингизнинг янги марралари учун таянч нуқтаси бўлиб қолади.

Куч ва кучсизлик мағрурлик ва такаббурликни келтириб чиқаради. Кучнинг энг юқори ҳиссий-руҳий ҳолати – мағрурликдир.

Ожизликнинг энг юқори ҳиссий-руҳий ҳолати – такаббурлик.

Илтимос, Сиз зинҳор буларни адаштириб юборманг!

Улар бир-бирдан нимаси билан фарқ қилади?



Такаббурлик ҳар қандай яхлитликни, бутунликни парчалаб юборади.

Мағрурлик чил-чил бўлган парчаларни бир бутун қилиб жамлайди.

Такаббурлик одамни ич-ичидан саратон ўсимтаси сингари сўндириб боради.

Мағрурлик нафақат Сизга, шу билан бирга бошқаларга ҳам ҳаёт бахш этади.

Такаббурлик ожизликдан келиб чиқади.

Такаббурликнинг илдизлари – кўркув ва ожизликдан сув ичади.

Пояси – бу нафрат, шохлари эса дилхираликлар, куртаги, гули – бу жанжаллардир, меваси – майда ва йирик миқёсдаги қотилликлар ҳамда ўз жонига қасд қилишлардан иборат. Сиздаги такаббурлик нима билан боғлиқ бўлса, айнан шунда Сизнинг ожизлигингиз ҳам намоёндыр.

Мағрурлик руҳиятнинг кучидан келиб чиқади.

Мағрурлик ҳақоратни тушунмайди, мағрурлик хафа бўлмайди, мағрурлик ёвузликни ҳис қилмайди. Мағрурлик ёвузликдан устун. Ўзингиздаги мағрурликни топсангиз, шубҳасиз Сиз ўз Руҳиятингиз учун таянчни топган бўласиз.

Ўзингиздаги мағрурлик ва такаббурликни фарқлаб олиш, худди Сизни мувозанатдан чиқариш сингари жуда осон! Масалан, Сизга дабдурустдан «Кўз кўриб, қулоқ эшитмаган тентаксан!» – дейман.

Шунда нима рўй беради?

Аввалига хафа бўлиб қоласиз: «Қанақасига, мен тентак бўламан? Нега энди мен?» – дейсиз.

Сўнгра дарғазаб бўласиз. Бирор муддат ўтиб эса ҳаммаёқни, ҳамма нарсани остин-устун қилиб ташлаш истаги пайдо бўлади Сизда! Китобни шартта ёпиб қўйиш ёки ундан ҳам афзали – ахлат челаққа улоқтириб, шарт ўгирилиб кетиб қолиш истаги пайдо бўлади. Тўғрими?

Нима учун? Чунки, Сиз бу сўзларга ишондингиз!

Сиз ўзингизни аҳмоқман, деб ҳисоблаяпсиз. Бу аҳмоқда Сиз ўзингизни таниб қолдингиз.

Агар Сиз мағрур инсон бўлсангиз, «аҳмоқ» деган сўздан таъсирланасизми? Йўқ!

Чунки агар Сиз мағрур инсон бўлсангиз, аҳмоқ деган сўзнинг сизга умуман алоқаси бўлмайди.

Шунчаки бу гапни ўзингиздан ожиз инсоннинг сўзлари сифатида қабул қилиб, унинг устидан кулиб кўяқоласиз, чунки бу сўзлар ҳақиқатга тўғри келмайди.

Истасангиз, бунга жонли табиатдан мисол келтиришим мумкин.

Масалан – Той-терьер ва Сенбернар зотли итларни олайлик.

Уларнинг қайси биридан Сизга фойда кўпроқ? Сенбернар Сизни босқинчилардан қутқариб қолиши мумкин, Той-терьер эса фақат акиллайди, холос...

Митти кучук ҳар қандай шарпага ҳам ўзи панада пусиб олганча, соатлаб акиллайверади. Сенбернар эса арзимаган нарсага безовта бўлмайди, чунки хавотирланишга ҳожат бўлмаган шарпага у ҳатто қулоғини динг қилиб ҳам ўтирмайди.

Мағрурлик ва такаббурлик бир хил салбий вазиятга бир пайтда дуч келиб қолса – уларнинг вазиятга муносабати мутлақо турлича бўлади. Бир-бирига бутунлай қарама-қарши!

Сизга кимдир: «Сен чўчқасимон эшаксан!» – деди.

Сизнинг реакциянгиз? Марҳамат қилиб таҳлил қилинг! Худди актёр сингари ролга киришинг...

Агар Сиз ўзига ишонмайдиган кучукча бўлсангиз, ўзингизни қандай тута бошлайсиз?

Тўппа-тўғри! Худди ўша аҳмоқ сингари шартта стулни оласиз-да – бошига тушириб қоласиз! Ғазабга келасиз-да, хафа қилувчига ташланиб қоласиз: «Нима дединг?! Яна бир қайтар-чи! Ўзинг сассиқ ҳайвон!» ва ҳоказо, ҳоказолар...

Лекин агар Сиз – Сенбернар бўлсангиз, Сиз умуман нима ҳақда гап бораётганини ҳатто тушунмайсиз ҳам, чунки буларнинг Сизга умуман алоқаси йўқ. Сиз ахир – Сенбернар-сиз, зинҳор эшак эмас...

Бу сўзлар сизда хотиржамликдан ташқари бироз ҳайрат, хафа қилишга уринаётганга нисбатан эса ачиниш ҳиссини уйғотади, холос. Ёки бу ҳатто Сизнинг кулгингизни қисташи ҳам мумкин.

Мана яна бир мисол.

Марҳамат қилиб айтинг-чи, икки ёшли бола Сизга мушт тушириб қолса, у билан тенг келиб, уришиб юрган бўлармидингиз? Ўзи зўрга оёқда турибди-ю, яна Сизни тепишга уриняпти?

Бу Сизни завқлантиради, тўғрими?

Нари борса Сиз бу боланинг ота-онасини чақиртирасиз, тасодифан болакай Сизга урилиб кетиб, зарар кўрмаслиги учун...

Нимага шундай?

Чунки Сиз биласиз, болакай билан солиштирганда, Сиз кучлисиз. Сиз болакайни ҳимоя қилишингиз мумкин. Сиз уни эҳтиёт қиласиз ва ҳеч қачон хафа қилмайсиз.



Табиийки, Сизнинг Рухиятингиз кучли бўлиб борган сари ожизларнинг қилиқлари Сизга таъсир этмай кўяди, улар Сизда завқланиш ва ҳайратдан бошқа ҳеч нима уйғотмайди.

Рухиятингиз йўлида ва Сизнинг ҳаёт йўлидаги курашингизда Сизга муваффақиятлар тилайман!

УИ ВАЗИФАСИ

Ўз ижобий ва салбий қирраларингизнинг рўйхатини тузинг.

Уларни қачон ва қаерда қўллашингиз юзасидан кундалик жадвал тузинг. Ушбу жадвал бўйича иш тутинг ва ундан чекинманг.

Имкон борича ички кузатувчингиз ҳақида, ўз руҳиятингиз ҳақида эслаб туринг. Уни ҳис этишга ҳаракат қилинг, ўзингизни у билан бир бутундек ҳис этишга интилинг.

Диққат-эътиборли бўлинг, ўз ҳаётингизнинг энг муҳим постида ухлаб қолманг. Сиздаги камчилик, нуқсонлар ис-талган пайтда бошқарувни ўз қўлларига олмасликлари учун ички соқчидан фойдаланинг.

Бу борада Сизнинг кудратли иттифоқчингиз бўлган иро-дани чиниқтиринг.

**ОЛТИНЧИ ТЕПКИ
Бешафқат ҳордиқ!**

Муаллиф китобхоннинг олдида даҳшатли бир сирни фош қилади, китобхон нафақат ишлашни билмайди, у ҳатто ҳордиқ чиқаришини, дам олишини ҳам қойиллатолмас экан.

Ўқувчи ўзининг дам олишини ташиқиллаштириши борасида сараланган тавсияларга эга бўлади. У ўзининг ширин хаёлларида, муаллиф анча уринишлар билан базўр ортига қайтаришига эришган экзотик давлатларга кетиб қолади. Муаллиф ўқувчининг елкасидаги ёпишиб қолган нилуфар гулининг баргини олиб ташлар экан, биринчи қисмни тугаллаши муносабати билан, бахтга эришганлиги – ўзини ўзгартира олганлиги муносабати билан табриклар бағрига босади.

Энди ўзини кўз-кўз қилса ҳам, бошқаларни томоша қилса ҳам ярашади.

Мана, азизларим, ниҳоят Сиз билан энг ёқимли мавзулардан бирига етиб келдик – яъни дам олиш мавзусига!

Энг маъқули, келинг, уйқудан бошлаймиз!

Икки дугона ишда учрашиб қолишди.

– Нимага эрталабдан қовоғингдан қор ёғяпти? – сўради бири.

– Э, бирам беъмани туш кўрибманки.

– Айтиб бер-чи.

– Тушимда менинг уйимга Брюс Уиллис ва Бред Питтлар келишибди ва мени талашиб эрим билан ёқалаша бошлашибди.

– Вой, ахир бу туш эмас, ҳақиқий орзунинг ўзи-ку!

– Э, қанақа орзу? Менинг эрим уларни дўппослаб ташлади, ланъати!

Шунақа хонимчалар ҳам бўлади-ку! Эри ғолиб келади-ю, хотин эса норози! Ахир бу даҳшатнинг ўзи-ку, тўғрими, эр-каклар?!

Мана энди бизни қийнаб келаётган савол – даҳшатли тушлар кўрмаслик учун неча соат ухлаш керак? – деган саволга жавоб топамиз. Меъёрдагидек уйқуга тўйиб олиш учун қанча вақт ухлаган маъқул?

Токи уйғонмагунигизча!

Ҳеч қачон ўзингизни ваҳима билан уйғотишнинг кераги йўқ. Ўзингизни зўрлашнинг ҳам кераги йўқ.

4-5 соатлик уйқу – бу меъёр эмас. Бу жуда кам.

5 соат Сизга етарли бўлиши мумкин, ёшингиз 90 ларни қоралаб қолганида. Қариялар қуш уйқу бўлишади, улар ҳечам чуқур уйқуга кетишмайди.

Сизнинг эса организмгиз дам олиши керак. Ҳеч қачон ўз танангизни тўздиришга олиб келадиган ишларни қилманг. Мутлақо қила кўрманг. Хўпми?

Ўзингизни қандай ҳис этишингизни кузатинг, асабийлашишга йўл кўйманг.

Демак, камида 6-8 соат ухлаш керак экан.

Хурматли хонимлар, агар юзингизнинг териси силлиқ бўлишини истасангиз, кўпроқ ухлашга тўғри келади. Кўп ухласангиз ҳар доим яхши кўринишга эга бўласиз. Нима учун? Чунки уйқу туфайли тиниқиб, шишиб турасиз ва Сизнинг ажинларингиз шу заҳотиёқ текисланиб кетади, вақтинча бўлса ҳам!

Давом этамизми?

Сизларнинг орангизда кимдир тўрғай, кимдир эса бойқуш.

Яъни, баъзиларга кундузги уйқу муҳим, баъзиларга эса мутлақо бунинг тескариси...

Шундай одамлар борки, улар жануб томонга бош қўйиб ётсалар, яхши ухлашади, баъзилар эса шимолга. Лекин яна ғарб ва шарқ ҳам бор-ку. Яна жануби-ғарб, шимоли-шарқ ва ҳ.к.

Шундай аёллар ва эркаклар борки, улар яхши ухлашлари учун албатта «ачомлашиб» ётишлари керак. Ёки тескариси,

шундай одамлар ҳам борки, улар учун шахсий кароватига, кўрпа-ёстиғига ўзгаларнинг даҳл этилиши ўлим билан баробар.

Вариантларнинг турли-туманлигини қаранг-а! Изла-ниш, тажриба ўтказишнинг қанча имкониятлари мавжуд.

Марҳамат қилиб ўзингиз давом эттиринг!

Булар Сиз учун яқин ойлардаги уй вазифаси бўлсин.

Ўз изланишингизда фантазиянгни ишга солинг! Ухлаш учун ақл ишлатишнинг ҳам кераги йўқ-ку, тўғрими? Марҳамат қилиб соғлигингиз йўлида тажриба ўтказинг, ўзингиз учун энг самарали вариантни топинг.

Ижозат берсангиз, ушбу масала билан боғлиқ кичкина бир воқеани сўзлаб бераман.

Менинг битта танишим бор. У умр бўйи соат бешда уйғонади ва то кундузги соат тўртгача ўзини тетик ҳис қилиб юради.

Соат тўртдан кейин унинг силласи шундай қурийдик, фақат оромкурсига ўтирганча телевизор кўришга ҳоли қолади, холос. Бу пайтда унга ҳеч ким тегмаслиги керак. Чунки ҳамма нарса унинг асабига тегеди ва у асабийлашганда кимнидир ўлдириб қўйгиси келадиган даражада вазоҳатли бўлади. Соат 21.00 да ухлашга ётади. Саҳарги 5.00 да – яна бардам, бакуват, худди ҳозиргина палакдан узилган янги бодрингдек тетик бўлиб уйғонади.

Ўзингиз тушунасиз, бундай одатлар билан яшашнинг ўзи бўлмайди. Ҳатто унинг атрофидаги одамларни ҳисобга олмаган тақдирда ҳам. Бизнинг қаҳрамонимиз уйқу режими бироз ўзгартириб кўришга ҳаракат қилганди – ундан ҳам баттар бўлди. Эрталабки 7 да ёки саккизда уйғонганида ҳам кун бўйи ўзининг инжиқликлари билан атрофидаги барчанинг тинкасини қуритган. Ҳатто телевизорга ҳам тоқат қила олмаган! Сиз тасаввур қиялпсизми, қандай бахтсизлик, нақадар аянчли ҳолат!

Кейин эса тасодифан ўзини ҳам эзиб юборган бу муам-
моларининг ечимини топишга эришди. У аввалгидек ҳар
куни кечқурун соат тўққизда ухлашга ётди. Ҳар куни эр-
талаб соат бешда уйғонди. Лекин энди телевизор кўришни
бас қилди – чунки вақти йўқ! Кундузги соат уч билан тўрт
орасида бор-йўғи 10 дақиқалик душ қабул қилиши кечгача
унинг фаоллигини тиклаб берди. Энг муҳими унда асабий-
лашишдан асар ҳам қолмади! Барча жиззакилик, тихирлик
қилишлари барҳам топди!

Шунчаки, кизиқиш юзасидан ҳисоблаб кўринг-а, унинг
ҳаёти қанчага узайди. Тарозининг бир палласига ўн дақиқа-
ни ва бошқасига беш соатлик кўшимча фаолликни кўйинг.
Тагин бу ҳар куни давом этади.



Шунинг учун дўстлар, марҳамат
қилиб назариёт ва амалиётни бирга
қўллаб тажриба қилиб кўринг. Ягона
схеманинг ўзида тўхтаб қолманг, чунки
муаммонинг ўзи бир жойда, илдизи
эса бутунлай бошқа ерда бўлиши ҳам
мумкин. Улар ҳаётингизнинг бегона
ўтларидай бутунлай кутилмаган жойда
ўсиб чиқиши мумкин.

Давом этамиз. Қайси бирингиз ўзингиз ҳақда «менда ҳеч
қандай ожизлик йўқ» – деб ҳисоблайсиз? Бу нотўғри. Чунки
ожизлик ҳаммада бор нарса! Ундан ҳам муҳимроғи, **ОЖИЗ-
ЛИКЛАР ҲАМ ИНСОН УЧУН КЕРАК!**

Ожизлик худди уйқу сингари! Уйқусизликдан инсон
ақлдан озиши мумкин! Уйқу вақтни олади, лекин уйқу
куч-қувват ҳам беради, тўғрими?

Олдинги бўлимларда Сизларга ялқовлик ҳақида ҳали
батафсил суҳбатлашамиз, деганим эсингиздами? Эслама-
япсизми? Эслаб кўринг! Мия бурмалари бироз чиранишга
урилиб кўрсин-да, ахир!

Нима муҳимроқ – югуриб-елиб юрсанг, маза қилиб
раксга тушсанг, тансиқ овқатлар еб, башанг, тетик, кайфи-
ятда ўтган кун яхшими... ёки оёқ-қўллари асабдан қилт-
қилт титрамай, худди ёш боладек ширин уйқуга, тўйиб
олишми? Қайси муҳимроқ: аъло даражадаги тунми ёки
ажойиб кунми?

Униси ҳам, буниси ҳам! Шунчаки уйқу ва тетикликни
аралаштириб юбормаслик керак. Акс ҳолда кишида доимий
уйқусираш ҳолати юзага келади, ҳар доим ва ҳамма ерда.
Уйқуга ҳам бедорликка ҳам ўзига тегишли вақтини беринг!
Мана гап нима ҳақида!

Уйқу борасида ҳаммаси тушунарли! Унинг учун ажра-
тилган вақт бор!

Ялқовлик-чи? Ялқовлик учун ажратилган алоҳида вақт
йўқ-да!

Демак, оддий мантикий занжир ҳосил бўлди – ялқовлик
учун ҳам махсус вақт ажратиб бериш керак!



Модомики, табиат томонидан бизга
ялқовлик ҳам берилган экан – демак, у
бизга нима учундир керак?! ... Демак,
унинг ўзига яраша фойдали вазифаси
ҳам бордир?!

Биз ҳозир ялқовликка лой чаплаб, уни қоралаймиз. Ле-
кин агар биз ялқовликни ўзимиздан бутунлай бартараф эт-
сак, бу касалликдан ҳам ёмон эканини биласизми? Биз шун-
чаки адойи тамом бўламиз... яъники, ўлиб қўя қоламиз...

Ялқовлик – бу бамисоли техник ускуналардаги каби сақлагич. Усиз биз ортикча зўриқиш сабабли куйиб кетамиз.

Ҳеч қачон ўзингиздаги ялқовликни бутунлай йўқ қилиб юборманг. Мадомики, табиат томонидан Сизга нимадир берилган экан, уни зинҳор йўқ қилманг!

Аксинча! Бор кучингиз билан ялқовлик қилаверинг! Фақат бу ишни ялқовлик бунинг учун махсус ажратилган вақтда бажаринг!

Шанба ва якшанба кунлари нима билан машғул бўламиз, хурматли дўстлар?

Уй ишлари, меҳмон кутиш ва ухлаш... Тўғрими?

Нари борса – болаларни қаёққадир айлантиргани олиб борамиз...

Ҳайвонот боғига деяпсизми? Бу нега керак? Битта маймунни томоша қилишнинг ўзи кифоя эмасми – яъни ўзингизни!

Цирк деяпсизми?.. Яна айтаман, ўзингизга бир қаранг – Сиз ўз шахсий ҳаётингиз билан нима қиляпсиз – бу аренадаги бирорта ҳам масхарабознинг кўлидан келмайди!

Ўғиниб сўрайман, ўз ҳаётингиздан чуқур ўрин олган бу беъманиликни чиқариб ташланг! Шанба, якшанба деган дам олиш кунлари барча халқларда бекордан-бекорга мавжуд эмас! Шанба, якшанба – бу шундай вақтки, бу вақтда ўзингизни бутунлай ялқовликнинг ихтиёрига топшириб қўйишингиз керак.

Уй ишларининг ҳаммасини, бутун қўшимча бош оғриқларини, супур-сидир, пардоз-андоз ва ҳоказолар барчасини бошқа кунга кўчиринг, илтимос.

Масалан, душанбага.

Душанба шундоқ ҳам оғир кун. Унга яна супур-сидирларни қўшиб қўйса, баттар бўлмайди! Бир бошга – бир ўлим.

Ялқовлик деб аталмиш жаноби олийлари билан эса битим тузишингизга тўғри келади!

«Азизим ялқовбек (... ёки ялқовхон)! Мен сени шундай яхши кўраманки, шундай яхши кўраманки. Лекин мен ҳам бу иш деб аталмиш беъманилик билан шуғуланишим керак-ку! Азизим! Мен сенга қандай хизмат қилишим мумкин? Мен сенга шундай хизмат қилишни хоҳлайманки, токи сен қувончдан ёрилиб кетгин!

Мен ҳаётимнинг шанба, якшанба кунларини сенга бағишлашим мумкинми? Сенинг мутлақ ҳукминг остига ва хизматинггами?! Шанба ва якшанба кунлари нима деган, шу заҳоти сен учун бажо келтираман! Уни хоҳлайсанми, марҳамат, буни хоҳлайсанми, марҳамат! Сенинг барча беъмани инжиқликларингни ҳам кўтараман. Шанба кунни эрталабдан то якшанба кечга қадар сенинг олдингда бўламан, «нима қилиб берай» – деб хизматингга мунтазир тураман.

Лекин кичкина бир шартим бор, душанбадан жумагача сен мендан дам оласан. Агар менга яқин йўласанг, шу заҳоти тумшуғингга тушириб қоламан!»

Ялқовликни ҳам боқиш керак... Токи у бўкиб қолгунча! На душанба кунни, на сешанба кунни, шу зайл то жумагача у сенинг олдингда «Мен очман, менга дам олиш кунни бер!» деб келмасин.

Ялқовланиш, менинг қадрдонларим, жуда муҳим нарса! Айниқса, бу ўз соғлигини, ўзининг асаб тизимини сақлаб қолишни истовчилар учун муҳим.

Марҳамат, соғлигингиз йўлида бемалол ялқовланинг. Бу борада ҳеч ким Сизга халақит бермасин.

Ўз уйингиздагиларга ҳам бу ҳақда айтиб қўйинг. Чунки баъзида, айниқса фарзандлар, ўз ота-онасига ҳаётларининг қўшимча иловаси сифатида қарашади. Сиз уларга, ота-она ҳам – одам, деб тушунтиринг!

Дам олиш куни Сизнинг фарзандларингиз ҳам ўзларининг ишлари билан шуғулланишсин! Аниқроғи, ўз ялқовликларининг ишлари билан! Ўзингиз учун хотиржамлик, сокинлик оролчаси ҳосил қилишга ҳаракат қилинг.



Ҳеч бўлмаса ҳафтасига икки кун ўз-ўзингиздан дам олинг!

Қадрли китобхон, Сиз Европада бўлиб турасизми? Ҳиндистонда-чи, бўлганмисиз? Ёки Ҳиндистон сингари жанубий давлатларда? Айтинг-чи, Сизда қайси бир жойда бир умр қолиб кетиш истаги уйғонади?

Европада биринчи пайқайдиган нарсангиз – тартиб бор, саришталик-тозалик бор. Ҳамма нарса ўз жойида, ҳаттоки буталар ҳам олий маълумотли. Ҳиндистонга келсангиз... биринчи кўзга ташланадиган нарса – ифлослик, ночорлик. Қаёққа қараманг, ҳамма ёқда чиқиндилар. Бунақа жойдан орқангга қайрилиб қарамасданок қочиб қолиш керакдек, гўё. Лекин бир ҳафта ўтиб, икки, уч... Ва кетар вақти бўлганида Сиз Ҳиндистондан қандай туйғулар билан жўнаб кетасиз?

Мен ўз шогирдларим орасида вақти-вақти билан сўровнома ўтказиб тураман. Статистика бўйича кўпчилиги Ҳиндистонда қолишни исташади. Нима учун? Ҳаммаёқни ахлат босган, ошхонаси бемаза, маълумотсиз қамишзорлар, бутазорлари умуман мактаб ҳам кўрмаган! Йўл бўйи кетиб борар экансан – уюм-уюм чиқиндихонага дуч келасан. Нима учун кўпчилик Ҳиндистонга боғланиб қолади? Бу нима – улардаги чиқиндиларга интилишнинг ёрқин ифодасими?

Ҳаммаси оддий, қадрдонларим: бу мамлакатда одамларнинг ички ҳолати бор.



Ҳиндистоннинг ички ҳолати – бу муҳаббат.

Ким ҳам муҳаббат барқ уриб яшнаб турган жойдан кетишни хоҳларди? Одамларида ҳасад жуда кам учрайдиган халқ – бу ҳиндлар. Ўлимга нисбатан мутлақо хотиржам муносабатда бўлувчилар ҳам ҳиндлар. Уларнинг бойлари – бироз ғамгинрок бўлиб яшайди. Чунки уларнинг ақидаларига кўра кейинги ҳаётида тасодифан у камбағал бўлиб туғилиши мумкин. Камбағаллари эса – бироз ғамгин ва қувончга тўлиб яшайдилар. Чунки кейинги ҳаётида унинг бой бўлиш эҳтимоли бор. Мана шу сабабдан енгил сармастлик, сурур ва роҳат, ҳаётга бўлган муҳаббат бутун Ҳиндистон аҳлига таралиб кетган.

Таққослаш сифатида мисол қилиб ҳинд фильмларини олайлик.

Европа фильмларининг деярли ярмида воқеалар тахминан куйидагича: салобатли, ўрта ёшли эркакнинг икки машинаси, учта уйи, тўртта маҳбубаси бор ва миясида тикин юз берган. Яна ўзига нима ҳам тилаши мумкинлигини билмаяпти. Ва барча шу каби бош оғриқлилар сингари, унинг чехраси нордон-тахир қиёфали. Бутун фильм мобайнида биз унинг ғамга ботган ҳолда, машинаси, уйлари ва севимли аёллари ўртасида жони ҳалак бўлиб юрганини кўрамиз... «Худо кўрсатмасин», – деб гапиришармиди бунақа пайтда.

Энди энг оддий, ўртамиёна ҳинд фильмини олайлик. Бош қаҳрамон – ёш ҳинд: қувноққина камбағал йигит. Доим қандайдир вазиятларга тушиб юради. Лекин у бутун фильм мобайнида бирор маротаба тушкунликка тушмайди. Охирида уни қоядан ташлаб юборишади, машина билан устидан босиб ўтиб кетишади, нақд бошига қарата учта ўк ҳам

узишади. У эса ҳеч нима бўлмагандек ўрнидан туради, шу ҳолида ашула айтиб, ўйинга ҳам тушиб беради!

Икки минтақа, аҳолиси хатти-ҳаракатлардаги фарқнинг сабабларидан бири – бу озикланиш турининг бошқа-бошқа эканида. Озиқ-овқат орқали озикланиш эмас. Йўқ! Бу бутунлай бошқача таом, бу Қуёш деб аталадиган таом!

Эътиборингиз учун, кадрли китобхон, бугунги кунда бизнинг сайёрамизда қуёш нури билан озикланувчи минг-минглаб инсонлар бор. Тўғри маънода. Уларни яна «қуёшхўрлар» деб ҳам аташади.

Инсон мутлақо озик-овқатсиз ҳам яшай олар экан. Фақат бунинг учун у ўсимликка айланиб қолиши керак, холос.

Дунёда мутлақо изоҳлаб бўлмайдиган воқеа-ҳодисалар бисёр.

Қуёшхўрларнинг баъзи бирлари бунга нотабиийлик билан эришганлар, яъни, масалан бош миядаги қандайдир қисқа туташув орқали. Баъзи бирлари эса кучайтирилган машқлар орқали эришганлар. Тасаввур қиялпсизми! Айнан битта манзилга бошқа-бошқа йўллар билан ҳам етиб бориш мумкин экан.

Кадрдонларим, нимага китобга бундай шубҳа билан мўралаяпсиз? Ликопчани ҳам яқинроғингизга суриб олибсиз...

Ҳеч ким Сизни қуёш ванналари ҳисобига озик-овқатдан воз кечишга ундамаяпти! Лекин бу мисоллар Сизни Қуёш ва тобланишнинг қанчалик фойдали эканлиги ҳақида фикрга олиб келмаяптими?!

Қуёш нури ғаройиб тарзда ҳаётини қувватингизни оширади!

Лекин меъёрдан ошса, зарар келтириши ҳам мумкин, тўғрими? Албатта, бундан Сиз ўсимлик бўлиб қолмайсиз, лекин куйиб қолишингиз аниқ.

Қуёшда тобланишингизни кузатиб боринг!

Ўзингиз қуёшда тобланган, танангизнинг бошқа жойлари эса мисоли қорқизникидай. Улар эса аслида бир хилда бўлиши керак. Бир хилда! Нима учун? Чунки кийим аввал бошданок табиат томонидан кўзда тутилган эмас. Яна шунинг учунки, қуёш тафтидан иборат озуқа терингиз бўйлаб бир текисда тақсимланиши керак.

Қуёш – бу ўзига хос мавзу.

Модомики, Сизлардан кўпчилигингиз қуёш кам кўринадиган жойларда яшар экансиз, қиш пайтларида уч ойда бир марта ҳафталик, ундан ҳам яхшироғи, ўн кунга қуёш мўлкўл жойларга жўнаб кетинг, қуёш тафтида яхшилаб, тобига келгунча пишиб келишингиз керак.

Сиз кўзгуга қарайсиз, деразага қарайсиз, кейин ўпкангизни ҳавога тўлдирганча: «Қани, бу ердан туёғингни шиқиллатиб, жўнаб қол-чи!» дейсиз.

«Туёғингни шиқиллат» сўзини қандайдир бир сўзга, айтилик Критга, Кипрга, Туркияга, Сингапурга алмаштирасиз. Бир сўз билан айтганда, ўзингизни қандайдир бир курортга бадарға қиласиз.

Шундоқ оласизу, Сейшелга, Багамага, Канарга ёки бирор бир бошқа денгиз йўналишидаги кемага чиқасиз.

Ўзингиз учун қаердан бўлса ҳам Қуёш топинг: ҳаттоки юртингизда йил бўйи қиш бўлган тақдирда ҳам. Мабодо, бундай саёҳатга жўнаб кетишнинг иложини топа олмасангиз-у, дилингизда қуёшда тобланиш хоҳиши сўнмасачи? Бошингизни ишлатсангиз-чи. Худога шукр, тош асрида яшамаяпмиз-ку! Қани? Соляри ҳақида эшитганмисиз?

Нима учун Қуёш шунчалар муҳим? Қуёш ахир бутун Ер юзи учун биттагина, ёрқин ва думалоқ. Хоҳ шимолий кутбда бўлсин, хоҳ экваторда бўлсин.

Келинг, миямизни ишлатишга уриниб кўрамиз. Марҳамат қилиб айтинг-чи, қачондир бўлса ҳам, ҳеч ўйлаб кўрганмисиз, нима учун Россиядаги мусиқалар бир-биридан фарқ

килади? Хаёлан Кавказ тоғларидан бошлаб, токи Холмогор кишлоқларигача бўлган жойларни кўздан кечирайлик.

Одамлари қандай ашула айтади?

Қандай рақсга тушади?

Эркак ва аёлларнинг муносабатлари қандай жиҳатларга эга?

Краснодар ўлкасида яшовчи Кубань казаклари қандай куйлайдилар? Эркаклари папаха кийиб олганча, хантералар сингари югургилашади. Ханжар шундай жойдаки, «бир нима бўлса шу заҳоти – сўяман» – дегандек. Тўғрими?

Аёллари-чи, улар қандай рақсга тушишади? Уларга жўравоз бўлганда гармон ҳам тутаб кетади.

Қаерда рашк кўпроқ? Нозик муносабат ҳақидаги суҳбатлар?

Архангельскнинг текисликлари ва ботқоқликларидами? Ёки у ёқдами? Кубаньда... Ставрополь ўлкасида... Краснодарда... Энг ажойиб кўшиқнинг сўзларида «О-о-ой ва Чи-па-пау».

Архангельскликлар-чи? улар қандай куйлашади? «Дээ-ээ-ээ-ээ-ээ-ээ-ээ-ээ-ээ-ээ». Ва бу қанча чўзиқроқ давом этса, шунча яхши деб ҳисобланади. Ахир шунақа эмасми?

Улар темпераментлари, яъни мизожлари жиҳатидан ҳам фарқ қилишади, тўғрими?

Мана шу «дээ-ээ-ээ»чиларни жануб куёши остида тобланиш учун юборсак, бироз вақтдан кейин улар қимир-қимир қилиб қолишади ва «гопак»ка ўйинга тушиб кетишади, «Оҳ-оҳ»лашни ҳам бошлаб юборишади.

Аслида эса булар ўша одамларнинг ўзи, битта халқ, шунчаки улардан баъзи бирлари йил давомида куёшдан баҳра олиб озикланади. Бошқалари эса йилдан-йилга куёш кўрмай сўлий бошлашган. Марҳамат, ушбу хулосаларни ҳам таҳлил қилиб, ўз ҳаётингизга татбиқ этинг.

Айниқса, бу ўзининг хусусий ишига эга бўлганларга тегишли.

Москва об-ҳавосидек рутубат остида узоқ муддат қолиб кетиш Сизнинг бизнесингизга тахминан етмиш фоиз зарар беради! Бор-йўғи ярим йилда!

Москвалик бўлмаганларнинг эътиборига, айтишим мумкинки: «Пойтахтда яшамаётганингиз Сизнинг омадингиз! Чунки октябрнинг охиридан то март ўрталаригача Москвада куёш умуман кўринмайди!»

Шаҳарликлар кишлоқда яшовчиларга нисбатан анча паст жинсий қувватга эга эканликлари илмий жиҳатдан тасдиқланган. Шаҳар шароитида узоқ муддат бўлиш ҳамма нарса ва ҳамма жиҳатдан иш қобилиятининг йўқолишига олиб келади.

Шаҳарликлар ҳаёт тарзи – бу биринчи навбатда нима?.. бу буткул куёш танқислиги дегани!

Бизларнинг ҳаммамиз – Африкадан келиб чиққанмиз, айтайлик, бизнинг бир минг бир юз қирқ бешинчи аждодимиз африкалик эканлиги аниқ. Биз ҳаммамиз ҳам куёшга муҳтожмиз!

Куёшнинг нури таъсирида инсон организмида D витамини ҳосил бўлади.

D витамини – бу дармондори E учун катализатор. E витамини эса ўз навбатида жинсий қувватни ошириш учун катализатор бўлиб хизмат қилади.

Жинсий қувват катализатори дегани – бу бутун бошли ҳарам эгаси бўлиш истаги дегани. Қалай, маъқулми? Агар жавоб «йўқ» бўлса – зудлик билан куёш ваннаси қабул қилиш учун учинг.

Хонимлар бир эслаб кўринг-а, Сиз умр йўлдошингиз билан охирги марта қачон курортда дам олгансиз? Хўш, эслайсизми?

Биринчи кун ҳамма нарса унинг асабига тегади. Яъни ҳаммаси ҳар доимгидек, одатдагидек.

Иккинчи кун, офтобдаги тобланишдан кейин у чарчаган, тана куёшнинг тафтидан жаз-жуз қияпти...

3–4 кунлик тобланишдан кейин эса унинг овозидаги оҳанг эркалатиш томонга ўзгара бошлайди. Тобланишнинг учинчи, тўртинчи кунда Сизларда уларга, эркакларда эса аёлларга бўлган қизиқиш тобора кучая бошлайди.

Эркаклар, қуёшда 3–4 кун тоблангач, Сизлар ҳам ўзингизнинг эркак жинсига мансуб эканингизни эслаб қоласиз. Бошингизни қашлаганча, эр-хотинлик мажбуриятини адо этишдан ташқари, романтика ҳақида ҳам хаёл сурадиган бўласиз.

Агар шу пайтгача, «иш-уй-ётоқ, иш-уй-ётоқ, иш-уй-ётоқ» – бўлса, энди эса бирданига: «бу ерда рақс майдончаси қаерда экан» – бу ерда тунги клублар қаерда экан», дея қизиқа бошлайсиз.

Тўсатдан эндигина урф бўлган маҳаллий ўзига хос тиббий восита – «бутатерапия» деб аталадиган восита ҳақида билиб оласиз.

Шунинг учун илтимос, курортга албатта рафиқангиз билан боринг, зинҳор котибангиз билан эмас. Ҳамкорликда қабул қилинган қуёш ваннаси оилавий муносабатларни мустаҳкамлайди.

Курортда дам олиб, газга тўйинган, рутубатли шаҳарга қайтганингиздан кейин, танангиздаги тобланиш излари йўқола бошлайди, афсуски, жинсий фаоллигингиз ҳам ўзининг дастлабки ҳолатига қайтади...

Москваликлар, питерликлар ва бошқа чекка шимол худудида яшовчилар!

Агар бизнесингиз ўзингиз билан биргаликда бу рутубатли булут остида қовжираб, сўлиб боришини истамасангиз, аксинча, унинг жуда тез ва кескин ривожланиб кетишини истасангиз – қуёш ванналарини қабул қилинг. Жуда иложи бўлмаганда ҳам, ҳафтасига икки марта солярийга ташриф буюринг...

Ҳозир айтмоқчи бўлганларингизни ёки ўйлаётганларингизни – ҳатто гапирмасангиз ҳам, ўйламасангиз ҳам бўлади. Чунки бу менга маълум. Сизга гўё қаергадир кетиб қолсангиз – иш тўхтаб қоладигандек туюлади! «Менсиз ким ҳам ишларди?» – деб ўйлайсиз.

Лекин бебаҳо диққатингизни қуйидагиларга қаратишингизни истардим.

Дунёдаги барча янги руслар, янги греклар, янги татарлар, хуллас барча буюк бизнесменлар бир овоздан шуни таъкидлашади: «Буюк ғоялар дам олиш пайти келади, ўз фаолиятингиздан узоқда, хусусан курортда, лекин зинҳор иш пайтида эмас!»

Кўплаб муаммоларнинг ечимини сираям тополмаяпсиз, тополмаяпсиз... улар кутилмаганда соҳилда офтоб остида кумга бағрингизни бериб ётганингизда бирданига «ярқ этиб» аён бўлади: «Мана бу лойиҳани ишга тушириб юборишим, бунисинидан эса воз кечишим керак бўлади!» Нима учун кўпинча айнан шу каби ҳолат юз беради?

Чунки Сиз курортдасиз, ўз муаммоларингизнинг ичида эмассиз. Сиз ҳамма ташвишлардан четда турибсиз. Четдан қараган одамга эса бор нарса очик, ойдin ва яхшироқ кўринади.

Агар Карпов ёки Каспаров сингари буюк шахматчиларнинг, жаҳон чемпионларининг қандай ўйнаганларини кўзатган бўлсангиз, у ҳолда уларнинг қандайдир ўзига хослигини сезган бўлсангиз керак. Улар ақлий жанглари давомида вақти-вақти билан ўринларидан туришади. Шахмат тахтасига турли томонлардан туриб қарашади. Бу олдиндаги муаммога турли хил ракурслардан туриб қараш имкониятини беради.



Демак! Ҳозир ўз олдингизга қўядиган биринчи вазифангиз – жанубий давлатларда йилига икки марта, етти кун ёки ундан ҳам яхшиси ўн-ўн икки кун дам олишдир. Маслаҳатим – юзтубан ётиб, офтоб остида тобланинг!

Агар яшаш жойингиз серкуёш ўлка бўлса, аксинча вакти-вакти билан совуқ, қорли жойларга бориб келишингиз керак.

Ҳа, тўғри, Сиз дам олиш учун қандайдир миқдорда пулни йўқотасиз, лекин аслида эса бу пуллари Сиз ўзингизнинг саломатлигингиз учун сарф қиляпсиз. Сиз энг юқори даромадли ишга пул тикияпсиз, яъни ўзингизнинг дам олишингизга.



Мия учун энг зўр ҳордиқ –
бу экстрим.

Энди рейтинг бўйича айтинг-чи, юз фоизли ҳордиқни, одамни бир зумда ўзига келтира оладиган, ҳаммасидан керакли ҳолатни нима бера олади?

Пляжларга қон денгиз бўйидаги беш юлдузли меҳмонхонами? Бўлмаган гап!

Бугунги кунда дам олиш ҳақида тушунчага эга бўлган одамлар орасида энг қиммат ва энг юқори талабга эга бўлган ҳордиқ – бу экстрим.

Экстрим дегани нима – парашют, тоғ чанғиси... Гап ҳозир бу ҳақда эмас! У ерда ҳам график бор, у ерда ҳам тартиб бор. Худди болалар оромгоҳидагидек. Доимий. Мана бу пайтда Сиз фалон ишни қилишингиз керак, мана бу соатда эса фалондай...

Лекин бу тартибдан бизнинг ақлимиз ўтмаслашиб боради! Бу дам олишнинг энг бўлмағур усули, самарадорлиги ҳам шунга яраша. Чунки бу деярли ўша ўзимиз яшаётган ҳаётнинг айнан ўзи, фақат бошқа жойда кечаётгани.

Агар Сиз дам олиш пайтида ҳам одатда ўрганган ҳаётингиз суръатини сақлаб қолсангиз, миянгнингиз суръати бундан ўзгариб қолмайди. Мия бошқачасига дам олиши керак.

Бошқачасига – бу қанақасига? Қайси ҳордиқ мияга энг юқори иш қобилиятини бахш этади?

Экстрим деганда бутунлай бошқача экстримни назарда тутамиз. Пакетчали шўрва, елкада тўрва халта, унда қоптўшак, болта, консерва, гугурт. Мана шундай бир ҳафталик сургундан кейин қарабсанки – мия бекаму кўст ҳолатда – худди ёш боланикидек.

Энг яхши ҳордиқ – Сиз ҳамма нарсадан эркин бўлган саёҳат. Сиз агар мана шундай ҳордиқ чиқаришга ўтсангиз, танаси соғлиққа тўлиб-тошган одам бўласиз-қоласиз.

Кунига бир неча юз километр машинада сайр этиш, бироқ энг кўпи – минг километрдан ошмаслиги лозим. Бунда нимани хоҳлаётганингизга қараб иш тутасиз – хоҳласангиз ҳозир тўхтайсиз, хоҳласангиз – бироз кейинроқ.

Ёки яна ҳам яхшироғи – беш-олти одамдан иборат гуруҳ тузиб, яёв юриш керак, ундан кўпи – бозор. Ўн-ўн беш кун биргаликдаги дам.

Сиз мана шундай бемалол дам олганмисиз? Хўш, қалай экан?

Бундан ҳам ортиқ роҳат бўлиши мумкинми? Йўқ, тўғри-ми?

Демак, келажакда ўзингиз учун энг яхши ҳордиқ чиқаришни режалаштиринг, миянгни жойига келтириш учун ажратиладиган бу ҳафтадан ўзингиз учун максимал даражада фойда олишга ҳаракат қилинг.

Энди эса азизларим, сизлар учун галдаги

ИИ ВАЗИФАСИ

1. Уч ой мобайнида уйқунгиз устида тажриба ўтказинг – қачон ухлашга ётдингиз, қачон турдингиз, қанча вақт ухладингиз, юмшоқ ўриндами, қаттиқ ўриндами, бошингизни шимолга қўйибми, жанубгами ва ҳоказоларни қайд қилинг.

Натижаларини жадвалга киритиб боринг. Қандай ухлаганингиз, уйку сифати қандайлиги борасидаги натижаларни айтаяпман.

2. Ҳафтанинг шанба, якшанба кунларини ялқовлик жаноби олийларига бағишланг! Ва унга сўзсиз бўйсунинг!

3. Йиллик жадвалингизга, агар шимолда яшасангиз иссиқ юртларга, агар жанубда яшасангиз совуқ юртларга камида 7-10 кунлик таътилни киритиб қўйинг.

4. Энди эса яна иккита 7-10 кунлик таътилни, ғарбда яшайдиган одам бўлсангиз, шарқ томонларда ўтказишни мўлжалланг, агар шарқда яшайдиган бўлсангиз – ғарбда ўтказинг.

Табиат қўйнидаги эмин-эркин таътил, унда ҳеч қанақа шаҳар, ҳеч қанақанги цивилизацияга ўрин бўлмасин!

ЕТТИНЧИ ТЕПКИ
Овга ов қилиш

Китобхон қарама-қарши жинс вакили ҳақида кўплаб турлитуман нарсаларни билиб олишдан ташқари, ўзининг жинси ҳақида ҳам кўплаб нарсаларни ўрганади, бу эса унга ўзига четдан туриб кўз ташлаш имконини беради.

Бундай бебаҳо билимлар билан қуролланиб олган эркак завқли учрашув олди ҳаяжонидан тоғни талқон қилишга ҳам тайёр бўлади. Ва вазифага эга бўлади.

Хўш, азизларим, мана Сизни иккинчи ярмингиз изидан овга чиқариш вақти ҳам етиб келди. Албатта, агар Сиз бунга тайёр бўлсангиз.

Лекин, дастлаб Сизларни эркак ва аёлнинг тузилиши ўртасидаги тафовут билан таништиришимга ижозат берсангиз. Йўқ, бу Сиз ҳозир ўйлаган тафовутлар эмас. Улар билан ўзингиз танишиб оласиз, агар ҳалигача таниш бўлмасангиз! Мен бош миянинг иш фаолиятидаги фарқни, хатти-ҳаракатдаги фарқни назарда тутаяпман.

Эркак дунёси ва аёл дунёси бир-бири учун мутлақо номаълум дунёлардир. Агар кимдир: «мен ўзимникидан бошқа дунёни ҳам биламан» – деб айтса, демак, бу кўпроқ унинг фантазиялари. Мен ҳали бирон марта аёл дунёсини охиригача тушуна оладиган эркакни учратмаганман. Жумладан, эркак дунёсини тушунадиган аёлни ҳам.

Аёл бош мияси ва эркак бош мияси турли схемалар бўйича ишлайди. Масалан, эркакда ахборотни қабул қи-

либ узатувчи нутқ маркази битта, аёлларда эса – иккита. Сизнингча: «Эркак гапирганда аёл жим турса-да!» – деган мағрур ибора қаердан пайдо бўлган.

Жавоби жуда оддий, ҳаммаси бизнинг физиология-миздан келиб чиққан. Эркакнинг мияси худди йўл патрул хизмати инспекторининг рацияси сингари ишлайди. Инспектор хабар бериш учун рация тугмачасини босади ва гапиради. Хабарни қабул қилиш ва узатиш учун умумий каналдан фойдаланилганлиги сабабли бошқа инспектор бу пайтда гапира олмайди. Биринчи инспектор тугмачани кўйиб юборгандан кейингина иккинчи инспектор ўз рацияси тугмачасини босади ва гапира бошлайди. Улар худди мана шу тарика мулоқот қилишади.

Эркак гапира бошлаганда, у билан баравар кимдир гапира бошласа, у чалғиб кетади, ахборотни англай олмай қолади. Дейлик, мана шу физиологик нуқсон сабабли ҳам халқ орасидаги «аёл жим турса-да!» ибораси пайдо бўлган.

Аёл эса эркакнинг мияси ҳам худди ўзиники сингари тузилган деб ўйлайди. Мана бу Сизга таниш манзарами: тўртта аёл карам тўғрашяпти, бунинг устига бир пайтнинг ўзида уларнинг тўртталаси бараварига гапиряпти. Сен қараб туриб ҳеч нимага тушунолмайсан: «Улар бир-бирини эшитяптими ёки йўқми?» деб ўйлайсан. Аммо улар эса ҳаммасини эштади, ҳаммасини тушунади, уларнинг қабул қилиб узатиш маркази пойга машиналарининг поршени каби ишлайди.

Эркакларнинг мияси анча жўнроқ. Уларнинг мияси бундай юкламадан ҳиқичок тутиб қолади. Лекин бу аёлларнинг мияси кучлироқ экан, дегани эмас. Аёлларнинг интеллекти эркакларникига қараганда пастроқ, лекин тезлиги юқори. Миянинг максимал ишлаш тезлиги – интуиция деб аталади. Яъни интуиция лаҳза ичида мантиқий ечим топишнинг квинтэссенцияси.



Мантиқ – бу шилликкуртнинг тезлиги.
Интуиция – бу ёруғлик тезлиги.

Мадомики, Сиз билан миянинг ўзига хослиги ҳақида гап бошладикми, марҳамат қилиб айтинг-чи, Сизлардан қайси бирларингиз ҳамма аёлларни аҳмоқ деб ҳисоблайсиз. Ҳа майли... бўпти, бўпти... Аҳмоқ эмас... Яъни, айтмоқчи бўлганим, «ҳаммасини ...эмас айримларни».

Ким аёлларни «эркакдан кўра эси пастроқ» – деб ҳисоблайди? Энди эса: Ким аёлларни «эркакдан ақллироқ» – деб ҳисоблайди?

Диққат! Энди яхшилаб эшитинглар! Аёллар эркаклардан ақллироқ ҳам эмас, аҳмоқроқ ҳам эмас. Шунчаки улар... **БОШҚА-БОШҚА ОЛАМЛАРДИР!**

Эркаклар ва аёллар нафақат ташқи деталлари билан фарк қилишади, балки бош миядаги иш фаолияти билан ҳам тамоман фарқланадилар!

Фикр юритиш учун эркаклар кулранг моддадан фойдаланишади, аёллар эса оқ моддадан. Бош миядаги оқ моддалар кулранг моддаларга нисбатан миқдор жиҳатидан сезиларли даражада кам.

Яъни аёл фикрлаш жараёни учун миясининг кам ҳажмидан фойдаланади. Лекин бу ҳам ҳали эркакнинг ақллироқ, аёлнинг аҳмоқроқ эканини англатмайди.

Бош миянинг ҳажми кичкиналиги унинг яхши ишламаслигини, катта ҳажм эса унинг яхши ишлашини англатмайди.

Гап шундаки, оқ модда ўзининг тезлиги борасида кулранг моддадан тахминан 7-8 марта илдамроқ.

Буни тасаввур қилиш учун мисол: агар эркак кишининг мияси пиёданнинг тезлигида ишласа, уни саккизга кўпайтиринг, автомобилнинг шаҳардаги ўртача тезлиги ҳосил бўлади... бу аёллар миясининг тезлиги.

Пайкаган бўлсангиз, матнда вақти-вақти билан латифалар учраб турибди. Латифани ўқиш жараёнида турли жинс вакилларининг бошида нима юз беришини кўришни хоҳлайсизми?

Энди, бебаҳо вақтингизни куйидаги жиҳатга қаратинг-а.

Агар Сиз эркак киши бўлсангиз, аввал латифани ўқиб бўласиз. Сўнгра ўйлаб кўрасиз. Маълумот мантиқ ҳудудига қараб кетади: «Бу кулгилими?» Сўнгра мантикийлик ҳудудидан ҳис-ҳаяжон ҳудудига қараб келади: «Кулгили, кулиш керак!» Ундан кейин нутқ марказига қараб йўқолади: «Кулсанг-чи ахир! Бу кулгили-ку!» Ва кейин нутқ марказидан «Ха-ха-ха...» деган товуш янграйди.

Агар Сиз, аёл бўлсангиз аввалига «Ха-ха-ха» янграйди... қолгани эса кейин амалга оширилади...

Бу факт.

Кулранг моддалар мантикий занжирдан фойдаланади, бу эса жуда секин кечадиган жараён. Ундан ташқари кулранг моддалар бир пайтнинг ўзида иккита жараён билан ишламайди.

Эркак гапириб турганида эшитолмайди. Эшитиб турганида эса гапиролмайди.

Аёл киши эса бир пайтнинг ўзида гапириб, эшитиб, ошхонада нимадир қилиб, болаларни тарбиялаб, яна кўшни ҳовлида нима гап бўлаётганига ҳам кўз-қулоқ бўлиб туради...

Чунки аёлларнинг нутқ маркази оқ модда ҳудудида жойлашган. Шунингдек, ҳис-ҳаяжон маркази ҳам оқ модданинг ҳудудида жойлашган. Аёлнинг тил ва ҳиссиётлари бир пайтнинг ўзида ишлашни бошлайди! Бу эса ҳар қандай эркакни ақлдан оздириши мумкин!

Аёл киши гап сотишининг орасида ҳаммасини эшитиши, ҳаммасини тушуниши, таҳлил қилиши, хулоса чиқариши ва... гапиришда давом этиши мумкин.

Эркак киши учун бу тушунарсиз. Шу сабабли ҳам «Эркак гапирганда, аёл жим турса-да!» – деган ақида айнан эркакча ёндашув!

Мана, нима учун аёллар ҳамма эркакларни «эсипаст» деб ҳисоблашининг, эркаклар эса ҳамма аёлларни «аҳмоқ» деб билишларининг илмий асоси... Аслида эса на улар, на булар бир-бирларидан ақллироқ эмас!

Ҳақиқий эркак ва ҳақиқий аёл ҳеч қачон бир-бирини тушуна олмайди. Чунки эркак ва аёл – бу мутлақо бошқа-бошқа интеллект соҳиби демакдир. Ва бу айнан бир-бирига тортилувчи иккита қарама-қаршилиқлардир.

Шунинг учун ҳам айтишади-да: «Аёл қанча ақлсиз бўлса, эркак бу аёлни деб шунча ақлдан озади» – деб.

Нима учун табиат томонидан бир мавжудот, яъни одамзотнинг икки жинс вакиллари миясининг иш фаолияти турлича қилиб яратилган?

Шундай манзарани тасаввур қилинг. Ўрмонда буғулар тўдаси юрибди. Эркак буғу, урғочиси ва болалари. Тўда сардори қаерда турибди? Қаердадир баландга чиқиб олганча, атрофни кузатиб туради, тўғрими?

Урғочи буғу эса нима билан машғул? Шу яқин атрофда ўт чимдияпти, тўғрими?

Бирдан бутазор тарафдан нимадир шитирлагани эшитилди... Эркак буғу бу вазиятда қандай йўл тутади-ю, урғочи буғу қандай йўл тутади?

Эркак буғу, «Нима? Қани?» – ва қизиқиш билан овоз келган томонга боради. У ердан эса бўрилар галаси сапчиб чиқиб... қизиқувчан эркакка «қизиқувчилар учун мўлжалланган маълумот»ни тақдим қилишади.

Урғочи эса ҳар бир шарпадан ўтакаси ёрилганча, хавф-хатар йўқ деб ўйлаган томонга шаталоқ отиб қочиб қолади... ўзи билан бор бисотини ҳам олиб қочади, ахир шундай эмасми, эркаклар? Онасиникигами... Ёки дугонасиникигами...

Мана айнан шу – эркак ва аёл интеллекти ўртасидаги фарқ бўлади.

Агар улар кулранг моддалар ёрдамида ўйлаб, фикр юри-тишганида эди, бизнинг аждодларимиз аллақачонлар бу-талар ортида писиб ётган йиртқич панжасида ҳалок бўлиб кетган бўларди...

Урғочи хавф-хатарни яшин тезлигида ҳис қила олиши – бир пайтнинг ўзида чора учун хатти-ҳаракат қабул қилиши керак!

Эътиборингиз учун интуициянинг ўзи ҳам айнан оқ модданинг худудида жойлашган.

Агар эркак кишини ҳам оқ модда бошқарганида эди, унда: «Она, бола буғулар қочишга улгуришлари учун ўзим-ни қурбон қилишга боришим керак...» сингари фикр ҳеч қачон пайдо бўлмаган бўлар эди. Ахир бир гала бўрилар-га ем бўлишини олдиндан билган ҳолда яшириниб ётган жойидан бўриларнинг олдига чиқиб бориш, ғирт аҳмоқлик эмасми?!

Эркаклардаги бу ўзига хослик шафқатсиз саралаш босқи-чидан ўтган. Эркаклар миясидаги руҳий-ҳиссиётлар қисми бироз топталгандек. Ўз табиатига кўра эркаклар ҳиссиёт-ларга камроқ берилувчан бўлишади.

Ортиқча ҳиссиётли эркаклар кичкина хавф-хатарни сезган заҳоти жуфтакни ростлаб қолишган... Ва ўз аёлини ҳамда авлодини ҳимоя қилишмаган... бу ахир хавфли-ку! Ёки уларга мантиқийлик етишмай ўзининг модалари би-лан бирга шамшир тишли йўлбарслар писиб ётган йўна-лишга қараб қочган ва ҳаммаси бирга ҳалок бўлишган. Демак, уларнинг генлари вақт уммонида йўқолиб кетган, эврилишнинг азалий занжирлари орқали бизгача етиб келмаган.

Аёллар ҳам шафқатсиз саралашдан ўтишган.

Бунда аёлларнинг вазифаси табиий ўз болаларини хавф-сиз жойга олиб қочиш бўлган. Шу сабабли ортиқча қи-

зиқувчан урғочилар ҳалок бўлиб кетишган... Сизни ҳам, ҳурматли эмансипациялашиб кетган хонимлар, худди шу нарса кутяпти.

Мана шу тариқа фақат икки қўл, икки оёқ, икки кўз ва ҳақозоларнинг бир хиллиги билан ўхшаш бўлган, инсониятнинг аслида эса ички моҳияти мутлақо турлича бўлган икки хил зоти пайдо бўлди. Аёл ва эркак, улар – иккита ул-кан қарама-қаршиликдир.

Демак, агар Сиз ҳақиқий аёлни аниқламоқчи бўлсангиз, унга ниманидир тушунтиринг ва кузатинг. Агар у ҳамма-сини тушунса, у кўпроқ эркак бўлса керак, аввалига аёллар-нинг кийимини кийиб олади-да, кейин жунбушга тушиб, мен аёлман дея ҳуштак чала бошлайди. Тушунмадингизми? Демак Сиз – аёлсиз! Эркаклар эса бу шунчаки трансвестит-лар ҳақидаги ҳазил эканини тушунишди.



Мантиқий ақл – бу эркакларнинг худуди. Аёлларнинг худуди – эса ҳис-туйғудир.

Ҳис-туйғулар ўз имкониятлари бўйича мантиқий ақлдан кўп бора устунликка эга!

Ақл тайёр ёки қабул қилинган билимлар, тажрибалар билан ишлайди. Лекин, мабодо бу билимлар орасида «ер квадрат» сингари ёлғон билимлар тушиб қолса – ақл Ер-нинг бу шаклини, яъни «квадратнинг учларини ишлов бе-риш орқали текислаш кераклиги» борасида ҳулосалар қила бошлайди.

Аёл киши эса ҳис қилади... Сиз ҳар доимгидек бўлмағур нарсани гапираётганингизни!

Мисол учун, эркак уйга келади ва жуда мантиқий ра-вишда қаерда бўлганини, ким билан, нима билан шуғул-

ланганлиги тўғрисида дақиқасигача аниқликда гапириб бера бошлайди. Шундай силлиқ гапириб берадики, ҳатто бу гапларига ўзи ҳам ишона бошлайди! Аёл киши эса унинг ёлғон гапираётганини дарҳол ҳис қилади.

Холбуки, эркак ўз ахборотини мантикий асослашга шунча меҳнат сарфлаган эди, ҳатто қора терга тушиб кетганди! Аёл эса тинглаб туриб, йўл-йўлакай ҳаммасини тушуниб олади.

Пайқаганмисиз? Шундайми ахир?

Бош миянинг мана шу ўзига хослигида, тасдиқ ўз асосини топган, энг буюк шогирдларнинг барчаси – бу аёллар. Лекин энг фойдасизи ҳам улар. Энг мураккаблари эса эркаклар – лекин улардан қандайдир наф топса бўлади...

Нима учун? Ҳамма гап шунда-да.

Аёл киши учун янги билимни эгаллаш – қийинчилик эмас, улар ўзларини бундан камситилгандек ҳис қилишмайди. Мана шу сабабли ҳам исталган аёл ҳар қандай билимни бемалол қабул қила олади.

Эркак киши эса аввал ўзининг захирасидаги билимларини янги билимлар билан таққослай бошлайди. Чунки эркак киши ниманидир тушунса – буни комил ишонч билан тушунади! Уни бошқа бирон нарсага қайта ишонтириш қийин. Ишонтириш шунинг учун қийинки, эркаклар бундай ҳолатда ўзларини, гўё кимдир уларнинг олдинги комил ишончини тортиб олаётгандек тутадилар. Янги нарса олаётгандек эмас, аксинча эскисидаги ажралиб қолаётгандек – эътибор беринг-а! Ва у бундан ҳақиқий эркак сингари ириллай бошлайди: «Ир-р-р! Бу – меники! Бермайман!» Хонимлар, тасаввур қияпсизми, эркакларнинг онги қанақа ишлашини?!

Лекин эркак киши мана шу оз илмни, агар қабул қилса, у ҳолда бу илмни 100 фоизга қўллайди...

Аёл киши эса эгаллаган билимини деярли ҳеч қачон қўлламайди! Жон деб қабул қилади! Шод-хуррамлик билан

сақлайди! Роҳат билан баҳам кўради! Лекин ўзи камдан-кам қўллайди...

Аёллар табиатан буюк ташаббускорлардир, сал нарсага улар «Яшасин!!!» – дея олқишлайдилар ва бутун бошли аёллар армияси ортингиздан эргашади. Битта қадам ташлаб ортингизга ўгирилсангиз, улардан бирортаси ҳам қолмайди, сизнинг якка ўзингиз қолган бўласиз! Қарабсизки – улар энди бошқа жойда, бошқа бировни «Яшасин!» деб олқиш-лашяпти.

Эркаклар эса уларга нисбатан анча бефаҳм. Эркаклар бир марта сизни «Яшасин!» деб олқишладими – у ёғига қандай қийинчилик бўлишидан қатъи назар сиз билан бирга кетаверишади. Шаънингизга уларнинг бўралаб сўкишларини эшитишингиз мумкин, лекин улар сизни ташлаб кетиб қолишмайди. Эркакдаги ушбу бефаҳмлиқ қайсарлик ҳисоби-га мувозанатланади ва улар ўз кўзлаган мақсадларига қадар етиб бора оладилар.

Марҳамат қилиб ўйлаб кўринг, қайси бири яхши? Сизнинг ўнг қўлингиз яхшироқми ёки чап қўлингизми? Қачонки Сизда уларнинг иккаласи ҳам бўлса – яхши! Тўғри эмасми?

Эркак бўлиш – бу турган-битгани бахтсизлик. Аёл бўлиш – бу бутунлай бошқа фожиа! Мана шу икки турдаги фожиалар қаршимда туриб олиб, бири чапдан, бири ўнгдан: «Ҳақиқий эркаклар йўқ!», «Ҳақиқий аёлларни аллақачонлар илиб кетишган» деган мазмундаги доимий ашуласини бошлашса қанақа жазавога тушишимни тасаввур қияпсизми?! Гарчи мен минг-минглаб навбатда турганларни кўрсамда, улар нима учундир бир-бирини кўрмайдилар, пайқамайдилар ҳам!

Камтарин кулингиз кўп йиллардан буён бу каби сўққабош, шўрпешоналарнинг мотамсаро юришига гувоҳ бўлиб келмоқдаман! Мана, бугун Сизгача ҳам етиб келдик, кадр-ли китобхон!

Табассум қилинг, менинг азиз китобхоним, табассум қилинг! Ҳаёт шундай гўзалки!

Ҳаёт иккита бир хил ва иккиси ҳам фойдасиз бўлган мавжудотлар – яъни эркак ва аёлдан пайдо бўлади. Улар бирлашганларида янги куч пайдо бўлади. Ахир бу мўъжиза эмасми?!



Сизлардан кимда-ким ўзида мана шу аёллик негизи ва эркаклик негизини бирлаштира олса, ўша одам энг буюк қобилиятлар эгаси бўла олади. Лекин бу ҳаётда камдан-кам учрайдиган ҳодиса!

Эркак ва аёллар тўғрисидаги маълумотлар билан танишишда давом этамизми?

Эркак ва аёл нима ҳақида гаплашишмасин, эркак ҳар доим аёлга бўлғуси эҳтирос объекти сифатида қарайди. Бу табиий ҳолат. Албатта, буни тамоман оқлаш керак демоқчи эмасман. Шарқда буни кўз зиноси, дейдилар.

Ташки қобик худди илмий конференция бўлаётгандек ёки стол атрофидаги шунчаки мулоқот ёхуд маданий суҳбат сифатида кўриниши мумкин, лекин ҳар бир эркак киши рўпарасидаги аёлга қараганида аввало бу аёлнинг фақат аёл эканлиги тўғрисида ўйлайди.



Эркак ва аёл ўртасидаги барча муносабатларнинг илдизида маданийликка, маънавийликка трансформациялашган ва ўзининг белгиланган чегарасига эга бўлган жинсий муносабат ётади.

Муҳандислик конструкцияси бўйича илмий конференцияда эркак ва аёл ўтирибди. Эркак – оддий слесарь, уйланмаган. Аёл – техника фанлари доктори, турмушга чиқмаган. Эркак агар имконияти бўлса аёлга уйланмоқчи! Аёлда бошқа танлаш имкони йўқ – бу сайёрадаги уйланмаган энг сўнги эркак. Қандай қилиб бўлса ҳам уни ёнига жойлашиб олиш керак, акс холда бунисини ҳам илиб кетишади!

Ва улар мулоқотга киришадилар. Эркак қандайдир конструкциялар ҳақида гапира бошлайди. Лекин аёл маълумотли-ку ва у эркакка ўзининг ўқимишли эканини кўрсата бошлайди, зўр бериб, уни ўз фикрига ишонтира бошлайди.

Бўлди! Аёл энди бу эркакни ҳеч қачон қўлга киритолмайди, чунки у эркакка эркакнинг ожиз томонини кўрсатди. Аёл киши эркакка ўзининг ундан кучлироқ эканини ошкор қилиб қўйди! Бўлди! Фильм тугади! Энди яна давом этамиз, эркаклар, марҳамат қилиб шу ҳолатни тасаввур қилинг, қандайдир аёл Сизнинг оёқларингиз, бурнингиз ёки қулоғингизга қараб туриб бундай деб қолса: «Бу-й, даҳшат-ку! Бунча хунук қийшиқ ёки тарвақайлаган бўлмаса!»

Эркаклар, Сизга савол: Сиз қачондир бўлса ҳам бу аёл билан қайта учрашасизми? Йўқ! Сиз қачондир бўлса ҳам бу аёлни унута оласизми? Бунга ҳам йўқ! Сиз бу тасқара аёлни доим лаънатлаб юрасиз. Тўғрими?

Аслида биз ҳозир муҳандислик конструкцияси ҳақида гапирмаяпмиз ва Сизнинг қийшиқ бурнингиз ҳақида ҳам эмас... Биз Сиз билан хатти-ҳаракатларимизнинг асоси ҳақида гапиряпмиз. Сиз қанчалик даражада маънавийлашган бўлишингиздан қатъи назар, ижтимоий хатти-ҳаракатлар билан қанчалик даражада пухта таъминланган бўлишингиздан қатъи назар, Сизга қандай маданиятнинг кадриятлари: хоҳ у американча, хоҳ хитойча ёки русча бўлсин пайвандланган бўлишидан қатъи назар булар сабаб Сизнинг ички аъзоларингизнинг ўрни бошқа жойга кўчиб

ўтмайди. Насл орттириб кўпайиш даражасидаги хатти-ҳаракатлар ҳам бундан ўзгача бўлиб қолмайди.



Агар аёл киши эркак кишининг ҳирсий жихатдан устун келишига қарши зиддиятга борса, бу аёл эркакнинг рўйхатидан ўчади.

Ўрмонда уч бошли аждар пайдо бўлибди. Ҳамма хайвонларни йиғишибди. Аждарнинг бир боши ҳеч ким қочиб кетмаслиги учун кўз-қулоқ бўлиб турибди, бошқаси ёзипти, учинчиси сўрок олиб боряпти.

Сен кимсан?

Мен бўриман.

Ёзиб қўямиз – «бўри». Эртага менинг олдимга «нонушта»га келасан! Кейингиси!

Мен тулкиман.

Ёзиб қўямиз – «тулки». Эртага менинг олдимга тушликка келасан! Кейингиси!

Мен айикман.

Ёзиб қўямиз – «айик». Эртага менинг олдимга кечки пайт келасан. Сен бизга кечки таом бўласан! Кейингиси!

Мен қуён-м-а-а-н.

Ёзиб қўямиз – «қуён». Менинг олдимга сен...

Май-л-и-м-и, майли-м-и мен келмасам?

Майли! Ўчириб ташлаймиз... Кейингиси!

Энди бошқа вазият – аёл Сизнинг бесўнақай, қийшиқ бурнингизга қарайди-да бундай дейди: «Бурнингиз қандай кўркам ва келишган экан!» Сизнинг реакциянгиз? Бошқалар билан солиштирганда у Сизнинг рўйхатингизда қайси ўринга чиқиб олади? У энди ягона! Шундай эмасми, эркаклар?!

Биз ҳозир «бурнингиз»нинг катта-кичиклиги ҳақида гапирмаяпмиз, биз ҳозир муносабатларни яратиш пойдевори ҳақида гапираяпмиз.

Умуман бу гап мутлақо бурунга тегишли бўлмаслиги ҳам мумкин...

Хонимлар, қулоғингиз динг бўлсин. Сиз бўйнига ола хуржун илишни хошлаётган бу телбага бир қаранг. Ўзингизнинг бу истагингизни кўрсатишнинг уларга кераги йўқ, ўзингизнинг ўқимишли эканингизни ҳам сездирманг, энг муҳими ўзингизнинг ундан устун эканлигингизни мутлақо сир тутинг. Қанақа шаклда бўлмасин, устунлигингизни кўрсатиш керак эмас... Эркак қандай беъмани гап гапиришидан қатъи назар, Сиз унга қараб турасиз-да, «Қандай бамаъни ва зўр фикр экан!» дейсиз. Турли жумлалар билан, лекин аслида битта маънода...

Нимага дейсизми? Чунки, нафақат аёллар мақтовнинг қули бўлишади! Эркакни ҳам қўлга ўргатиш мумкин – фақат мақтов ва қойил қолиш йўли билан. Сиз эркак билан солиқ тўлаш декларациясини тўлдириш ҳақида гаплашасизми ёки дунёдаги сиёсий вазият ҳақида, эркак қулоғи билан эшитмайди, кўзи билан кўрмайди, у ҳар қандай қарама-қарши жинс вакилини аввало аёл сифатида тан олади ва ҳис қилади.

Ўзингизни тутишингиз, ўзингизнинг хатти-ҳаракатингиз билан ва бошқа ҳолатлар билан ҳам ҳеч қачон эркак кишига унинг ожизлигини кўрсатманг. Эркак кишининг кўнгли жуда нозик бўлади, унинг қалбини ардоқланг, кадр-қийматини сақлай билинг. Унинг дилига озор етказмасликнинг ўзи етарли. Бошқа барча нарсаларда у Сиздан анча бақувват, кадрли хонимлар!



Ўзининг шахсий устунлигига нисбатан ҳар қандай шубҳангизни эркак киши эркаклик шаънига, ориятига нисбатан суиқасд сифатида қабул қилади!

Албатта, мен бўрттиряпман, лекин бу фақат Сизга фикрларим янада чуқурроқ етиб борсин, деган мақсадда қилинаётган ҳаракат, холос.

Энди эса, кадрдонларим, бошқа мавзуга ўтиш учун руҳсат беринг. Катта бизнесингиз учун қандай қилиб кадрларни танлашингиз лозимлиги ҳақида бироз гапириб ўтмоқчиман.

Эътибор беринг, мен кичик ва ўрта бизнес ҳақида гапирмаяпман. Мен Сизга катта бизнес дунёсини кўрсатяпман. Тушунарли бўлиши учун, келинг, Сиз билан тахминий миқдорни келтирамиз. Кичик бизнес – 30 нафаргача бўлган одам. Ўрта бизнес – 150 нафаргача бўлган одам. Катта бизнес... Мана менда, масалан, тахминан 7000 нафар ходим ишлайди.

Аслида эса менинг ходимларим бор-йўғи беш одам. Мен фақат улар билан мулоқот қиламан. Қолганлари мени қизиқтирмайди. Қизиқтиради албатта, лекин улар билан мулоқот қилиш учун менда вақт ҳам имконият ҳам йўқ.

Қолаверса... Мен, ўзим ишламаслигим учун бош директорни ҳам ишга ёллаганман. Агар ўзим ишлайдиган бўлсам қолганларни бошимга ураманми? Улар менга фақат битта вазифа учун керак, яъни улар менинг фақат ўзимга хуш ёқадиган масалалар билан шуғулланиб, роҳат-фароғатда яшашимни таъминлашлари лозим.

Беш нафар одам – бу жуда кичкина жамоа. Бу ерда раҳмдиллик ва тажриба учун жой йўқ. Чунки уларнинг ҳар бири ордидан эргашган минг-минглаб кишиларга йўлбошчи бўлиши керак. Ўша – беш нафар раҳбарларим минглаб одамлар учун ота ва она бўлиши керак, улар ҳақида ғамхўрлик қилиши, уларнинг ҳаётида ҳамма нарса тўқис ва бадастир бўлиши учун ғамхўрлик қилишлари керак.

Мен қандайдир имиллаган, ожиз одамни директор қилиб ололмайман. Менга у билан, «Кўлингни ювдингми? Тишингни тозаладингми?» деб гаплашиб ўтиришнинг қизиғи йўқ.

Демак, бизга юкори сифатли бошқарувчи, етакчи керак бўладиган бўлса, у ҳолда барча нарса аҳамиятга эга – жинси, салоҳияти, истеъдоди. Эркак – етакчи, лекин унинг ўз минуслари, яъни салбий жиҳатлари бор. Аёллар... улар ўз табиати, феъл-атвориға кўра сақловчилардир, улар ўз атрофида доим тартиб ўрнатишади. Лекин бу ўрнатилган тартибни кўриб, баъзан «дод» деб юборгингиз келади.

Эркаклар, марҳамат қилиб айтинг-чи, иш столингизни аёл киши йиғиштириб, тартибга келтиргач, унга қараш қандай ёқимли, тўғрими? Саранжом-саришта. Лекин шундан кейин керак бўлган ҳамма нарсангизни топиш учун, столининг устида қулай ижодий ҳолатни ҳосил қилиш учун бизга бир неча кун керак бўлади?!

Лекин бир савол: нима учун аёл кишида ўз атрофида тартиб ўрнатишга интилиш бу қадар кучли? Чунки улар ўзларининг миясида етишмаётган нарсага ҳаммиша эҳтиёж сезадилар. Уларнинг бошларида аслида бошдан-оёқ хаос, тартибсизлик ҳукмрон.

Эркакларда эса айни бу маънода ҳаммаси жойида, тартиб жойида, уларга хаос етишмайди. Мана шу сабабли ҳам юкоридагидек «ижодий муҳит»ни яратишади. Тамаки қолдиғи қаҳва финжонида, қаҳванинг банкиси туфлининг ичида, шиппак компьютернинг устида, дастрўмолча кулоққа тикилган, уни кулоғидан олиш хотирасидан кўтарилган. Ва энг қизиғи, улар бундан маза қилишади. Бу «эркакларга хос меъёрдаги одатий ҳолат» дейилади.

Лекин росмана ҳаёт қаерда туғилади? Ҳаёт хаосда туғилади.

Мен бир гапни кўп айтганман ва яна такрорлайман. Эркак ўз ташкилотига бир томчи қувонч, бахт олиб келади. Эркак бир томчи ҳаётни аёлнинг қаърига жо қилади. Аёл киши эса ундан бутун бошли инсонни яратади.

Қиёслаш ўтказинг, механизмини қараб чиқинг, ким ва қаерда нима яратапти.

Бу табиий фаввораларни, улар ўз атрофида янги нимадири ишлаб чиқаришлари учун, ўз жойига қўйинг. Ҳар томчидан катта одам ярата оладиганларни ўз жойига қўйинг. Уларнинг жойлашиш ўрнини зинҳор адаштириб юборманг.

Барча масалаларга моҳиятан ёндашган маъқул. Кадрларни қандай танлашни қараб чиқинг, қаерга, нима учун, қайси мажбурият юзасидан, дегандай. Ҳаётга амалийлик нуқтаи назари билан қараш қонуни, ҳаётни ўрганиш қонуни ҳамма ерда бир хил. Одамлардаги кучли томоннинг ва ожиз томоннинг намоён бўлиш тамойили ҳам бир хил. Аёллик моҳияти минг-минглаб йилларнинг синовидан ўтган. Аёл киши ҳеч қачон ишда таваккалчиликка йўл қўймайди. Агар Сиз аёл кишини ишлаб чиқаришни ривожлантириш масалалари бўйича директорлик лавозимига ишга қўйсангиз, бу Сизнинг ташкилотингиз ривожланиши тугаганини англади. Бу аёл ўзи билмаган ҳолда жимгина зимдан ривожланишга қаршилиқ кўрсата бошлайди. Нима учун эканини билмайди, лекин бу ерга бурун тикиш керак эмаслигини, ривожлантиришни режалаштириш керак эмаслигини аниқ билади. Бизда ҳаммаси яхши-ку, 15 нафар одамнинг ҳаммаси жимгина ишлаб ўтиришибди. Ҳамма нарса жойида, ейишга бор, кийишга бор.

Аёллар буюк консерваторлар бўлишади. Демак, раҳбар лавозимлардан бирида албатта аёл киши бўлиши керак. Лекин уни консервация марказига, тартиб марказига қўйинг. Бош ҳисобчими, омборхона мудирими, тайёр маҳсулотлар цехининг директорлигигами. Ўлса ўладики, лекин Сизнинг бу бўлинмангизда тартиб ўрнатади. Агар Сизда бундай бўлинма иккита бўлса – иккита аёлни ишга олинг.

Ривожлантириш чиндан ҳам зарур бўлган ҳудудга, доимий сарф-ҳаражат талаб этиладиган, таваккалчилик билан қарорлар қабул қилиш лозим бўлган ҳудудларга эса албатта, эркак кишини қўйинг.



Кадр танлашда майда-чуйда деган гап бўлмайди!

Мен ҳозир худди кадрлар ҳақида гапираётгандекман, Сиз эса, кадрли китобхон, қулоғингизга қуйиб олинг, Сиз буни ўзингизнинг еру кўкка ишонмайдиган жуфтингизни излаб топишда ҳам қўллашингиз мумкин. Ахир ўзингизга бир умрлик йўлдош танлаясиз! Сиз ёнингизда, эҳ-ҳе, қанақа умр йўлдоши бўлишини хоҳлайсиз-ку!

Энди, бироз тарбия ҳақида ҳам гаплашамиз.

Оддий бир мисол келтираман. Бизларнинг ҳаммамизда ҳам иккита қўл, иккита оёқ, икки қулоқ бор ва тахминан бир хил ҳажмли мия эгасимиз. Бироқ, миямиз нима билан тўлдирилган? Ким томондан тўлдирилган? Қандай қилиб тўлдирилган?

Келинг, таълим олишнинг ўз ҳолига ташлаб қўйилган ҳолатини кўздан кечирамиз. Айтайлик, ота-она банд бўлган, маошлари кам, ўзлари – ёлланма ишда ишлашади. Бизнинг ошқозонимизни тўлдириш учун, яшаш жойимизни таъминлаш учун, киядиган, кийимимиз бўлиши учун ота-онамиз эрталабдан кечгача ишда бўлишган. Номоддий бўлган нарсалар – айтайлик инсоний қадриятларни бизга сингдириш учун уларнинг вақти кам бўлган.

Энди бизда нима, қандай фазилат ва сифатлар ривожлана бошлайди? Биз ҳамма қатори «вовиллаш»ни, ҳамма қатори маърашни бошлаймиз. Биз ўз атрофимизни ўраб турган тўданинг хатти-ҳаракатлари, одатларидан нусха кўчиришга тушамиз.

Масалага моҳиятан ёндашган ҳолда, таққослаш ўтказамиз.

Мисол тариқасида «дала ховли» деб аталмиш пробиркани оламиз. Ўрмонда, ялангликда дала ховлилар жойлашган

посёлка. Бу ерда ҳаммага 20 сотихдан ер беришган. Ва бу 20 сотихни шартли равишда «бизнинг ҳаётимиз» деб атаймиз.

Ота-онага Парвардигор табиатан 20 сотихдан майдон берди. Сўнгра Сизнинг 20 сотихингиз пайдо бўлди. Участкаларнинг бирида ота-она олча, олма, гуллар экади – энг эзгу ва инсоний қадриятлар уруғини қадади. Бу ахир меҳнат-ку, тўғрими?

Ўзининг дала ҳовлисига «ўзинг яшайвер, бу сени ҳаётинг-ку!» деб айтиш ва ўз ишлари билан шуғулланиш ўрнига, ота-оналар болалари чегарасида ўралашади. Чунки бу ерда ҳам ҳар доим бўлиши керак, иш вақтида ишхонада меҳнат қилади, сўнгра бўш вақтида дала ҳовлида тер тўкади.

Йил бўйи ишлайсан, ер ковлайсан. Оқибатда эса икки челақ картошка ва уч дона олмага эга бўласан. Лекин бунинг учун қанча меҳнат сарфланди!

Кимдир эса бу борада шундай дейди: «Яхшиси, мен мактабнинг ҳақини тўлайман, яъни дўконга пул тўлаб, бир яшик олма ва бир қоқ картошка оламан». У шундай қилиб, ўзининг маънавий меҳнат юкини мактаб гарданига ёки тасавуридаги «эзгу хизматлар бюроси»га юкламоқчи бўлади. Оқибатда эса фарзандларимиз икки хил тоифада улғайишларига шароит яратилмоқда.

Бундан биз нимага эга бўламиз? Баъзи бирларида инстинктдан ташқари ота-онаси томонидан экилган инсонийлашган бироқ аслан ёввойи ҳис-туйғулар ўсяпти. Олмалар ҳам ёввойи, ноклар ҳам ёввойи. Лекин у ерга одам учун керакли, фойдали инсоний қадриятлар қўшилган. «Ахлоқ» тушунчаси ва ҳоказо «нима яхши-ю, нима ёмон» тушунчаси, «ор-номус» тушунчаси, «хоинлик» тушунчаси. Ахир бу меҳнат-ку – гапириб бериш, кўрсатиб бериш. Ундан ташқари сен болангга шахсан ўзининг тимсолингда ибрат кўрсатишинг керак.

Бошқа гуруҳда эса 20 сотих ер эса ташландиқ аҳволга келиб қолган. Фарзандлари одам эмас, аллақандай махлуққа айланиб кетган. Уларни инстинктлар фойдасига хизмат кўрсатиш йўлида «сабзи жаноби олийлари» бошқаряпти. Бойси улар икки оёқда юрувчи ва гапиришни биладиган ҳайвонга айланиб бўлишган. Уларнинг барча қизиқиши рефлексларни қондиришга бориб тақалади.

Биринчи гуруҳдагилар ҳам ўзларининг рефлексларини қондириш билан машғул. Лекин уларнинг яна битта «аҳмоқлиги» ҳам бор – ота-оналари томонидан қолдирилган боғни парвариш қилиш. Телбалик эмасми-а? Бу гуллардан қарам шўрва пишириб бўлмаса, эгатлардаги ўсимликлардан салат тайёрлаб бўлмаса. Биринчи гуруҳдагиларнинг ўзлари атиргул ўстиришади. У ерга қанчалар меҳнат сарфланган! Бу вақт ичида юз минг ишлаб топса бўларди!

Иккинчи гуруҳдагилар ўзларига нима керак бўлса сотиб оладилар. 100 сўм бердингми, мана сенга атиргул. Бу ерда жуда катта хавф-хатар бор – аслида дўзахга элтувчи энг осон йўл шу. Иккинчи гуруҳнинг тутган йўли оддий одам учун дўзахга элтувчи манба!

Биринчи гуруҳдагиларда виждонийлик ҳисси жуда юқори. Иккинчи гуруҳдагиларда эса у мутлақо йўқ. Келади, кўради, ичади. Келди, кўрди, паққос туширди. Келди, кўрди, нафсини қондирди. Яна қанақа ор-номус ҳақида гап бўлиши мумкин? Қанақа виждон ҳақида гапириш мумкин?

Биринчи гуруҳдагилар эса эстафета бўйича узатиладиган «инсонийлик» деб аталувчи хасталиқдан азобланишади. Баъзан улар ҳам «Келди, кўрди ва нафсини қондирди» тарзида иш тутишни иташади. Лекин виждоннинг «оғзини ёпиб» бўлмайди-ку! Ва натижада улар ўзларидан хавфсиз раб, бошқаларга ёмонлик қилишга тушадилар.



Ҳайвоний эҳтиросларни чегаралаш – мана ота-она ўз фарзандига нимани жо қилади! Виждонсизликни чегаралаш, пасткашликни чегаралаш, ёвузликни чегаралаш!

Шу сабабли ҳам баъзи инсонларда яхши сифатлар кўп бўлади, бошқаларда эса ҳеч вақо бўлмайди.

Энди тасаввур қилинг – дейлик, Болтавой «янги бой-вачча»лардан. Унинг олдига Эшмат келиб бундай дейди: «Болтавой, менга ёрдам бер, бир қоп ахлат бериб тур, кара, сенинг боғингда тўлиб ётибди!»

Мен пул ёки бирор хизматни назарда тутаяпман.

Ундан кейин эса Тошмат келади-да, Болтавойга қараб: «Дўстим, сен Эшматга гўнг берибсан, менга ҳам керак», – дейди.

Иккаласи ҳам бир қопдан уйига ўғит кўтариб кетишди. Эшматнинг боғи парваришланган, гуллар, сабзавотлар, мевали дарахтлар экилган. Тошматнинг боғи эса ташландик ахволда, ёввойи ўт босиб кетган, у ерда газанда ўт олабута билан чирмашиб ўсиб ётибди. Уларнинг иккаласининг боғи ҳам ўғитланади. Нима юз беради?

Эшматнинг боғидаги гуллар янада ифор беради, сабзавотлари янада мазалироқ бўлади! Тошматникида эса – газанда ўт елка кенглигидан ҳам ошиб кетган, шўра одам бўйдан баланд бўлган – бу ернинг ҳосилини ейсан ва ўласан!



Демак, ўзингизга кадрларни излаётганингизда унинг оиласидаги ўзаро муносабатга диққат қаратинг. Уларнинг виждон, ор-номус ҳақидаги тушунчалари қандай эканига эътибор беринг.

Масалан, менда битта бош директор бор, мутлақо бефаҳм. Лекин унда «ор-номус» тушунчаси устувор. Яхшиси, бефаҳм бўлсада, лекин ҳалол директорга эга бўлган маъқул, жуда ақлли-ю, лекин энг ноқулай пайтда орқанга пичок санчиб қоладиганидан худо сакласин. Чунки агар Сизнинг миллион долларингиз бўлса, Сиз мутлақо бошқа одамга айланасиз. Бироқ, агар юз миллион долларингиз бўлса, Сиз биратўла йиртқичга айланиб кетишингиз ва бу ҳам етма-гандек барча дўстларингиз ва ҳамкорларингизни ямламай ютиб юборишингиз ҳам мумкин. Чунки бошқаларга ёмонлик қилишдан Сизни саклаб қолувчи ташқи омиллар бўлмаса, унда Сизни фақат ичкилари – туғилганингиздан сизда мавжуд бўлган ва ота-онангиз томонидан пайвандланган феъл-атворингиз ижобий қирралари ушлаб қолади.



Келгусида ҳаётингизга кириб келадиган ва муҳим ўрин тутадиган, Сизга яқин бўладиган одамларни синчковлик билан танланг. Чунки улар билан бирга уларнинг ҳаёти ҳам Сизга таъсир қилади!

Фақат пулни ўйлайдиган очкўзлар Сизга керак эмас. На бизнесингизда, на оилангизда. Фақат пул топишни билган одам билан бизнесни юритиб бўлмайди. Бизнеснинг бош мақсади фақат пул топишдангина иборат бўлса, у албатта издан чиқади, хонавайрон бўлади.

Бу одамда очкўзлик борми, йўқми, шуни тушунишга ҳаракат қилинг. У ўзидаги шу қусурни бошқара оладими ёки ўз ҳолига ташлаб қўйганми. Очкўзлик қўрқинчли иллат, унга қанча ён берсанг, шунча нафси ортиб бораверади. Ни-

мага қўшсангиз, ўша ортиб боради – бу табиий қонуният. Пулга бўлган очкўзлик касали деярли бедаво.

Катта бизнесменлар доирасида пул ҳақида гапириш хунук одат ҳисобланади, бу ҳақда оғиз очишинг билан гапга гапга қовушмай қолади. Чунки бу зерикарли суҳбат. У нимага керак? Яхшиси, бошқа бирор-бир қизиқарли мавзу ҳақида суҳбатлашайлик!

Қаердаки, қалб етакчилик қилаётган бўлса, олдинда ижодкорлик завқи, сурури пайдо бўлса, қолган ҳамма нарсага эришса бўлади. Энди, кадрли китобхон, бу масалани ҳам бироз кўриб чиқайлик.

Эр ёки хотинни юрагингиз амрига кўра танлайсиз. Тўғрими? Дўстингизни ҳам. Сизнинг яқин дўстларингиз борми? Ким биландир дўстлашганингизда дўстлик учун нимадир таъма қилиш фикри ҳеч хаёлингиздан ўтадими?

Юқорида айтиб ўтганимиз мана шу корхонангиздаги етакчи одамлар – бу Сиз учун энг азиз инсонлардир. Сиз уларга ўз ҳаётингизни ишонасиз, улар эса Сизга ўз ҳаётини ишонади. Сиз уларга ўз ҳаётингизни бағишлайсиз, улар – Сизга. Демак, бундай одамларни танлашда жуда талабчан бўлиш керак!

Кимларни излаймиз? Етакчиларни! Илтимос, албатта уларнинг ташқи омилларига эътибор қаратинг. Ва уларнинг ички сифатлари ҳақида ҳам унутмаслик керак. Аниқ бир ҳудудни бошқариш учун бу одам қандай сифатларга эга бўлиши кераклигини белгилаб олинг ва шу сифат йиғиндиси-га эга бўлган одамни изланг.

Демак, ходимларни излаш мавзусини давом эттирамиз. Бу ижодий иш, кадрли китобхоним. Ходимларни зинҳор турли газеталарда берилган рекламалар орқали ишга қабул қилиш мумкин эмас. Чунки бу одамлар ҳаётда ўзлари ҳеч нимага эриша олишмаган, ҳеч нимага эриша олмагач, охир-оқибат ўзларини бозорга солишган.

Машғулотларимда кўпинча шундай бир мисол келтираман: «Қаранг, қандай қизик газета, хўш бу газета нима ҳақда, унинг бутун моҳияти газетанинг номиданоқ аён: «Кўлдан кўлга» – яъни кўлдан-кўлга ўтиб юрувчи мутахассислар. Улар ҳеч нимага ярамайди. Чунки уларда мен айтган асосий бешта ходим учун керак бўлган энг муҳим жиҳатлар йўқ – биринчи навбатда ўзига нисбатан садоқат йўқ. Ўзини сотувга кўйган одам у ёғига ҳам сотилишда давом этаверади. Барча моҳият мана шунда.

Иш изловчилик – бу клиник ташхис. Қачонки ўзинг иш ўрни ярата олмасанг, ўзинг бошқаларга маош бера олмасанг – бу ҳам руҳий нуқсоннинг ўзига хос шаклидир. Эҳтимол Сиз ҳам эълон бергандирсиз, хижолат бўлманг, баъзан шунақаси ҳам учрайди. Бизларнинг ҳаммамиз ҳам хастамиз. Лекин тузалиш керак, соғайиш керак!

Масалан, бир неча йил олдин бир киши билан бир соатча мулоқотда бўлдим, охир-оқибат унга: «Мен Сизга ойига беш минг доллардан тўлашга тайёрман, фақат тез-тез учрашиб, мулоқот қилиб турсак бўлди», – дедим.

У мendan: «Бунинг учун мен нима қилишим керак бўлади?» деб сўради.

Унга, мен билан йил давомида мулоқот қилиб борасиз, дедим. Хоҳлаган мавзуда мулоқот қиламиз. Мен Сизни тажриба куёни сифатида ишга оламан. Зеро, Сиз омадсизликнинг ёрқин намунасидирсиз. Сизда ҳар бир гапдан кейин такрорланадиган иборалар: «Мен ботқоққа ботиб қолганман, бир умр ботқоқда қолиб кетганман! Мен биринчи хотиним билан ажрашганман, энди эса иккинчи фарзандим ҳалок бўлишидан кўрқяпман!» каби нолишдан иборат, – дедим.

У бутун мулоқот мобайнида уни яшашга ўргатишимни хоҳларди. Мен эса унга: «Йўқ! Кадрдоним, мен ўзимдан кучли одамни нимагадир ўргатишга қодир эмасман. Лекин Сиз бутун кучингизни омадсиз бўлишга қаратгансиз. Сиз

ожизликнинг эталонисиз! Сиз бу билан шундай фахрлана-сизки, бу ҳақда, қандай омадсиз эканингиз ҳақида бир соатдан буён тўхтовсиз гапиряпсиз. Ҳатто фахру ғурур ҳисси-дан чўчкачадек чийиллаб ҳам қўйяпсиз!» – дедим.

Мен бундай ноёб нусхани узоқ изладим. Зеро, росмана ожиз одамнинг ёрқин намоёндаси, бир соат ичида мендан бутун ҳаётини қувватни шимиб оладиган одамни мен биринчи марта учратган эдим. Кейин унга: «Сизга бир йил чидаб бераман, агар ўлиб қолмасам, мен сизни тинглаб бораман. Олдиндан Сиздан йилига икки ой таътил сўрайман. Бундан хавотир олманг. Табиийки, эллик минг долларни мен барибир Сизга беришга, Сизнинг турли-туман вариантлардаги дийдиёларингизни эшитишга тайёрман», деган фикримни билдирдим.

Нақадар шўрпешоналик. Бундай одам билан мулоқотдан кейин қоладиган бўм-бўшлик ҳисси. Лекин! Худди шундай нусха бизларнинг ҳар биримизнинг ичимизда ўтирибди. Тўғрими?

Суҳбат асносида у менга: «Мен бор газеталарнинг ҳам-масига, интернетга, барча нуқталарга «Иш изляпман» деган эълон жўнатганман», деди. У доим иш қидирган. Мен ўзимни тутолмай, бу бечорага қараб: «Ўзингизнинг хусусий ишингизни очинг!» деб қўйдим. У очди. Энди эса доим мени ўзининг ишига раҳбарлик қилишимни, ходими бўлишимни, ҳомийлик қилишимни хоҳлайди... ёки буларнинг барига раҳбарлик қилишимни хоҳлайди.

Ожиз одамларни рағбатлантирманг, акс ҳолда улар Сизни бир умр таъкиб қилиб юришади. Кучли одам Сизнинг ривожланишингиздан қувонади, чунки у ўзининг кучига ишонади, у ўзини катта ҳарфлар билан ёзиладиган Инсон эканини ҳис қилади. Сизга ҳам худди шундай деб қарайди, шу сингари муносабатда бўлади.

Кучли одам ёрдамнингизга, яхшилигингизга яхшилик билан жавоб бериш кераклигини билади. Кучли одамда Сизга

нисбатан ҳар доим миннатдорлик туйғуси ва ундан кўпроқ ҳурмат ҳисси бўлади.

У Сизга қилган яхшиликларингизни юз баробар ортиги билан қайтаради!

У ҳаётининг оғир дамларида Сизга ишонса бўлишини, Сиз ишонч ва эҳтиромга муносиб инсон эканингизни биларди ва вақти келиб Сиз у билан жуда қалин дўст бўлиб қола-сиз.

Ҳатто Сизни кўрганида ўзининг ўтмишдаги ожизлиги-ни эслаб, хижолат ҳисси пайдо бўлган тақдирда ҳам... у бу бегона ўт-ўланларни олиб ташлайди! Чунки у ўзига тегиш-ли ҳудудни бегона ўтлардан тозалаб туришга одагланган.

«Агар дўстингни синамоқчи бўлсанг, унга қарз бер!» – деб бекорга айтишмаган.

Аслида эса Сиз қарз берганингиздан кейин бу одам Сиздан узоқлаша бошладими, хурсанд бўлинг. Яратганининг ўзи йўлингиздан бундай пасткашни осонликча олиб ташла-гани учун, шукронасига садақа беринг.

Ожизликлар ҳар доим хиёнатга олиб келади. Чунки сен қандай алла айтмагин, нима деб кўндиришга уринмагин, қандай эртак тўқимагин, агар чақалоқ ичини бўшатгиси келса, у барибир ичини устингга бўшатади.

Ожизлик эгаси ўзига ризқ бериш учун узатилган қўлни кесиб ташлаш кўринишидаги паталогик интилишига му-вофиқ унинг ожизлигига гувоҳ бўлган қўл эгасини нариги дунёга даф қилсам, дейди. Ожиз одамларга ёрдам берганингиздан кейин, улар Сизга бир умрлик душман бўлиб қола-дилар. Ҳатто шу пайтгача Сизга нисбатан бефарқ бўлишса ҳам қилган саховатингиз билан Сиз уларда душманлик ҳис-сини, нафрат ҳиссини уйғотасиз, холос.

Ожиз одамга ёрдам кўрсатиш билан Сиз ўзингизга ёвуз душман орттириб оласиз.

Сизнинг кўрсатган ёрдамнингиз у томондан ҳақорат, кам-ситиш сифатида қабул қилинади. Унинг Сизга тушган ҳар

бир нигоҳи туфайли бу нотовон кимсанинг ақлу-шуурида Сизга нисбатан яширинча тажовузкорлик кўринишидаги душманлик ҳисси уйғонаверади. Сиз унинг иззат-нафсига қадалган наштар сингари таъсир қиласиз!

У Сиздан ўзини олиб қоча бошлайди... ҳатто қарз пулини қайтаргандан кейин ҳам. Чунки Сиз унинг ожизлигига гувоҳ бўлганингизни бир қора далил сифатида ўз хотирасидан ўчириб ташлашни истайди.

Гувоҳларни эса йўқ қилиш керак... Токи Сизни бутунлай йўқотмагунча у тинчимади.

Нима учун Сизни бу даражада кўргани кўзи йўқ эканини ўзи ҳам тушунмаса-да, лекин нима учун бундай ёмон одам деб ҳисоблашни оқлашга ҳар доим қандайдир сабаб топади.

Хуллас, биргина хайрли ёрдам беришнинг ўзи билан Сиз ўзингизга ё душман орттирасиз, ёки дўст топасиз. Кафолатланган кейинги оқибатлари билан.

Ожиз ва кучли одамларнинг ёрдамга нисбатан муносабат билдириш механизми мутлақо турлича. Бунинг фарқини билмайдиган одам баъзи бир муаммоларга учраши мумкин.

Аҳмоқ ўз хатоларидан сабоқ олади, ақлли ўзгаларнинг хатосидан. Донишманд эса иккала вариантини ҳам кўради, улардан энг маъқулини танлайди.

Кимгадир ёрдам беришдан аввал, бу одамнинг ким эканини тушунишга, унга берган ёрдамингиз ўзингизга қандай панд бериши мумкинлигини олдиндан ҳис қилишга ҳаракат қилинг.

Ўзингизнинг шахсий хавфсизлигингиз юзасидан уни синовдан ўтказинг.

Агар кимдандир «Сенинг ожиз томонларинг борми?»... деб сўрасангиз ва у Сизга, «Ҳа бор, албатта, ҳамма қатори, лекин мен ожизлигимга қаршилик кўрсатишга ҳаракат қилаяпман, у билан курашяпман...» – деса, билингки, Сиз

кучли одам билан мулоқот қиляпсиз. У қанчалик ўз ожизликларини батафсил билса демак, у шунчалик кучли!

Лекин агар Сизнинг саволингизга: «Менда камчилик йўқ!» тарзида жавоб беришса ёки минғирлаб гапни бошқа ёққа буришга уринса, ёдингизда бўлсин, ёнингиздаги ўта ожиз кимса, зеро ожиз одам доим ўзини кучли ҳисоблайди. У ўзининг ожизликларини билмайди, у ўзидаги ожизликларни излашни ёқтирмайди. Ва энг қизиғи, у баъзан қандайдир бир фойда учун... ўзини янада ҳам ожизроқ қилиб кўрсатишга уриниши мумкин.

Ожиз одам ўз ожизликларини ҳеч қачон тан олмайди ва тан олиши мумкин ҳам эмас. Айниқса, ожиз одам тўсатдан қандайдир бир шуҳратга, озроқ пулга эришиб қолса.

Ожиз одам ўзи билан рост сўз, ҳақиқат ўртасида бирини танлаш керак бўлиб қолса, албатта ўзини танлайди.

Фақат кучли одамгина ҳақиқат йўлида собиткадам бўлиши мумкин, ҳатто ўзининг зиёнига бўлса ҳам...



Куч бериш хусусиятига эга инсон янада кучлироқ бўлади! Ожизлик эгаси Сиздан тортиб олади ва янада ожиз бўлиб боради!

Ожиз одамни тузатиш ҳақида ўйлай кўрманг. Уни тузатиш билан шуғулланишга ҳаракат қилманг – у шундай туғилган. У шаклланиб бўлган. Уни фақат унинг ўзигина тузатиши мумкин.

Агар бирор одамнинг кимдир ҳақида бўлса ҳам, доим ёмон гапиришини пайқасангиз, ўзингизни ундан четга тортинг. Чунки унда фақат ёмон нарсани кўришга эҳтиёж бор.

Рухсат берсангиз, Сизга ўз акам ҳақида гапириб берсам.

Ўшанда 17 ёшлар атрофида эдим, армиядан олдин, жон-жаҳди билан ўз фикрида турадиган, ўтиш давридаги ўспирин эдим. Мен бир жойдан келиб бир кимса ҳақида яхши фикр билдириб, булбулигўё бўлиб мактай бошладим.

Катта акам, «Мен уни танийман, у ёмон одам», – деди.

Мен унинг фикрини тамом инкор этиб: «У яхши одам!» деб туриб олдим.

«Сен ким ҳақида гапирмагин, доим уни яхши деб лоф урасан, кейин ўзинг ҳам бунга ишона бошлайсан!», – деди акам қизишиб.

Ва биз тортишиб қолдик. Ўшанда мен ўспирин йигит, акам эса мендан беш ёш катта эди. Дўппослашишгача етиб бордик. Мен ўзимни ҳимоя қилиб, ғужанак бўлиб ётибман, акам мени тепиб «Ёмон одам деб айт!» дерди жиғибийрони чиқиб. Мен эса бақирганча: «Йўк, у яхши», дейишдан қайтмасдим.

Ўшандан буён ўттиз йилдан ортиқ вақт ўтибди. Бир неча йил аввал акам билан суҳбатлашиб қолдик.

Суҳбатлашиб ўтирар эканмиз, акам бирдан, «Мен ўша воқеани тез-тез эслаб тураман. Мен ўшанда сени дўппослайвериб чарчаб кетганман, сен эса «у яхши!» дейишдан тўхтамасдинг. Кузатиб турибман, ҳозиргача дуч келган одам ҳақида шундай фикрдасан, умрингда биринчи марта кўрган одам ҳақида ҳам шу сўзларни такрорлайсан. Мен ҳозиргача сенинг ҳақ эмаслигингни ҳис қиляпман.

Лекин тарози палласига ўзимнинг нимага эришганимни ва сенинг нималарга эришганингни қўйсам, ҳеч тушунолмайман. Мени ҳаётда ҳеч ким аҳмоқ қила олган эмас, сени эса кимлар ва неча бор алдаб кетишган, лекин сен ҳаётда қандай юксакликларга эришдинг! Мен эса ҳеч нимага эришганим йўқ. Ва мен сени ҳақ деб ҳисоблайман. Лекин менинг ҳақиқатим шуки, мен ёмон одамни кўриб тураман ва ҳеч қачон адашмайман. Сен эса ўтакетган аблаҳнинг ҳам ҳурматини жойига қўяверасан!» – деб қолдилар.

Яна бир гал акам бундай деди: «Ука, сен нима учун бутунлай нотаниш одамларга ҳам эътиборлисан, ўзингнинг қариндошларингни эса пайқамайсан ҳам? Мен бутун умримни қариндошларимга сарфладим, сен эса – бегоналарга. Бу ерда ҳам сенинг ҳаётингнинг маҳсулдорлиги меникидан юқори».

Мен унга: «Одамларнинг яхши томонини кўриш, ёмон томонига эса кўз юмиш керак», деб жавоб бердим. Инсоннинг яхши томонига ишонч билдириш керак. Қайси томондан ёндашсанг, одам шу томони билан сенга юзланади.

Қайсидир фурсатдан кейин сенга ёмон томони билан юзланишдан чарчайди. Қандайдир вақт ўтиб эса ўйлай бошлайди: «Бу телбани нима ҳам қила олардим!» Ва у сенга ўзининг ижобий сифатларини кўрсата бошлайди. Сенга озгина яқинлашишининг ўзидаёқ унинг ижобий томонлари кўрина бошлайди.

Лекин кадрлар танлашда мен Сизга акамнинг нуқтаи назарини танлашни тавсия қиламан. Бу ерда бошқача йўл тутиш мумкин эмас.



Бегона одамларни салбий сифатлари билан ҳам қандай бўлса шундайлигича қабул қилиш мумкин – лекин минбаъд умр йўлдошингизни эмас. Чунки Сиз у билан узоқ йиллар мобайнида бирга бўлишингиз керак, бу ерда ҳеч қандай чегирмалар кетмайди!

Кўпинча жамоа аъзоларининг энг кучли етакчини кўрган кўзлари йўқ бўлади ва улар зимдан ҳаракат қилиб, унга душманлик қила бошлайдилар! Сиз ташкилот эгаси сифа-

тида дастлаб қаранг, ўша кучли одамни кўра олмаётганларнинг ўзи ким экан. Одатда ташкилот зараркунандаси шу одамларнинг ўзлари бўлиб чиқадилар.

Одатий жамоада кучлиларнинг кучсизларга нисбати 1:10. Кучсиз одамлар йиғилиб олиб кучли одам ҳақидаги беъмани мулоҳазалардан иборат фикрлари билан миянгизни қоқиб қўлингизга тутқазадилар. Мақсадлари эса – Сиз уни ишдан бўшатиб юборишингиз, холос. Сизга маслаҳатим, аксинча, уни яхши кўринг, қўллаб-қувватланг ва ёрдам беринг.

Идеал одамнинг ўзи бўлмайди. Масалан, кўпинча аёл идеал эркакка турмушга чиқишни хоҳлайди. Лекин у идеал эркаклар ҳар доим ўзларининг идеал камчиликлари билан дунёга келишларини билмайди. Ожиз эркакнинг ожизликлари ҳам арзимас бўлади, кучли эркакнинг эса камчиликлари ҳам кучли бўлади.



Шу сабабли, ходимларни ҳам бамисоли умр йўлдошини танлашдаги каби танланг, унинг қайси яхши томонлари Сизга ёқади-ю, қайси камчиликларига Сиз хотиржам кўз юма олишингиз мумкинлигини ўйлаб кўринг.

Шу ўринда бир латифа: Учта бизнесмен ўтириб олганча бир-бирига мақтанишяпти. Биттаси: «Мен икки йилдан буён меҳнат таътилида бўлганим йўқ!» – дебди. Бошқаси: «Бу ҳеч нима эмас. Мен уч йилдан буён таътилда бўлганим йўқ ва бу йил ҳам таътилга чиқмайман!» – дея жилмайибди. Учинчиси эса уларга нисбатан беписандлик билан: «Сизлар шунчаки овсар экансизлар. Масалан, мен беш йилдан буён умуман дам олиш кунисиз ишляпман!» – деган экан.

Сизда ҳам шундай танишлар борми? Бизнес қилиб нима қилардинг, деб сўрагинг келади бундайлардан. Янада кўпроқ ишлаш учун, умуман ҳеч қачон дам олмаслик учун бизнесга кириш шартми?

Агар шундай одамларга бирор узоқроқ жойларга, узоқроқ муддатга кетиб дам олгин, десангиз, нима деб жавоб беради? «Э, нима деяпсан. Мен бўлмасам бизнесим ағдар-тўнтар бўлиб кетади. Қаёққа ҳам борардим», – дейди. У ўзини ўрнини ҳеч ким боса олмайдиган, жуда уддабурон одам деб ҳисоблайди. Аслида эса у ўзига хушомад қиялпти ёки ундан ҳам ёмони, ҳал қилувчи асосий вазифаларга керакли ва муносиб одамларни танлаб қўйишни билмайди. Ўзи ҳам англамаган ҳолда, ғайриихтиёрий тарзда ҳеч нимани ишониб топшириш мумкин бўлмаган одамларни ишга олган.

Агар таътилга кетганингизда бизнесингиз издан чиқса, ўринбосарни алмаштириш керак. Сиз ишда бормисиз, йўқмисиз – ташкилот ишлаб туриши керак.

98 фоиз одамлар – етакчилик нуктаи назаридан нуқсонли одамлардир. Ҳар бир одам азалдан олмос, лекин бриллиантлар санокли. Таътилга кетганингизда ташкилотингиз чўка бошласа, демак, бу жамоангизда кучсиз одамлар тўпланиб қолганини англатади. Кучсизлар эса ақлли сардор бўлмаган жойда бир-бирини ғажий бошлайдилар. Улар бир-бирларини ва бутун оламини айбдор қилишади. Ва энг ачинарлиси – улар доим ўзларини ҳақ деб ҳисоблашади. Атрофдагилар ўзидек бекиёс даҳонинг гуллаб-яшнашига нима сабабдан йўл беришмаётганини шундай тушунтириб қўядиларки, ишонишдан бошқа иложингиз қолмайди.

Демак, ташкилотингиздаги кучсизлар бизнесингизни издан чиқариб ташлашларига йўл қўймаслик учун, ўзингиздан ташқари яна бир нечта кучли етакчиларни ишга қўйишингиз керак. Барча ташкилотдаги жамоаларнинг кулфати – бу етакчи ўринларда Рухияти кучсиз, ожиз одамларнинг ўтиришидир. Улар гижжа сингари бутун организмни заҳарлашади.



Бизнесдаги энг бебаҳо бойлик –
бу кадрлар!

Ҳаётда ҳам худди шундай. Фақат ҳаётда бу «атрофингиздаги яқинлар» деб аталади.

Мана бу машғулотда биз жуда кўп нарсаларни, кадрларни танлаш, ўзининг жуфти ҳалолани танлаш ва бошқа кўп масалаларни Сиз билан муҳокама қилдик.

Энди эса, азиз ўқувчиларим, ўзингизнинг сеvimли инсонингизни танлаш борасида яна айрим жиҳатларни эслатиб ўтиш учун рухсат берсангиз. Фақат бунинг кадрларни танлаш билан боғлиқ жойи йўқ!

Ҳурматли хонимлар, Сизга қандай турмуш ўртоғи кераклигини сўрасам бўладими? Баланд бўйли, келишганми ёки паст бўйли ва қийшиқ оёқлисими?

Сиз-чи, кадрли эркаклар, қандай умр йўлдошини хоҳлайсиз, узун оёқлими ёки ўртача қадди-қоматлисиними?

Бу масалани яхшироқ англаб олишингиз учун илм-фаннинг ҳам хулосаларини қўшиб кетишга рухсат берсангиз.

Мана масалан, ошқозоннинг ишқорли-кислота баланси. Шунақами? Ёки кислотали-ишқорли балансими? Аҳамияти йўқ. Ишқор кислотани нейтраллайди. Кислота эса ишқорни нейтраллайди. Улар ўзаро бартараф этувчи муҳитни ташкил этади.

Давом этамиз. Жинсий гормонлар ва жисмоний ўсиш гормонлари – улар ҳам ўзаро инкор этувчи кучлар. Биттаси бор бўлса, иккинчиси йўқ бўлади. Иккинчиси бўлса – биринчиси йўқ. Тушунарлими?

Тахминан 12-14 ёшлар атрофида эркакларда жинсий етилиш даври бошланади. Ўзгариш юз беради. Кечагина болақайдек юрган кичкинтой бирдан қарасанг – ўспиринга айланади-қолади.

Балоғат даврида унинг бирдан умуртқа поғонаси ўса бошлайди, оёқлари ҳам қовушмаган, бесўнақай ва албатта, биров чавандозларникидек бўлиб қолади. Умуртқанинг узунлиги, бўйиннинг узунлиги, оёқлар узунлигига мос келмай қолади.

Сўнгра, оёқлар ўсганидан кейин эса, қомат текисланиб, уйғунлашган стандарт қомат ҳосил бўлади. Тўғрими?

Жисмоний ўсиш ўртача 16-18 ёшлар атрофида тўхтайдди. 12 ёш билан 18 ёшлар оралиғида ўсиш гормонларининг жинсий гормонлар билан алмашинуви рўй беради.

Жинсий гормонлар ишлаб чиқарила бошлаганида улар ҳали ўсиб бораётган суяк қисмларига тўсиқ бўлиб хизмат қилади. Улар «Етар шунча ўсганинг, энди бошқа аъзолар ҳақида ҳам ўйлаш пайти келди!» – дейди. Ва натижада эркакларда оёқлар умуртқа поғонасига нисбатан калтароқ бўлиб қолади.

Мана, ўзингизнинг мактаб даврингизда ҳаммадан олдин етилганлар синфдошларингиз бўлганми? Уларнинг мўйловлари ҳам ҳамманикидан олдин сабза ура бошлаган, шунақалар бўлган-а? Яна улар бундан шундай мағрурланиб юришади-ки! Қолган ўғил болаларнинг ҳаммаси шундайларга ҳавас билан қарайди. Орадан қанчадир йиллар ўтгандан кейин у билан учрашиб қолсангиз, қарабсизки, Сиз билан солиштирганда улар анча паканадек кўринадилар. Бу эса уларда жинсий гормонлар меъёрдан кўп, бўй ўстириш гормонлари эса – кам бўлганлигини кўрсатади.

Демак, жинсий қувватнинг юкори эканлигининг биринчи кўрсаткичи – бу бўй унча баланд бўлмаслиги. Албатта, яна меъёрдаги билан солиштирганда унча баланд бўлмаслик назарда тутиляпти. Немислар учун ўрта бўйлилик – бу битта кўрсаткич, россиялик учун ўрта бўйлилик – эса бутунлай бошқа кўрсаткич, хитойликларда-ку умуман бошқа кўрсаткич бўлади. Ҳар бир миллатнинг ўртача бўй кўрсаткичи ўзига хос.

Демак, ўзингиз учун келгусида жинсий муносабатлар учун шерик танлаганингизда ана шу омилни ҳам тахминан чамаланг. Ўлчовини қатъий бўйин қисмидан бошланг. Умуртқа поғонасининг узунлиги ва оёқ узунлиги.

Уларнинг нисбати ўзаро уйғун бўлса – бу одамнинг жинсий қувват жиҳатдан уйғун эканлиги кўрсаткичидир. Паст ҳам эмас, юқори ҳам эмас, яхши ҳам эмас, ёмон ҳам эмас... Севги бобида ҳам меъёрда, рашкчилиги ҳам меъёрда.

Гавдага нисбатан оёқ қанча калта бўлса, бу одамдаги жинсий қувват шунча юқори, дегани. Лекин энг яхшиси, чавандозларникига хос салгина қийиқлик бўлса.

Лекин илтимос, ошириб юборманг, тагин лилипут деган хасталик билан адаштириб юборманг. Яъни, айтмоқчи бўлганим, барча нарсада ҳам «олтин ораликни» танлай билиш керак.

Одамнинг бўйидан, оёқ ва гавдасининг бир-бирига мувофиқлигидан ташқари яна қатор қизиқарли қонуниятлар мавжуд.

Эркакларда думба қисми бўшашиб, шалвираб боргани сари, уларнинг эркаклик кучи шунча пасайиб боради. Агар бу қисми таранг бўлса, бошқа жойлари ҳам таранг бўлади.

Эркакнинг қорни – бу ҳам жинсий қувват кўрсаткичи. Қорин турли хил бўлади. Бўртиб чиққан, лекин таранг, киндикдан юқорида туради, пастга қараб ингичкалашиб боради – бу жинсий қуввати жуда юқори эркак, гигант! Қорин осилган ҳолатда, ҳатто киндикдан ҳам пастга қараб ноксимон шаклда осилиб туриши – бу жуда даҳшатли кўрсаткич. Бу эркак назариётчи – файласуф бўлиб қолганидан дарак беради. Ёқимтой қизлар қачон соат сўрашмасин, унинг жавоби доим бир хил – «олти ярим» бўлади.

Жинсий қувват кучининг юқори эканлигидан дарак берувчи яна бир ташқи белги – калбошлиқдир.

Эркаклик гормони ва тепасоч – бу ўзаро тўғри келмайдиган тушунча! Агар эркаклик гормони юқори бўлса – тепа соч йўқ бўлади. Агар тепа соч бўлса, демак энди кучли жинсий гормонлар йўқ, дегани.

Демак, кадрдонларим, менинг хулосам. Ҳурматли хонимлар, кимни танлашимиз керак экан? Калбошларни, бўйи унча баланд бўлмаган, оёғи бироз қийиқроқ, қорни бор, лекин осилиб қолмаган бўлсин, киндикдан юқорида жойлашган қориндорларни танлаймиз.

Хўш, қалай? Сизга ёқяптими?

Тасаввур қилинг-а, меҳроб олдида Сизлар бир-бирингизга қандай мос жуфтлик бўлиб кўринасиз!

Келинг, энди аёлларни кўриб чиқамиз. Нимагадир эркакларнинг орасида узун оёқли аёлларга бўлган шубҳали қизиқиш урфга кирган. Нима, узун оёқ бўлмаса у одам эмасми? ... узр – аёл эмасми?

Эътиборингиз учун узун оёқли аёллар орасида жинсий қувват кучи юқорилари бу худди лотереяга чиққан ютук сингари – бор-йўғи бир неча фоизнигина ташкил қилади.

Аслида Сиз ҳавас қилган узун оёқлар – жинсий қувват кучининг жуда паст эканлигининг ёркин кўрсаткичи.

Ҳурматли эркаклар, 40 фоизга яқин аёллар фригидликнинг турли даражалари билан азиат чекишлари Сизга маълумми? Жинсий қувватга эга бўлмаган аёллар – бу жуда кўрқинчли аёллар, улар эркакларнинг қалбини қиймалайдиган машинанинг ўзи! Бундай аёл билан учрашувдан кейин эркак узок пайтгача аёлларни кўргани кўзи қолмайди.



Эътиборингиз учун меҳр-шафқатлилиқ ва кечиримлилиқ ҳам жинсий гормонлардан ҳосил бўлади. Қачонки, жинсий қувват, эҳтирослилиқ бўлмаса, муҳаббат ҳам бўлмайди. Қачонки, муҳаббат бўлмаса, ахлоқ ҳам анқонинг уруғидек танқис бўлиб қолади.

Муҳаббат йўлида инсон ҳар қандай қаҳрамонликларга кодир бўлади.

Муҳаббат йўлида инсон ўзини фидо қилади.

Муҳаббат йўлида инсон вайронада ҳам жаннат яратади.

Энди марҳамат қилиб ўйлаб кўринг-а, агар аёл кишида жинсий қувват бўлмаса ёки жуда кучсиз бўлса, унда қандай хис-туйғу бўлиши мумкин, қандай фикр, қандай хатти-ҳаракатни кузатамиз?

Қачонки аёл кишида жинсий гормонлар жуда кучсиз бўлса, у ўзининг табиат томонидан инъом этилган мўъжизасига пул ишлаш воситаси сифатида қарайди. Бор-йўғи шу, холос!

Совук мизож аёллардан фоҳишалар кўп чиқади. Албатта, уларнинг ҳаммасидан ҳам эмас. Ҳар бир табиий қонуниятда ҳам албатта, истиснолар учраб туради. Энди тушуняпсизми, нима учун фоҳишалар орасида узуноёқлилар кўпроғу, калта оёқлилар эса деярли учрамаслигини?

Сабабини илғаяпсизми?

Ёки Сиз, азизларим, эркакларга шундай аёллар ёқади деб ҳисоблайсизми?

Фоҳишалар орасида узун оёқлилар кўп бўлганлиги сабабли аёлларнинг онгида «эркакларга айнан узун оёқли жонлар ёқади», – деган нотўғри фикр пайдо бўлган.

Эркакларга эса узун оёқлилар ҳам, калта оёқлилар ҳам ёқмайди! Эркакларга ҳаммаси меъёрда, ҳаммаси жойида бўлгани ёқади!

Оёқнинг узун-қисқалигидан ташқари, Сиз яна нималар ҳақида ўйлашингиз керак бўлади?

Жинсий қувват жиҳатидан аёл киши ҳар доим эркакдан бироз кучсизроқ бўлиши керак. Агар шундай бўлса, эркакка ҳам, аёлга ҳам оиласини бошқариш анча қулай ва енгил бўлади.

Қачонки эркак хоҳласа-ю, Сиз хоҳламасангиз, ҳурматли хонимлар, Сиз уни бошқара оласиз. Лекин Сиз хоҳлайсиз-у, эркак хоҳламаса, Сиз қандай қилиб уни идора қилардингиз?

Агар эркак киши доим кишнаб турадиган айғир бўлса, унинг аёлидаги жинсий эҳтиёж юқори бўлгани яхши. Агар ундай бўлмаса-чи? У ҳолда – бундан худо сақласин!

Агар аёл... яна хоҳласа-чи? Яна бир марта... Яна бир бора... Бу ерда қанақа хис-туйғу ҳақида гап бўлиши мумкин? Ишлашга тўғри келади!

Тўшақда қоникмаган аёл – жиззаки аёлга айланади. У доим эркакни импотент деб ҳисоблайди. Бу эса – ҳар кунги хафагарчилик, ҳар кунги жанжал, тумшайган шўртумшук башара ва бу аёлнинг назарида, гўё унга қандайдир кучсиз эркак дуч келгани ҳақидаги фикр чарх уради.

Ва кўча-кўйда қандай ажойиб, кучли эркаклар борлиги ҳақида улар оҳ-воҳ қила бошлашади.

Бундай ҳолат ҳатто ажралишгача олиб келиши мумкин. Устига-устак жинсий қоникмайдиган аёллар кўпинча жуда рашкчи бўлишади.

Шунинг учун ҳам, ҳурматли эркаклар, илтимос, узун оёқларга бўлган қизиқиш борасида – эҳтиёт бўлинг. Узун оёқ хонимга кўнги қўйиб, унинг эътиборини қозонишга киришишдан олдин етти бор эмас, ўн марта ўйлаб кўринг.

Кимни танлаш кераклигини аниқлаб олдик, энди савол туғилади – «Уларни қаердан топамиз?». Хонимлар учун айтиб ўтаман! Эркаклар, Сизлар ўзларингиз ақлингизни ишлатиб кўринг, Сизлар учун ҳаммаси енгилроқ.

Шаҳар ва аёллар мизожининг ўзаро мос келиши қийин бўлади. Аёл киши қайси миллат вакили бўлишидан қатъи назар, кутиш ҳудуди ҳосил қилиш хусусиятига эга, уларда қандайдир даражада «танланиш»га бўлган генетик эҳтиёж бор.

Дарҳақиқат, қишлоқ жойида ёки посёлкада ҳамма бир-бирини танийди, оилавий жуфтликни ҳосил қилиш

учун бундай жойда қулай шароит мавжуд. Чунки ҳаммага маълум-ки: қўл бўйида яшовчи Маша турмушга чиқмаган, тепаликдаги Серёжа эса бўйдоқ. У – тентак, буниси ҳам ундан ўтадиган тентак. Демак, шу иккита тентак атрофдагиларнинг ҳаётини камроқ заҳарлаши учун, уларни битта уйга жойлаштириш керак.

Шундай эзгу ниятлар билан бутун қишлоқ бир жону-бир тан бўлиб бу шўринг курғур севишганларни қовуштиришга киришиб кетади. Ҳолбуки, ўзларининг севишганлар эканлиги ҳақида шу бугунгача уларнинг ҳаёлига ҳам келмаганди.

Шаҳарда эса менинг телба, сизнинг тентак эканингиз ҳақида ҳеч ким билмайди. Ва бу ерда оқ «шевроле»да кириб келадиган шаҳзодани оёғингиз илдиз отиб, кўкариб кетгунингизча кутиш мумкин!

Демак, кадрли маликалар, бу шуни англатадики, Сиз ўзингизнинг аёллик мизожингизни англаб, ўз моҳиятингизни тушуниб етишингиз ва шунга мувофиқ хатти-ҳаракатлар қилишингизга тўғри келади. Сиз ўз шаҳзодасини кутиб ўтирадиган ботқоқдаги қурбақа-малика бўлишни бас қилиб, бироз тажовузкор, чапдастрок бўлишингизга тўғри келади. Лекин бу ҳақда ҳеч ким билмаслиги керак. Чунки ҳар бир эркак – овчи. Зинҳор ўлаксахўр эмас. Ва у овда ўзи қўлга киритган ўлжани маъқул кўради.

Демак, таъбингиздаги овчини танланг-да, унинг ов қилиш услубини ўрганинг кейин киши билмас, секингина унинг тўрига илининг... Натижада у «қандай ажойиб сув парисини ўлжа олдим» – деб кувончидан еттинчи осмонларга учиб кетсин.

Масалан, ов майдони деб Москвани оламиз. Ва у ерда ёввойи эркаклар «ўтлаб юрибди». Мана бу эса, азизим менинг, ов қилиш учун рухсат берилган лицензиям... Ҳа йўқ, бу Сизга зарур эмас. Яхшиси, Сизга юган ва эгарни берамиз-да, бундай деймиз: – «Ўзингизга ёққан отни танланг.

Тортинманг, энг яхшисини олинг!»

Вазифа тушунарлими? Сиз бирорта ёввойи айғирни излаб топишингиз, баҳолашингиз ва қўлга киритишингиз керак. Кейин уни эгарлаб, умрингизнинг охиригача йўрттириб юришингиз мумкин.

Демак, Сизнинг ҳаракат режангиз қандай? Излаб топиш, таниб, бошқалардан ажратиб олиш, маҳлиё этиш, қозик қоқиб «эгаси бор» деган белги қўйиш. Айғирларни қандай қилиб ажратиб олиш ҳақида биз гаплашиб олгандик. Қандай излаб топиш борасида мулоҳазалар борми?

Ҳаммаси жуда оддий! Эркакни ўз ҳудудида қўлга киритинг, унинг сеvimли машғулотлари кучоғида.

Бу ҳудуд қаерда экани эса, аниқ қайси тоифадаги эркак эканига боғлиқ.

Эркаклар дунёсида худди ҳайвонот оламидагидек: барча тоифадагилари учрайди. Сизга қандай хилдаги йиртқич керак? Эркак – бургутми, эркак – арслонми, эркак – бўрими, эркак – қуёнми? Эҳтимол энг маъқули – эркак эшакдир?

Ҳар қайси турдаги эркакнинг ўз қизиқиши, ўз яшаш муҳити, ўз одатлари ва талаблари бўлади. Уларнинг нималардан ва қандай таъсирланишини, қандай ов қилишини кузатинг. Яъни қандай қилиб ўзингизга нисбатан уларда қизиқиш уйғотиш ҳақида ўйланг.

Ҳамма эркаклар тахминан бир хил кўринишга эга, лекин уларнинг мағзи, яъни моҳияти турлича. Бу ерда табиат томонидан уларга берилган фазилатлар ва бунинг устига ота-онасининг меҳнати туфайли сингдирилган жиҳатлар назарда тутилган. Табиийки, уларнинг қизиқишлари ҳам турлича. Сизнинг вазифангиз – Сизни кўпроқ ким – спортчими, бадавлатми, ақлли, қувноқ, меҳрибонми... ва ҳоказо – хуллас, қайси турдаги эркаклар қизиқтиришини аниқлаш. Қачонки унинг тахминий ички қиёфасини ҳосил қилганингиздан кейин, ана шу турдаги эркакни қаерлардан топиш мумкинлиги ҳақида ўйлаш керак.

Масалан, эркагингиз мазали таомлар тайёрлашини хоҳласангиз, уни бозорлардан ва озик-овқат дўконларидан изланг. Агар у рўйхат бўйича маҳсулот харид қилаётган ва ҳадеб рўйхатга тикилаверса, демак, у уйланган бўлади. Агар у «Доширак», пиво ва чипси харид қилаётган бўлса – унинг бўйдоқлиги эҳтимолга яқинроқ (хонимлар, илғаб оляпсизми!) Агар турли-туман хилдаги маҳсулотларни хотирасига таянган ҳолда харид қилаётган бўлса, демак у ошпаз ёки ошхонада доим нимадир тайёрлайдиган киши бўлади. Балки бунинг сабаблари турлича бўлиши ҳам мумкин, лекин мен Сизга асосий тамойилларни тушунтириб ўтдим.

Спортчи эркакларни спорт майдонларида, тренажер залларида, спортсевар эркакларни – стадионларда ва спорт барларида, шеър ихлосмандларини – ижодий кечаларда, кутубхоналарда, ҳайвонларни яхши кўрадиган эркакларни – зоодўконларда ва зотдор итбоқувчиларнинг турли хил мусобақаларида учратиш мумкин...

Яъни Сиз ўзингизни шундай жойларда кўрсатишингиз керакки, Сизга маъқул эркак ҳам ўша жойда шунчаки эмас, қизиқиш сабаб, чин дилдан келадиган жойлар бўлсин. Ўзига маъқул жойда эркакни қўлга киритиш энгил бўлади. Сиз унинг учун шунчаки кимдир эмас, унинг учун қадрли бўлган, унинг қизиқишларини бирга ўртоқлашадиган инсонга айланасиз. Ахир, Сиз ҳам у ерга бежизга келмагансиз?

Албатта, агар Сиз чиндан ҳам унинг қизиқишларига бефарқ бўлмасангиз, жуда яхши бўларди. Лекин шундай бўлмаган тақдирда ҳам ҳеч хавотирланманг. Сухбат қизиқарли кечиши, умуман унда овсар одамдек таассурот қолдирмаслик учун, Сизга шу масалага доир бир неча китобларни ўқиб чиқиш, қандайдир видеоматериалларни кўздан кечиришининг ўзи етарли бўлади. Қолганини эса унинг ўзи амалга оширади, деб ўйлайман.

Мабодо, Сиз бу жабҳада ҳали янги эканингизни ва тажрибалироқ одамнинг сухбатини тинглашни хоҳлаётганин-

гизни айтсангиз, унинг кўзлари чакнаб, булбулдай сайрай бошлайди.

Лекин бундай ҳолат учун битта шарт бор. Сиз унга ёқиб қолишингиз керак. Мабодо, ёкмаган бўлсангиз, ташвишланманг! Кейингисини изланг, қандай йўл тутиш кераклигини биласиз.

Азизларим, дунёда хунук аёлнинг ўзи бўлмайди. Сизларнинг ҳар бирингиз қайсидир эркак учун шубҳасиз гўзаллик тимсолисиз. Ҳаммага бирдек ёқишнинг эса иложи йўқ.

Сиз ҳам дугонангизга «Э, шунинг нимаси сента ёқди?» деган пайтларингиз бўлганми? Ёки эркаклар ўз дўстига, «Э, шунинг нимасига ошиқ бўлиб юрибсан. У ахир ғирт тентак-ку!» деган пайтлари бўлган-ку, тўғрими? У эса юрагини чангаллаб: «Шу кизга етишмасам, ўламан!» – деб тураверди.

Демак, ошиқликнинг, гўзалликнинг ҳамма учун умумий бўлган қоидаси ҳам, тимсоли ҳам бўлмайди. Бу ёруғ оламда Сиз кимгадир ёқасиз, кимгадир ёқмайсиз. Кимгадир шаҳло кўзлар чиройли, кимгадир бодомқовоқлар, яна кимдир қисик кўзлар шайдоси.

Орзуингиздаги инсон билан қандай қилиб яқинлашиш мумкин? Албатта, ҳаммаси муайян вазиятга боғлиқ. Ҳар бир вазиятни олдиндан кўра билишнинг ва унга тайёр бўлишнинг иложи йўқ.

Масалан, Сиз қаҳвахонадасиз, у эса қўшни столда ўтирибди. Сиз у томонга қизиқиш билан бир-икки бор нигоҳ ташлаб қўйишингиз мумкин. Зинҳор у томонга ўгирилиб олиш, анграйиб қараш керак эмас. Ёнламасига жойлашган ҳолда, гоҳ-гоҳ қараб кўясиз, холос. У ёғига – вазиятга қарайсиз. Илинмаяптими, унда садқаи сар! Илинмоқчи, лекин чайналяпти, кўрқяпти, тортиняпти-ми, бу ҳолатда уни қандайдир тарзда қўллаб юборинг, йўл-йўлакай нимадир ўйлаб топинг. Ёдингизда бўлсин, у ҳам Сиздан худди Сиз ундан кўрққанингиз каби кўркаётган бўлиши мумкин.

Агар Сиз кўпчиликнинг ичида бўлсангиз ва тўғридан-тўғри мурожаат қилиш имконияти бўлса, Сиз унга савол беришингиз ёки бирор масалада ёрдам сўрашингиз мумкин. Албатта, суҳбат асносида тез-тез табассум қилинг, табассум кишиларни яқинлаштиради.

Умумий маслаҳат: эркак кишига унинг мардлик, меҳрибонлик, жасурлик каби ижобий эркаклик қирраларини намён этиши учун имкон беринг. Токи у Сизнинг ёнингизда ўзини ҳақиқий эркакдек ҳис қилсин! Ишонаверинг, Сиз бу ишингиздан зинҳор пушаймон бўлмайсиз.

Тағин нималарни айтай? Дарвоқе, ҳеч қачон эркак кишига хиралик қилиш керак эмас! Хирапашша аёллардан, эркаклар итдан қочгандек, жуфтакни ростлаб қолишади. Эркакнинг ўзи Сизни махлиё этишига имкон яратинг. Иложи борича кўпроқ табиий иллюзия ҳосил қилинг, лекин қаранг, мафтунликни ошириб юборманг! Акс ҳолда, унинг аёлларга бўлган қизиқиши бутунлай йўқолиб кетиши мумкин.

Одатда аёлларга ожиз эркаклар ёқмайди. Эркакларга эса, хўш қандай аёллар ёқмайди? Айнан тескариси – уларга кучли аёллар ёқмайди. Бошқа томондан, эркаклар доим ҳаётдан нолиб юрувчи ожиз аёлларга ҳам тоқат қила олмайдилар. Аёлларнинг кўз ёшидан эркакларнинг томири тортишиб – қўллари мушт бўлиб тугилади, башараси эса айтмай қўяқолай... Бу ерда мантик бузилапти – яъни эркакларга иссиқ ҳам, совуқ ҳам ёқмайди, тўғрими? Кучлиларга тоқат қила олишмайди, ожизларни ҳам қабул қилишмайди... Хўш унда нима қилиш керак?

Ўзлингизча қолинг! Мадомики, у Сизни йўқлаб келди-ми, демак, Сиз унга қандай бўлсангиз, шундайлигингизча ёқиб қолгансиз. Ўзингизда йўқ нарсани бор қилиб кўрса-тишга уринишнинг кераги йўқ. Ўзингизда бор нарсани бекитишга ҳам уринманг, албатта бунда ижобий қирраларни назарда тутяпман!

Мен Сизга эркакларга айнан нимани гапириш кераклиги борасида маслаҳат бера олмайман, чунки суҳбатлар ҳамisha аниқ бир вазиятга боғлиқ бўлади. Лекин Сиз бирор-бир жиддий хатога йўл қўймаслигингиз учун, у билан тезроқ яқин бўлиб олишингиз учун, психологик нуқтаи назардан Сизга бир жуфт маслаҳат беришим мумкин.



Биринчи маслаҳат: Сингиллик синдромини ҳосил қилинг.

Қадрли аёллар, эркаклардан сўраб-суриштиринг, улар ўз сингилларига нисбатан қандай туйғуларни ҳис қилишади? Улар сингилларига нисбатан масъулият ҳиссини, ҳимоя қилиш истагини ҳис қилишади. Бу эркакларнинг табиий рефлекс ҳудуди. Ўзларининг кўплаб сирларини, бошқа аёллар билан баҳам кўра олмайдиган энг яширин сирларини кўпинча эркаклар ўз опа-сингилларига ишонадилар.

Сингил ака учун жинссиз одам, у ака учун бамисоли фаришта. Биз эркаклар кўпинча сингилларимиз билан худди фариштадан маслаҳат сўрагандек маслаҳат сўраймиз. Албатта, бунда ҳам истисно бўлади. Лекин истиснолар жуда кам.

Демак, Сиз эркакнинг ўзингизга сингилдек муносабатда бўлишига эришинг. Бу энг асосий омиллардан бири, эркаклар табиятан сингилларига ҳамisha меҳр билан муомала қиладилар.

Шу тариқа унинг Сизга ошиқ бўлишининг биринчи босқичи ишга тушади. У Сизни бошқалардан айри кўра бошлайди. Ҳар бир эркакда ҳам, у қанчалик аблаҳ бўлмасин, адолат туйғуси яширинган бўлади. Ундаги мана шу адолатлиликнинг уйғонишига мажбур қилинг, эркакнинг энг ёруғ туйғуларини ғафлатдан халос этинг.



Иккинчи маслаҳат: эркак билан
баҳслашманг!

Эркак киши гапираётганида, Сиз унинг беъмани гап гапираётганини билсангиз ҳам, «тўхта, сен ноҳақсан» деб айтишни, унинг гапини тўғрилашнинг кераги йўқ.

Эркак киши билан баҳслаша бошлашингиз билан, эркакнинг шу заҳоти ўз ҳудудини ҳимоя қилиш инстинкти ишга тушади. У дарҳол қилич борми, қалқон борми, қурувчиларнинг каскасами, ҳаммасини шай қилиб тасавуридаги босқинчиладан бор кучи билан ҳимояланишга тушиб кетади! Эркак жангга киришиб кетдими, у Сизни мутлақо эшитмайди.

Бундай дақиқаларда унга маълумот етказишнинг фақат битта усули қолади – жангчининг нозик жойига боплаб бир тепиш. Токи у букчайганча, зўрға нафас олиб, кўзлари ола-кула бўлиб ётар экан, Сиз шошмасдан унга Испанияда дам олиш, қишлоқдаги катта тоғангизнинг дала ҳовлисида таътилда бўлишдан нимаси яхши эканини баён эта оласиз. Бу пайтда у Сизнинг гапингизни ўзи ҳоҳласа-да, бўлиб кўя олмайди.

Лекин бу бир марта қўллаш мумкин бўлган усул. Агар Сиз бу усулни анъанавий тарзда қўллаб борсангиз, Сизнинг ҳимоячингиз аста-секин ярим ҳимоячига айланади, сўнгра эса бутунлай йўқ бўлиб кетади. Шундай экан, табиат томонидан чуқур жойланган дастурлар билан қурашишга беҳудадан уринманг. Ақлли бўлинг, эркак билан баҳслашманг!

Кадрли хонимлар, минг афсуски, бизнинг давримизда жуда кенг тарқалган битта хато борки, мен фурсати келганда Сизни бу борада огоҳлантириб қўйишни лозим деб билдим. Ва ҳозир ўша мавзуни муҳокама қилмоқчиман. Учрашувга

нима кийиб боришни биласиз. Энди Сизнинг ўз имижмейкерингиз бор, ўз дидингиз бор. Лекин мен Сизни огоҳлантириб қўймоқчиман! Ҳатто буни Сизга ўз имижмейкерингиз ёки шу пайтгача панд бермаган дидингиз маслаҳат берган тақдирда ҳам, ҳеч қачон бундай қилманг!

Нимани деб сўрарсиз? Ҳақиқий шарқона ҳикоячилар сингари узоқдан бошлайман.

Ҳаммамиз ҳам мода кетидан қувиш қасаллигини бошдан кечирганмиз.

Мен ҳам саккизинчи синфдалигимда мана бундай «ккеш» кийиб юрганман – шимимнинг почаси айланасига 80 см бўларди. Тағин у матоҳ махсус тарзда бичиларди. Шим почасининг кенглиги оёқ ўлчамидан икки баравар катта бўлиши шарт эди. Агар 42 ўлчамли пойабзал киядиган бўлсанг, демак, шимнинг поча кенглиги 84 см бўлиши керак.

Мен мана шундай шимда, яна сочимни ҳам узун қилиб ўстириб юардим. Ахир у пайтларда бу мода эди-ку!

Бугун эса мен моданинг баъзи бир ғалати томонлари ҳақида гаплашмоқчиман. Масалан, аёллар учун шимда юриш жуда урфга кирган. Агар аёл киши шим кийса, ўн-тадан икки-учтаси юбкада юргандан кўра биров яхшироқ кўринишга эга бўлиши мумкин. Қолганлари эса юбкадагидан ҳам ёмонроқ кўринишади. Шундай эмасми?

Лекин! Шим билан шимнинг фарқи бор!

Мен ёпишиб турадиган шимлар ҳақида гапирмоқчиман, шундайлари борки, ҳатто чоклари уни кийган хонимнинг думбасига кириб туради. Мен бу хилдаги шим кийиб олган аёлларни кўрганимда доим бир латифа ёдимга келади.

Зиёли бир йигит автобусда кетмоқда. Олдидаги аёл унга орқа ўгириб турибди. Аёл қўйлагининг этаги думбалари орасига кириб қолган.

Буни кўриб йигит асабийлаша бошлабди – сездирмасдан шартта этакни тўғрилаб қўйибди.

Шу пайт бирдан унинг ортида турган эркак:

– Ҳой ярамас, бу нима қилганинг? Сен нега мени хотинимга қўл теккизддинг?! – деб қолибди.

Йигит хижолат тортганча:

– Узр, узр, кечирасиз, мен бошқа бундай қилмайман... – дебди.

– Қандай ҳаддинг сиғди?! Ким сендан буни сўрагани?! –

– Узр... Узр... Ҳозир ҳаммасини тўғрилайман!

У шундай деб тезгина этакни аввалги ҳолатига қайтарибди...

Баъзан мен ўзимнинг ақлим жойида эмасмикан, деб ўйлаб қоламан. Нима учун?

Чунки кўпинча менга бирорта кийим ёқмаса ва қайсидир аёл ўша нарсани кийиб юрса, нима учун бу аёл шу кийимни кийяпти экан, деб ўйлаб қоламан. Бошқа эркакларни ҳам сўроқ қилишга тушаман. Агар 95 фоиз эркакка ҳам бу нарса ёқмаса, демак, ақлим жойида экан, деган фикрга келаман.

Фикримнинг тасдиғи сифатида – унча катта бўлмаган охириги ўтказган тадқиқотларимдан бирини сўзлаб берай. Эринмасдан, беш юздан ортиқ эркаклар орасида шундай сўровнома ўтказдим. Ахир ёлғиз менинг фикрим қанақа эканининг кимга қизиғи бор. Илм-фанни кимнингдир фикри қизиқтирмайди. У фақат тадқиқотларни тан олади. Шундай қилиб мен ўзимни қизиқтирган мавзунини тадқиқ қилишга тушдим.

Бошқа эркакларнинг бу борадаги фикри қанақа экани билан қизиқдим: «Фалон, фалон нарсаларга нисбатан Сизнинг таъсирланишингиз қандай?» Шу мазмунда кичик сўровнома ўтказдик.

Идеал шакл, идеал ёш ва идеал қомат. Мана бу шим ва мана бу думба эгаси унда қандай таассурот уйғотади?

Бу аёлга нисбатан Сизда нимадир, қандайдир ҳиссиёт пайдо бўладими? Айтайлик, Сизнинг унга нисбатан мойиллигингиз, ҳурматингиз қандай?

– Сиз бу аёлга «илакишган» бўлармидингиз?

– Сиз бу аёл билан сайр қилган бўлармидингиз?

– Сиз бу аёлга уйланган бўлармидингиз?

Масалан, бу аёл Сизнинг синглингиз. Сиз унинг тезроқ турмушга чиқишини хоҳлайсиз. Сиз унга: «Мана бундай, мана шундай, кийингин...» дейсиз. Мана шу шимни Сиз синглингизга маслаҳат берган бўлармидингиз?

Ҳаммасидан ҳам қизиғи шунда-да!

Қаранг-а, гап синглингиз ҳақида борадиган бўлса, уни учрашувга, шунчаки учрашувга эмас, бўлғуси куёв билан шунчаки танишиб қўймасдан, унга совчи юборадиган одам билан бўладиган учрашувга тайёрланаётган бўлса... бу шимлар бир зумда эркак киши танлайдиган кийимлар орасидан ғойиб бўлади!

Агар бегона аёл учун бўлса, у ҳолда «Ёқади» – «Ёқмайди» деган фикрлар яримга-ярим нисбатда бўлади! Эллика-эллик!

Биласизми, кадрли аёллар, мана бу яримга-ярим кўрсаткичи – бу жуда кўрқинчли кўрсаткич: Сабаби бу шуни англатадики, 50 фоиз эркаклар Сизга нисбатан нохушликни ҳис қилишар экан. Бу Сизни хурсанд қиладими?

50 фоиз эркаклар Сизни ўзларича ғирт аҳмоқ, бемаъни ва шаллақи деб ҳисоблар эканлар. Қалай, бу Сизга ёқади-ми? Бунақа фикрлайдиган биттагина бўлса – ҳатто ўша ҳам ортиқча! – тўғрими?

Агар у туфайли эркакларнинг деярли ярмидан кўпи Сизга нисбатан ҳурмати йўқотадиган бўлса, бундай шим кийишининг Сизга нима кераги бор?

Бу шим эркак уларда фақат эҳтиросини, яъни ҳайвоний ҳирсини қондириш ҳиссини уйғотаркан. Бундай шимни кийганингиздан кейин, Сиз эркакларнинг назарида жуда пастга тушиб, арзонлашиб кетасиз. Тушуняпсизми?

Эътиборингиз учун агар эркак киши бошқа аёл билан юришни хоҳласа, у ўзи уйланишни хоҳлаган аёллардан

ташқи кўриниши, қомаги билан фарк қиладиган аёллар билан юради. «Юриш» ва «уйланиш» – бу тамоман бир-бирига қарама-қарши тушунчалардир. Энди гап нима ҳақида эканини тушундингизми? 50 фоиз эркаклар Сиздан фойдаланишни хоҳлашади! Бундай шимлар эркак кишида «Текинга, бир марталик фойдаланиш учун!» деб ёзилган ёрлик сингари таассурот уйғотади?

Агар Сиз ҳам «Қани энди битта эркак бўлса эди!» деган ниятда бўлсангиз – марҳамат бу шимларни кийиб олаверинг. Шунда ҳам 50 фоиз эркаклар Сиздан юзини ўгириб олади.

Бу мақсадга, яъни эркакларни жалб қилишга шундай осон эришиш мумкинки, бу 100 фоиз эркакларда Сизга нисбатан ижобий муносабат уйғотади.

Демак, хонимлар! Танага жуда ёпишиб турадиган жинсиларни, шимларни, жуда сиқиб, таранг турадиган бўлса, ташлаб юборамиз!

Тушунарлими, ташлаб юборамиз?!

Чунки бундай кийим туфайли аёллардаги энг муҳим жиҳат – сирлилик йўқолади, азизлар, сирлилик йўқолади. Сирлилик эса бўлиши керак.

Чунки сирлилик ҳамиша эркакларда кучли қизиқиш уйғотади. Шундай-ми, эркаклар?

Кийимларга бўлган урф, яъни мода келади-кетади, омма ана шу мода деб ҳаёт ҳам Сизни четлаб ўтиб кетиши мумкинлигини унутманг!

Мардликка бўлган урф, аёллик назокатига, латофатига бўлган урф эса ҳеч қачон эскирмайди, модадан қолмайди.

Мода дегани бирдан Сизнинг онгингиздаги шуурий интилишларингизга, ҳақиқий эркак, ҳақиқий аёл сифатидаги нуқтаи назарингизга қарши бўлса, Сиз қанчалар улкан интеллектга, юқори маданиятга, ажойиб ташқи кўринишга, маънавийликка эга бўлишингиздан қатъи назар ўзга жинс вакилларининг эътиборидан четда қолиб кетишингиз мумкин.

Бу аини ҳақиқат, чунки мода дегани ҳам баъзиларни чўчитиб юбориши мумкин. Айтайлик, агар кимдандир нохуш ҳид келаётган бўлса, ҳаммамиз ундан ўзимизни четга тортамыз, тўғрими? Худди шу сингари, ташқи кўриниш барчани ўзига жалб қилади ёки аксинча, чўчитиб ўзидан нарига итаради.

Баъзи бир хонимлар: «Қанақасига, ахир ёпишиб турадиган шимлар жуда эҳтиросли кўриниш беради-ку!» дейдилар.



Менинг кадрдонларим, эҳтирослилик – бу шундай нарсаки, уни яширишнинг иложи йўқ... бу ҳеч ҳам кўпчилик кўз-кўз қилишга уринаётган нарса эмас!

Мана шулар қадрли аёллар, мен Сизга гапириб бермоқчи бўлганларнинг ҳаммаси, жуфтингизни қандай қилиб излаб топиш, таниб олиш ва ўзингизга ошиқ қилдириш бўйича маслаҳатларим.

Лекин қандай қилиб бир йилдан кейин бошқасига қочиб кетмаслиги учун унга белги қўйиб қўйиш ҳақида, қандай қилиб жуфтликлар орасидаги барқарор муносабатни куриш ҳақида кейинги китобимда гапириб бераман...

Энди эса эркаклар учун икки оғиз сўз.

Эркаклар! Сиз учун аёлни излаб топиш технологияси жуда оддий. Танишинг, танишаверинг, танишаверинг! Яхши, чиройли, ёлғиз аёллар шунчалик кўпки, уларни ҳатто махсус жойлардан излашнинг ҳам кераги йўқ! Дадилрок бўлинг, хушмуомала, одоб доирасида, дўстона, меъёрида қатъиятли ва... шунинг ўзи етарли! Ўзингизнинг хонимингиз учун, кўнглингизни забт этган аёл учун шаҳзодага айланинг, Сизни ишонтириб айтаманки, Сиз бундан ҳеч қачон пушаймон бўлмайсиз! Ўзингизнинг сеvimли ёрингизни

асраб-авайланг, ахир аёллар одам эмас-ку... Аёллар – фаришта! Уларга муносиб бўлинг, сўзингиз билан ҳам, амалдаги ишларингиз билан ҳам!

Энди эса менинг кадрдонларим, Сиз учун бу китобдаги энг охирги

ҲИ ВАЗИФАСИ

Эртанги кундан бошлаб 10 кун давомида ҳар куни ўзингизга қарама-қарши жинс вакилларида 10 та одам билан танишишингиз керак. Кўчада, қаҳвахонада, стадионда, хоҳлаган жойингизда! Яқиндан танишиб, чуқур муносабат ўрнатишнинг кераги йўқ, агар Сизга керак бўлмаса яқин муносабат ўрнатиш шарт эмас, шунчаки исмини билиб олсангиз, ўзингизни таништирсангиз, у бу ҳақда икки дақиқа гаплашиб олишнинг ўзи етарли.

Қўрқинчли туюляптими?!

Бу вазифани бажара туриб Сиз ўзингиз ҳақингизда ва одамлар ҳақида кўплаб янги ва қизиқарли нарсаларни билиб olasиз. Масалан улардан айримлари:

1. Танишишнинг ҳеч қўрқинчли жойи йўқ.
2. Энг оғири – бу суҳбатнинг биринчи дақиқаси.
3. Агар Сиз табассум қилсангиз, Сизга нисбатан ҳам дўстона муносабатда бўлишади, жавобан табассум қилишади.

4. Мана шунақа, жуда оддий суҳбатлар асносида, эҳтимол бошқа пайт ҳеч қачон учратмайдиган ўзингизнинг ҳақиқий ярмингизни тасодифан учратишингиз ҳам мумкин.

Бу вазифани бажариб бўлганингиздан кейин, Сиз учун танишув азоб ва қийноқдан қувонч ва роҳатга айланади. Сиз ҳаттоки бу юзта одам орасида ўзингизнинг иккинчи ярмингизни учратмасангиз ҳам, бўлғуси учрашув учун яхши тайёргарликни ўтайсиз ва тушкун ҳолатда ўзингиз учун тушунарсиз ниманидир кутишдан кўра, фаол изланишда бўласиз. Танишувнинг натижаларини ҳар куни кундаликка қайд қилиб борамиз!

САККИЗИНЧИ ТЕПКИ
Э ва А ўтираркан
мажнунтолнинг ёнида

*Бу бўлимда китобхон
НИҲОЯТ охирги оқ
фотиҳага, йўриқномага,
оқ йўл тилагига эга
бўлади. Ўзининг иккинчи
ярмининг қулогига
танбур чертиш учун,
гап халтасини қизиқарли
воқеалар билан тўлдириб
олади ва муҳаббатини
излаш йўлида қанот
боглаб учади.*

Э

нди эса Сизларни эр-хотинлик ҳаётининг бош-ланишига тегишли, ажойиб бир тадқиқот билан таништи-ришимга ижозат берсангиз.

Сизларга бир савол, турмушга чиқиш осонми ёки уйланиш? Ва ҳар доимгидек ўз жавобларингизни эслаб қолинг!



Уйланиш – бу худди сувга
сакрашдек гап!

Йигирма ёшгача оила қуриш бу худди шундоқ қирғоқдан туриб сувга сакраш кабидир. Мана сув – Сизнинг оёқларин-гизнинг остида мавж уряпти. Сувга сакраш ҳам худди сув-дан чиқиб келиш сингари жуда осон. Тўғрими?

Йигирма беш ёшга келиб инсон бир нарсани тушуниб қолади: «Ҳа, дуч келган сувга сакрайверадиған аҳмоқ йўқ!»

Агар сакраш керак бўлса, фақат қандайдир бир мақсад йўлида сакраш лозим.

Йигирма беш ёшдан кейин сакраш борти тобора юқорига кўтарила бошлайди. Уйланиш ёки турмушга чиқиш йигирма беш, ўттиз ёшлар оралиғида худди уч метр баландликдаги минорадан сакраш билан баробар.

Пастдан қараганда ҳаммаси жуда осондек, қандайдир уч метр – шундай ташлайсан-у, шалоп этиб тушасан!

Лекин бу баландликка кўтарилганингизда эса Сизда шундай ҳис-туйғулар пайдо бўлади-ки, уларни таърифлашга тил ожиз.

Ақл-идроқ алахсираганча, қанча вақтда пастга тушишини ҳисоблай бошлайди.

Сув юзасигача уч метр. Яна бошимизнинг учидан тово-нимизгача тахминан икки метрлик ҳаётий тажрибани кўшамиз! Беш метр – бу жуда, жуда кўп! Қўрқинч-л-и!

Лекин бу ҳали ҳаммаси эмас! Ҳали сув тубигача бўлган масофани унутдик! Бу эса яна икки ярим метр. Умумий ҳисоблаганда қанча бўлди? ...Ўҳ-ў...

Ва Сиз орқага тисарила бошлайсиз. «Ҳа, мен хоҳлаган пайтда уйланишим мумкин! Ҳозир эса менинг баъзи бир ишларим бор! Ҳали мана бу ишим қилинмаган, буниси ҳам, анавини ҳам охиригача етказиб қўйсам ёмон бўлмасди... Яна бироз бўйдоқ юриб турай, ана ундан кейин, албатта уйланаман!»

Сакраш кўрқинчли, тўғрими?

Қизиқиш юзасидаги яқинроқ бориб, мўралаб келиш мумкин... Кимдир кўзини чирт юмганча, бурнини қўли билан қисиб, атрофига сув томчиларини сачратганча, сувга шўнғийди.

Кўпчилик ортига қайтади, секин зиналардан пастга бир-бир тушар экан: «Ҳали уйланиш вақти келмади!» – дейди, ёки рўқач қилиш учун бошқа баҳонани топади.

Ва биз оҳиста, билдирмасдан, ҳатто ўзимиз ҳам билмаган ҳолда оғир кўрсаткичли ёшга ҳам яқинлаша бошлаймиз.

Улардан бири – ўттиз – ўттиз беш ёшгача бўлган давр.

Эркак учун бу худди ўн метр баландликдаги минорадан сакраш билан баробар. Бу баландликка мустақил равишда кўтарилиш учун ҳам жуда жасур одам бўлиш керак. Пастга шўнғиш учун эса... Бунинг учун бир дунё Рухият кучи керак бўлади!

Эркак ўттиз беш ёшга тўлгач, ҳеч қанақасига мустақил ҳолда уйланмайди! У уйлана олмайди ҳам. Чунки бу пайтга келиб, у ҳақиқий сўққабаш ғарибга айланади!

Аёлларда эркаклар билан солиштирганда бу ҳолат анча енгил кечади. Атрофдагиларнинг ҳаммаси бир овоздан жўр бўлиб: «Сакра! Сакрасанг-чи, аҳмоқ, қани! Эрга тег! Турмушга чик!» – деб туришса, ожиз жинс вакиллари омманинг ҳамкорликдаги фикрига бўлган ҳурмат юзасидан ҳам сакрайди... Кўзини шартта юмади-да, «Ойижон!» деб чийиллаб чинқирганча, сакрайди-қўяди.

Лекин аёлларда ҳам ўттиз беш ёшдан кейин оила қуриш деярли мўъжизага тенг. Чунки бу ёшда улар буткул «кирди-чикди» бўлиб қолишади.

Оиласининг йўқлиги уларнинг миясидаги хомхаёл, сароб дунё ҳосил қилиш билан мувозанатланади. Реаллик ҳудудини улар хаёлот тўри билан ўраб-чирмаб ташлайдилар. Реал ҳаракат бўлмагани сабаб, бутунлай ақлдан озмаслик учун аёл киши ўзича қандайдир саробларни ўйлаб топа бошлайди.

Аёл бу жараёнга олдиндан тайёргарлик кўриб келади – йигирма ёшларидан бошлаб. Аёл майда-майда зарраларни териб-териб ўзининг хаёлий шахсий дунёсини қуради, оқибатда унинг эркакларга нисбатан бўлган ўз нуқтаи назари шаклланади. Ва ўзининг ўйлаб топилган ушбу дунёсидаги энг асосий жойни унинг бўлғуси шахзодаси эгаллайди.



Ҳаммадан ҳам кўрқинчлиси – аёлнинг бу хомхаёл, саробдан иборат дунёсига реал эркак кириб боришининг иложи йўқ!

Чунки мазкур сайёрада ушбу хонимга муносиб бўлган, унга жуда бўлмаганда бир нечта жиҳатлари бўйича тўғри келадиган биронта ҳам эркак йўқ. Атрофда эса нукул «аблаҳлар», «бадбўй ҳайвонлар» ўралашади, холос.

Ва шундан сўнг қуйидагича хархашалар бошланади: «Мен хоҳлайман. Мен жудаям хоҳлайман. Мен турмушга чиқишни ўлардек хоҳлайман. Лекин афсуски, ҳали турмушга чиқиш мумкин бўлган биронта эркакни учратганим йўқ... Мадомики, шундай кишини учратмаган эканман, яхшиси, ҳозирча ўзим ёлғиз қолақолай!»

Давом эттирамизми? Э-ҳе, давоми ундан ҳам баттар!

Қирқми? Азизларим, қирқ ёшга етиб келгач, Сиз ҳеч қанақасига ўзингиз оила қурмайсиз! Қирқ ёшдан кейинги тўй – бу худди самолётдан парашютсиз сакраш билан баробар!

Кучли хайрихоҳ ҳайбаракаллагилардан ташкил топган гуруҳнинг кўллаб-қувватлашисиз, Сизнинг ўзингиз жарлик сари бир қадам ҳам ташламайсиз! Бу ҳолат қачон содир бўлиши мумкин – агар озроқ савдойироқ бўлсангиз-у, Сизга самолётдан парашютсиз сакраш ёқадиган бўлса.

Бу ёшдаги ҳар бир инсон учун биринчи ўринда – шахсий эркинлик туради. Шахсий эго.

Улар тасодифан уйланиб ёки турмушга чиқиб қолсалар даҳшатга туша бошлайди: «Мен нима қилиб қўйдим?! Маза қилиб, яшаб юргандим-ку! Қанча эркинликларга эга эдим!!! Энди эса ҳаммасини йўқотяпман. Яъни... Энди ҳаммаси йўқолди!»

Мана шу – ўзи ўйлаб топган эркинлик билан ажралишни истамаслик ҳолати – қирқ ёшдан кейин бундан-да аянчлироқ тус олади. Ва бу фантазияни парчалаш учун ҳеч бир инсоннинг иродаси етмайди.

Хўш бунга нима дейсиз, кадрдонларим? Энди ушбу бўлим бошида берган жавобларингизни эсланг. Сизнинг ёшингиз нечада? Сизга ҳозир, шу бугун сувга сакрашингиз учун нима халақит беряпти?

Иккинчи ярмимни ҳали топганим йўқ, деяпсизми? Ҳатто излашга киришганингиз ҳам йўқми? Ишим бошимдан ошиб ётибди? Ҳа-а, Сиз ҳали уй сотиб олганингиз, уни жиҳозлаганингиз йўқми? Ҳали бунинг учун етарлича пулни ишлаб топганингиз йўқми...

Ҳали бу ишлаб топилмаган икки-уч миллион долларингиз Сизга нима ҳам бера оларди? Бахтми?..

Ҳозир, бундан кейинги саҳифаларда ёзадиганларимни ишончим комил, ҳамма ҳам тушуна олмайди. Айниқса, бу жуда катта ишларни амалга ошириб юрганлар учун тушунарсиз бўлади. Хонимлар, бу гап Сизларга ҳам тегишли!

Қадрли китобхон, фарзандингиз туғилиб, у аста-секин ўсиб-улғая бошласа, Сиз беихтиёр ўз ўтмишингиз ҳақида ўйланиб қоласиз. Хаёлан қуйидагиларни ҳисоблай бошлайсиз: «Агар мен ўттиз беш ёшда эмас, йигирма беш ёшда уйланганимда (турмушга чиққанимда), фарзандимнинг ёши ҳозир нечада бўларди?..»

Бурнингизни кўтарганча юрган бўйдоқлик даврингизни энди, нимагадир ачиниш билан эслай бошлайсиз: «Қандай аҳмоқ бўлган эканман! Шунчалик ҳам тентак бўламан-ми...»

Йил ўтган сайин Сиз айнан шу тарзда ўйлайверасиз, ўйлайверасиз... Вақтни эса орқага қайтаришнинг иложи йўқ...

Аслида ҳозир 40 ёшли даврингизга келиб, табиат Сизнинг генларингиздан уч бора қайта нусха олиши керак эди. Ҳаёт эстафетаси уч бора узатилиши керак эди! Сизлар эса ҳамон сусткашлик қилмоқдасиз...

Энди эса ростини айтинг-чи: катта буvinгизнинг ёшидаги хоним бирдан турмуш қуришга қарор қилгани ҳақида билиб қолсангиз, бунга қандай муносабатда бўлардингиз? Кампирнинг илк бора турмушга чиқишига?!

Сиз қандай муносабат билдирардингиз?

Аслида бу ҳолат ҳам 40 ёшли хоним илк бор турмушга чиқиб, фарзанд кўришга қарор қилиши билан айнан бир хил нарса. Яна қандай тушунтириш керак?!

Этиборингиз учун, аёлларда жинсий етилиш давридан кейин, йил сайин бўйида бўлиш, ҳомилани кўтариб юриш ва болани туғиш имконияти камайиб боради!

36 ёшга келиб биринчи марта туғишни истаган 10 та аёлдан фақат тўрт-бештаси бунга қодир бўлади. Қирк ёшга келиб эса, агар аёл киши бу ёшгача туғмаган бўлса, туғиш қобилияти нолга тушади. Эшитяпсизми? Нолга!

Лекин афсуски, кўпчилик, ҳамон ўз вақтида уйланиш ва эрга тегиш ҳақида ўйлашмаяпти! Тушунапсизми?



Хонимлар! Йигирма йиллаб ўз шаҳзодасини кутаётганлар! Сиз аллақачонлар туғишингиз керак эди, шўринг қурғур тентақлар! Сиз эса ноз қиляпсиз: карьера-марьерани баҳона қилиб...

Этиборингиз учун карьера деган дардисар бор-йўғи 50-60 йил аввал пайдо бўлди. Аёллар эса – мана бу, эркакларнинг ҳаётини заҳарлайдиган тасқаралар эса – миллион йиллардан буён мавжуд! Афсуски, Сизларсиз ҳам эркаклар учун Ерда ҳаёт йўк...

Менинг қадрдонларим! Менинг яхшиларим! Табиат бизни икки жинсга ажратиб яратган ва бу буюк мўъжиза!

Ҳар бир инсон минг-минглаб авлодларнинг, минг йиллик меҳнатлари, умидлари ва заҳматларининг натижаси. Ҳаётнинг натижаси.



Бир ўйлаб кўринг, Сизнинг зиммангизга қандай масъулият юкланган! Сизнинг кўлингизда минглаб, ўн минглаб авлодларнинг узилмас риштаси турибди.

Бу минглаб авлодлар ўз тумшукчаларида, ўзлари очликдан шишиб бораётган бўлса ҳам, Сизнинг боболарингизни, бобокалонларингизнинг авлодларини озиқлантиришган. Ёнғиндан халос қилишган, душмандан қочишган, ўзлари ботқоққа чўкиб кетса ҳам, боласини хавфсиз жойга олиб чиқариб қўйишган.

Ўзини ва ҳаётини ўз наслини қутқариш йўлида қурбон қилишган. Сизни қутқариш учун!

Сизга келиб эса бу ришта узиляпти... Сизга келиб ҳаёт тугаяпти. Сиз бу ҳақда бир ўйлаб кўринг! Миллионлаб одамларнинг меҳнати зое кетяпти. Яна бу ҳолатни Сизнинг мустақил танловингиз туфайли юз бераётгандек, такдим этияпсиз, аслида эса афсуски, бу ишингиз шунчаки Сизга тикиштирилган танлов туфайли содир бўлмоқда. Шунчаки, Сизга тикиштирилган, аҳмоқона қайсарлик туфайли.

Қачонки Сиз турли хил кўринишдаги карьера-марьера сингари бемаъниликларни ярата бошласангиз, табиат нуқтаи назаридан қараганда, Сиз бирдан ҳаёт танасидаги паразит фақат ўзи учун яшайдиган ўсимта сингари бўлиб қоласиз.

Организм бўйлаб тарқалар экан, ҳар қандай ўсимта барча тирик нарсани ҳалок қилади. Табиат ўсимтанинг униб-

ўсишига йўл қўйиб бўлмаслигини билади. Инсоният наслининг келажакда бузилишига йўл қўймаслик учун бизларнинг ҳар биримизга жойланган ўз-ўзини йўқ қилиш дастури ишга тушади...

Табиат шундай ўйлай бошлайди: «Ҳа-а... Ўз вақтида бола туғиш ўрнига, бу телба ўзига қандайдир шахсий кадрларни ўйлаб топапти. Ўзининг яққаю ягона, бетакрор ҳаётини қандайдир кераксиз овунчоқларга алмаштириб юрибди.

Энди уйғониб қолдингми вой, хумпар-ей?! Насл ҳақида ўйлаб қолдингми? Сен уларга тажрибангни, билимингни узатишга ярамайсан-ку! Улгурмайсан! Улар ахир назоратсиз қолиб кетишади-ку! Шунинг учун сенинг умуман туғмаганинг яхши!»



Табиатнинг тирик материянинг исталган тури билан мулоқоти фақат икки хил шаклдан келиб чиқади – ҳаёт бериб тақдирлайди ёки ҳаётдан маҳрум қилади. Бўлди! Ушбу мулоқотнинг учинчи шакли мавжуд эмас!

Сизнинг бутун ички тормозингиз, қаршилигингиз, ниманидир йўқотишдан қўрқиш – аслида бу ҳомила бўлишга улгурмаган фарзандингизни Сизнинг ўзингиздан ҳимоя қилувчи табиий механизм! Шу тариқа табиат Сизнинг генларингиздан ўзингизнинг ёрдамингизда халос бўляпти.

Чумоли ўзининг шахсий қонуниятини яратишга қарор қилган экан, табиат жуда оқилона иш тутати. У бу чумолини, узр, одамни демокчидим, йўқ қилиб йўлида давом этади.

Сиздан кейин – шундай буюк ақл соҳибидан, мутафаккирдан кейин бор-йўғи икки метр чуқурликдаги бир-икки белкурак чиқадиган яхши ўғит қолади. Сиз бу аччиқ, лекин очиқ ҳақиқатни тан олишингиз керак.



Демак, менинг кадрдонларим, кимнинг оиласи бўлмаса, олдингизга биринчи даражали вазифа қўйинг, шу бугуннинг ўзидаёқ уйланамиз ёки турмушга чиқамиз! Зеро, оила ўрнини ҳеч нима боса олмайди!

Оилани яратиш ҳақида ёзаётганларимнинг ҳаммаси бизнесни яратишга ҳам бизнес ҳақидагилари эса оилага ҳам тааллуқли.

Ёшингиз улғайиб борган сари, Сизнинг руҳий жиҳатдан рўёбга чиқа олмаслик ҳиссиётидан, ёлғизликдан қутулишингиз қийин бўлиб боради. Менинг асосий вазифам эса – Сизга бу йўлда ёрдам бериш, Сизларга керакли йўналишни кўрсатиш.

Энг асосийси, ҳар қандай ҳаракатни бошлаш! Хитойликларнинг нақлларида айтилганидек «Минг фарсах масофадаги манзил ҳам биринчи қадамдан бошланади».

Кишининг хусусий иши нимадан бошланади?

Қорхонани таҳлил қилишдан бошланади. Сизнинг қайси истагингиз ўзингизга ёқимлироқ? Бу ёқимлилиқ нимадан келиб чиқяпти? Қайси жойингиздан таралаяпти? Мизожингизнинг қайси қисми хабар берапти?

Ёки бунинг тескараси. Ҳеч нимани бошламаслик ҳақида буйруқ қаердан келяпти? Биринчи қадам, аввал бошиданок барча ҳаракатларнинг ибтидосига барҳам берувчи буйруқ

қаердан чиқяпти? Сусткашларнинг йўли, мавжуд бўлмаган йўлда бораётган овсарларнинг йўли.

Биз танлаш ихтиёрига эгамиз, уйланишга қарор қилишимиз, ўз бизнесимизни очишимиз, ўз тақдиримизни ўзгартиришимиз ва булар оқибатида ҳаёт бизни хоҳлаган жойига улоқтириши мумкин. Эҳтимол, ишимиз бароридан келар, эҳтимол, ўхшамай қолар, эҳтимол, нимадир чиқар... Лекин биз битта жойда ёнимиздан бахт тўла арава ўтиб кетишини кутиб ўтираверсак, шу ҳам ақлданми?

Шу мавзуга оид бир латифа бор:

Бир одам Яратганга илтижо қиларкан: «Эй Тангрим, сен шундай қудратли, шундай буюксан, ҳамма нарса сенинг ҳукминг измида, сен учун миллион йил худди бир кундек... Илтимос, менга миллиард доллар бергин!» – дейди.

Бунга Яратган: «Яхши, фақат бир кун сабр қилиб тур!» – деган экан.



Хўш, нима қиламиз, менинг бардошлиларим, яна миллион йил сабр қиламизми ёки ниҳоят ўз тақдиримизни ўзимиз ярата бошлаймизми?

Тўғри, ҳамиша ҳам ўзингизга нотаниш, янги ниманидир бошлаш кўрқинчли ва ноқулай туйилади. Бироқ нима қилиш керак? Қаёққа қараб юриш керак? Агар умуман йўл бўлмаса-чи? Ҳамма ҳам орқасини юмшоққина жойга қўйиб ўтирибди-ку, менинг нима, бошқалардан кам жойим борми?

Кўпчилик айнан шу йўлни танлайди-да: «Мен туғилган эканман, демак, дунё менинг истак-хоҳишларимни бажо қилиши керак. Агар шундай қилмаса, демак, бу дунёда ҳамма пасткаш, ҳамма ёвуз ва дунё менга ноҳақлик қилляпти» – дейди.

Ҳар биримизнинг ичимизда ҳам энгил ҳаёт ишқибози ўтирибди, айна пайтда ҳар биримизда фақат оғир меҳнат орқали эришиладиган йўлни биладиган ўтирибди. Демак, ҳозир, кадрдонларим, биз Сиз билан бизнес ҳақида суҳбатлашяпмиз. Яратилиш ва яратиш қонуни, диний, илоҳий қонунлар, оила қонуни, физика, микро ва макро қонунлари ҳамма ерда ва ҳамма вақт бир хил. Чунки ҳаёт ва ўлим механизмининг принципи мутлақо ягона схема бўйича ишлайди. Ўзаро муносабат қуришнинг исталган кўриниши, барчаси битта нарсага бориб тақалади.

Келинг, тушуниш осонроқ бўлиши учун, оддий бир оилани мисол қилиб оламиз. Жуда жўн, оддийлаштирилган – бироз кўполроқ шаклда гапириб ўтаман. Одам интим алоқа билан машғул бўлмоқчи. Биринчи йўл – оила қуради ва интим алоқа билан машғул бўлади. Иккинчиси – жазман топади ва интим алоқа билан машғул бўлади. Учинчи йўл – кўчага чиқади ва шу товар сотиладиган жойдан харид қилади ва интим алоқа билан машғул бўлади.

Нима учун кимдир биринчи йўлни танлайди, кимдир иккинчи, кимдир учинчи йўлни? Бу уч йўлнинг ҳаммасини нима бирлаштириб турибди? Учта вариантнинг ҳаммасида ҳам биз битта натижани кўряпмиз – интим муносабат. Биринчи йўл – оила, оила эса мажбуриятларни бажаришни талаб қилади, оила ҳар куни, ҳар лаҳзада сенинг ички ҳолатингдаги энг яхшисини танлашни, ишга солишни талаб қилади.

Оиланинг энг муқаддас қисмидан, уч хил вариантдаги пробирка учун – интим муносабатнинг шундай оддийлаштирилган дағал шаклини олганим учун, мени маъзур тутинг.

Биз ҳозирча ҳис-туйғуларга тегмадик, фақат интим муносабатни олдик. Шундай эркаклар борки, улар бир муҳаббатли, яъни ўз туйғуларига садоқатли бўлишади, устига қанақа зўр қайла тортилган бўлишидан қатъи на-

зар, фақат жинсий алоқа учунгина аёл билан ётиб кетаверишмайди. Шундай эркаклар бор, Худога шукр, бундайлар оз эмас.

Мабодо ким биландир ётишига тўғри келса, у уйланишга ҳам тайёр ва уйланади ҳам. Ва қандайдир ҳис-туйғуларни ҳосил қилишга ҳаракат қилади, ҳис-туйғулар пайдо ҳам бўлади ва бу туйғулар улкан муҳаббатга айланади. Мен шундай одамларни кўрганман. Лекин биз ҳозир ҳис-туйғуларни четга суриб турамиз-да, шунчаки оддий интим муносабатни таҳлил этамиз.

Учта йўлдан қайси бири ҳаммасидан энгилроғи? Уччисими? Эътибор беринг-а, учинчи йўл якуний маҳсулот сифатида нимадир бера оладими? Энг яхши ҳолатда – ҳеч нима. Ёмон ҳолатда – кафолатланган венерик касаллик, ўлим хавфини тухфа этиши мумкин. Тўғрими? Ахир бу энг энгил йўл эмасмиди?

Иккинчи йўл – бу ҳам худди ўша фоҳишаликнинг ўзи, фақат бошқа кўриниши. Яъни ўзинг учун шундай йўл танлайсан, сенинг ҳеч кимдан ҳеч қандай қарзинг йўқ, мажбуриятинг ҳам йўқ. Мадомики, ўз бошингни турли можаролар билан қотирмоқчи эмас экансан, ўзинг учун жазман ёки хуштор орттирасан. Тўғрими?

Энг оғири – бу биринчи йўл. У насл пайдо қилади, узилмас мангу ришта бўйича ҳаётни яна, яна ва яна давом эттиради. Инсоннинг ердаги ҳаёти ҳам асосан шунга таяниб турибди. Бу йўл – энг машаққатли йўл.

Учинчи йўл – ишлаб, пул топиш. Буни бизнесга кўчирамиз. Сиз бизнес очишга қарор қилдингиз, мақсадингиз эса фақат кўпроқ пулли бўлишдан иборат. Бу нима билан тугайди?

Тадқиқотларга кўра фоҳишалар узоқ ишлай олишмайди. Улар бир тўда венерик хасталикдан ташқари яна бир ўзига хос касбий касаллик ҳам орттиришади. Уларда фригидлик бошланади, яъни ҳиссий совуққонлик. Суюқоёқ аёллар

одатда камдан-кам ҳолларда туғишади. Лекин бу ўта кам учрайдиган ҳолат.

Агар Сиз бирор касбни фақат пул топиш учунгина танлайдиган бўлсангиз, натижада шу ишингизни кўргани кўзингиз бўлмай қолади, ундан нафратлана бошлайсиз. Нафрат эса ҳамиша кўпайиш, кучайиш хусусиятига эга ва доимий равишда ўсиб боради. Сиз ўзингизни худди суюқоёқ аёлдек ҳис қила бошлайсиз. Бу Сиз учун азобга айланади. Кун сайин, ой сайин, йил сайин. Сизга ишлаб пул топадиган жойингизга бориш қийиндан қийин бўлиб бораверади.

Бу ишга ҳаётингизнинг қанча вақтини сарфлаб, охир-оқибат Сизнинг ўзингиз унинг бошига етасиз. Ва шип-шийдам бўлиб, дастлабки ҳолатга қайтасиз. Ахир ҳаётингиз йилларини пул топиш учун сарфлаш мумкинми?

Демак, аввал бошдан пул топиш учун йўналтирилган фаолият уни албатта йўқ қиладиган душманга эга – бу Сизнинг ўзингиз.

Иккинчи йўл – бу жазманлик йўли. Ташкилотни Сиз очдингиз. Айтайлик, Сизнинг эзгу бир орзуингиз бор. Ҳаётингизнинг мазмуни; у орқали Сиз роҳат-фароғатга эришмоқчисиз ёки эришяпсиз. Лекин Сизнинг фирмангиз – бу худди жазманларнинг турли кўринишларидек гап, Сизга ҳеч қандай мажбурият юкламайди. Бу ҳам қайсидир маънода фоҳишаликнинг бир тури.

Аслида ташкилот ҳам ҳис-туйғу даражасида бунёд этилиши керак. Биз у ерда нимадир қиладиган бўлсак, биринчи навбатда ўзимиз билан ишдан кейин уни уйга олиб кетамиз, уйда ҳам уни яхшилашда давом этамиз. Ёки уй юмушларини олиб қарайлик, ҳовлидаги ўтларни майса текислайдиган махсус машинада пардозлаймиз, дераза токчаларини ҳўл латта билан артамиз ва ҳоказо... Яъни ҳаётимизнинг шундай қисмлари борки, биз уларга ўзимизни бағишлаймиз, улар янада яхшироқ бўлишига, кўпайишига, юксалишига ҳаракат қиламиз.

Бу шундай муносабатки, теварак-атрофингизга қарай-сиз-да, қаернидир ривожлантириш, қаергадир нимадир қўшиш кераклигини кўрасиз. Сиз бу ишларни қилаётганингизда (мен бу саволни кўп бора берганман ва беришда давом этаман) Сизларнинг қай бирларингизда, «бу ишим учун менга қанча ҳақ тўлашар экан» – деган фикр хаёлингиздан ўтган. Қадрдонларим, бу Сизга кулгили туюляпти, тўғрими? Фарзандингизни бағрингизга босганингизда «бу ишимга қанча ҳақ тўлашар экан» деган фикр ўтадимми? Рафиқангизга гул кўтариб борар экансиз, бунинг учун қанча ҳақ олиш ҳақида ўйлайсизми? Оиладаги бажариладиган ҳар қандай ишдан моддий фойда борми?

Демак, қачон ташкилот очишни режалаштирар эканмиз, қачон уйланиш, турмушга чиқишни режалаштирар эканмиз, аввал бошданок бизнинг асосий маслаҳатчимиз, ўнгга оғсак ҳам, сўлга оғсак ҳам ўзингни ҳалокатга гирифтор қиласан, деб кўрсатиб турадиган энг асосий маслаҳатчи – бу бизнинг фикрларимиз, Бизнинг сезгиларимиздир. Идеал бахтли оила муҳотида ўзаро муносабатлар қандай бўлади? Шу ҳақда Сизнинг тасавурларингиз. Мана шу сезги-туйғуларингизни ўзингизга маслаҳатчи қилиб олинг, азизларим.

Энди муҳаббат асосига қурилган оила ҳақида гаплаш-сак. Бундай оила бағрида ҳаёлингизда доим яқинларингизнинг тимсоли бўлади. Нима билан банд бўлманг, нима билан шуғулланманг, қаерда бўлманг, ҳатто иш билан бўлиб, барча нарсани унутган тақдирингизда ҳам, ҳаёлингизнинг қайсидир қисмида ўзингиз ҳосил қилган сунъий юксаклик бўлади, у ердан туриб биз вақти-вақти билан оиламиз ҳақида, фарзандларимиз ҳақидаги фикрларга вақт ажратамиз. Тўғрими?

Демак, қачонки Сиз ота сифатида, она сифатида ўзингизнинг шахсий ишингизни очсангиз, ходимларни ўз болаларингиз деб билинг. Уларнинг маоши – бу уларнинг Сиз беришингиз лозим бўлган ризқлари. Яқинларингиз ҳақидаги

фикрлар Сизни ҳеч қачон тарк этмаслиги керак. Шунда бизнеснинг молиявий томони ўз-ўзидан яхшилана бошлайди. Тушунапсизми?!

Натижада энг қизиқ ва энг ғалати механизм ишга тушиб кетади – Сиз иш билан бир пайтнинг ўзида ҳамма жойдан ходимларнинг маоши ва сармоясини излашга тушасиз ва топасиз. Ташкилотингизнинг молиявий ўсиши, молиявий ривожланиши бошланади.

Ўз шахсий ишингизни ва ўз оилангизни асровчи-сақловчи фариштаси – Сизнинг ўзингизсиз. Чунки Сиз бу ишга санимиёт ва ҳис-туйғу билан ёндошсангиз, қандайдир сеҳрли қонуният ишга тушиб кетади.

Сизнинг болаларингиз оч қолмаяптими? Оч эмас. Улар ҳамма қатори кийим-кечак билан таъминланганми? Таъминланган. Демак моддий томон жойида. Айтинг-чи, ҳурматли оталар, ҳурматли оналар. Ахир ҳар бирингиз ўз оилангизни таъминлайсиз-ку? Тўғрими? Таъминлайсиз.

Нима учун? Айтингчи, оилавий муносабатлар асносида пул топиш Сиз учун биринчи ўринда турадими? Зинҳор бундай эмас! Оилада бу ўнинчи ўринда туради, лекин бу ҳам бажариш мажбурий бўлган шартлардан бири. Сиз амалга ошираётган ишларингиздан бири, холос. Энг муҳими – Сизнинг яқинларингиз! Уларнинг ўсиши, камол топиши, фаравонлиги, бахти! Тўғри эмасми?

Биз ўз кучимизни, ишлаб топган фойдамизни оилага бера эканмиз, эвазига нимага эга бўламиз? Роҳат-фароғатга, ҳузур ҳаловатга, шундай эмасми, ахир? Уйга келгач, оила аъзолари даврасида, ажиб ёз кечаларида оддий гаплардан ҳангомалашиб ўтирганда, биз нимани ҳис этамиз? Лаззат ва роҳатни.

Яъни ўз меҳнатини сидқидилдан ва беғараз ҳада қилиш тамойилига асосан яратилган, ўзини бағишлаш ва бундан лаззатланиш асосига қурилган бўлса, бундай бизнес билан

ризқингиз доим таъминланган бўлади. Бундай ташкилот дастурхони доим тўкин бўлади. Бугун ҳам, эртага ҳам.

Бунинг учун Сиз нима қилишингиз лозим. Аввало, барқарор идрокдан фойдаланинг. Яъни ўз оилангизга, ўз бизнесингизга ёвузликка дахлдор ҳеч нимани киритманг. Буюк романтикларгина буюк оила ярата оладилар. Буюк романтиклик буюк бизнесни ҳам яратади.

Демак, ҳис-туйғуларингизни ишга солинг. Ўйлаб кўринг-чи, қайси фаолият тури билан бир умр шуғулланишни, таъбир жоиз бўлса «бирга қўша қаришни» хоҳлаган бўлардингиз. Қайси касб-кор билан мункиллаган пайтингизда ҳам жон деб машғул бўлардингиз. Бу Сизга боғлиқ – кимгадир таом тайёрлаш ёқади, кимгадир эса уни тановул қилиш. Инсон ҳамиша ўзи чин юракдан қилишни истаган ишни танлаши керак.

Кейин эса бу туйғуни барқарорлик даражасига етказиши керак. Сиз ўз оилангизни барпо этдингиз, фарзандлар орттирддингиз. Баъзан оиласида аллақачон бир фарзандга эгалар ҳам яна ва яна фарзандли бўлишни хоҳлайдилар. Бироқ уларни кўрқоқлиги ва худбинлиги бир фарзандда тўхтатиб турган бўлади.

Сизда бошқа фикрлар борми, кадрли китобхон? Ҳа-а! Ҳозир Сиз менга дардингизни дастурхон қилиб, минғир-минғир қилишга тушиб кетасиз: «Яшаш шароитим бунга имкон бермайди, топадиган даромадим унақа эмас. Мен ҳам шундай фаровон яшашни жуда-а хоҳлайман, лекин...» – ва ҳоказо, ҳоказо...

Бу ёлғон! Иқтисодий мушоҳада юритишининг бир-бирига зид бўлган икки хил шакли бор. Баъзилар тежайди, ва бу орқали ўз иқтисодий муаммоларини ўзларининг ҳаёт тарзларига мослаштиришади. Бошқалари ҳаёт тарзини шундай қуришадики, агар мавжуд иқтисодий аҳвол унга мувофиқ келмаса, улар ўз иқтисодий мудофаасини кучайтиришади.

Баъзилар исрофчи – агар уларнинг имконияти – «пулинг етмайди» деган тақдирда, улар пулнинг келиш оқимини қучайтиради. Яна бир тоифа вакиллари эса ҳаётини қандайдир доимий даромад манбасига қарамликда кун кўришга мослаштиради. «Қарамлик» – оҳ, қанчалар аянчли сўз бу.

Қайси бир йўл яхши? Қадрдонларим, иккинчи вариант бу айнан ожизлик йўли.

Лекин ҳамма нарсада ҳам истисно бўлади. Шундай одамлар борки, улар япон тежамкорлиги асосида яшашади-ю, лекин мутлақо ўзларини бахтли ҳис этадилар. Сизга қай бир йўл тўғри келишини қандай аниқлаш мумкин? Ўзингизга ўзингиз мурожаат қилинг – у ерда барча саволларнинг жавоби бор. Сиз қаерда ўзингизни жуда қулай ҳис қилсангиз – бу Сизнинг йўлингиз, шуни эсдан чиқармангиз бас.

Бир мисол орқали бизнес режа ҳақида гапириб бермоқчиман. Айтайлик, мен қимматбаҳо тошлар савдоси билан шуғулланмоқчиман. Хомашёга эга одамлар бор. Энг йирик олмослар, энг йирик зумрадлар уларнинг ихтиёрида. Лекин уларнинг ҳаммаси ҳам маҳсулотини ўзи хоҳлаган нархда сотолмаяпти. Харидор излашади, олмос фондидаги одамлардан танишлар орттиришади. Лекин, бир куни қарабсизки, кимнингдир яқин таниши Колумбиядаги олмос шахталарининг эгаси бўлиб чиқади.

Мен маълумотлар учун пул тикдимми? Йўқ. Лекин шу маълумотга эга бўлдим. Демак, мен доим янги танишлар орттиришим керак, йўлини топишим керак ва сайёрамизнинг энг зўр заргарлари билан уларнинг тилида мулоқот қила билишим шарт. Бунинг учун пул керакми? Йўқ, албатта.

Ҳар бир заргарнинг орзуси – энг катта олмосга жило бериш. Ҳамма мулкдорлар ҳам ўз молини сотишни истайди. Ишлов берилмаган олмос бозорда 100 доллар туради. Бриллиант, яъни жилоланган олмос 500 доллар. Заргар кир-

ралаб, унга ишлов бергани учун 100 доллар ҳақ олишни хоҳлаяпти. Сиз заргарга 150 доллар, сотувчига 150 доллар бераман дейсиз.

Улар хурсанд, рози, Сиз ҳам хурсандсиз – чунки Сизга 200 доллар қоляпти. Лекин Сиз бу иш билан ўзингиз шуғулланишни хоҳламайсиз ва 100 доллар эвазига ҳамма билан алоқани йўлга қўйиб, бутун жараённи қўллаб-қувватлаб, иш юргизадиган одамни топасиз. Ва Сиз бу ғоя учун ҳар бир тошдан ўзингизнинг 100 долларингизга эга бўлаверасиз.

Бу жараён лаборатория деб аталади. Лаборатория даражасида бу жараён бажарилди. Қаерда, қандай камчиликлар пайдо бўлиши мумкинлигини хаёлан чамалаб кўрасиз. Ва бир неча марта турли вариантларни чамалаб чиқасиз. Токи тайёр ишлатиш мумкин бўлган ғояга эга бўлмагунингизча. Сўнгра уни йўлга қўясиз. Тушуняпсизми?

Режалаштириш катта пул тикиш ўрнини босади. Албатта, ёзув столида ўтириб ҳамма муаммоларни ҳал этишнинг иложи йўқ. Реал ишга келганда баъзи бир нарсалар бошқача тус олиши ҳам мумкин. Лекин аввалдан таҳлил ўтказилса, бизнесдаги кўплаб нохушликлардан қутилиб қолиш мумкин. Агар фойда, сарф-харажат, турли ҳисобга олинмаган, қутилмаган вазиятлар, хато-янглишишлар ҳисобга олинса.

Ундан кейин қандайдир масалани ўрганишга киришсангиз, атрофингизда ўзига хос сирли иқлим юзага келади. Айни шу масала юзасидан сизга кимдир қўнғироқ қилиб қолиши мумкин, эҳтимол сиз бу одамни ўн йилдан буён кўрмаган бўлсангиз ҳам, кўчада нимадир эшитиб қоласиз, ёки Интернетда шу мавзудаги мақолага кўзингиз тушиб қолади.

Сиз бундай ҳолатга эътиборингизни қаратасизми, йўқми, билмадим. Лекин мен бу масалада анча пишиб қолганман. Агар икки марта ҳам турли манбалардан бир хил нарса

эшитиб қолсам, дафъатан сергак тортаман. Атрофимда бу маълумот айланиб юрган эканми, демак, бунда қандайдир сир бор.

Нима деб ўйлайсиз, кадрли китобхон, катта бизнесни очиш учун қанча пул керак бўлади? Миллион долларми? Ўн миллион долларми? Юз миллионми?

Бир неча йил аввал мен курсимиз қатнашчиларидан бирига бизнес режа тузишини илтимос қилдим. У сифатли аудиосистема ишлаб чиқаришни истаётган эди. Бу талаба бизнес режасини олиб келганида, мен дарҳол бунинг хом-хаёл эканини кўрдим. Бундай ғоялар фақат эртақлардагина рўёбга чиқиши мумкин.

Бу режада жуда улкан, ўтиб бўлмас бир девор бўлиб, унга «Бер!» деган сўз ёзилганди. «Агар менга 100 миллион доллар беришганда эди!»

Мен ундан «Сизнинг фикрингизча, бу пулларни ким беради?» деб сўрадим. У, кредит оламиз деди. Мен доим кредит олмасликка ва бермасликка ҳаракат қиламан. У эса менга худди машҳур масалга ишланган суратдаги қарғанинг тумшуғидаги пишлоққа кўз тиккан тулки сингари тикилганча, пул беришимни кутяпти. Мен унга: «Мен бу пулларни бермайман, ҳатто пулим бор бўлса ҳам. Пулларимни Кредитга ишлатиш ниятим ҳам йўқ!» дедим.

Бизнес режада агар у мукамал тузилган бўлса: «бер» деган сўз бўлмаслиги керак. Бундай сўз учраса, демак, бу сенинг рўпарангда касодга учратадиган одам ўтирганининг белгиси. Ўзгаларнинг тажрибасидан одам ақллироқ бўлиб қолмайди. Ўзинг бошқармаган ўзгаларнинг пулидан фақат янада кўпроқ ақлингни йўқотиб, босар-тусарингни билмай қоласан.

Мен ундан, «қачондир бўлса ҳам 100 миллион долларни қўлингда ушлаб кўрганмисан?» – деб сўрадим. У «йўқ» деб жавоб берди. Сўрашда давом этдим: «Миллион доллар-

ни-чи?». Жавобига яна «йўқ»ни эшитдим. Кўрсаткични яна пастга туширдим ва «100 мингни-чи?» деб сўрайман. Жавоби яна олдингидек – «йўқ». Сўрашда давом этаман: «У ҳолда қанча ушлагансан?» У ўйлаб-ўйлаб «Энди... бир неча минг долларча... бўлган...» – дейди паст овозда.

Хулоса чиқарамиз: Демак, Сиз бир неча минг долларнигина бошқара оласиз. Мана Сизнинг бор бюджетингиз – минг доллар. Шундан келиб чиққан ҳолда ҳаракат қиламиз. Мана бу ўзингиз тузган бизнес режани ҳатто бировга кўрсатманг ҳам, бу келажагингиз учун хавфли. Чунки бу ғоялар Сизнинг миянгиизга жуда тез кириб, мустаҳкамлашиб олиши мумкин.

Шундай деганимдан сўнг унинг танг аҳволга тушганини кўрдим. Ва у менадан қаттиқ хафа бўлди. Ҳолбуки, у ўз фикрини чуқур ўйлаб кўриши лозим эди.



Ўзгалар пулини жалб қилмасдан туриб,
ўз бизнесингизни оча олмасангиз,
Сизда дарҳол ўзингизга нисбатан
хавотир хабари ишга тушиши керак:
«Дикқат! Менинг ожизлигим ҳудуди.
Маълумотлар билан боғлиқ ожизлик,
Қалб ожизлиги, Маънавий ожизлик,
Мушоҳада юритишдаги нуқсонлар,
Одатлардаги нуқсонлар, Рухий
қувватдаги нуқсонлар.

Бу нуқсонлар Сизнинг бизнес режангизда пул миқдори кўринишида намоён бўлади. Сизнинг тан олинмаган даҳонингизга «Коинотни забт этиш» учун керак бўлган пул миқдори сифатида намоён бўлади.

У менга ғирт телбага қарагандек тикилиб турарди. Кейин «1000 доллардан бошлаш – бу ахир реал эмас-ку?» – деди.

Мен унга, «Қадрдоним, Сиз бу бизнес режангизда ўзингизнинг қанчалар оми эканингизни кўрсатяпсиз, ўзимнинг юқори сифатли маҳсулотларим билан, «Панасоник», «Сони»лар ва турли-туман гигантларнинг вакиллари билан рақобат қилишга тайёрман, деяпсиз. Бундай гигантлар билан рақобатлашиш учун 100 млн – бу сариқ чақадек гап эканини биласизми ўзи? – Сиз уларниқидан сифатли бўлган маҳсулотни анча паст нарҳда ишлаб чиқармоқчисиз? Агар одам анча арзон товар харид қиладиган бўлса, унга умуман фарқи йўқ. Агар сотувчи бу товарни супер-пупер деб мақтаса бўлди, харид қилаверади. Сизнинг сифатли товарингиз умуман ҳеч кимга керак эмас. Харидор савдо салонидаги менежернинг сўзларини харид қилади», – дедим.

Демак, бу йўл тўғри келмайди. Сиз дунё миқёсида биринчи ўринга чиқишни истайсизми? Биз буни уддалай оламиз. Бунинг учун қандай ҳаракат қилишимиз керак? Эксклюзив, яъни энг ноёб ва камёб товар учун ақл бовар қилмас нарҳни талаб қилишимиз мумкин. Лекин эскилар айтишганидек: «бир қоп тезакни олиб бозорда бир йиллаб ўтириш мумкин, ахийри кимдир сотиб олади». Бу нарса кимгадир ўта зарур ва харид қилган одам ўз харидидан бахтиёр ҳам бўлади.

Хўш, биз ўз товаримиз ҳақида нималарни биламиз? Муסיқа инсон қулоғига 20 герцдан то 20 килогерцгача бўлган диапазонда эшитилади. Бу инсон эшитиш имкониятининг охири нуқтаси. Меъёрдаги ҳар қандай акустик система бу диапазонни бера олади. Қолган ҳаммаси, устки қобиғи мармардан, ёғочдан, прессланган чикитдан – бу гапларнинг ҳаммаси шунчаки реклама учун.

Ва мен ундан бир йилда росмана ишловчи системанинг қанчасини йиға оласан, деб сўрадим. Ва у: «бир ойда битта система йиға оламан» – деб жавоб берди. Уларни институтимиздаги бор ускуналардан йиғди – схемаларини тузди.

Турли-туман резистор-транзисторларни кавшарлади. Олтин чанглатишга Ҳиндистон сафаримда бир сабаб билан 50 долларга сотиб олган узугимни бердим.

У ёғига ўзи Ставраполга бориб қизил ёғочлар билан ишлайдиган қариндошини топди. У бир неча юз доллар эвазига битта яхши колонка ясаб берди. Бизнинг бошловчи бизнесменимиз унга тайёр платани ўрнатди. Товуши 16 овозли эди. Яъни 16 мустақил канал – улкан кенгликдаги овозни ҳосил қилувчи 16 мустақил канал. Мазкур бутун системанинг таннархи тахминан 3000 долларни ташкил қилди.

Лекин яхши маҳсулот тайёрлаш – бу ҳали ишнинг ярми. Уни ҳали тўғри тарғиб қила олиш ва сотиш ҳам керак. Сифатлилиқ ва бренд тарихи деган тушунчалар бор. Россия маҳсулотлари бундай тарихга эга эмас. Чет элда бундай маҳсулот аввал бошданок ҳеч нимага яроқсиз, деб ҳисобланади. Табиийки, мен унга маҳсулот Россияда ишлаб чиқарилганини фош қилиш керак эмас, деб айтдим.

Ва биз унинг акустик системаси учун Европадан «химоячи» излай бошладик. Бренднинг ватани биринчи ўринда туради. Иккинчидан, агар маҳсулот янги ном билан ишлаб чиқарила бошланса, унга ҳам ишонч бўлмайди. Шу мулоҳазаларга кўра биз арзимаган қанчадир юз еврога товар белгисини сотиб олдик. Қачонлардир бу ном остида аллақандай патефонлар чиқарилган бўлиб, ўшанинг савдо белгисини олинди.

Бу бренд ҳақида бутун дунё аҳли аллақачон унутиб юборганди. Биз унга қайта ҳаёт бағишлаб, унинг номи остида фирма очдик. Ва бу фирма биргина номи билан ўзининг икки юз йилга яқин тарихига, бутун дунё аҳли орасида салмоқли вазнга ва нуфузга эга бўлди-қолди.

Энди фақат реклама қилиш лозим эди. Рекламачилар қандай ишлайди? Рекламачилар ҳам баъзан рекламага мухтож бўлишади. Улар ҳам буюк одамлар билан, машҳур

савдо маркалари, ажойиб товарлар билан ёнма-ён бўлишни хошлашади. Нимага десангиз, улар вақт ўтгандан кейин, «Ҳа, мен буларнинг ҳаммаси энди бошланганида бўлганман, менинг ёрдамим билан улар машҳур бўлишга эришган» – деб айтишни истайдилар!

Шарқда шундай мақол бор: «Камбағални туянинг устида ҳам ит қошибди». Маҳсулотни бир тийин ҳам сарфламасдан туриб қандай реклама қилиш мумкин? Мен бир танишимни компьютерга ўтказиб қўйдим-да, ёрдам беришини сўрадим. Ва у бизнинг системани фотошопда шундай ярақлатиб, ишлаб бердики, худди бу суратни энг моҳир фотосуратчилар ишлагандек эди. Аслида ҳали система йиғилмаган эди. Шунчаки фотошопда тайёрланган сурат бор эди, холос.

Ва биз суратларни Европанинг энг қиммат журналларига ва каталогларига жўнатдик – Англия, Франция, Швейцария дегандек мамлакатларга. Суратларга хат ҳам илова қилдик. У ерда биз журнал эгаларига улар ўзларининг журналларида энг бой одамлар учун ишлаб чиқарилган энг қиммат, энг обрўли акустик системанинг эксклюзив суратларини чоп этиш имконига эга бўлаётганликларини айтдик. Эксклюзив суратлар учун биз 50 минг евро нарх қўйдик.

Профессионал сураткашлар қандай ишлашини биласизми? Газета ва журналлар уларнинг суратларини босиб чиқариш ҳуқуқига эга бўлиш учун уларга ҳақ тўлашади, тўғрими? Ва биз бу таклифларни суратчининг номидан жўнатдик. Агар биз фирманинг номидан жўнатганимизда эди, у ҳолда бизнинг ўзимиз пул тўлашимизга тўғри келарди.



Ёдингизда бўлсин, ҳар доим ожиз одам тўлайди. Кучли одамга эса ҳақ тўлашади.

Иккинчи ойнинг охирига келиб биринчи маҳсулотимиз тайёр бўлди. Бу пайтга келиб биринчи журналдан пул ҳам келиб қолди. Энди биз баъзи бир деталларни кимматроқ материаллар билан алмаштирдик. Бизнинг бизнесменимиз вақти-вақти билан олдимга келиб: «мана бу материалдан буни қилсам бўладими, бунисидан мана буни қилсам-чи?» деб сўраб турарди. Ундан: «Бюджетингиз бунга имкон берадими?» деб суриштираман. У «Агар 15 минг доллар бўлганида эди!» деб бошлайди. Унга жавобан «Менда пул йўқ! Мендан пул сўрашса – ҳеч қачон пул бўлмайди. Мен ҳеч нима бермайман. Сиз тагин ўз ожизлигингизни кўрсатаяпсиз. Мен албатта Сиз билан фахрланаман – 150 миллионлик улкан ғордан бор-йўғи 15 минглик тешикча қолибди. Келинг, Сизнинг рухиятингизни яна бироз ямаймиз!» – дедим.

Лекин пул пайдо бўлганидан кейин ўйлаб қолдим – 15 минг доллар камлик қилади. Дунёда ундан ҳам кимматроқ ёғочлар бормикан? Қидирдик ва топдик. Ва 27 минг долларни системанинг қопламаси – корпуси учун сарфладик.

Ундан кейин биринчи харидор пайдо бўлди.

Кейинги босқич, буюртмачи пайдо бўлганидан кейин унга система айнан унинг ўзига мослаштириб қилинишини маълум қилдик. Лекин яшаш муддати ярим йил деб айтилди. Яъни сунъий ажиотаж, шов-шув ҳосил қилинган эди. Одамлар энгиллик билан етишган нарсаларини қадрламайдилар. Лекин ярим йил кутиш ҳам мижозга тўғри келмасди. Ва у тезлаштиришни сўради. Унга «сўзини ерда қолдирмасдан» хўп дейилди. Лекин «нархи кимматроқ бўлиши» ҳам таъкидланди.

Ва биринчи система ярим миллион долларга сотилди. Қолбуки, у бизга уч минг долларга тушган эди. Бу пулни мен ўзимнинг ёнимдан, майда-чуйда учун сарфлайдиган пулимдан тўлаб юбордим.

Аслида ишлаб чиқаришнинг ҳаммасига 50 минг доллар харажат кетди. Лекин бу пуллар бизнинг чўнтагимиздан чиқмади. Биз уларни ўзларимизнинг шахсий рекламаимиздан ишлаб топдик.

Бир йилдан кейин 32 комплект система сотилди. Лекин улар анча юқори нархда пулланди. Ҳозир миллиондан паст нархдаги комплектнинг ўзи йўқ. Ва нарх-наво юқорилаб кетаверади. Чунки мендек ақллилар ҳам оз эмас. Бунақалар тикилиб ётибди. Кимдир буни тушуниб қолган. Маҳсулотининг нархини 600 минг доллар қилиб қўйибди. Лекин биз кейинги куннинг ўзидаёқ нархни 800 минггача кўтардик. Мана шу тариқа пойга бошланди!



Сизнинг эътиборингизни шунга қаратмоқчиман! Дунёда шундай иқтисодий таъминланган телбалар қатлами мавжуд. Улар учун мусиқа ҳеч қандай аҳамиятга эга эмас. Шунчаки уларда энг қиммат маҳсулот туриши керак. «О, менинг ҳукмдорим! Сен энг яхшисига лойиқсан!» деб эслатиб турадиган маҳсулот. Ва улар энг қиммат нарсаларнинг ортидан қувиб юраверадилар.

Яна бир йилдан кейин бизга 50 та буюртма келди. Ва мен бу бизнесдан чиқдим. Ўзимнинг улушимни олдим ва шеригимга «Бу ёғига ўзинг ишлайвер!» – дедим. Чунки бу бизнеснинг менга қизиғи қолмаган эди, менга жараённинг ўзи қизиқ эди. Энди эса у қўлини елпиғич қилиб, керилиб юрар экан, бошқаларга худди тентакка

карагандек назар ташлайди. Менга ҳам баъзан худди шундай. Менга нима, мен чиндан ҳам тентакман. Мен хафа эмасман.

Айтинг-чи, кадрли китобхон. Пул бу ёвузлик деган фикрга қўшиласизми?!

Мана, қўлга ҳам тушдингиз. Пул бу моддий алмашув воситаси. Айтиш мумкинки, пул бу вақтни трансформациялаш, жисмоний меҳнат, интеллектуал меҳнат, қалб меҳнати, маънавий меҳнат. Биз уларни бошқаларга узатишимиз керак. Ва биз уларни пул шаклида узатамиз.

Черчилнинг сўзлари бор: «Демократия – бу бошқарувнинг энг бўлмағур шакли, лекин бошқа шакли бўлмагани учун биз ундан фойдаланишга мажбурмиз». Пул – бу кувват алмашинувининг энг бўлмағур шакли, лекин ундан яхшироғи топилмагани учун ҳам у мавжуд.

Нима учун? Чунки ким учундир пул бу битта нарса, бошқа биров учун бошқа нарса. Яъни пул бу – тоза қоғоз, унда ҳар ким ўзи учун нимадир кўради. Агар Сиз пулда ёвузлик кўрадиган бўлсангиз, Сиз доим ундан халос бўлишга интиласиз. Бу қашшоқликка олиб келувчи энг қисқа йўл! Уларга ўзингизнинг мақсадларингизга эришиш учун асбоб сифатида, орзуларингизни қурувчи материал сифатида қаранг!

Ҳар бир одам бу ёруғ оламга келганида, ўзининг ажойиб орзуларини рўёбга чиқариш учун туғилади, лекин нима учундир буни осонгина унутиб юборади. Ва менинг вазифам – кадрли китобхон, Сизни кўзгатиш, бу дунёга нима учун келганингизни эслашга мажбурлаш. Сиздаги бунёдкорликни, орзу қилувчини ва шоиртабиатлиликни уйғонишга мажбур қилиш!

Менинг кадрдонларим! Бу китобнинг саҳифаларида учрашиб туришимизнинг сабабларидан бири, Сизларнинг сафингиздан ҳам бизнинг клубимизнинг – миллионерлар клубининг бўлғуси аъзосини тайёрлаш!

Агар Сиз бу ерда шунчаки, қизиқиш юзасидан ёки бекорчиликдан ўтирган бўлсангиз, бир нарсани эслатиб қўйишим мумкин, ҳеч ким Сизни бу ерда нимагадир кўндиришга, ниманидир исботлашга ёки нимагадир таклиф қилишга ҳаракат қилаётгани йўк!

Ҳозир айтадиганларим борасида ҳеч ким мени ўз фикримдан қайтара олмайди.



Ҳар бир одам азалдан энг бой, энг бахтли, сайёрамиздаги энг-энг-энг ажойиб инсондир.

Сизларнинг ҳаммангиз аввал бошданок етакчисизлар. Шунчаки Сизга ҳаётингизни кучайтириш, қайта кўриб чиқиш учун – янги босқичга, янги юксакликка кўтарилиш учун қўшимча маълумот керак, холос.

Бунинг учун ҳали Сизнинг анча тер тўкишингизга тўғри келади. Ўз устингизда ишлашингиз, ишлашингиз керак... Худди «Буратино»ни яратган Карло отадек! Чунки Сизсиз ҳеч нима қилиб бўлмайди. Фақат Сизнинг ўзингизгина ўз мукаддас ҳаётингизга қадам босиб кира оласиз!

Сизнинг камтарин қулингиз эса фақат мутахассис сифатида бу жараёнда иштирок этиши мумкин – орзуингизга эришиш йўлидаги жараёнда нимаки хоҳлаётган бўлсангиз, нимага интилаётган бўлсангиз, нима истаётган бўлсангиз, ана шуларни аниқлаштиришда кўмаклаши мумкин, холос. Айни пайтда бошқаларга аллақачон самара ва наф келтирган технологияни сизга кўрсатиш. Самара бўлганда ҳам қанақа муҳим самараларни! Жуда эътиборли, оламшумул ютуқларни!

Биз шуғулланаётган нарса психологиядан, спортдан яна бошқалардан нимаси билан фарқ қилади? Бизлар амалиётчимиз! Амалиётчи реалистлармиз! Бу китобнинг саҳифаларида ёзилганларнинг ҳаммаси амалиётдан келиб чиққан ҳолда айтилмоқда, зинҳор булар қуруқ назариялар эмас!

Бир неча йил аввал бизнинг ёпиқ клубимиздаги миллионерларнинг сони 242 нафарга етганди! Қизиғи шундаки, биз у ерга ҳеч қачон оёққа туриб олган сармоядорларни қабул қилмаганмиз.

Камтарин кулингизнинг жуда ҳурмат қиладиган ғойибона устози, яъни пири – Дейл Карнеги, бутун умри давомида 28 нафар миллионер етиштирган. Атиги 28 нафар!

Бугунги кунга келиб, шахсан ўзим тайёрлаган 3 та миллиардер фаолият юритмоқда. Тўппа-тўғри ўзимизнинг товадан пишиб чиққан! 40-50 нафар шогирдимнинг сармояси тахминан 100 миллион доллардан ошиб кетган!

Бизнинг клубимиз аъзолари қанча ишчи ўринлари яратишганини биласизми?!

Етмиш мингдан ортиқ иш ўринлари. Тасаввур қилинг-а, бу қандай улкан армия.

Биласизми, улар дастлаб ким бўлишган?!

Улар ҳам худди Сиз сингари аввалига эътироз билдиришган, гўё қандайдир бераҳм уларнинг асабларини таранглаштиришга мажбурлаётгандек... қандайдир мия бурмаларини қовлаштириб азоблаётгандек...

«Олдин қандай яхши яшаётган эдик, тинч, осойишта» – дейишган. Тахминан, худди ҳозир Сизлар яшаётгандек!

Тинчгина, хотиржамгина, ишга, уйга... ишга, уйга... ишга, уйга... Дўконга... райсобезга... ва яна уйга!

Келдингиз, едингиз, ичдингиз, таппа ташлаб ухладингиз. «Тап-тап-тап, тап-тап-тап». Ие! Вақти соати келиб қолибди, «тап-тап-тап» бир тўда бўлиб қабристонга қараб кетишади. Одам бор эди, югурди, елди, еди-ичди-ўлди. Натижаси нима? 5-6 йилдан кейин унинг қабртоши ҳам тарс-турс ёрилиб емирилади, ундан кейин бечорани ҳеч ким эсламайди ҳам...

Уларнинг ҳаммаси ёлланма ишчилар эди, худди ҳозирги Сизлар сингари. Уларнинг ҳаммаси Сизлар қатори эди. Уларнинг ортиқча бир тийин ҳам пули йўқ эди.

Лекин бу етмаганидек, шубҳа-гумонларининг чек-чегараси ҳам йўқ эди... ишончсизликларини айтмайсизми, ожизликлари... Қанақа аччиқ, аламли, аянчли сўзлар билан улар ўзларини оқлашарди!

Биласизми, ҳозир уларнинг орасида ҳаётдан норози бўлган бирорта одам йўқ!

Дастлаб клубимиздагиларнинг атиги 4-5 тасининггина ўз иши бор эди... Иш бўлганда ҳам – кичкина дўконча – 3-4 та ходими билан... Унча катта бўлмаган фойдага эга миттигина мева-сабзавот сотадиган дўкончаси.

Дастлаб миллионерлар клубини ташкил қилиш бизнинг режамизда йўқ эди.

Бунинг ташкил этилишига биринчи сабаб – бизнесни тушунмайман! Пул қандай қилинишини умуман билмайман!

Иккинчи сабаби – Сизлардан кимнидир миллионер қилиш бизнинг режамизда йўқ эди. Бугун ҳам бу нарса бизнинг режамизда йўқ.



Пул – бу мақсадимиз йўлида биз тўқнаш келишимиз муқаррар бўлган неъмат. Лекин жуда ёқимли.

Ва учинчи сабаб. Бизнинг умуман қандайдир клуб ташкил қилиш режамиз йўқ эди. Миллионерлар клуби ҳақида-ку ўйламаган ҳам эдик.

У ҳолда бу ном қаердан келди?

Бизни «Бахтли одамлар клуби» деб номлаш ҳам мумкин... Лекин у ҳолда бизни тўғри тушунишларига кўзим етмайди.

Ёки «ажойиб эр ёки хотинлар клуби» – дейиш мумкиндир.

Ё бўлмаса «яхши ота-она бўлишни хоҳловчилар клуби» ми?!

Худди шу тарзда ҳеч иккиланмасдан бизнинг клубимизни «жуда келишган, ёқимли ва эҳтиросли эркеклар ва аёллар клуби» дейиш ҳам мумкин бўларди.

Биз яна ўзимизни «асал ойларини умрининг охиригача узайтира олганлар клуби» деб ҳам аташимиз мумкин.

Лекин буларнинг ҳаммаси қандайдир кишига ғалати эшитиладигандек туюлмаётими?

Лекин «Миллионерларнинг клуби» деганинда эса дарҳол: «Ҳа! Ҳаммаси аблаҳлар!» – деган баҳони олиш эҳтимоли кўпроқ.

Чунки миллионерлар клуби – Сизларнинг ҳаммангиз учун тушунарли. Барча халқларда миллионер сўзи онгу шуур даражасида «Мен ҳам хоҳлайман» деган истакни, тилида эса – «Ҳа, биламан, ҳаммаси аблаҳ...» – деган фикрни уйғотади.

Шунчаки улар бизнинг соғломлаштириш курсларимизга келиб шуғулланишди. Мен бу жараёнда тингловчилар орасидаги 30 фоиз одам жуда фаол эканини кўриб турардим.

Уларнинг орасида касалликдан халос бўлганлар, ўз устида ишлашдан кўрқмайдиганлар, ўзининг ялқовлиги ҳимоясига ҳеч қанақа баҳона ўйлаб топмайдиганлар, ишлашни, ишлашни ва ишлашни хоҳловчилар ажралиб турарди. Аввалига биз фақат салом-алик қилардик, кейин эса ўзаро дўстлашиб кетдик. Самимий ва очиқ дўстлик ришталари пайдо бўла бошлади.

Дўстлик эса – шундай камёб ҳолатки, бунда сен улкан қувонч билан ўзгаларнинг муаммосини ихтиёрий равишда ўз гарданиягга ортиб оласан. Уддалай олмасанг ҳам, лекин барибир, ҳар доим дўстга елкадош бўлишга ҳаракат қиласан...

Дўстлашиб қолдик, йиғилиб туришни одат қилдик. Бир-биримиз билан мулоқот қилиш учун вақти-вақти билан бир нималардир ўйлаб топадиган, табиат кўйнида кабобхўрлик қиладиган бўлдик.

Мулоқот жараёнида улар мен ҳақимда янглиш фикрда эканликларини, улар мени ўзларидан ақллироқ, ҳаётда ҳам мени улардан кўра яхшироқ тушунади, деб ўйлаб янглишаётганликлари аён бўлди. Ҳамма ҳам янглишиши мумкин, тўғрими?

Мен билан ўз муаммолари борасида маслаҳатлаша бошлашди. Менда мана бундай муаммолар бор, уларни қандай хал қилиш мумкин... Мен эса мана бундай хоҳлайман. Лекин бунинг учун дастлаб нима қилишни билмайман? Мени билади, деб ўйлайсизларми? Лекин мен уларга нима биландир ёрдам беришни хоҳлардим-ку! Мен юзимга ақлли тус бериб: «Мен ўйлаб кўраман...» – дердим. Кейин бироз вақтдан кейин уларга аста-секин тушунтира бошлардим: «Мана қарагин, бу ерда сенда муаммо бор! У сенга халақит берапти...» У эса кўзини пирпиратиб, ишонқирамай: «Йўк! Менда у ерда муаммо йўқ...Менда муаммо фалон жойда...», – дейди. Кейин тагин ниятлари орзуларини гапирди.



Орзу нима, қадрли хаёлпараст?

Орзу бу Сизнинг нимадандир норозилигингиз, бу таққослаш

Сизнинг бугунги ҳолатингиз билан тасаввурингиздагини таққослаш. Токи Сиз ниманидир яхшилашни хоҳлаётган экансиз, Сиз айни кундан норозисиз, Сиз нимадандир норози экансиз, демак, ҳаётингизда ўйлашга арзийдиган нимадир бор...

Эътибор беринг ва ҳамиша ёдда тутинг, инсон ўзи эриша олмайдиган, шу бугун, жуда бўлмаганда эртага эриша олмайдиган нарса ҳақида орзу қилмайди.

Бир куни биз улар билан йиғилиб, нима ҳақида орзу қилсак ҳаммасини ёзишга қарор қилдик. Аввалига оғирроқ кечди... икки ҳафтадан кейин уларнинг ҳар бири шунақа рўйхат эгасига айланишдики!

Агар Сиз ҳам яхшироқ ўйлаб кўрадиган бўлсангиз, истакларингизни ёзиб чиқиш учун Сизга бир вагон қоғоз ҳам етмайди.

Ёздингларми? Ёздинглар! Баракалла. Энди уларга эришишга киришамиз. Ва биз уларнинг орзуларини рўёбга чиқариш устида иш бошладик.

Хўш, қалай? Энди қаерга тушиб қолганингизни кўряпсизми? Илгари тинч-хотиржамгина яшаб юрган эдингиз! Энди эса бутун ҳаётингизни тартибга келтиришингиз, зиммангизга турли вазифаларни, мажбуриятларни юклашингиз керак.

Кимнингдир фарзандлари билан боғлиқ муаммоси бор, кимдадир яшаш жойига оид муаммо, кимдадир пул бора-сида муаммо, кимдадир... яна қандайдир муаммо, муаммо, муаммо.

Сизда бу муаммоларга жавоб йўқ!

Бошқа бир одамда эса бу муаммоларга жавоб бор. У бу муаммоларнинг ечимини топди! Чунки биринчи синфни битирганнинг муаммоси ўнинчи синфда ўқиётган учун аллақачон ортда қолган босқич бўлади. Тўғрими?



Ва биз ҳали ўз муаммолари ечимини топа олмаганлар учун муваффақиятга эришганлар ҳақида маълумот йиғи бошладик.

Шу тариқа Сиз ҳозир ушбу китобда кўриб турган маълумотлар жамлана бошланди.

Бу жуда кўп йиллар аввал бўлган эди... Бугун эса, бу клубга келар эканман, клуб аъзолари оғиз очишга кўйишмайди, бир сўз айтишга улгурмайман. Улар шунақа маҳмадона бўлиб кетишган-ки, асти сўраманг...

Уларга шундай дейман: «Йигитлар! Бу қанақаси ахир? Сен фалон иш билан шуғулланасан, сен эса фалон иш билан, қай биринг юз миллионни, яна бошқа биринг – миллиардлаб пулни айлантirasизлар... Менга ҳам ўргатинглар, мен замонавий бизнесдан шунақа ортда қолиб кетганман... Сизлар бунга қанақа қилиб эришдинглар? Қайси йўл билан Сизлар миллиардер бўлдинглар?!» – дея сўрайман.

Улар менга ҳайрон бўлиб қарашади:

– Сизнинг ўзингиз бизга ўргатгансиз-ку...

– Лекин мен Сизларни бизнесга ўргатмаганман! Мен Сизларни ўз ҳаётларингизни жой-жойига кўйишга, тартибга келтиришга ўргатганман! Бунда ҳам фақат энг бошланғич дарсларни берганман, ундан бошқасини ўзим ҳам билмайман!

Биз фақат Сиз бажариш лозим деб айтган ишларни қилдик, қолгани эса ўз-ўзидан амалга ошди...

Келинг, мисол тариқасида ушбу масалани кўриб чиқамиз: Айтайлик Сизлардан кимдир фарзандлари билан шуғулланмоқчи, лекин бунга сира имконияти йўқ!

Яна ўз фарзандини мустақил тарбиялаш учун вақти йўқ, чунки эрталабдан кечгача иш билан машғул... педагогни жалб қилиш, энг яхши тарбиячини ёллаш учун эса маблағ керак, унда маблағ ҳам йўқ!

У ўзича ёзиб ташлаган... мана бу вазифа, мана бу, мана бу, мана бу... Буларни кўриб ўтақаси ёрилай дейди, кейин юрак чангаллаб қолади... Чунки унинг ўз режаларини тўла амалга ошириши учун миллионлар керак экан!

Маблағ керак, сиз эса рўйхат тузган бўлсангиз-да, ўзингиз қаердадир, айтайлик, оддий техник ёки бирор мактабда

педагог бўлиб ишлайсиз. Шу билан бирга бир хонали уйда яшаганча, кейинги ойгача тийинларни санаб кун кечирасиз.

Ахир Сизга маош етмаяпти! Сизнинг маошингиз йилига бир ярим сўм! Яна уни ҳам ярим йилдан бери бермасдан, ушлаб қолишяпти...

Демак, кўча фарроши лавозимидан ишдан бўшашингиз ва ўзингизнинг хусусий заводингизни очишингиз керак, космик кемалар учун электрон болғалар ишлаб чиқариш бўйича!

Ўзингизнинг қоп-қоп евроингизни ёки долларларингизни ишлаб топинг-да, шу заҳоти уларнинг бир қисмини ўз истакларингизни рўёбга чиқариш учун экиб қўйинг.

Нима учун бир қисмини?

Орзуларингизни ҳаётга татбиқ қила борган сари Сиз бу жарак-жарак пулларнинг жуда керак бўлишини тушуниб қоласиз. Тагин унақа-бунақа миқдорда эмас.

Мана нима учун агар Сиз ҳалол, виждонли, пок, софдил одам бўлсангиз, хусусий ишингизни очиш учун яхшигина тайёргарликни ўташингиз керак бўлади.

Лекин ҳалоллик доим жазоланади – Сиз буни биласизми?



Хусусий иш очиш – бу жуда оғир иш.

Чунки у одамга эркинлик беради... Бу эркинликнинг жаранглаган, ўзига жалб қилади ан, симиллатиб зиркиратадиган ҳис-туйғулари бор. Эркинлик – бу жуда оғир юк. Бу қул бўлишдан ҳам анча оғирроқ! Жисмоний жиҳатдан ҳам, ақлий жиҳатдан ҳам жуда катта матонат талаб этади!

Хусусий иш очиш – бу ўзини кучли инсон сифатида тан олиш дегани. Пировардида бу ўзини улғайган одам сифатида тан олишини англатади! Бир умр болаликда қолиб кетиш хасталигидан ўзининг халос бўлганини тан олиш дегани! Ўзини шахс сифатида тан олиш!

Ёлланма ишчи – бу одамнинг танаси улғайган-у, онги эса ҳали ҳам тувакда ўтирибди... бу Сизнинг ички дунёнгизда ҳали ҳам катталарга ўхшаб гапиришни ва катталарга ўхшаб кўринишни ўрганиб олган боғча болалар югуриб юрганини англатади.

Хусусий иш одамга ниҳоятда кўп, чексиз эркин танловларни, хатти-харакатларни ва қарорларни, ҳамма нарсани бахш этади ва бутун организмнингиздаги ҳар бир тола та-ранглашишига имкон беради. Шу билан бирга мия бурма-ларининг ҳам.

Хусусий ишингиз Сизнинг эрталабдан кечгача, кечқу-рундан эрталабгача тер тўкишингизни тақозо қилади. Тер тўкиш, тер тўкиш, ва яна тер тўкиш. Чунки бу иш – Сиз-нинг ишингиз, у Сизнинг ходимларингизнинг иши эмас. Уларга – барибир!

Кимгадир ёлланиб ишласангиз – Сизга ҳам ҳамма нарса барибир бўлади!

Кимгадир ёлланма бўлиб ишласангиз – ахлокий жиҳатдан ёмон, лекин қолган бошқа барчасида енгил! У ерда ҳам, бу ерда ҳам бир жиҳатдан яхши, бир жиҳатдан ёмон!

Иккита салбий вазиятдан қай бирини танлаган маъқул, албатта «ўзликни йўқотмаслик»ни.

Агар эркин одамнинг йўлидан бориш Сизга жуда қийин-дек туюлса, Сиз бошқа йўлни танлашингиз мумкин. Лекин бу йўл ички дунёси ҳалол одамга тўғри келмайди.

Қаергадир иссиққина, шинамгина жойга ўрнашиб ол-моқчимисиз? Фиску фасодларга яқинроқ жойга...

Марҳамат! Фақат аввалига Сизнинг виждонингизни ла-боратория микёсида таҳлилдан ўтказиб кўрамиз.

Узр, Сизда таҳлилга топшириш учун виждон деган кадриятнинг ўзи борми?.. Марҳамат қилиб идишчада келтиринг! Фу! Жуда зўр ҳид таратяпти! Ундан шундоққина ҳаётингиз ҳиди келяпти... Таҳлил натижалари шуни кўрсатяптики, Сизни мансабдор бўлиш истагингиз – мутлақо тўғри. Қарши кўрсатмалар йўқ.

Агар ўз онгингизда вақти-вақти билан қаердадир виждон борлигини сезиб қолсангиз, дарҳол унинг дамини ўчириб қўйинг! Бу суяк суриш ҳолати! Фантом оғриғи! Зудлик билан психиатрга учрашмоғингиз керак!

Дори сифатида оч қоринга, кунига уч маҳал яхшигина пора билан таъминлаб туринг.

Эркинликнинг ўзининг камчилиги бўлгани сингари, бу томон ҳам ўзининг шахсий камчиликларига эга.

Бюджет пулнинг устида таъмагир оғизлар худди ўлакча устидаги калхатлардек уймалашадилар. Ва улар бир-бирлари билан ҳам, янада лаззатлироқ бўлак устида учун жон олиб-жон бериб кураша бошлайдилар.

Мана шу лаҳмини ютаман деб турган газанда ва лаҳмнинг орасида тасодифан Сиз туриб қолишингиз мумкин.

Натижада Сиз турли-туман ўйлаб топилган ёки ўйлаб топилмаган айбловлар гирдобида қолиб кетишингиз мумкин! Кейин эса касб-корингизга бегона бўлган ишларни мажбуран бажариб, ҳаётингизни машаққатли меҳнат остида тугатишингизга тўғри келиши мумкин.

Кўряпсизми, бу ерда ҳам ўзига хос бўлган меҳнат ва машаққатлар мавжуд экан!

Биринчисини танласангиз, ўзингиз хоҳиш билан меҳнат қиласиз, иккинчисида эса Сизни мажбурлашади.

Давлат корхонасидаги лавозим хиёнатга мойил дугонга ўхшайди – сен унга меҳнатингни, пулингни, вақтингни ва ҳаётингни сарфлайсан, унинг янада яхшироқ мартабали кўриниши учун ҳаракат қиласан. Кейин у жуда очилиб, кўз-

га яқин бўлиб қолгач, унинг олдида яна бошқа кимса ҳам пайдо бўлади, дугонанг энди унга ҳам керак бўлиб қолади!

Хўш, қалай, кадрли китобхон, мансабдор бўлишдан иштиёқингиз қайтдими? Ўзингизнинг бизнесингизни очиш учун эса мардлингиз етмаяптими?



Азизларим, Сиз биринчи навбатда ўзингизнинг кадрингиз даражасини, ўзингизнинг шахсий кучингизга бўлган ишонч даражасини кўтаришингиз лозим бўлади!

Ўзингизга нисбатан ишончсизликни ҳис қилсангиз, ёнингизда кучли одамга эҳтиёж сезасиз. Ва ўзингизча бу ташкилотда ҳеч бўлмаса битта кучли, ақлли, қобилиятли ва истеъдодли одам бор деб ўйлай бошлайсиз – яъни директор. Зора ўшанинг қанотлари остига ўрнашиб олсам эди!

Бўлмаган гап! Энг ақлли одам, энг кучли одам, энг-энг-энг зўр одам, ким, қани? Ўнг қўлимизни кўтарамиз – бу ҳозир ўнг қўлини кўтарган одам!

Яъни – Сиз!

Лекин Сизда вос-вос ҳолати юз берган шекилли – ҳаммада ҳам вақти-вақти билан бундай ҳолат бўлиб туради – нима ҳам қила олардик. Ва Сиз у ерга ишга жойлашиш учун йўл оласиз...

«Тасодифан Сизга винт керак эмасми? Мен яхши винт-чаман! Жуда-а яхши! Стажга, тажрибага эга винт! Мени қаерга бураб ўрнатиб қўйсанг, ўша ерда мустаҳкам ўрнашиб ўтираман ва занг босиб кетсам ҳам ўша жойимда ўтиравераман. Қолган барча мурватлар емирилиб тўкилиб тушса ҳам, мен бураб ўрнатилган ўзимнинг жойимда қолавераман!» – дейсиз.

Сўнгра орзу қила бошлайсиз, қани эди, мана шу ўзингиз ўйлаб топган ўша кучли одам Сизни борлигингизни пайқаб қолса-ю, тақдирласа, тақдирласа, тақдирласа ва лавозимимни кўтариб, кўтариб, ўзининг даражасигача етказса...

Бекор гап!

Ажойиб кунларнинг бирида улар Сизни ҳеч қачон пайкамаслигини тушуниб қоласиз! Ва энди тамоман бошқача фикрлай бошлайсиз: «Қанча йилларимни бекорчи, бўлмағур нарсаларга сарфладим, тушунарсиз номаълум нарсани кутишга, узоқ йиллар давомида ҳеч кимга керак бўлмаган тажриба тўплашга сарфладим..., Эсиз ёшлик, эсиз умр...»

Чунки Сиз бунга ҳаётингизнинг бир неча ўн йилларини сарфлайсиз-да!

Тасаввур қилинг-а, бир йилингиз қанчага тенг? Сизда олтмиш ёки етмиш танга бор, узр, йил бор! Улардан ярмини сарфлаб бўлдингиз!

Бир йил камокхонада ўтирмаслик учун Сиз қанча тўлашга тайёрсиз? Ҳоҳлаган миқдордаги пулни! Шундай эмасми? У ҳолда марҳамат қилиб айтинг-чи, нима сабабдан ўз ихтиёрингиз билан ўз эркинлигингизни чеклаяпсиз? Бунга сабаб, сабаб шуки, Сизда ўзингизга бўлган ишонч етишмаяпти...

Мана гап қаерда!

Ўзингизга бўлган ишонч ортиб борган сари кўплаб касб-корлар Сиз учун йўққа чиқади. Сиз энди ҳайдовчи бўлиб ишлай олмайсиз... Сиз энди қоровул бўлиб ишлай олмайсиз...

Сиз энди умуман оддий ёлланма ишчи бўлиб ишлай олмайсиз! Нима учун? Чунки Сизнинг орзуларингиз бор! Чунки уларни рўёбга чиқариш учун Сизга маблағ керак бўлади. Чунки биронта ҳам ёлланма ишчига ҳеч ким унинг ўзи хоҳлаган миқдордаги ҳақни тўламайди: ахир ҳеч ким ва ҳеч қачон бундай пулни тўламайди, тушунапсизми?!

Эҳтимол бордир, айтайлик... миллион доллар маош оладиганлар... қаердадир борми мана шундай маош берадиган жой. Эҳтимол бордир, лекин мен ҳеч қачон учратмаганман, билмадим... Келинг, ҳақиқатга тик боқиб тан олиш керак, агар бундай маош бўлган тақдирда ҳам ҳеч ким Сизни у ерга ишга таклиф қилмайди. Тўғри эмасми?

Агар Сизга йилига бир неча ўн миллион доллар керак бўлса-чи? Унда нима бўлади?

Агар Сиз у ёғига ҳам барча йўналишлар бўйича ривожланишни истасангиз, Сизга биринчи навбатда моддий эркинлик зарур бўлади.



Шу сабабли ҳам клубимизнинг аъзолари учун биринчи навбатда қўйиладиган талаб шуки, клуб аъзоларининг ҳаммаси, ўзига-ўзи маош белгилай олиши мумкин бўлган, ўзининг хусусий бизнесига эга кишилар бўлиши шарт.

Чунки агар Сиз эркак киши бўлсангиз – биринчи навбатда ёдингизда турсин, эркакнинг пулга муҳтож бўлишга ҳаққи йўқ!

Хужраси олдида бўйинбоғини узиб айланиб юрган кучукча сингари, ёғоч товоқчасидаги маошини кутиш – бу инсоннинг ўз яқинлари ва қариндошларига хиёнат, ўз шахсий ҳаётига хиёнатдан бошқа нарсаси эмас.

Ўз қалбингизга бир нигоҳ ташланг-а, у ерда Наполеон ўтирибдими?.. У ерда жаҳонгир ўтирибдими?.. У ерда буюк олим ўтирибдими? Унинг ташқарига чиқиши учун имкон

беринг! Кўрқув остида товоқчанинг атрофида изғиб юраве-ришнинг ҳожати йўқ!

Бу гапларнинг «пул топарман» эри бўлган хонимларга алоқаси йўқ деб ўйлайсизми? Бу хонимларни қанақа ата-шарди... Жуда қизиқ номи бор... Сатангхонимлар!

Аслида бу Сизга ҳам тегишли, ҳурматли хонимлар: Бу ҳаммага тегишли! Сиз эркакмисиз ёки аёлмисиз – менга бу-нинг аҳамияти йўқ! Тентакмисиз ё тентак эмасмисиз – бу ҳам аҳамиятсиз!

Мен, масалан, ҳар доим аёлларнинг ишлашига қарши бўлганман! Лекин аёл киши ишлайдиган одамни ёллаши мумкин, тўғрими? Чунки аёл киши учун пулсиз қолмаслик-нинг иккита йўли бор.

БИРИНЧИСИ. Бой одамни топиш, бу одам шу даражада бой бўлиши керакки, ўша бойнинг товуклари пулдан бўкиб ўлган бўлсин, унинг хотинини болға билан уриб, гум қила-сиз-да, кейин ўзингиз унга турмушга чиқасиз. Лекин кўп-чилигингизга бу йўл ёқмаслиги аниқ.

ИККИНЧИСИ. Ўзингиз ишлай бошлайсиз.

Яна учинчи йўли ҳам бор – жазманингиз эрингизга қан-дайдир ёрдам беради. Лекин бундай усулда эрингиз кейин бошқасига уйланиб кетмаслигига қафолат йўқ?..

Яна бир шундай ғаройиб қонуният ҳам мавжудки, у ҳеч қачон бузилмайди.

Эркак киши учун ҳамиша – биринчи ўринда иш тура-ди, аксарият эркакларда. Улар учун биринчи ўринда иш – кейин ов, ундан кейин эса оила. Аёл кишида эса бунинг тескариси – аввал оила, бола-чақа, ана ундан кейин қолган кизиқишлар.

Агар эркак киши ишни оилага алмаштирса – уйда икки-та аёл пайдо бўлади, иккита аёл – бу доим иккита урғочи дегани, улар феъл-атвори туфайли ҳеч қачон ўзаро тил то-пиша олмайди, чиқиша олмайди.

Агар аёл киши учун иш аста-секин асосий бўлиб борса, унда уйда энди аёл бўлмайди, лекин иккита айғир пайдо бўлади. Бу ҳам унча яхши эмас, тўғрими?

Ажойиб томони ҳам шунда-да, менинг кадрдоним, ҳам-ма сир ҳам шунда.

Аёл киши фарзандлари учун, оиласи учун ҳамма нарса-ни остин-устун қилишга, ҳамма нарсдан воз кечишга тайёр. Эркак киши бутунлай бошқа дунё – у телба. Қачон қара-ма: «иш бер, иш бер!» деб туради. Унга қаердадир чираниб, ўзини кўрсатиш бўлса, изғиса, эрталабдан курол-аслаҳаси-ни тақиб олади-да, милтигини ўқлаганича овга кетади. Эр-как бундан тенги йўқ роҳат топади!

Мана шундайлигингиз билан ҳам ҳаёт мавжуд. Тангри бизни мана шундай – бир олманинг икки палласи қилиб яратиб қўйган.

Демак, оила дегани – ўз орзуларини рўёбга чиқаришнинг бош шартти экан.

Кимнинг оиласи бўлмаса, биринчи навбатдаги вазифаси – оила қуриш бўлиши керак.

Кимнинг амалга оширадиган орзуси бўлмаса – биринчи навбатдаги вазифа – орзуларини амалга ошириш учун соҳа топиш. Кимнинг хусусий бизнеси бўлмаса – ўзининг хусу-сий бизнесини очсин!

Энди яна мавзуга қайтамм...

Миллионерлар клубига аъзо бўлиш учун нима қилиш керак?

Менинг кадрдонларим, агар Сиз китобнинг биринчи саҳифасидан то шу ергача берилган баъзи бир тавсиялар-ни баҳоли қудрат бажаришни эплаган бўлсангиз, эҳтимол қандайдир биринчи натижаларга эриша бошлагандирсиз ва шу тарзда давом эттириш ниятингиз бордир... унда табрикларимни қабул қилинг! Сиз клубимизнинг аъзоси бўлдингиз!

Лекин баъзи бирларингиз ҳали ҳам ўзларини бу клубда деб ҳис қилмаяпти. Бу Сизнинг асосий муаммоингиз! Сиз ўзингизни ўзингиз «Менга бу керак эмас!» деб ишонтира бошляпсиз. Аслида эса бу Сиз эмас, ичингиздаги ялқовлик гапиряпти: «Ўтир! Биноийдек сасиб-бижғиб яшаяпсан-ку, у ёғига ҳам шундай давом этавер! Шошмасанг, эҳтимол, то-бутгача бир амаллаб етиб олармиз!»

Сиз билан мулоқот қилиш, Сизга қараб туриш – бу турган-битгани азоб...

Клубимизда ҳаётга шунчаки томошабинлар йўқ, тушуняпсизми? Ҳеч нима қилмайдиганлар, ҳеч қаерда, ҳеч нимада иштирок этмайдиганлар бизга бегона. Бундайларни клубимиз ёнига йўлатиш ҳам мумкин эмас!

Шу сабабли ҳам бу шахсан Сиз ҳақингизда бўлмаса, Сиз миллионерлар клубига ёзилмаслигингиз мумкин! Шунчаки ўқиб чиқинг... қизиқиш юзасидан.

Қадрдонларим менинг! Сизга нима ҳақида айтмоқчи эканимни биласизми? Лекин бу жуда катта сир.

Бу китобни яратиш устида ишлаган одамларнинг деярли ҳаммасида: материалларни йиғиш ва қайта ишлаш, муҳаррирлик қилиш ва ҳоказо, ҳоказолар... уларнинг ҳаётларида шундай ўзгаришлар бошландики!

Ҳатто камина кулингиз учун ҳам бу ҳолат ҳайратланарли эди!

Кимнингдир бизнеси жуда катта тезлик билан ривожланиб кетди, бошқаси ажойиб фарзандли бўлди, учинчиси эса ниҳоят оилали бўлди...

Бу ҳақда муттасил гапиравериш мумкин! Ҳаммасидан ҳам яхшиси, ўзингиз... ҳатто китобни шунчаки ўқисангиз ҳам бундан зарар кўрмаслигингиз аниқ.

Сизнинг қаерингиз кам?!

Сиз ахир ҳаммадан яхшироқсиз-ку!

Эҳтимол: «Ўх-ў, ёшим бир жойга бориб қолган!» – дерсиз. Аммо, бир нарсани айтай, клубимизда ҳатто кампирлар ҳам бор, улар бу ерга уйда қиладиган ишлари бўлмагани сабаб келишган. Ҳатто ўшалар ҳам ўз хусусий ишларини очишган, тасаввур қиялпсизми?

«Вундеркинд» сўзини одатда ўта ақлли, зехни ўткир болаларга ёки эркакларга нисбатан ишлатса тўғри бўлади. Аёлларга нисбатан бу сўзни ишлатсак қандай бўлар экан. Вундер... «Вундерхонимча!» Менда шунақалардан бир нечтаси бор!

Биттасининг ўйлаб топиб ташкил қилган бизнеси... Сиз учун кулгили бўлиб туюлар! «Кўп боскичли маркетинг – писта сотиш бўйича». Кунгабоқарли бизнес! Бекатларда! Мана буни ҳақиқий дурдона деса бўлади.

Дастлабки пайтда унинг ҳатто соғломлаштириш курсларига қатнашиш учун пули ҳам йўқ эди. Лекин шуғулланишни бошлади, шуғулланиб, шуғулланиб юриб, бир гал қарасам – у яна пайдо бўлиб қолибди. Тур-и-бди... ўзингиз тушунасиз, ёши 70 га яқинлашиб қолган аёл, рўмол ўраб олган, ҳамёни кўлида... У «Мен яна давом эттирмакчиман... бизнес ҳақида...» – деса бўладими. Тасаввур қиялпсизми?

«Йўқ, келманг» дейиш ноқулай. Ўзимча, «ҳа майли, қатнашаверсин» – деб ўйладим.

Кейин ундан, «Айтинг-чи, қандай мақсадингиз бор?» – деб сўрадим.

«Атиги бир хонали квартира сотиб олиш...» – деди у жилмайибгина.

Кейин иш бошлади... Бекорчи кампирларни йиғиб, улар билан келишибди-да... ҳар бирини бирор одам гавжум жойга ўтқазиб қўйибди. Улар эса бекатларда ковурилган писта сотишган. Кулгилими?

Сизга кулгилидир, лекин у шу йўсинда ўзининг аянчли ва ғариб аҳволидан чиқиб кета олди. Ўзига квартира ҳам сотиб олди. Сиз эса, кадрли китобхон, бу момоқаймоқдек кампир олдида – камида «Кинг Конг»сиз дейиш мумкин! Сизга нолиб ўтириш уят эмасми-а?

Ёки яна бир воқеа. Буниси ҳақиқий латифанинг ўзи.

Бизнинг курсимизда шундай бир хоним бор эди – таърифига тил ожиз. Доим менинг ортимдан юргани-юрган, жонимдан тўйдириб юборгудек эди. У ёнимда пайдо бўлиши биланок мени асабдан қалтироқ тутарди.

Дарс ўтиш учун келсам у мени кутиб турган бўлади, мақсади – савол бериш. Доим бир хил гап: «Мен ўзимга сеvimли иш топа олмаяпман, ўзингиз маслаҳат беринг, қаерда ишлаб кўпроқ пул топиш мумкин, менга шу масалада ёрдам беринг, менга ғоя керак»... Ва ҳоказо... ҳоказолар...

Танаффусга чиқсам ҳам, эшик олдида кутиб турган бўлади. Дарсдан чиққанимдан сўнг ундан зўрға қочиб кутилардим.

Бир гал танаффус эълон қилдим. Йўлак бўйлаб ҳожатхонага қараб кетяпман. Нима учунлигини биласиз... Жуда шошиб боряпман! Шунақа шошилиб боряпманки, у эса ортимдан қолмасдан эргашиб келяпти. Унинг эски касали хуруж қилиб, савол кетидан савол бериб борарди...

Ҳожатхонага кирсам, у ҳам ортимдан кириб келди. Тувак олдида турибман – у ҳам олдимда турганича, гапдан тўхтамаяпти. Мен ҳали бир оғиз ҳам гапирганим йўқ ва гапирмасликда давом этияпман.

Кутиб турдим, турдим! Охири сабрим чидамади! Унинг гапдан тўхтамаслигига кўзим етгач, унга: «Менда шундай ғоя борки, бу ҳақда ҳеч ким билмайди. Махсус, Сиз учун! Сизга жуда тўғри келади. Фақат битта шарт билан айтаман – агар ҳозир менга ёзилишимга руҳсат берсангиз!» – дедим.

Фақат шундан кейингина у бу ернинг ҳожатхона эканини пайкаб қолди. Қизариб кетди. Шошилганча, у ерни тарк этди.

Чиққанимдан кейин қарасам – яна кутиб турибди, ўзида йўқ хурсанд, бахти-ё-р!

Ундан қутулиш учунгина бу гапни айтган эдим: «Биласизми нима, Сиз учун энг яхши бизнес – бу самолётларни сотиш!». Мен шунчаки ҳазиллашгандим! Сиз мени тушунгандирсиз?! У шунчалик жонимдан тўйдириб юборди-да.

У эса ўйланиб қолди-да, «Қанақа қилиб!» деб сўради. «Қанақасига хоҳласангиз! Сиз мендан айтишимни сўраган эдингиз, мана мен айтдим! Махсус сиз учун! Фақат битта шарт билан! Биринчи сотувдан тушган фойданинг 10 фоизи – менга. Ғоя берганим учун. Сўз берасизми?»

У – «Сўз бераман!» – деди-ю, ғойиб бўлди!

«Худога шукр, қутулдим шекилли» – деб ўйладим.

Лекин у менга йирик пулларни пачкаси билан олиб келганида, менинг аҳволимни тасаввур қиялпсизми, нима бўлганини?! Иккита «АН – 24» самолётини сотибди. Ҳеч кимга кераги йўқ, капитал таъмирдан чиққан, парраклари бор, эски самолётни топибди. Ўз хусусий ишини очган, ҳисоб рақами очтирган, мухр буюртма қилган... ва бир пайтнинг ўзида бу компаниянинг ходими ҳам, президенти ҳам унинг ўзи бўлибди. «Қозоғистон ҳаво йўллари»дагилар билан келишибди – ва самолётларни сотибди!

Бугунги кунда унинг қўл остида бир неча юз нафар ходим ишлайди... бутун ер юзи бўйлаб самолётларни сотишди! У бир неча марта менинг 10 фоиз улушимни олиб келишга ҳаракат қилди. Охир-оқибат мен уни ёнимга ўтқазиб тушунтирдим: «Мен ахир ҳазиллашгандим-ку! Менга бу пачка-пачка пулларингизни... бутун шаҳар бўйлаб... метрода ташишнинг кераги йўқ! Керак эмас!»

Мирзакарим Нобеков

У хафа бўлди, кўнгли бузилиб йиғлаб юборишига сал қолди... Мен унга «Сиз менга энг асосий тўловни амалга ошириб бўлдингиз – ўзингизнинг муваффақиятга эришганингиз ҳақини тўлаб бўлдингиз!» – дедим.



Азизларим, бизнинг захирамизда бундай воқеалардан камида миллионта. Бўрттириш эмас! Бир-биридан қизик! Лекин Сизнинг воқеангизни ҳам у ерда бўлишни шунақанги кўргим келяптики, чин сўзим, хўш, Сиз нима дейсиз?!

ТЎҚҚИЗИНЧИ ТЕПКИ
Кўша қаринглр!

Муаллиф севишганларга оқ фотиҳа беради (агар китобхон берилган топшириқларнинг ҳаммасини тўғри амалга оширган бўлса, демак, у энди ёлғиз эмас, эҳтимол китобнинг ўртасига етиб келиши билан натижаларга эришгандир), хотимасига бир жуфт воқеа гапириб беради-да, “Давоми бор” ёзувли пардани туширади.

Шу тарика суҳбатимиз бошланиб кетди. Кимдир маслаҳат сўради, кимдир ўзининг ишлари ҳақида гапириб берди, ҳазил-хузуд, хангома қилиб ўтирган эдик.

Шунда, дафъатан мен бир нарсани билиб қолдим. Мана шу муваффақиятга эришган, орзуларини рўёбга чиқара олган 450 нафар миллионеримнинг орасида 52 нафари ханузгача ёлғиз, сўққабош экан! Ва бу янгиликдан сўнг мен яна ўз ўрнимда қолдим...

Мен улар билан ярим йил курашдим, уришдим, атрофида гирдикапалак бўлдим, айланиб-ўргилдим, лекин ҳаммасини уйлантириб, турмушга бердим! Ўша қайсар 52 одамнинг ҳаммаси оила қурди! Фақат шундан кейингина мен президентлик вазифасидан истеъфо бердим.

Тушуняпсизми, мен нима ҳақида гапиряпман, кадрли китобхон?

Мен Сизга 100 фоиз кафолат бераман, тавсияларимнинг ҳаммасини тўғри бажарсангиз, олти ой мобайнида ўз муҳаббатингизни топишингизга кафолат бераман! Кўпларингиз ҳатто ундан ҳам олдинроқ бунга эришасиз! Кафолат бера-м-а-н!

Агар Сиз ушбу китобда баён этилган услуб бўйича ўз устингизда ишласангиз-у, ёлғизлигингизча қолаверсангиз, бизнинг «Инсон ва унинг ўзини тиклаш» институтимизга келинг ва бу ҳақда айтинг, агар шундай ғаройиб воқеа тасодифан содир бўлса, мен Париждаги Эйфель минорасига чиқиб ўша ердан туриб уч бора – «Мен аҳмоқман!» – деб бақирингизга гайёрман!

Менинг қанчалик ўзимга ишонган одам эканлигимни тушуняпсизми?! Чунки менинг умрим ғаладониди жуда кўп бедор ўтказилган тунлар, жуда кўп созлаб изга туширилган инсон тақдирлари, севишганларни қовуштириш, фарзандлар туғилиши, қувончу бахтга эришишнинг катта тажрибаси турибди!

Сизнинг ғаладонингизда-чи, менинг сўққабош, ёлғизларим, нима бор? Фақат ўзингизга бўлган ишончсизлик, ўз кучингизга бўлган ишончсизлик бор холос!

Сиз ўз устингизда ишлашни бошлаган заҳоти, Сизда биринчи ижобий натижалар пайдо бўла бошлагандаёқ, бу ишончсизлик эриб йўқ бўлиб кетади, унинг ўрнига эса қанотлар ўсиб чиқа бошлайди. Қарама-қарши жинс вакили энди ана шу фариштанинг ортидан уни овлашга тушади. Ҳамма ҳам ўзининг суюклиси фаришта бўлишини хоҳлайди-ку, тўғрими?

Қадрли китобхон, Сиз чўчиманг, иккиланманг, фақат бошланг, фақат бошлаб юборинг! Буёғи фақат яхшилик бўлади!

Шу ўринда азизларим, Сизга бироз инсон ва унинг қандай тузилгани ҳақида бироз гапириб бермоқчиман.

Келинг, азизлар, яна бироз тана, ақл-идрок, қалб ва Рухият ҳақида фикр юритамиз.

Баъзан мен машғулотларимда назорат текширув саволларини бериб бораман: «Сиз учун юқоридагилардан қайси бири асосий?» – дегандай.

Кўпчилик «Рухият асосий!» дейишади.

Бунга жавобан мен доим бир гапни айтаман: «Шошилманглар, насиб этса шундай кун ҳам келади, Сизнинг юрагингиз охириги марта уради-да, Сиз соф руҳиятга айланасиз. Биз ўлаётганимизда ва туғилаётганимиздагина Рухият энг асосий жиҳатга айланади. Ҳозир эса – ҳаммаси асосий!»

Ҳар бир қисмимиз бизга куч беради, ҳар бир қисмимиз кучимизни олади.

Оламда инсонга таъсир кўрсатувчи тўққизта куч мавжуд.

Тўртта куч манбаи – бизнинг атрофимизда, тўртта куч манбаи – танамизнинг ичида жойлашган, улар доим бизнинг қўл остимизда бўлиш хусусиятига эга.

Тўққизинчи куч – энг юқори, олий куч. Биз Сизлар билан у ёққа тирмашиб ўтирмаймиз. Бу бизнинг ваколатимизга кирмайди.

Ҳаётда нимага эришмоқчи бўлсак, ҳаммасида бу кучлар бизга керак бўлади.

Сиз учун биринчи вазифа – мазкур кучларни ҳис қилиб кўриш. Уйда қазноқни ёки сандиқни очасиз, уларни чиқариб олиб, чангларини қоқиштириб фойдаланишга киришасиз... Ҳар эҳтимолга қарши қайта санаб кўринг. Чунки агар Сиз уй қурмоқчи бўлсангиз, Сизга ғишт зарур бўлади, бетон, арматура, ишчи кучи ва ҳоказолар керак бўлади. Агар улардан бирортаси етишмаса, Сиз қанақа қилиб уй қурасиз?

Ғишт бор. Цемент бор. Жуда сифатли. Лекин... кам. Сув – умуман йўқ! Сиз бир-бирига боғлиқ бу компонентларсиз қандай қилиб натижа чиқармоқчисиз?

Тагин бир муҳим жиҳат: бу кучларнинг ҳаммаси бир хил ривожланган бўлиши керак. Зеро, бизнинг ҳеч нимага муҳтожлик сезишга ҳаққимиз йўқ. Агар улардан бири етишмаса, Сизнинг вазифангиз – уни кўпайтириш. Бу кучларнинг ҳар бири бизни қўллаб-қувватлаши керак ва шарт. Энди руҳсатингиз билан бу кучлар ҳақида гапириб берсам.

Тана

Тана кучни олиб қўйиш хусусиятига эга... Руҳнинг, ақл-идрокнинг ва қалбнинг кучини. Ва тана уларни қўллаб-қувватлаш хусусиятига ҳам эга.



Тананинг ички кучи – бу жисмоний куч, яъни соғлиқ.

Ақл-идрокни, қалбни ва Руҳни қўллаб-қувватлашда тана қўшимча куч, қўшимча қувватга, қўшимча манба ва захиралардан фойдаланиш ҳуқуқига эга бўлиш учун биз ўз танамизни батафсил кўриб чиқдик.

Тананинг ташқи кучи қаердан олинади? Унинг манбаси нима?



Тананинг ташқи кучи – бу моддий кучдир.

Моддий дунёнинг асоси деб нима ҳисобланади? Баракалла! Пул! Молия!

Агар Сиз ўзингизнинг моддий аҳволингиздан қониқмаётган бўлсангиз, бу кучни қанчага кўпайтиришингиз керак эканини ўйлаб кўринг. Моддий томон моддий томон билан туташганда кучайиб, кўпайиб боради.

Бизларнинг ҳаммамиз ҳаёт йўлида қандайдир босқичларни босиб ўтамиз. Ва улар ичида моддий қарамликдан халос бўлиш босқичи – бу энг биринчиси ва энг оддийси. Бу ерда умуман катта ақл эгаси бўлиш шарт эмас. Энг асосийси – ички, ўзимизнинг онгу шууримизга чуқур ўрнашиб олган комплексни, кўрқув ва ўзимизга нисбатан ишончсизликдан иборат комплексни бартараф этишимиз керак.

Моддий бойлик – худди соянинг ўзи. Сен унинг ортидан югурасан – у эса сендан қочади, агар сен ундан қочсанг – у сени қувишга тушади. Агар доим моддият ортидан қувиб юрсанг, бир умр қуллигингча қолсан, кейинги босқичга кўтарила олмайсан.

Моддий жиҳатлар ҳеч қачон бутун ҳаётингизнинг мазмуни бўла олмайди. У бор-йўғи таркибий қисмлардан бири холос. Ҳаёт пойдевори.

Биласизми, қадрдоним, истаган бинони қуришда нимага эътибор қаратишади? Пойдеворига. Агар бино пойдевори мустаҳкам бўлса, захирага эга бўлса – бу қурилишни давом эттиришга, инсонни ривожлантириш борасида эркинлик беради. Мана шу ердан Сизнинг эркинлигингиз бошланади.

Ақл-идрок

Ақл-идрок ҳам қолган барча қисмларга ёки куч беради ёки улар кучини олиб қўяди.





Ақл-идрокнинг ички кучи – бу
Сизнинг интеллектингиз, Сизнинг
билимларингиз.

Бу куч кўп жиҳатдан Сизнинг хотирангиз қандай эканлигига боғлиқ. Сизнинг тажрибангиз, мушоҳада юритиш тезлигингиз қандай, қандай ҳажмдаги маълумотларни ишга сола оласиз, таълим олиш қобилиятига эгамисиз, мана шулар унинг негизини ташкил этади.



Ақл-идрокнинг ташқи кучи – бу
информацион куч, яъни маълумотлар,
ахборотлар базаси.

Бошқача айтганда, четдан кириб келадиган билимлар. Қадриятлар, қондалар, қонунлар, шартлиликлар ва ҳоказо. Ақл-идрокка ҳамиша озуқа керак. Янги билим ва тажриба кўринишидаги озуқа.

Ақл-идрок ниманинг ҳисобига кучлироқ бўлиб боради? Маълумотларга эга бўлиш ва мушоҳада юритиш туфайли. Тўғрими?

Лекин маълумотларни доимий равишда саралаш ҳам доимо самарали эмас.

Агар ўртача статистик одам ўзининг бутун ҳаёти мобайнида фақат китоб ўқиш билан банд бўлса, бутун ҳаёти мобайнида у тахминан 7 мингтача китобни ўқишга улгуриши мумкин. Ундан ортиғига – умри етмайди.

Агар унга керакли маълумот 7001 китобда бўлса-чи?

Ҳатто 6999-китобда бўлган тақдирда ҳам! У шунча умрини фақат қидиришга сарфлайдими?

Мана шундай пайтда керакли билимни, хатти-ҳаракат услубини, тўғри қарорни қабул қилишда Сизга интуиция жуда асқотади. Интуиция – бу жуда катта, алоҳида мавзу – камида бутун бошли бир китоб! Интуиция ҳақидаги битта китобни олдинроқ ёзиб бўлганман. Балки яна ёзарман.

Ақлий қарамликдан, ақлий қулликдан халос бўлиш – моддий эркинликка эга бўлишдан кўра анча мураккаброқ.

Шу сабабли ҳам ақлий қарамликдан халос бўлган инсонлар, бу босқичга кўтарилганлар жуда кам.

Агар умумий тарзда оладиган бўлсак ва статистикани кўздан кечирсак, ўқимишлилик борасида, олий маълумотлилар миқдори энг ривожланган шаҳарларда ҳам умумий омманинг чорак қисмини ташкил қилади.

Лекин биз олий маълумотлилик ҳақида гапирмаяпмиз! Биз Ақл-идрокнинг эркинлиги ҳақида гапиряпмиз! Зеро, дипломга эга бўлди дегани, ҳали у ақлий эркинликка ҳам эга бўлди дегани эмас – бу иккаласи мутлақо бир нарса эмас.

Қалб

Қалб ҳам ақл-идрокка, танага, руҳиятга қарз бериш хусусиятига эга. Ва бир пайтнинг ўзида у яна ҳаётнинг барча жабҳаларида уларнинг оёғидан чалиш хусусиятига ҳам эга, чалганда ҳам бошлаб чалади!



Қалбнинг ички кучи – ҳис-туйғулардан
иборагдир.

Токи, биз қалбга эга эканмиз, у энг яхши сезгиларни ҳис қилиши керак! Нима билан машғул бўлсак, нима билан шуғуллансак, ўша ўзимиз машғул нарсага нисбатан муҳаббат керакми ёки йўқми? Жуда керак! Шунинг учун ҳам нима қилишингиздан қатъи назар, агар Сизда унга нисба-

тан муҳаббат бўлмаса, бу беҳуда оворагарчиликни четга улоқтиринг, келишдикми? Ўзингизга нима кўпроқ лаззат бағишласа, ўшани қолдириг!



Қалбнинг ташқи кучлари – дунёнинг
Сиз севадиган қисмларидир.

Ўйлаб кўринг, бизлар қалбан нималарга кўпроқ боғланганмиз? Қалбингиз теварак-атрофдаги нимадан оғрийди, қалбингиз нимадан қувонади? Қузатинг, қалбингиз нимадан куйиб-пишади, нималарни орзу қилади, нимага интилади... Сизнинг қалбингизга нима кучлироқ таъсир кўрсатиши мумкин? Унга нима қайғу ва нима қувонч бағишлаши мумкин?

Ватанингиз қаерда жойлашган, қариндошларингиз қаерда яшайдилар, Сиз ўзингизни бахтли ҳис қилишингиз мумкин бўлган жойлар қаерда? Бу жойларни биргаликда нима деб аташ мумкин? Айтайлик, социум дейиш мумкинми? Ижтимоий куч, дейиш ҳам мумкин.

Қалбни қандай қилиб кучли қилиш мумкин? Қани бир ўйлаб кўринг-чи! Сизга қанча қалб жўшқинлиги керак? Уни қаердан олиш керак?

Модомики, Сиз қувончу шодликни ҳис қилмаётган экансиз, демак, қувончинг манбасини топишингиз керак.

Сиз учун энг асосийси нима? Бу саволни сизга бермасак ҳам бўларди, чунки ҳозирча унга Сизда тайинли жавоб йўқ. Лекин бу ўйлаб кўришга арзийди!

Том маънода бахтли ва ҳамиша хушнуд одамлар шунчалик камки! Фикримга қўшиласизми?! Бу даражага етганлар ақлли ва бойлардан ҳам кўра камрок!

Сизга бир аҳмоқона савол беришга рухсат этсангиз: сизгирга бунақа катта елинлар нима учун керак? Кўпроқ сут бериши учунда-а?! Сиз табиатда бундай елинлар бошқа ҳеч бир жонзотда йўқлигини биласизми?

Демак, одамзод деганлари аста-секин сигирни бадбурушга айлантриб юборган – биқинлари озгин, оёқлари қийшиқ, унинг оёқлари орасида сут тўла катта қоп осилиб туради. Бу «селекция» деб аталади. Ёввойи табиатда бундай сигирлар яшаб кета олмаган бўларди.

Нима сабабдан бу дунёда инсоний ахлоқ, этика, эзгулик ва ёвузлик тушунчалари мавжуд деб ўйлайсиз?



Чунки инсоният асрлар давомида ўз ҳаётидаги одоб ва ахлоқ кўникмалари ёрдамида ҳайвонийликдан юкорига – инсонийликка қараб бормоқда.

Одам қанчалик инсонийлашган бўлса, унинг феъл-атворида инсонийлик негизи шунча ёрқинроқ намоён бўлиб боради!

Ҳар бир оилада ота-оналар бу селекция институтида биринчи даражали аҳамиятга эга бўладилар. Тарбия воситасида улар инсонийликнинг энг яхши сифатларини ўз фарзандларига сингдирадилар.

Кимда-ки ҳайвоний негиз кучли бўлса, улар ҳайвонлар дунёсида бўлгани каби фақат овқат излаш, ўлжа излаш билан чекланишади! Бу нарса улар наслининг янада кўпроқ ёввойилашишига олиб келади.



Ўз қалбингизда нималар юз бераётганини доим кузатиб боринг. Қачонки бирор бир қувонч ёки қайғу қалбингизга кириб келар экан, улар ўз бошланғич негизини қаердан олганига эътибор беринг, таҳлил қилинг. Уларнинг манбаси ҳайвонийликданми ёки инсонийликданми?

Келинг, мисол тариқасида, рашкни кўриб чиқамиз. Бу сифат инсонийми ёки ҳайвонийми?

Рашк, азизларим, бу инстинкт. Рашк – бу ҳайвоний атавизм.

Биринчидан, рашкни биз ҳайвонлар дунёсида бот-бот учратамиз. Яна рашк ҳайвонларнинг деярли ҳаммасида учрайди, урғочи доим нарини қизганган, нар ҳам ўз урғочисини қизганган.

Иккинчидан, бу туйғу болаларда ўта кучли намоён бўлади: «Бу менинг онам.. Бу менинг дадам... Бу менинг ўйинчоғим, Яқинлашма!» кўринишида бўлади. Сиз бунни пайқаганмисиз?

Болаларнинг фикру зикри буткул ўз эҳтиёжларини қондиришга йўналтирилган бўлади. Шу жумладан рашк воситасида ҳам. Болаларда ақл қарахт бўлиб қолади ва улар жуда осон рашкка бериладилар.

Болаликдаги бу рашк бора-бора, йилдан йилга яширин тус олиб, устидан интеллект билан ўраб-чирмалади.

Натижада катталарда биз энди рашкни бирмунча бошқа вариантда кузатамиз. Лекин бу росмана рашкнинг айнан ўзи.

Ўзаро муносабатга эга бўлган эркак ва аёлни олайлик. Эркак рашк қилади, аёл рашк қилади. Улар қир-пичоқ бўла бошлашади, бир-бирига ташланишади, яралашади. Буларнинг ҳаммаси айнан ҳайвонийлик сифатларининг ифодаланишидир!

Айтинг-чи, эркаклар, Сиз ўта рашкчи аёлга нисбатан нимани ҳис қиласиз? Уни тушунасизми, ҳурмат қиласизми, севасизми? Нимани ҳис қиласиз? Тажовузкорликни! Тобора йиғилиб борувчи ранж-алам! Булар ҳам – ҳайвонийлик сифатларининг ўзини намоён қилиши.

Энди эса буларни эркакнинг феъл-атворига қўшамиз... Эркак кечиришга қодир эмас. У унутиши мумкин, лекин кечирмайди! Яъни шартли равишда кечиради. У ҳолда шартли ҳукм дегани нима? Бу – жазони кечиктириш.

У ёғига нима юз беради? Рашкчи аёл нима деб ўйлайди, эркак бироз ҳовуридан тушди, энди аёл «яна ўз томошамни бемалол такрорлашим мумкин» – деб ўйлайди...

Агар жиноят қайта содир этилса, шартли ҳукм қандай кўриниш касб эта бошлайди? Энди у реал жазо мақомига эга бўла боради.

Аёл киши ҳар гал ўзининг рашкини намоёиш этар экан, ўзининг ҳайвоний негизини намоён этади. Агар у асл эркак бўлса, унда мазкур ҳайвонийликдан узоқлашиш ҳақидаги назарий фикрлар пайдо бўла бошлайди, кейин эса бу фикрлар амалга ошади.

Билиб қўйинг, рашк бузғунчиликдан, вайроналикдан бошқа ҳеч нимага олиб келмайди.

Эътибор беринг, рашк бор жойда муҳаббат бўлмайди, муҳаббат бор жойда рашкка ўрин қолмайди!

Муҳаббат нима?

Муҳаббат – бу бошқа бир инсонга қоришиб, сингиб кетиш. Муҳаббат бу шундай ҳолатки, Сиз ўзингизни бутунлай йўқотиб қўясиз, ўзингизни унутасиз, эсламайсиз, бошқа бир инсон, яъни севгилингиз билан бир бутун бўлиб кетасиз.

Рашк эса – қачонки Сиз эркакнинг ўзингизда қоришиб, сингиб кетишини хоҳлашингиз.

Муҳаббат эса, англаган бўлсангиз – бу ЎЗИНИ қурбонликка келтириш.

Рашк – бу бошқаларни ўзи учун қурбон қилиш истаги.

Фарқи борми?

Муҳаббат – бу жуда улкан куч. Ошиқ инсон тоғни талқон қилишга қодир! Куч муҳаббатни ҳосил қилади.

Ожизлик эса рашкни ҳосил қилади...

Муҳаббат – бу кимнингдир ишқида азоб чекиш дегани. Рашк – бу бошқа бировни азобга гирифтор қилиш демакдир.

Ташқи кўриниши жиҳатидан етказган изтироб, азоблари жиҳатидан улар кўпинча бир-бирига ўхшаш бўлади. Лекин яқуний натижалар бўйича қай бири куч томондан, қай бири эса ожизлик томонидан келаётганини аниқлаб олиш мумкин.

Қачонки бирор кимса ўзини яхши кўришларини хоҳласа, билингни, рўпарангизда ўтирган – вампир! Икки оёқда юрувчи... лабида лаб бўёғи билан, агар аёл бўлса! Бу лаб бўёғи Сизнинг юрагингиз қони бўлади!



Демак, хулоса. Рашк – бу инсонларга хос бўлмаган хусусият, у ҳайвонийликдан келиб чиққан, рефлекс даражасида ишга тушувчи атавизм.

Мана Сизга ҳайвонийлик негизи билан боғлиқ битта мисол.

Ҳайвонийлик негизи эса ҳар биримизда – тўлиб-тошиб ётибди!

Инсонларнинг хатти-ҳаракатидаги ҳайвонийлик изларини кидириш, тадқиқ этиш билан бутун бошли фан шуғулланади. Ушбу фан Этиология деб аталади.

Марҳамат қилиб, ўзингиздан ҳайвонийлик аломатларини кидириб кўринг.

Қачонки, Сиз бу борада излашни, аниқлик киритишни, таҳлил қилишни бошлар экансиз, биз асосий вазифамиз – ўзимиздаги ҳайвонийлик аломатларини таниб олиш ва уларни чеккага суриб қўйишни уйдлашимиз мумкин бўлади. Зеро, бизнинг фикрларимиз инсонийлик моҳиятидан келиб чиққан бўлиши керак, ҳайвонийлик дунёсининг суяк суришидан эмас.

Ўзидаги ҳайвоний негизни англаб етиш, ўзининг хатти-ҳаракатларидаги ҳайвоний аломатларни бошқара олиш инсондаги инсоний фазилатларнинг кучайишига олиб келади. Натижада эса инсон том маънодаги инсон бўла боради.

Бу ҳолат нимага шунчалар муҳим?



Чунки ваҳшийлик, нафрат, душманлик, мурасасизлик каби ҳайвоний иллатлардан халос бўлиш ҳисобига маънавийликнинг худуди озод бўлиб боради.

Лекин ҳайвонийлик негизи бирваракай яхши ҳам эмас, ҳайвонийлик негизи батамом ёмон ҳам эмас.

Айрим инстинктив дастурлар ва рефлекслар борки, улар ўз вақтида одамзотнинг тирик қолиши учун, наслини давом эттириши учун хизмат қилган.

Уларнинг орасида шундай рефлекслар ҳам борки, уларнинг шарофати билан биз қўшимча кучга эга бўламиз.

Бошқа бир рефлекслар эса худди кишан каби шу бугунгача бизнинг камолот сари боришимизга йўл бермай, инсонни ҳайвонийлик даражасигача тушириб қўймоқда.

Инсон танлашга қодир экан, улар орасидан энг эзгуларини танлаши керак.

Марҳамат қилиб айтинг-чи, Сиз қачондир бўлса ҳам лотереядан бирор нарса ютиб олганмисиз? Ўшанда Сизда қандай туйғулар пайдо бўлган?

Баҳоси ҳаётга тенг бўлган лотереяда эса – бизларнинг ҳар биримиз совриндор ғолиблармиз.

Бир томчи манийнинг ўзида миллионлаб, юз миллионлаб аҳолининг асоси мавжуд бўлади. Тахминан иккиюз миллион атропофида. Танлов эса бизларда тўхтаган, бизларнинг ҳар биримизда.

Мана, тасаввур қилинг. Энига улкан ўн километрлик йўл, бу йўл бўйлаб икки юз миллион одам югурапти. Соврин битта ва бу соврин Сизда. Бу соврин бизларнинг ҳар биримизда, тушунапсизми?

Ҳар бир югураётган икки юз миллиондан яққою яғонаси – бу Сизсиз.

Инсоният – бу Чемпионлик Лигаси.

Демак, Табиат бу танловга навбатда турган икки юз миллион фариштачалар ичидан айнан Сизни танлаб олди. Бошқаларга соврин берилмади. Уларнинг лотереялари бўм-бўш бўлиб чиқди. Икки юз миллион лотерея орасидан фақат биттаси совринли эди. Ва у Сизга насиб этди!

Аслида эса бу лотерея эмас, бу меҳнат. Сиз ҳаммадан ҳам тезроқ югурдингиз, ҳаммадан ҳам кучлироқ олдинга, мақсадга интилдингиз – ва тухум хужайрага етиб келдингиз. Тўғрими?



Сиз ўзингизга ато этилган умр учун масъулиятни ҳис қилишингиз ва ҳаётни бекорга шамолга совурмаслигингиз керак!

Ўз тирноқларингизга қаранг. Бу тирноқларнинг остида қаеридадир кир борми, ҳеч бўлмаганда озгина? Бутун сайёранинг бойлиги – ана шу тирноқ остидаги кирчалик.

Бутун сайёра ҳукмронлиги – бу пошнангиз остидаги кирчалик.

Ҳаммаси ўз қўлингизда, азизлар, ҳаммаси ўз қўлингизда... агар оз-оздан илгарига томон юришни бошласангиз!

Аммо ҳеч қанақа «оз-оздан» деган нарса бўлмайди. Айнан мана шу «оз-оз»дан барча глобал микдорлар пайдо бўлади.

Отадан ажралиб чиққан бир томчи суюқлик она бағрига келиб тушди – мана шу ҳам «оз-оз»гина эди. Мана энди қаранг, бу «оз-оз» бугун қанақа улкан бош оғриғи бўлиб улғайди. Сиз, мен, атрофдагилар каби. Тўғрими?

Демак, бунда нима бор эди? Муҳаббат.

Муҳаббат! Муҳаббат туфайли биз туғилдик, дунёга келдик азизларим, шунинг ҳисобига, яшаяпмиз.

Муҳаббат – бу Сизнинг қалбингиз худудидаги энг бе-баҳо, беназир туйғу, тўғрими?



Сизнинг мизожингизнинг энг яхши, энг эзгу қисми – бу Сизнинг қалбингиздир!

У Сизнинг Устозингиз бўлсин!

Муҳаббат эса Сизнинг энг асосий Устозингиз бўлсин!

Менинг кадрдонларим, бизнесингизни фақат муҳаббат асосига қуринг! Оиланингизни ҳам буюк муҳаббат асосига қуринг!



Бутун ҳаётингизни муҳаббат асосига қуринг! Чунки, қачонки Сиз севсангиз,

Сиз бутун борлигингизни берасиз, қачонки Сиз бутун борлигингизни берар экансиз, Сиз бу муҳаббат эвазига юз баравар кўпроқ меҳрга эга бўласиз!

Руҳият

Руҳият кучи. Ирода қувватининг кучидир.

Ҳеч нима ўз-ўзидан осмондан тушмайди, албатта қушнинг ахлатидан бошқа. Ўз устингизда ишлаш учун, доимий мажбурлаш воситасида танангизни спортзалга боришга кўндиришингиз керак. Сизнинг ортингиздан кузатувчи юрмайди. Ирода қувватингиз кучи билан ўзингизни мажбурланг, кўндиринг!



Рухиятингизнинг ички кучи – Сизнинг иродангиз, у тўсиқларни енгиб ўтиш ҳисобига озикланади, кучайиб боради.

Сизнинг Иродангизнинг, Сизнинг Рухиятингизни ўстириш учун фикрларингизда, ўз истакларингизда бунга монелик қилувчи маҳв этилиши керак бўлган бузғунчи кучни изланг.

Сизни ўраб турган олам – Сизга суянчиқ бўлолмайди. Тарих – суянчиқ эмас. Ўзгалар фикри – суянчиқ эмас. Сизнинг суянчиғингиз ичингизда – бу Сиздаги ўз кучингизга бўлган ишончдир!

Сиз ўзингизни эплай олишингизни, Сиз янада кўпроғига лойиқ эканингизни, Сиз ҳаммасини удалай олишингизни ҳис қиляпсиз! Сиз шунга лойиқлигингизни ҳис қиляпсиз! Сиз яратишга ва бунёд қилишга қодир эканингизни ҳис қиляпсиз!



Қачонки Сиз ўзингизга, ўз кучингизга ишона бошласангиз, Сиз ўз Рухиятингиз учун суянчиқ яратишга киришасиз!

Рухиятнинг ташқи кучи – бу азизларим, Сизга берилган уй вазифаси бўла қолсин. Марҳамат қилиб ўзингиз уни кидириб топишга ҳаракат қилинг.

Инсон – шундай ҳайратланарли мавжудотки!

Ўз-ўзини англаб етиш четда қолиб, у бутун бошли Коинотни ўрганишга тушиб кетади. Ярим соат ўз устингизда ишлаб, ўз имкониятларингизни ковлаштиргандан кўра, Сиз кўмирга лиқ тўла вагонни бўшатишга тайёрсиз! Албатта, ўзингизнинг шахсий бурнингиз ичидагиларидан ташқари...

Сиз муайян бир фанни ўрганиши туфайли яхшироқ ёки ёмонроқ бўлиб қолмайсиз. Фанларни ўрганиш керак, лекин Сиз дипломга эга бўлганингиз билан бошқа одам бўлиб қолмайсиз.

Сиз ҳар қанақа касб-корни, фаолият турини ўзингиздан кўра минг қарра яхшироқ биласиз.

Ҳаммамиз ҳам институтга ўқишга қирамиз, ЎЗИМИЗНИ тушуниб етиш ўрнига, у ерда эртаю кеч турли фанларни ўқиймиз.

Ёки унақа эмасми?

Марҳамат қилиб айтинг-чи, Сизнинг мутахассислигингиз нима?

Бухгалтерликми? Маркетологми? Лойиҳаларни бошқарувчими?

Сиз лойиҳаларни бошқаришни биласизми? Ўзингизни-чи, ўзингизни бошқара оласизми?

Мен Сизларни биламан! Сизларнинг бунга ҳеч қачон вақтингиз бўлмаган! Сиз доим банд бўлгансиз! Сиз бемаъни моддий қадриятлар, олиймақом мақсадлар, жарак-жарак пуллар ордидан қувиш билан банд бўлгансиз...

Ўзингизни ўрганиш учун ҳеч қачон вақтингиз етмаган. Ахир шундай эмасми? Сиз фақат кўзгуда ўз чеҳрангизни ўргангансиз, шунда ҳам ҳафтасига бир марта – соқол олганда, кесиб олмаслик учун, шундайми, жаноб эркаклар?

Қолган ҳаммасига вақт топасиз, бироқ ўзингизга келганда эса, «қачондир албатта... яхши кунлар келганда... ҳали нафақага чиққанимда, юмшоқ креслога ўтириб олганимча ўзимни ўрганишга киришаман» – дейсиз.

Қолбуки, ўзингизнинг яккаю ягона ҳаётингизни ўрганишни, таҳлил этишни пайсалга соляпсиз?

Чунки Сиз ўзингизча бу нима ҳам бера оларди? – деб ўйлайсиз. Дарвоқе – бу нима ҳам бера оларди?

Яхшиси, нотавонлигингизча қолиб, ўз-ўзингиз билан танишмай ўтиб кетсангиз нима бўлиши ҳақида ўйлаб кўринг?! Азизларим!

Йўқса Сизлар шунчаки Ҳаёт деб аталмиш чексиз-чегарасиз шамол оқимининг ночор чанги бўлганингизча қолаверасиз!

Боиси Сизлардан бирортангиз ўзгаришни истамайсиз.

Мана шу ҳолат ҳар гал менда чуқур тушқунликни пайдо қилади... Сизлардан бирортангиз ҳам ўзгаришни хоҳламайсиз. Сизларнинг ҳаммангиз атрофингиздаги оламнинг ўзгаришини, Сизни куршаган одамларнинг ўзгаришини хоҳлайсизлар.

Ҳатто уйда ўтира олмай қолсангиз ёки ниманидир хоҳласангиз, ёхуд аҳволингиз ёмон бўлиб қолса ҳам... телефонни оласиз-да, дўстларингизга бир-бир кўнғироқ қила бошлайсиз, ҳар нарсага бурнингизни тикиб, аралаша кетасиз... куни бўйи музокараларга, учрашувларга... фақат нима қилмасангиз бўлди? Ўз-ўзингизни титкилашни бошламангиз, ўрганишни бошласангиз бўлди!

Ҳайратланарли ҳол! Лекин бу ҳаммага хос!

Қандайдир тўсик бор... Тўсик эмас, мана шу қамқонанинг девори бор ёки инсоннинг асл моҳияти, қудрати, кучи беркирилган сеҳрли ғор бор деб айтиш мумкин. Сиз агар яқинлашиб, ўзингизнинг ички дунёнгизга астагина мўралаган тақдирда ҳам бу метин, бақувват девор Сизга босим ўтқазма бошлайди. Натижада Сизда беихтиёр зеркиш ҳисси, чалғиш истаги пайдо бўлади. Бошқа исталган нарса билан шуғулланишингиз мумкин, фақат ўз ички дунёингизга қарамасангиз бўлди.

Қадрдонларим, бу ҳаммада рўй беради, ҳаммада, ишонаверинг.

Одатда аксарият кишиларнинг ўзи билан шуғулланишга тахминан икки-уч дақиқа кучи етиши мумкин, жуда узоғи билан 10-15 дақиқача. У ҳам агар Рухияти жуда кучли бўлса...

Сўнгра бундан у ёғи – алланечук дангасалик, хоҳламаслик. Бу иллат серуйқулик, хорғинлик кўринишда ҳам бўлиши мумкин... исталган тарзда бўлиши мумкин.

Демак, тарозининг бир палласига энгил йўлни қўямиз – ҳеч нима қилмаслик, ҳаммасини қандай бўлса шундайлигича қолдириш. Бошқа палласига – тер тўкиш, меҳнат қилиш, ишлаш... худди «Буратино»нинг Карло отасидек.



Ҳаёт йўли ва ўлим йўли. Улар иккаласи ҳам бир хил тугайди. Лекин бу йўлни инсон қандай босиб ўтади – мана шу муҳим!

Марҳамат қилиб айтинг-чи, нима осон – тоққа кўтарилишми ёки пастга тушишми?

Ҳаётда қайси бири осон? Кўтарилишми ёки йиқилишми?

Агар Сиз буни ҳис қилишни ва ўзингизда синаб кўришни хоҳласангиз – болохонага чиқинг ва олдга қараб уч қаддам ташланг, ундан кейин токи ерга қапишиб тушгунингизча бўлган вақт оралигини таҳлил қилинг.

(Зинҳор бундай қила кўрманг, бу уй вазифаси эмас, шунчаки ҳазил!)

Пастга тушган одам атрофдагиларни, қонунни ҳурмат қилмай кўяди, унинг учун ташқи ноқонуний ҳатти-ҳаракатларни амалга ошириш энгил бўлиб қолади. Лекин ички ҳолат унда жуда оғир кечади. Ташқи томондан энгил бўлса, бу қалбга юк бўлиб тушади. Ҳаётда қанча осон йўл тутсангиз, бу қалбга шунча азоб келтиради!

Кўтарилаётганинда, ташқи томондан қараганда бу иш оғирдек, – чираниб, терга ботиб кетасан... Лекин қалбингда қандай энгилликни ҳис қиласан.

Қуйидаги ишдан қайси бири энгил – бирор одамнинг нима демокчи бўлганига тушунишга ҳаракат қилишми ёки «Тур, жўна бу ердан! Халакит берма!» деб унга дўқ уришми?

Қайси бири осон – ўзингизнинг энг яхши сифатларингизни англаб етиш, ўрганиш ва ўзингизни яратиш, тева-рак-атроф, оламда гўзаллик яратишми ёки «Бу дунёда ҳаммаси ёмон. Ҳамма аблах. Бундан буёғига яна ҳам баттарроқ бўлади» – дейиш осонми?

Қайси бири осон – севишми ёки нафратланишми? Нафратланиш осон, чунки севиш кишидан меҳнатни талаб

қилади! Нафратланиш – анча оддийрок, нафратланиш учун – ҳеч нима қилишнинг кераги йўқ.

Англаш учун, севиш учун, бунёд этиш учун, бахтли бўлиш учун тер тўкиб меҳнат қилиш керак. Ириб-чириб кетиш учун эса ҳеч нима қилиш керак эмас! Хотиржамгина оромкурсида пивони симири-ии-иб ётавер ва аста-секин чириб кетаверасан...

Эркин танлов ҳақидаги тарбиявий бир ҳикояни эшитишни хоҳлайсизми? Лайча югуриб далага чиқибди ва узоқ, кунт билан излабди, сўнгра бекитиб қўйилган бир уюм ахлатни топибди...

Нима изласак, ўшани топамиз.

Ҳар доим ҳам ким нимани яратса – ўшанга эга бўлади. Ўзингизга нисбатан бўлган норозилик Сиздаги бошқаларга бўлган норозиликка олиб келади, ўзингизга бўлган ишончсизлик бошқаларга нисбатан бўлган ишончсизликка етаклайди.

Сиз ўзингизни ожиз ҳис қилсангиз, ўзингизга нисбатан, бошқаларга нисбатан аллақандай асоссиз даъво пайдо бўлади... ўзингизга ва бошқаларга нисбатан бўлган алам... ўзингизга ва бошқаларга нисбатан бўлган тажовузкорлик, ўзингизни ва бошқаларни алдаш... ўзингизга ва бошқаларга нисбатан хиёнаткорлик, буни яна давом эттириш мумкин.



Сиз ўзингизни кучли ҳис қилсангиз, Сизнинг эркин Рухиятингиз озодликка чиқа олади, қанотларини кенг ёзади ва энди Сиз чарх уриб эркин уча оласиз!

Инсон, мен Сизга айтсам азизларим – бу пирамида.

Унинг тана деб аталмиш энг пастки қисмида – жуда кўп сонли одамлар бор. Кейинги қисм, ақл-идрок худудида

энди уларнинг сони камроқ. Қалб худудида – янада камроқ. Рухият – пирамиданинг энг охирида, энг юқори чўққисида. Мана шу ерга, менинг дўстларим, яъни Рухиятгача – санокли одамлар етиб кела олади.

Энг юқорида – Рухиятнинг худудида – биз шаънига абадий ёдгорлик қўйишга келишиб олган, мана шу буюк икки фоизни ташкил қилувчилар қолади!

Ёдгорликни нимадан ясаймиз? Гранитданми? Пўлатданми? Олтинданми?

Сиздан, кадрли китобхон! Сизнинг ҳаётингиздан, Сизнинг муваффақиятларингиздан, Сизнинг бахтингиздан ясаймиз бу табаррук ёдгорликни!

Пирамиданинг учи пастга таяниб турган ҳолда бўлса барқарор бўлмайди. У доим шубҳа-гумон, ишончсизлик уйғотади. Баъзи бировлар пирамида қурилишини чўққисидан бошлашга ҳаракат қилишади. Бунинг нима кераги бор? Босқичма-босқич ҳаракат қилинг. Асосдан чўққига қараб, яратинг уни, зинҳор тескари тарзда эмас!

Агар моддий муаммоларингизни ҳал қилмай туриб, биз бу ерда маънавийлик ҳақида гапира бошласак, Сиз гапимизга у қадар тушунолмай қоласиз. Чунки Сизда бунга айна дамда эҳтиёж йўқ. Образли қилиб айтадиган бўлсак, айна дамда уйингизда ейишга нонингиз бўлмаса, бу Сиз учун энг бефойда машғулот.

Мабодо, биз дабдурустдан ақлий қарамлик ҳақида гапира бошласак ҳам, Сиз фикримизни унчалик тушуна олмайсиз.

Агар кимдир моддий эркинликка эга экан, мен бундан жуда хурсандман. Демак, у ўзига дарҳол кейинги пиллапояга кўтарилиш учун ижозат бера олади.

Кимда-ки бу нарса ҳозирча бўлмаса, марҳамат қилиб аввал ўз пойдеворингизни тикланг.

Сўнгра ўзингизга керакли барча йўналишлардаги билимлар захирасини ҳам жамғаринг.

Шу билан бирга, ўзингизни англаш ҳисобига, ўзингизда мавжуд энг эзгу томонларингизни аниқлаб олишингиз шарт.

Руҳиятни англаб етиш ва уни ишга тушириш тўғрисида.



Руҳиятнинг ғиштчаси – бу ирода, қалбнинг ғиштчаси – ҳис-туйғулар, ақл-идрокнинг ғиштчаси – бу тажриба.

Бу ғиштчаларнинг барчаси аъло сифатли бўлиши керак. Лекин қурилиш барибир пойдевордан бошланади. Агар қурилишни томдан бошласангиз – унинг деворлари қулайди.

Бу китоб саҳифаларида биз, қадрли китобхон, жуда кўп-лаб ҳаёлий нарсалар ҳақида гапирдик. Лекин шундай бўлса ҳам бу нарсаларнинг ҳаммаси реал ҳаёт билан чамбарчас боғлиқдир.

Шу ўринда ғайритабiiйлик нима-ю, реаллик нима? – деган саволга жавоб берайлик.

Ғайритабiiйлик – бу теварак-атрофимиздаги одамларнинг кўпчилиги тўқнаш келадиган реалликнинг ўзидир.

Шунчаки, улар модомики, биз бу нарсаларни тушунмадикми, демак, бу мавжуд эмас деб ҳисоблашади! Мен буни қила олмаётган эканман, демак ҳеч ким қила олмади! ...Мени бунга ҳеч қаерда ўргатишмаган эканми, демак, бу нарсга бўлиши мумкин ҳам эмас! Ва ҳақозо...

Тушуняпсизми?

Аслида дунёдаги энг асосий ғайритабiiй нарса нақ Сизнинг рўпарангизда турибди. Бу – Сизнинг ўзингиз. Марҳамат қилиб уни ўрганинг!

Бу энг буюк ғайритабiiй мавжудотни, энг буюк сирни ўрганинг, яъни ўзингизни тадқиқ этинг!

Лекин шу билан бирга, Сиздан ўтиниб сўрайман, ҳеч кимга ва ҳеч нарсага устингиздан ҳукмронлик қилишига йўл қўйманг, ҳатто маълумотларга ҳам. Бу ерда нима ҳақида гаплашган бўлсак, буларнинг барчасини шунчаки саёҳат, деб билинг. Сизнинг ҳаётингиз менинг тавсияларимдан минг карра яхшироқ бўлиши керак.

Сизнинг камтарин қулингиз бу китобда тажриба ўтказишга қарор қилди... келажак учун.

Шунчаки мен Сизлар билан бу ҳақда гаплашаётганимда ўзимни қанчалик тўғри ёки нотўғри йўл тутаётганимни билишни хоҳлагандим. Ўрни келганда: «Ҳа, ёдингиздами, мен тажриба ўтказган эдим ...ва ҳеч нима чиқмади!» дейиш учун.

Ёки натижа чиқдимми?

Бу маълумотларнинг жуда бўлмаганда қайсидир бир қисмини ўз ҳаётингизга татбиқ қилишингизни жуда хоҳлар эдим!

Ҳаётда хушнуд бўлиш, кучли бўлиш, қудратли бўлиш – бу жуда осон, агар ҳар куни оз-оздан шу жиҳатлар томон юриб борсангиз.

Агар йиқилиб тушсангиз ҳам, ўрнингиздан туриб олдинга қараб юришда давом этинг!

Чунки ҳар бир муаммо – бу Сиз миннатдор бўлишингиз керак бўлган буюк устоздир. Ҳар бир вазият – Сизга нима-нидир ўргатадиган донишманд устоз.

Бу машғулотлар турткилаш шарт бўлмаган, кўндиришга эҳтиёж сезмайдиган, иззатталаб бўлмаган етакчилар учун мўлжалланган!

Бир сўз билан айтганда, бизнинг тавсияларимиз асосидаги машқлар билан ким эринмаса – ҳамма шуғулланаверсин!

МУНДАРИЖА

Хўш, менинг қадрли ялковгинам, тайёр жавоб излаб мўралаяпсизми? Овора бўлманг! Агар Сизга тегиб кетган жойини топмоқчи бўлсангиз, ҳаммасини бошидан қайта-қайта ўқиб чиқинг – бўғзингизга келмагунча! Мен ахир Сизни яхшиликча огоҳлантирган эдим-ку, БУ китобни шунчаки ўқиб бўлмайди, БУ КИТОБ билан ҚАТЪИЙ РАВИШДА ВА ИЗЧИЛ ишлаш керак деб!

Яна бир марта сўраяпман, яна бироз машқ қилишга тайёрмисиз? Мустақил?! Чунки гап гап билан, лекин ишни ким қилади? Ўз устидаги ишни айтаяпман! Мен эмас, Сиз! Сиз! Ҳозирнинг ўзида қилишни бошланг!

Келишдикми?

У ҳолда... Сизга Худо ёр бўлсин!!

Кимда-ким бизнинг китобимиз туфайли ўз жуфтини топган бўлса, қўша қаринглар! Ким тез орада топишга қарор қилган бўлса, Сизлар ҳам қўша қаринглар!

НОРБЕКОВ СОҒЛОМЛАШТИРИШ МАРКАЗИ

Инсоннинг бемор ва бахтсиз бўлишга ҳаққи йўқ.

М.С. Норбеков

Академик Норбеков соғломлаштириш маркази ўзини англаш ва ривожлантириш мажмуи дастурини таклиф этади.

Машғулотлардан кўзланган асосий мақсад – инсоннинг ўз руҳий ва жисмоний ҳолатига фаол ёндашуви.

Ўзининг интилиши, иродаси, руҳий чиниққанлиги билан ҳар ким ҳам саломатлигини, ички ҳолатини, тақдирини ижобий томонга ўзгартиришга кодир.

Тизим асосини устоздан шогирдга узатиладиган асрлар давомида узоқ ўтмишдан мерос бўлиб келаётган Шарқнинг кўхна билимлари ташкил этади. Бу билимларни англаб етиш учун енгил бўлганлари машғулотларга асос қилиб олинган.

Бугунги кунда миллионлаб инсонлар – Россия, МДХ давлатлари, Болтиқбўйи, шу билан бирга АҚШ, Германия, Исроил ва бошқа қатор мамлакатлардаги инсонлар соғломлаштириш марказида олган билимлари ёрдамида фақат саломатликларини тиклаб қолмасдан, ҳаётда ўз ўринларини ҳам топиб, етакчи, омадли инсонларга айланишди.

Тизимнинг 1-, 2-ўқув соғломлаштириш босқичлари ва маҳоратни ошириш Асосий ўқув курслари 30 йил мобайнида такомиллашиб борган.

Охирги йилларда «Омад устахонаси» ташкил этилди. Бу маҳсул курс ўз устида ишлаб яхши натижаларни қўлга киритган тингловчиларимизга мўлжалланган.

Ўқув соғломлаштириш курслари, 1-босқич

Курснинг йўналиши инсоннинг табиатида азалдан мавжуд бўлган жисмоний ва руҳий кучларни бошқаришни ўргатади. Курс тингловчилари ташқи таъсирларсиз ва аралашувисиз ўз муаммоларини бартараф этишни ўрганишади.

Асосий мавзу: танани бошқариш ва ўзини тиклаш қобилятини уйғотиш (ёшариш); соғлиқни тиклаш, юрак қон-томирлари, асаб, эндокрин, сийдик йўли, иммунитет, лимфа тизими, модда алмашуви жараёнининг бузилиши муаммоларини бартараф этиш, кўриш қобилятини созлаш, эшитиш ва бошқа сезги аъзоларидаги муаммоларни бартараф этиш, операция ва шикастланишдан кейинги асоратларни бартараф этиш, нафас олиш йўли аъзолари ишини созлаш, ҳаракат таянч аппаратини тиклаш, жинсий муаммоларни, юздаги ва қоматдаги нуқсонларни бартараф этиш, шу билан бирга ҳар хил чандиқлар, спайкалар, чурралар, стрия (тери ости ситгилиши) ва теридаги бошқа хил муаммоларни бартараф этиш устида ишланади.

Машғулотлар 10 кун 4,5 соатдан давом этади.

Ўқув соғломлаштириш курслари, 2-босқич

2-босқичда 1-босқичдаги билимлар мустаҳкамланади. Касалликнинг келиб чиқиш сабаблари чуқур ўрганилиб, уларни бартараф этиш устида ишланади. Саломатлик борасида муаммолар бошқа безовта қилмаслиги ва хасталиқдан батамом халос бўлиш учун ҳар бир касаллик билан махсус шуғулланилади ва шу билан бирга феъл-атвор устида ҳам мақсадли ишланади. Тана кучини жисмонан ривожлантириб, шакллантириб бориш билан бирга шахс сифатлари ва руҳиятни чиниқтириш маҳорати ҳам оширилади. Натижада, инсондаги ноёб қобилятлар очилиши билан бирга сезгиси (интуицияси) ҳам ривожланади.

Машғулотлар 10 кун 4,5 соатдан давом этади.

Болалар ўқув-соғломлаштириш курслари

Соғломлаштириш курсининг биринчи қисм дастури болаларнинг тасаввур дунёсига мослаштирилган ҳолда олиб борилади.

Кўплаб болалар соғломлаштириш курсларини ўтиб ижобий натижаларни қўлга киритмоқдалар. 7 кун давомида фарзандларимиз нафақат соғлиқни мустаҳкамлаш, балки ҳиссий-иродавий ҳолатларни тиклаб ҳаёт тарзини тўғри йўлга йўналтириш кўникмасини эгаллашга ҳам муваффақ бўлишади.

Машғулотлар 7 кун 3 соатдан давом этади.

Асосий босқич – Интуиция курси

Академик М.С. Норбеков ноу-хауси

Бу курслар инсонда атроф-оламни англаш ва уни ҳис қила бириш қобилятини уйғотиб, англаш орқали мушоҳада юритишга, ҳаётини ижобий томонга шакллантира боришга ўргатади.

Асосий мавзу: олдиндан сеза олиш, ҳис эта олиш қобилятини ривожлантириш, ҳаётини режалаштирган ҳолда унинг оқимига ижобий таъсир эта олиш, асаббузар вазиятлардан узоқда бўла олиш, Голиб Инсон қиёфасини шакллантириб боровчи хулқ-атворининг яхши томонини кучайтира бориш. Курс якунида тананинг биологик ёшаруви, ҳиссиётларнинг ўткирлашуви, ўзаро муносабатларда уйғунликнинг пайдо бўлишига мукофот тарикасида эга бўласиз.

Машғулотлар 10 кун 4,5 соатдан давом этади.

VIP – дастур

Иши бароридан келган омадли инсонлар учун сара машғулотлар. Машғулотлар 25–30 кишилик кичик гуруҳларда олиб борилади. Курсларга саралаш асосида қабул қилинади, юқори даражадаги эътибор ва назорат таъминланади.

Машғулотларни марказнинг етакчи ўқитувчилари – М.С. Норбековнинг шогирдлари олиб боришади.

VIP – соғломлаштириш курслари ўқув-соғломлаштириш курслари асосида ташкил этилган, иккинчи босқич соғломлаштириш ва асосий босқич курсининг элементларини ўзида мужассам этган.

VIP – Асосий курс дастури асосий босқич курсининг негизини ҳамда психологик билимлар элементларини ўзида мужассам этади.

Машғулотлар 10 кун 4 соатдан давом этади.

«Омад устахонаси»

М.С. Норбековнинг муаллифлик курслари

Дастур шахснинг заиф томонини йўқотишга, ҳаётининг 495 томонини шакллантириб боришга йўналтирилган: бизнесда эришган натижаларни кўтаришга, ички имкониятларини кашф қила боришга, руҳиятини чиниқтириш, атроф-олам билан уйғунликда яшаш, оилавий муносабатларни мустаҳкамлаш, феъл-атворидаги кучли томонларини янада ривожлантириш, ўз ҳаётини ижобий шакллантириш қобилиятини шакллантириш ва бошқа кўплаб масалалар кўрилади.

«Омад устахонаси» асосий курснинг элементларини ўзида мужассам этади. Машғулотларни дастур муаллифи М.С. Норбеков ва унинг энг сара шогирдлари олиб боришади.

Машғулотлар 10 кун мобайнида 4 соатдан давом этади.

Курсни ўтиб бўлгач, Сиз миллионерларнинг ёпик клубига аъзо бўлишдек ноёб имкониятга эга бўласиз.

«Миллионерлар клуби»

Бу клубга аъзоликка комилликка интилаётган ҳар қандай инсон даъвогарлик қилиши мумкин.

Асосий мавзу: жисмоний ва руҳий чиниқиш, дунёқарашни янада кенгайтириш, ички кучни йиғиш ва кўпайтира бориш, асабийлашишдан сақлана билиш, ўз олдига мақсад қўйиш ва уни сифатли амалга ошира олиш, энг илғор масалаларни танлай билиш қобилиятини ривожлантириш, муваффақиятли вазиятларни ҳосил қила билиш ва бошқа кўплаб масалалар.

Машғулотлар 1 йил давомида ойига 1 марта 8 соатдан давом этади.

Машғулотларни марказнинг етакчи ўқитувчилари, М.С. Норбековнинг энг сара шогирдлари ва сиз ўзингиз танлаган мутахассислар олиб боришади.

Кўзнинг кўриш қувватини тиклаш бўйича қўшимча машғулотлар

Мақсад: кўзнинг кўриш қуввати пасайиши сабабини топиб бартараф этиш, Шарқнинг кўҳна билимларига асосланган кўришни яхшилаш ва тиклаш услубини эгаллаш, шулар асосида кўришни созлаш, барча ички аъзолар ва тананинг бутун тизими билан қўшимча ишлар олиб бориш.

Асосий мавзу: кўриш ва эшитиш нерви атрофияси, узокни ва яқинни хира кўришни бартараф этиш, катаракта, глаукома, астигматизм ва ҳ.к. Шу билан бирга гипертония ва гипотония, томирларнинг варикоз кенгайиши, остеохондроз, ички аъзолардаги ва тана тизимидаги бошқа кўплаб муаммоларни бартараф этиш устида ишланади.

Машғулотлар 5 кун 4 соатдан давом этади.

Эшитиш қобилиятини тиклаш бўйича қўшимча машғулотлар

Мақсад: эшитиш қобилиятининг пасайишига ва йўқолишига олиб келган сабабларни топиб бартараф этиш, эшитиш қобилиятини созлаш, бутун тана ва ички аъзолар билан қўшимча машқлар олиб бориш.

Асосий мавзу: эшитиш нерви неврити, нейросенсор гаранглик, Меньер касаллиги, юқумли касалликлар ва лат ейишдан кейинги асорати бўлган эшитиш қобилиятининг пасайиши (йўқолиши) ва шу қабилар.

Машғулотлар 7 кун 4 соатдан давом этади.

«Бахтли оила» курслари М.С. Норбековнинг оиладаги ўзаро муносабатлар мавзуидаги маърузаларига асосланади

Мақсад: оилада самимий муҳит яратиб, бир-бирини кўлаб-қувватлаш ва ҳурмат қилишни ўрганиш.

Асосий мавзу: эркаклик гурури, оилада етакчилик, интим муомала, болалар тарбияси, ота-оналарга нисбатан кечиримли бўлиш.

Курс эркак ва аёлларнинг бир-бирига эҳтиёжи борлигини тушунишга ёрдам беради, кўплаб тушунмовчиликларга сабаб бўладиган эркак ва аёлнинг дунёқарашидаги фарқни англаб етишга, эр-хотин ўртасида ҳурмат бўлиши кераклигини тушунтиришга қаратилган. Уйланмаган ва турмушга чиқмаганларга оила куришига ҳамда бахтли оилавий ҳаёт кечиришга йўналтирилган.

Машғулотлар 10 кун давомида 4 соатдан давом этади.

Бизнинг марказда таълим олиш учун ёшнинг аҳамияти йўқ. Марказимизнинг эшиклари барча учун очик, ким қалбан қаримаган бўлса, кимки орзуларининг рўёбга чиқишига ишонса, асрлар давомида тўпланган донишмандлик йўриқномасидан фойдаланишга тайёр бўлса, марҳамат.

Умуртқа поғонасини тиклаш бўйича кўшимча машғулотлар

Ҳозир умуртқа поғонангиз қай аҳволда? Сизнинг 5–6 см ўсингиз учун, кайфиятингиз аъло бўлиши учун, танангизнинг ҳамма аъзолари Швейцария соатидек ишлаши учун ўзингизга атиги 15 дақиқа ажратсангиз кифоя. Мазкур курсда биз сиз билан бажарадиган машқлар оддий бадантарбия эмас, жисмоний тарбия ҳам эмас. Улар – умуртқа поғонасини асл ҳолига келтириш учун ишлаб чиқилган махсус ҳаракатлар. Бу машқлар умуртқалараро ҳалқаларнинг жой-жойида туриши, қадам ташлашингиз балетчиларники сингари енгил бўлиши, хотирангиз ҳам аввалги ҳолатига қайтиши, дунё нақадар гўзал эканлигини ҳис этишингиз учун ҳам керак.

Машғулотлар 5 кун 3 соатдан давом этади.

ДИҚҚАТ! Янги лойиҳа! Интернет орқали М.С. Норбеков услуги бўйича машғулотлар ўтказишнинг ноёб имконияти

Масофадан ўқитишнинг муаллифлик дастури тингловчилар билан юзма-юз олиб бориладиган дарсларнинг сифатидан ҳеч қолишмайди.

Асосий эътибор: ҳар бир тингловчига ўзига хос ёндашилади. Сиз етакчи ўқитувчилар билан тўғридан-тўғри мулоқот қилиш имконига эга бўласиз. Шахсан М.С. Норбековнинг ўзлари билан ҳам аудиоконференцияларда, гуруҳларнинг ёпиқ форумларида, электрон почта орқали ва ICQ (индивидуал ёзишма) олиб боришингиз мумкин.

Курсда ўқув-методик материал интернет-таълим учун махсус мослаштирилган. Шунингдек, курснинг асосий маҳорат услуги баёни ёзилган аудиоёзув, ўқув-таълим учун видеоматериал, М.С. Норбековнинг маърузалари ҳам мавжуд.

Интернет-курсларимизда ҳам аудиториялардагидек машғулотлар олиб борилади. Бу ҳақда кўшимча маълумотларни электрон почтамыз орқали олишингиз мумкин: info@norbekov.uz.

Батафсил маълумотлар олиш учун
Академик М.С. Норбековнинг
Ўзбекистондаги соғломлаштириш
марказига мурожаат қилинг.

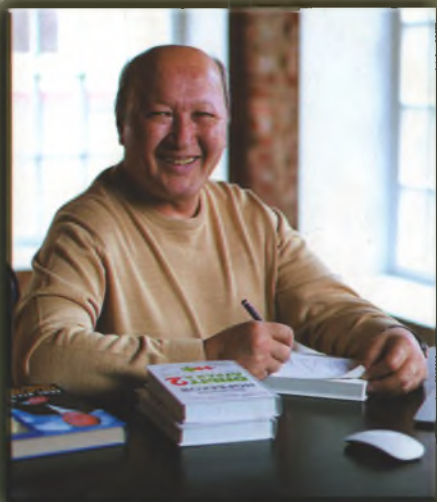
Мурожаат учун телефонлар:

8 (371) 276-28-89, 276-44-59, (95) 195-65-97

www.norbekov.uz

e-mail: info@norbekov.uz

Манзил: Тошкент шаҳри,
Бунёдкор шоҳкўчаси, 23-уй.



Инсонларни етакчи қилиб етиштиришдаги ноёб қобилияти учун Мирзакарим Норбеков «ҒАЛАБАГА ЭРИШИШ ИЛМИНИНГ УСТАСИ» номли ажойиб нишоннинг соҳиби бўлди.

Жуда қулай ўтирибсизми, қадрли китобхон? Юмшоқ креслода, иссиқ уйда? Лекин ишончингиз комил бўлсин, Сизни ўрнингиздан қўзғатиш ва ҳаракат қилишга мажбурлаш учун мен нафақат кучимни, ўттиз йиллик маҳоратимни ҳам ишга соламан.

Қанақа ҳаракат деб сўрарсиз?

Жуда оддий: шунчаки соғлом, бой-бадавлат, бахти, орзулари ушалган шахсга айланишингиз учун ҳаракат. Ожиз томонларини таниб, улар устидан ғалаба қозониш ва кучли томонларни ривожлантириш...

Яна иккинчи ярми деб аталмиш жуфти ҳалолини излаб топиш!

Яъни ўта муваффақиятли, ўта тенги йўқ ва ўта бахтли бўлиш.

Жаҳон Вестселлари

**МИРЗАКАРИМ
НОРБЕКОВ**

**ТЕНТАКНИНГ
ТАЖРИБАСИ 1**

1-китоби



Мирзакарим Норбековнинг «Тентакнинг тажрибаси» китобини ўқиган ҳар бир ўқувчи кўзойнагидан халос бўлади деб ваъда берган эди. У ўз ваъдасининг устидан чиқди.

Айнан шу сабабли ҳам «Тентакнинг тажрибаси» китобини дунё бўйлаб 40 миллионга яқин ўқувчи харид қилган.

Ушбу китоб бугунги кунда 16 тилга таржима қилинган.

ISBN 978-9943-4598-8-5



9 789943 459885