Javlon
JURAEV

O'ZLIK SARI YETTI QADAM

3

...maqsadlarim, shoshmay turing...

“!” Sog’likni Saqlash Vazirligi ogohlantiradi

Ushbu kitob har kim ham bilishga tayyor bo’lmagan fikrlarni bayon qiladi. Turkumning avvalgi ikki kitobi bilan tanishmay turib, uni o’qishga kirishish sizning dunyo va uning tarkibiy qismlariga bo’lgan qarashlaringizni keskin o’zgartirishi mumkin. Kitobni biror kimga tavsiya qilishdan avval u bilan to’liq tanishib chiqing.

Epigraf

– Hoy, Maqsadxon, ha anavi mayda Maqsadvachchalarga qarasangiz bo’lmaydimi? Hammasi har tomonga qarab qochib ketibdi-yu bular!

– Uzr, mudir, men o’zim bilan ovora bo’lib qolibman. Xavotir olmang, bu mishqilarga ikki sakrab yetib olaman – hammasini tutib kelaman zumda.

– Lekin siz asosiy Maqsadsiz – o’zingizdanam chalg’ib qolmang yana.

– Yo’g’-e, o’zimdan chalg’ib o’libmanmi – o’zim bilan o’zim doim birgaman-ku...

Mundarija

Muallifdan 4
Boshladik 6
Shaxsiyat 8
Ikkalamiz o'rtoqmiz 8
Boshlang'ich sinf 11
Shaxsiy erkinlik 15
Qulupnay yomg'iri meniki 18
Muhimlik 23
Borsakelmas 23
Soxta gulchambar 26
Maqsaddan maqsad 30
Kemtiklar 34
Mol achchig'i – jon achchig'i 34
Ming tilla yubor 37
Mahallada duv-duv gap 41
Ortimdan takrorlang 44
Qo'rquvlar 49
Xotirjamlik hududi 49
Omad sug'urtasi 52
Sokin qudrat 56
Rishtalar 59
Aravalar poygasi 59
Peshonamdan aylanay 62
Keksaligim - podsholigim 66
Bunyodkor kuch 70
Kun ko'ramiz 70
Parilar parisi 73
Ahd mushti 77
Havaskor musavvirlar 80
Baxt 85
Muallif haqida 86

Muallifdan

Qadrdon Do'stim,

Sizni qo'rqmay do'stim deb atashga jur'at etganim uchun uzr. Biz siz bilan ikki marta ajoyib suhbat qurdik – va bunda ko'p sirlarimizni o'rtoqlashdik. Shundan kelib chiqib, sizni o'zimga do'st bildim. Bu do'stlikdan siz ham menchalik mamnunsiz degan umiddaman.

O'tgan galgi suhbatlarda biz ancha narsalarni o'rgandik – ayniqsa, men juda ko'p yangi nisbiy haqiqatlarni kashf qildim. O'z qadrimizni biladigan bo'ldik, boshqalarni hurmat qilish uchun ko'p asos topdik.

Bu safar endi inson o'z oldiga qanday maqsadlarni qo'yishi, ular nimaga asoslanishi va ularga qanday erishish mumkinligi haqida sirlashamiz. Kitob sizga qalbingizning tub-tubida yashirin, siz uchun allaqachon unut bo'lgan – lekin hayotingizni farovon qilish uchun zarur bo'lgan istaklarni qayta kashf etishga yordam beradi.

Siz bilan maqsadlarni tarbiyalashni o'rganamiz. Juda qiziq ta'kid-a? Lekin bayon davomida bu bilan nimani nazarda tutganimni anglab olasiz.

Kitob sizga qanday ilmlarni oshkor qilishini aytyapman-u – bir gap e'tibordan chetda qolyapti: kitobni o'qish davomida men sizga kirish qismida aytib o'tmagan fikrlarni kashf qilishingiz mumkin. Sizning o'ziga xos shaxsiyatingiz bayondan o'ziga xos foydali xulosalar chiqarishi yodingizda bo'lsin. Menga siz bilan suhbatning aynan ana shu jihati juda yoqadi.

Har birimizning kattami, kichikmi – maqsadlarimiz bor. Mening bu kitobni yozishdan maqsadim bor – sizning uni o'qishdan maqsadingiz bor. Nazarimda, har kim bir nimaga intilib, nimaningdir rejasini tuzib yashaydi. To'g'ri-da – maqsadsiz yashash kimga kerak?

Shu o'rinda ko'pchilik pishib yetilmagan faylasuflar o'z-o'zi va boshqalarga beradigan savoli esga keladi: yashashdan maqsad nima? Bu savolga javob izlab, ko'plab donolarning boshi og'rigan.

Lekin, keling, biz chuqurroq kiramiz. Nima deb o’ylaysiz – insonning o’ziga shu savolni berishidan maqsadi nima? Bu savolga haq yoki asossiz javob topish yoki o’zini javob topganiga ishontirish odamga nimaga kerak?

Yaqinroq keling – sizga bir sir aytaman: **yashashdan maqsad nimaligini topish istagi – puch maqsad**. Chunki bu savolga javob topish inson hayotiga hech bir foydali o’zgarish kiritmaydi. Puch maqsadlar haqida biz keyinroq alohida suhbatlashamiz.

Kitob, an’anaga muvofiq, yetti kunga mo’ljallangan. Albatta, bayon o’z shaxsiyatimizni anglash va uni kuchaytirish borasida ham ko’p firklarni bildiradi. Axir, faqat kuchli shaxsgina o’z istaklariga oson erishadi.

Suhbatimiz davomida esingizda bo’lsin: men sizdan yangi narsalarni o’rganishni maqsad qilganman. Siz bilan har safar kitob orqali suhbatga kirishganda men shuni niyat qilaman. Umid qilamanki, bu galgi suhbatimiz ham o’z maqsadiga xizmat qiladi.

Xo’sh, o’zligimiz sari navbatdagi sayohatni boshladikmi?

Boshladik

“Daryo toshqin, suvlar to’lqin
O’tolmayman, yor-yor
Otim oriq, manzil yiroq
Yetilmayman, yor-yor...”

(Xalq qo’shig’i)

Hayot yo’limizda nainki daryolar – ba’zida dengizlar ko’ndalang keladi. Biz bu to’siqlarni gohida zahmat chekib kechib o’tamiz, gohida ortga qaytib, boshqa yo’ldan borib ko’ramiz. Bilganlardan so’rasang – bu oddiy holligini aytadi: hayot tinimsiz sinovlardan iboratligini, qiyinchiliksiz hech narsaga erishib bo’lmasligini uqtiradi ular.

Xo’sh, siz bunga ko’nasizmi? Umrning turgan-bitgani mashaqqat ekaniga, orzularga erishishning narxi har doim qimmat bo’lishiga – baxtli bo’lish uchun qurbonliklar keltirish kerakligiga ishonasizmi?

Shu paytgacha boshdan o’tkazganlaringizga qarab, bu rost gapligiga amin bo’lasiz. Qayerdadir qiyinchilikka duch kelganingizni-yu, uni yengib o’tib mukofotga erishganingizni eslaysiz. Noiloj, hayot – bu adog’i yo’q sinovlar oqimi, ulardan o’tsang – mukofot olasan, yiqilsang – jazolanasan degan ishonch har birimizga kirib olgan.

Ko’pchiligimiz hayotda yo’l qo’yayotgan ba’zi xatolarimizni ana shu ishonch soyasida yashiramiz. Qilayotgan ishimiz xato ekanini ko’nglimiz sezib tursa ham – bu hayot yoki zamon talabi ekanini bahona qilib, nafsimizga ergashamiz. Uncha-muncha narsaga ko’z yumib ketamiz.

Ana shu ishonchdan kelib chiqib o’z oldimizga maqsadlar qo’yamiz. Shundan kelib chiqib, hayotimizni rejalashtiramiz. Sinovlardan oson o’tish uchun qudrat axtaramiz. Bu qudratni kimdir boylikdan, kimdir amaldan, kimdir shuhratdan, yana kimdir bilimdan izlaydi.

Oramizda ba’zi odamlar shunday qudratni o’z shaxsiyatlaridan qidiradilar. Ular hamma narsaning tagida turgan kuchni – shaxsiyat kuchini tanigan, uning oviga chiqqan odamlar. Ular o’z shaxsiy kuchlari

bilan to’siqlarni yengib o’tishmaydi – ularning shaxsiy kuchi, shunchaki, to’siqlar hosil bo’lishiga yo’l qo’ymaydi.

Ular afsungar, donishmand yoki kuchli psixolog emas. Ular hech kim bilmaydigan sirlarni bilmaydi ham. Ular, siz-u biz qatori, oddiy odamlar. Ammo ularning boshqalardan keskin bir farqi bor: ular o’ziga xos maqsadlarni ko’zlab yashaydi. Ular omma tan olgan va andozaga aylantirib qo’ygan usulda baxtli bo’lish imkonsiz ekanini bilishadi. Ular o’zlari va boshqalarni teng qadrlashadi.

Albatta, men aytadigan ko’p gaplar – mavhum falsafadek tuyuladi. Shundoqqina jo’shqin hayotiy jarayonlar ichida yurgan odamga borib shu falsafiy gaplarimni aytsam – uning buni eshitishga vaqti bo’lmaydi. Chunki uning boshqa arzigulik yumushlari bor. Uning katta biznesi bor, ishlari jadal olg’a siljiyapti, foydali tanishlari va manfaatli hamkorlari safi kengaymoqda. Puldan tashvishi yo’q – bemalol o’ziga kerakli narsani sotib olishi mumkin. Sog’ligi mustahkam, oilasi tinch.

Lekin uning ko’ngli taskin bilmaydi. U qancha yutuqqa erishsa ham, yanada kattaroq marralarni ko’zlagisi kelaveradi. Jiddiylik va o’ychanlik uning odatiy yuz ifodasiga aylanadi. Undan ko’pchilik ko’p narsani kutadigan, undan umidvor bo’ladigan – uning qarorlariga qaraydigan bo’ladi.

Shuncha mol-davlati va obro’si bo’la turib, unda tashvishlardan holi bo’lishga yetarli qudrat topilmaydi. Bolasini nomdorroq maktabga berishi kerak, uyini obro’siga yarasha ta’mirlashi kerak, mavqeiga yarasha kiyinishi kerak, har xil odamlar bilan yaxshi munosabatni saqlab turishi kerak – ulgurishi, yetkazishi, o’tkazishi kerak... Ha aytganday – shuncha ish orasida hali yashashi ham kerak. To’g’rirog’i – baxtli yashashi kerak.

Bu tashvishlar odamlarga nimaga kerak? Biz aynan ana shu savolga javob izlaymiz bu gal. Biz intilayotgan istaklar, maqsadlar va natijalar bizga nega kerakligini – umuman, ular bizga chindan kerakmi yo’qmi, shuni anglashga urinib ko’ramiz.

DUSHANBA

Shaxsiyat

Ikkalamiz o'rtoqmiz

Bu galgi suhbatni ajoyib ertak bilan boshlasak. Nima dedingiz?

Bir kuni bir bolakay zerikkanidan akasining rasm daftariga rasm chizib o'tirgan ekan. Hamma bolalar kabi u o'z o'yinqaroq mashg'ulotini qog'ozga mitti odamcha rasmini chizishdan boshlabdi. Bola bari bir bolada – mo'jizalarga ishongani tufayli, uning tasavvurida u chizgan odamchaga jon kirib, u bilan suhbatga kirishibdi:

- Salom. Men kimman? – deb so'rabdi odamcha.
- Sen mitti odamchasan, – javob beribdi bolakay, - Men seni zerikkanimdan chizdim.
- Zerikkaningdan? U nima degani? – tushunmabdi odamcha.
- Zerikish – bir o'zing qolganingda nimadir qilishni qattiq xohlash.
- Unda men ham zerikar ekanman-da, - xo'rsinibdi odamcha, - Axir, men ham yolg'izman.
- Nega endi, - debdi bolakay, - men sen bilan har doim birga bo'laman. Ikkimiz eng yaqin o'rtoq bo'lamiz.
- Rostdanmi? – xursand bo'libdi odamcha, - Yashasin! Lekin, – yana xomush tortibdi odamcha, - men seni ko'ra olmasam, faqat ovozingni eshitsam, qanday qilib sen bilan o'rtoq bo'laman? Demak, men baribir yolg'iz bo'lar ekanman...
- Mayli, hafa bo'lma, - debdi bolakay, - Men senga do'st bo'lishi uchun yana bir odamcha chizib beraman.

Shunday deb, bolakay mitti odamcha yoniga yana bir odamcha chizibdi. Bola tasavvuri unga ham jon ato etibdi.

- Salom. Men kimman? – deb so'rabdi yangi odamcha.
- Sen ham mitti odamchasan, - deb javob beribdi bolakay sevinib, - Yoningdagi sening do'sting. U yolg'iz bo'lmasligi uchun seni chizib berdim. Ikkingiz tanishib do'stlashib olinglar. Hammamiz yaqin do'st bo'lamiz.

Bola ko’z o’ngida ikki odamcha do’st tutinib, bir-biri bilan so’zlasha boshlabdi. Bolakay ikki odamchani yana-da xursand qilish uchun, ular tepasiga quyosh, atrofiga gullar, kapalaklar chizib beribdi.

- Bu narsalar nima? – hayron bo’libdi odamchalar, - Ular juda chiroyli ekan.
- Bular gullar, - javob beribdi bolakay, - Men ularni sizlar uchun chizdim. Gaplashib zerikkanda, ikkingiz ular orasida bekinmachoq o’ynashingiz mumkin.
- Sen istagan narsangni chiza olasanmi? – hayron bo’lishibdi odamchalar, - Biz nega chiza olmaymiz?
- Istasangiz, men sizlarga o’rgataman, - debdi bolakay, - Bu juda oson.
- Istaymiz, albatta istaymiz, - sevinchdan sakrashibdi odamchalar.

Shunda bolakay ikki odamchaga rasm chizishni o’rgatibdi. Odamchalar avvaliga o’zlariga o’xshash odamchalarni chizishni o’rganibdilar. Bu yangi odamchalarga ham bolakay tasavvuri jon ato etaveribdi. Odamchalar o’zlari chizgan odamchalarning “Men kimman?” degan savoliga o’zlari bilgancha javob berishibdi. Asta-sekin ular uychalar chizishga o’tishibdi. Bir zumda rasm daftar varog’i mitti odamchalar va ularning uychalariga to’lib ketibdi.

Odamchalar istagan narsalarini chizish va bir-birlari bilan gaplashishga shu qadar berilib ketibdilarki, bolakay haqida tamoman unutishibdi. Bolakay ularning o’yiniga qo’shilishni istab aytgan gaplari tinmay vijir-vijir qilayotgan odamchalar shovqinida eshitilmay qolibdi.

Vaqt o’tib odamchalar ko’p narsani o’rganishibdi. Endi oddiy uychalarmas, katta-katta shaharlar chizishni bilib olishibdi. Ba’zi odamchalar nafaqat chizishni – chizilgan narsani o’chirishni ham o’rganibdilar.

Shu orada odamchalar orasida “Men kimman?” degan savolga boshqa odamchalar bergan javob bilan qoniqmagan, bunga to’liqroq va chuqurroq izoh izlaydigan odamchalar paydo bo’libdi. Bunday izlanuvchan odamchalarning ba’zilari ko’p ilmlarni kashf qilishibdi.

Ammo hamma qabul qilgan andoza haqiqatlarni qabul qilishni istamay, oliy haqiqatni izlagan ko'plab ilmsevar odamchalar boshqa odamchalar qahriga duchor bo'lib, o'chirilib tashlabdilar.

Ba'zi odamchalar "Men kimman?" degan savollariga "men mitti odamchaman" degan javobni topibdilar. Shunda ular bu ertakning boshida turgan bolakayni eslabdilar. Unga doim do'st bo'lib qolish va'dasini berganliklari yodlariga tushibdi. Va ular atroflaridagi shovqin-suron ichida bolakay gaplarini eshitishni o'rganibdilar. Ular bolakay bilan yana do'stlashib, birga o'ynay boshlabdilar...

Ertakning yakunini bilmayman. Chunki u hali tugallanmagan. U hali ham davom etmoqda. Mitti odamchalar hali ham o'z bilganlaricha yashashda, bolakay bilan do'st bo'lish va'dalarini buzishda davom etishyapti. Bilganlarning aytishicha, bir kunmas bir kun odamchalarning bu ishidan toqati toq bo'lgan bolakay rasm daftar varog'ini yirtib olib, g'ijimlab, uni bir chetga uloqtirib tashlar emish. Yana kim bilsin.

Ikki o'lchamli odamchalar-ku mayli – "Men kimman?" degan savolga siz qanday javob topdingiz? Topgan javobingiz sizni qanchalik qanoatlantirdi? Topgan javobingiz sizga nimalarni anglab yetishga yordam berdi?

Ikki o'lchamli odamchalarga "hoy, mittivoylar, sizlarning olamingizdan tashqari uchinchi o'lcham ham bor" desangiz, ular buni tushuna olishi, tushunsa ham – bunga ishonishi juda qiyin. Siz bilan bizga uch o'lchamli fazo tushunchasi juda oddiy tuyulgani bilan, doimiy fikrlashi ikki o'lcham doirasida bo'lgan mavjudotlarga buni yetkaza olmaysiz.

Agar men sizga bizning dunyoda biz ko'ra biladigan uch o'lchamdan tashqari to'rtinchi o'lcham ham bor desam, bunga qanday qarar edingiz? Olamimizda cheksiz ko'p o'lchamlar bor desam-chi? Axir, bolakayning rasm daftari ko'pvaroqli bo'lishi mumkin.-ku. Buni tasavvuringizga sig'dirishingiz qiyin, shundaymi? Ikki o'lchamli odamchalarga uchinchi o'lcham haqida gapirilsa, ular ana shu tasavvur qila olmaslik holatini boshdan o'tkazadilar.

O'zlikni anglab, kuchli shaxs bo'lishning eng oliy mukofoti – inson yangi kengliklarni kashf qilishidir. Shaxsiy kuch sizga to'rtinchi va undan

ko'p o'lchamlar eshigini ochib beradi. Intuitsiyangiz rivojlanib, dunyoga vaqt va fazoga tobe bo'lmagan holda qarashni o'rganasiz.

Juda hayolparast gaplardek tuyulmayaptimi sizga bular? Agar shunday tuyulayotgan bo'lsa – demak aqlingiz mantiq yordamida hali ham sizni nazoratda saqlayapti ekan. Axir, yuqoridagi gaplarni imkonsiz hayollar sirasiga qo'shgan aynan mantiq.

Men intuitsiya (ya'ni qalb bilimi) haqida bejiz gapirmadim. Maqsadlarimizga oson erishishda intuitiv bilimlarning ahamiyati katta. Intuitsiya esa shaxsiy kuchi ko'p odamlarda kuchli bo'ladi.

Biz – uch o'lchamli odamlarmiz. Ammo bizga shu uch o'lcham chegaralaridan tashqariga chiqish qudrati berilgan. Shunday imkoniyatimizga ishonmaganlar mana shu yerda bizni tark etishlari mumkin. Insonning cheksiz imkoniyatlariga ishonganlarga esa meni hali aytadigan gapim ko'p.

Boshlang'ich sinf

Aqlimizning ajoyib xususiyati bor – u dunyodagi hamma narsani tavsiflashni biladi. Kuzatadi, o'xshash va farqli belgilarni aniqlaydi, baho beradi. Ana shu belgilarga qarab hamma narsani sinflarga ajratadi.

Tarix mobaynida o'zining dunyoda tutgan o'rnini anglashga intilib kelgan odamzod o'zligini ham tasniflash orqali aniqlashga uringan. Avvaliga bu tasniflash tabiiy belgilarga asoslangan bo'lsa, jamiyat rivojlanishi bilan turkumlashga ijtimoiy omillar ham qo'shila boshlagan.

Biz – avvalo tirik mavjudotmiz. Tirik mavjudotlarning issiqqon jonzotlar turiga mansubmiz. Ular orasida aqlli jonzotlar guruhini tashkil qilamiz. Bu aqlli jonzotlar ikki jinsga ajraladilar.

Mana shu yerda bizning tabiiy tasniflanishimiz tugab, ijtimoiy tasniflash boshlanadi.

Aqlli jonzotlar tashqi ko'rinishiga qarab irqlarga ajratiladi. Bu sinflar odamlar yer kurrasining qaysi hududida yashashiga qarab kelib chiqqan tana tuzilishi va teri rangidagi farqlar orqali aniqlanadi. Bir jihatdan

irqlarni tabiiy sinf belgilari deyish mumkin. Lekin bugungi kunda irq tushunchasi o’ta ijtimoiylashib ketgan.

Bir irq vakillari o’z navbatida xalqlarga bo’linadi. Bular ma’lum hududni o’z vatani deb atab, ana shu hududda istiqomat qilayotgan odamlardir. Bir xalq vakillarini umumiy tarix va qonunlar kabi ijtimoiy omillar birlashtirib turadi.

Xalqlar turli millat va elatlardan tashkil topgan bo’ladi. Millatlar ijtimoiy sinflar ichida eng ko’p uchraydigan va tasniflanishda keskin tus oladigan farqli guruhlardir. Millat vakillari bir madaniyat, til va fikrlash uslubi atrofiga birlashadilar.

Bir millatdagi odamlar ham kichik ijtimoiy sinflarga bo’linadilar. Millatni ziyolilar va savodsizlar, boylar va nochorlar, shaharliklar va qishloqliklar tashkil qiladi. Bu ichki guruhlar ham bir-birlaridan keskin farq qiladigan jihatlarini topa biladilar.

Bundan tashqari mayda-chuyda boshqa sinflar ham borki, ularga bag’ishlab butun bir risola yozilsa ham, adog’i bo’lmaydi.

Aslida dunyoni yaxshiroq anglash uchun qo’llanilgan tasniflash bugungi kunda katta ijtimoiy ofatga aylanib qolgan. Odamlar ijtimoiy omillarga qarab bir-birlarini sinflarga bo’lishga shu qadar ko’nikib qolishganki, buni ba’zida yuksak ma’naviyat belgisi deb bilishadi.

Ziyoli odamlarga savodi kam odamlardan ko’ra ko’proq ehtirom ko’rsatsam, kim ham meni noto’g’ri ish qilyapti deyishi mumkin? Ziyoli bari bir ziyoli – hurmatini qilish kerak. Juda ko’p hollarda boshqalardan ko’ra ko’proq e’tiborga loyiq ekanini ana shu ziyolilarning o’zi to’g’ri deb o’ylaydi.

Juda qiziq. Men bir kun kelib, bu dunyoni tark etsam, kimning men uchun ahamiyati ko’proq bo’larkin? Savodi bor mulla jonsiz tanam ustida kerakli tilovatni qilmasa – Yaratgan u dunyoda meni qabul qilmasligi ehtimoli bor. Lekin savodsiz go’rkov menga qabr qazimasa, jonsiz tanam shu dunyoda xor bo’lishi tayin.

G’oyat sovuq misol keltirdimmi? Buni atayin qildim. Sizning odamlarni sinflarga ajratish haqidagi mahkam o’rnashib qolgan haqiqatlaringizni bir oz siljitish uchun shunday keskin misol keltirdim. Bu

yerda qaysidir odam qilayotgan xatolar haqida emas – siz va men qilayotgan xatolar haqida gap ketyapti.

Siz o’zingizni qaysi sinflarga mansub deb bilasiz? Shilliqurt emas, inson bo’lib dunyoga kelganingizdan qanchalik xursandsiz? Boshqa odamlardan farqli jihatlarga ega sinfga mansub ekaningizdan qanchalik faxrlanasiz? Siz va men bir milliy sinfga mansubdirmiz – lekin mahalliy sinfimiz, g’oyaviy sinfimiz, falsafiy sinfimiz boshqa-boshqa ekanini qanchalik oson qabul qilasiz?

Tabiat (va mening fikrimcha Yaratgan ham) bu olamdagi mavjudotlarni hech bir sinf va turlarga ajratmaydi. Tabiat hamma farzandlarini bir xil yaxshi ko’radi va asrab-avaylaydi. Ularga yashash sharoiti yaratib beradi va ana shu muhitda yashashni ham o’zi o’rgatadi.

Tabiat hatto qahr qilganda ham hech bir jonzotni boshqasidan ustun qo’ymaydi. O’rmon yonganda ikki yillik nihollar ham, ikki yuz yillik daraxtlar ham kulga aylanadi. Suv toshganda mehnatsevar chumolilar ham, yalqov ayiqlar ham teng cho’kadi.

Tabiiy ofatlarda odamlar halok bo’lsa – ichimiz achiydi. Tabiatning shu ofatda nobud bo’lgan hamma farzandlari uchun ichi achiydi.

Tenglik haqida din ham, qonunlar ham tinmay bizga uqtiradi. Hammamiz boshqalar bilan suhbatlarda bu dunyoda hamma teng ekani haqidagi yuksak gaplarni aytamiz. Lekin ma’naviyat bazmi tugab, ko’chaga chiqqanimizda, sadaqa so’ragan nochorga achinish yoki jirkanish hissi bilan qaraymiz.

Ho’sh, siz qaysi sinfga mansubsiz? Kimlar bilan sinfdoshsiz? Kimlardan bu dunyoda tutgan o’rningiz yuqoriroq? Kimnikidan pastroq?

O’zimizni u yoki bu sinfga mansub hisoblash – shaxsiyatimizni cheklash degani. Boy odamning shaxsiyati badavlatlik qolipiga solingan, o’qimishli odamniki – ziyolilik qolipiga. Bu kabi cheklovlar har qanday intiluvchan shaxsni ham o’sishdan to’xtatish qudratiga ega.

Buyuklikka boruvchi yo’l – sinflarga aqlan tobe bo’lmaslik orqali o’tadi. Men o’zini bilimlilar sinfiga dahldor bilsam, bilimlarim doirasidan tashqariga chiqqanimda imkoniyatlarim tugaydi. Men savodsiz odam qila oladigan ishni qila olmasligim tayin.

O'zimni ziyoli sanashdan voz kechdim deylik. Endi men o'qimishli qishloqi yoki savodsiz qishloqi emas – shuchaki qishloqiman. Qishloqda yashaydigan odam qilishi mumkin bo'lgan har qanday ishni qilishim mumkin. Bir kun kelib men yashash joyim bo'yicha sinfga mansub ekanimdan voz kechaman. Endi men qishloqi yoki shaharlik emas – shunchaki o'zbekman. Endi men shahar hayotiga ham, qishloq hayotiga ham oson ko'nikaman, shu ikki muhitda ham farovon yashay olaman.

Shaxsiyatimni o'z millatim doirasida tutishim ham mening boshqa millatlarga hurmatsiz nazarda qarashimga sabab bo'ladi. Bu cheklovdan voz kechaman va boshqa millatlar madaniyatida ham juda ko'p bunyodkor jihatlar borligini kashf qilaman. Yangi tillarni o'rganaman. Do'stlarim safida turli millat vakillari paydo bo'ladi. Endi men o'zimga o'zbek sifatida emas – shunchaki inson sifatida qarayman. Endi inson qilishi mumkin bo'lgan har qanday ishni men ham qilishim mumkin.

Dunyoda shunday odamlar borki, ular o'zlariga shuchaki tirik mavjudot sifatida qaraydilar. Ular oddiy odam qila olmaydigan ishlarni qila olishadi, oddiy odamda uchramaydigan qobiliyatlarni rivojlantirishadi. Ko'rshapalak kabi atrof dunyoni tovush orqali ko'radigan, ba'zi yirtqichlar kabi infraqizil nurlarini payqaydigan odamlar bor. Ular o'zlarini shartli ravishda odamlar sinfiga mansub deb hisoblamaydilar.

Barchamizni umumlashtirib turgan bir yagona belgi bor: **bu dunyodagi har bir jonzot Yaratganning cheksiz qudrati maxsuli**. Uning qudrati har bir maysa va ildizda, har bir nafas, har bir kiprik qoqishda, biz tashlagan har bir qadamda namoyon bo'laveradi. Har bir hujayramizdagi tiriklik jarayonlari oliy qudrat belgilab qo'ygan qonunlarga bo'ysunadi.

Biz ana shu jihatdangina bir sinfga mansubmiz. Qolgan hamma tur va sinfga ajratishlar – shunchaki shartli ifodalar, xolos. O'z imkoniyatlarini ana shu shartli ifodalar doirasida baholagan odamning shaxsiyati ham shartlidir.

Rasm daftar varog'idagi mitti odamchalar, gullar, kapalaklar – hammasi turli hayot tarziga ega. Ammo ularning barini bir bolakay bitta qalamda chizgan. Ularning bariga jon kiritgan kuch yagona va bo'linmas. Yaxlit olamni alohida sinflarga ajratish, ularning birini boshqasidan ustun

qo’yish – Yaratganning bo’linmas qudratini parchalashga intilish demakdir.

Shaxsiy erkinlik

Inson o’zligini anglashi – oliy baxt. Lekin ana shu oliy baxtga erishishda bizga to’sqinlik qiladigan omillar borki, ularni yaxshi tanimay turib, kuchli shaxs bo’lish qiyin.

Kuchli shaxs egasi bo’lishning yakuniy maqsadi – shaxsiy erkinlikka erishish. Ko’pchiligimiz o’zimizni shundoq ham erkin shaxslar deb bilamiz. Ammo bizni fikrlashimizda, hayot va o’zimizga munosabatimizda cheklab turuvchi omillar bor. Ular ichki (yoki psixologik) va tashqi (yoki ijtimoiy) cheklovlardir.

Psixologik cheklovlar, o’z nomi bilan psixologik: ular odamning aqlida qo’nim topgan bo’lib, yillar davomida tarbiya va dunyoqarash natijasida shakllanadi. O’z imkoniyatlariga shubha bilan qarash, o’zini u yoki bu ishga qodir emasman deb hisoblash kabilar ichki cheklovlardir.

Tashqi cheklovlar – odam yashab turgan jamiyat va tabiiy sharoit xususiyatlaridan kelib chiqqan cheklovlardir. Ijtimoiy andozalarga tobelik, modaga tobelik, pulga tobelik ana shular jumlasidan.

Eng katta tobeligimiz – albatta, pulga tobelikdir. Kim moliyaviy muammolardan holiman deb ayta oladi? Biz har qanday oldi-berdilar pul orqali amalga oshiriladigan muhitda yashaymiz – bunda pulga tobe bo’lmaslik ilojsiz tuyulishi mumkin.

Pulsiz ko’chaga chiqishni istamagan vaqtlaringiz bo’lganmi? “Har ehtimolga qarshi” bo’lsa ham kissamizda qanchadir pul bo’ladi bari bir. Lekin hayotda har nima bo’lishi mumkin. Pulingizni yo’qotib, og’ir vaziyatda qolsangiz, undan chiqib ketishga shaxsiy kuchingiz yetadimi? Begona odamdan yordam so’rashga haddingiz sig’adimi?

Hammamiz havas bilan tomosha qiladigan shpionlar haqidagi filmlar qahramonlari – erkin shaxs egalaridir. Ular har qanday vaziyatdan chiqib keta oladilar. Bunda ularga yuqori darajadagi tayyorgarliklari yordam bermaydi (odamni hayotda uchraydigan hamma vaziyatga oldindan tayyorlab bo’lmaydi). Ularning siri – shaxsiy erkinlikda. Ular juda ko’p ijtimoiy va psixologik tobeliklardan qutulishgan. Jeyms Bondni pul

tashvishi qiynayotganini, yoki u o’ziga ishonmaganidan biror ishni qilishga haddi sig’mayotganini, ikkilanayotganini tasavvur qilish qiyin. Bondni bizga qahramon qilib ko’rsatgan jihat o’tkir zehn, jismoniy quvvat yoki chiroyli tashqi qiyofa emas – shaxsiy erkinlikdir.

Bizni tobe qilishga qaratilgan omillar juda ko’p. Biz boshqalar fikriga tobemiz, ijtimoiy andozalarga tobemiz, o’z qo’rquv va shubhalarimizga tobemiz, ijtimoiy va iqtisodiy sharoitga tobemiz. Bu cheklovlar bizni hatto oldimizga maqsad qo’yishda va ularga intilishda ham ko’p narsadan mahrum qiladi.

Shaxsiy erkinlikka ega odam hech qachon moda bo’lgan maqsadlarga intilmaydi. Mustaqil hayotga qadam qo’yayotgan yoshlar orasida shaxsiy erkinlikka egalari juda kam. Ularning aksari o’z hayot yo’llarini o’zlari erkin tanlamaydilar – balki omma ma’qul ko’rgan yo’ldan boradilar. Axir, nega ko’pchilik iqtisodchi, huqushunos yoki shifokor bo’laman deydi-yu, hech kim astronom, muxandis yoki fizik bo’laman demaydi?

Bir narsani unutmaslik kerak: mutaxassislar ham mahsulotdek gap – bozorda qancha ko’p bo’lsa, narxi shuncha tushaveradi. O’rtameyona iqtisodchi yoki huquqshunos bo’lgandan ko’ra, mohir agronom yoki muxandis bo’lgan afzal. To’g’ri, agar iqtisod yoki huquq sohasi aynan sizning ko’nglingiz tusagan faoliyat turi bo’lsa – bu sohalarda ham yuksak mahoratga erishasiz. Ammo kamchilik o’z kasbini ko’ngli moyilligiga qarab tanlaydi. Bunga ko’p marotaba o’zim guvoh bo’lganman.

Shaxsiyati erkin odamning yana bir alohida xislati bor. U hech qachon uning shaxsiy rivojlanishi uchun boshqalar sharoit yaratib berishini kutmaydi. O’zi ta’lim olayotgan yoki ishlayotgan maskanidan, ustozlari yoki hamkasblaridan, shart-sharoitdan ko’ngli to’lmayotgan odam ikki xatodan biriga yo’l qo’ygan: yoki u ko’ngli istagan sohani emas, unga begona sohani tanlagan; yoki u o’zining shaxsiy o’sishi uchun boshqalarni javobgar hisoblaydi. Bunday odamni na tanlov qilishda va na o’z tanlovini amalga oshirishda erkin deb bo’ladi.

Shaxsiy erkinlik nimaligini bilmagan odam eng nomdor va tan olingan dargohlarda ilm olib ham, hech narsaga erishmaydi. Erkin shaxs esa har qanday maskanda va sharoitda ham o’z bilimlari va ilmini

oshirishga imkon topa biladi. Bunday odam uning hayotda tutgan o'rnini faqat va faqat **uning tanlovlari** hal qilishini biladi.

Aynan biz qilgan tanlovlar bizning shaxsiy erkinligimiz darajasini ko'rsatadi. Siz tanlov qilishda qanchalik erkinsiz? Qilayotgan tanlovlaringizning qanchasi aynan sizning qalbingizdan chiqqan?

Bir xislat shaxsiy erkinlik bilan birga yuradi. Bu – shaxsiy javobgarlik. Erkin shaxsiyat egasi har bir qarorga o'zi sergak turib kelganini biladi va ana shu qarori natijasi uchun javobgarlikni to'liq o'z zimmasiga oladi. Hayotida sodir bo'layotgan yaxshi yoki yomon o'zgarishlar uchun o'zidan boshqani javobgar deb bilgan odam – shaxsiy erkinlikdan yiroqdir.

Shaxsiy javobgarlik odamning shaxsiy erkinligi barqaror bo'lishini ta'minlaydi. Aytaylik, men bir qaror qabul qildim va uning natijasi men kutganday chiqmadi. Agar men bu xato qaror uchun javobgarlikni kimgadir yuklasam – men ana shu odamga mening hayotimga ta'sir qilish hukmini bergan bo'laman. To'g'ri-da – kimdir sizning hayotingizda noto'g'ri qaror qabul qilinishiga mas'ul bo'lsa, demak uning sizning shaxsiyatingiz ustidan qudrati bor.

Xatolari uchun ham javobgarlikni o'ziga ola bilgan shaxs har qanday tashqi ta'sirdan holi. Uning xatolari va shu xatolar natijasi ham faqat uning izmida. Shaxsiyatingizni bo'lak-bo'lak qilib, har kimga tarqatgandan ko'ra, uni bus butunligicha o'z qo'lingizda tuting.

Unutmang – har qanday tur erkinlik shaxsiy erkinlikdan kelib chiquvchi ikkilamchi holatdir. Shaxsiy erkinlikka erishmay turib siz moddiy-moliyaviy erkinlikka ham, psixologik erkinlikka ham erishmaysiz. Millionlab puli bo'la turib ham o'z shaxsiyati ustidan hukmi yo'q insonlar bor – ularning millionlari ustidan ham hukmi yo'qligi tayin. O'nta kitobga sig'maydigan bilimlarga ega iste'dod egasi bo'la turib, o'z aqli qoliplaridan tashqariga chiqa olmaydigan shaxslar bor.

O'z shaxsiy kuchiga ishongan ishbilarmon biznes olamida nomi chiqadi. O'z tanasi imkoniyatlarini omma tan olgan chegaralar orqali baholamay, bunga kengroq yondashgan sportchi yangi jahon rekordlarini o'rnatadi. O'z shaxsiyatiga erkin qaragan odam har qanday maqsadiga erishadi.

Yuqorida aytilganlardan shaxsiy erkinlik haqidagi fikrlarni quyidagicha umumlashtirish mumkin. **Shaxsiy erkinlik – ijtimoiy andozalar, nisbiy haqiqatlar, qo’rquv va komplekslar ta’siridan holi mustaqil qarorlar qabul qila olish va shu qarorlar natijasini to’la javobgarlik orqali nazorat qilish ko’nikmasidir**.

Shaxsiy erkinlik – bizni oldimizga qo’ygan har qanday maqsadimizga olib boradigan eng qisqa yo’ldir. Albatta, boshqa yo’llar ham bor. Ammo ular yo’nalishi bizning izmimizda emas. Shaxsiy erkinlik ochib bergan yo’l – faqat bizniki. Omma tanlaydigan tirband yo’llardan borib, manzilingizga kechikib borgandan ko’ra – kuchli shaxsiyatingiz siz uchun ochib bergan erkin yo’ldan xotirjam va vaqtida manzilgan yetgan afzal.

Shaxsiy erkinlik bizga yana bir narsa taqdim etadi: uning yordamida biz aslida kim ekanimizni anglab yetamiz. Aynan shaxsiy erkinlik rasm daftar varog’iga go’zal suratlar chizishni, nuqsonli chizilgan suratlarga zarur tuzatishlar kiritishni, chizgan suratlarimiz uchun javobgarlikni his qilishni o’rgatadi. Shaxsiy erkinlik mitti odamchalarni bolakayga yaqinroq qiladi.

Qulupnay yomg’iri meniki

Bizning hayotda kim ekanimiz ko’p jihatdan biz oldimizga qo’yayotgan maqsadlarga bog’liq. Chunki maqsadlarimiz yo’lida biz turli qarorlar qabul qilamiz va ana shu qarorlarimiz bizning hayot va odamlar bilan munosabatimizni belgilaydi. Biz aynan ana shu maqsadlar yo’lida qandaydir shaxs bo’lishni tanlaymiz.

Bizning har qanday maqsadimiz oddiy ildizga ega. Har qanday maqsadning manzili – baxtli bo’lish. Ya’ni har qanday maqsadning yakuni ko’ngil xotirjamligi.

Lekin juda ko’p hollarda odam ko’zlagan maqsadiga erishib ham o’zini baxtli his etmaydi. Maqsadga erishguncha u katta umidlar qiladi, lekin asl natija ko’p umidlarni oqlamaydi.

Gap shundaki, bizning ba'zi maqsadlarimiz puch bo'lishi mumkin. **Puch maqsad – insonni baxtli qilishdan boshqa narsaga qaratilgan maqsaddir**. Muhimlikka xizmat qiladigan maqsadlarning hammasi puch.

"Men ko'p pul topib, badavlat bo'lmoqchiman" – "Nega?" – "Meni kamsitganlarni ko'zini ochib qo'yish uchun..." Bu – puch maqsad.

"Men ko'p pul topib, badavlat bo'lmoqchiman" – "Nega?" – "O'zim va yaqinlarimning hayotini farovon qilish uchun..." Mana bu endi but maqsad.

Birinchi holatda odam o'z oldiga qo'ygan maqsadi uning shaxsiy muhimlik tuyg'usiga xizmat qiladi. U kimgadir nimanidir isbotlamoqchi. Shoshmang – balki u aynan kimgadir nimanidir isbotlasa, o'zini baxtli his qilar? Demak, bu maqsad ham but ekanda?

Afsuski, unday emas. Bu odam o'z ko'zlagan niyatiga erishganda o'zini mag'rur, g'olib, kuchli, muhim yoki yana qanaqadir his qilishi mumkin, ammo u sira ham o'zini *baxtli* his qilmaydi.

Bunday maqsadga erishishdan olingan zavq uzoqqa bormaydi. Unga erishish ulkan mehnat talab qiladi-yu, lekin mukofot bunga arzimaydi. Ya'ni siz puch maqsad uchun ko'p haq to'lab, kam narsa olasiz.

Puch maqsadning ildizi shaxsiy muhimlik tuyg'usida bo'lishi mumkin. G'ururga ("men o'zimdan ko'nglim to'lishi kerak"), faxrga ("yaqinlarim mendan faxrlanishi kerak"), buyuklikka ("men tarixda iz qoldirishim kerak") va shunga o'xshash natijalarga qaratilgan maqsadlar o'z-o'zidan puch.

Ko'p hollarda puch maqsadlar tashqi muhimlik tuyg'usiga asoslangan bo'ladi. Haqparastlikka ("men haqiqatni qaror toptirishim kerak"), bekamlikka ("men xatoga yo'l qo'ymasligim kerak"), qasosga ("men albatta o'chimni olishim kerak"), taqlidga ("men falonchiga o'xshashim kerak") xizmat qiladigan maqsadlar ana shular jumlasidan.

Tabiiyki, kemtiklarimiz ham bizni puch maqsadlar ortidan quvishga turtkilaydi. Aybdorlik tuyg'usidan ("men gunohlarimni yuvishim kerak"), burch hissidan ("menga bildirilgan ishonchni oqlashim kerak"), kurashchi

kompleksidan (“men hammaga kim ekanimni ko’rsatib qo’yishim kerak”) kelib chiqqan maqsadlar bunga yaqqol misol.

Balki buni ta’kidlash ortiqchadir, ammo puch maqsadlarning zarari katta. Eng avvalo ular inson umrining behuda sarflanishiga sabab bo’ladi. Bizga niyatlarimizni amalga oshirish uchun cheklangan hayotiy quvvat va o’lchangan muddat berilgan. Shunday holatda puch maqsadlar tashvishida yashash – kamida noshukrlik.

Xo’sh, odam o’z oldiga but maqsadlarni qanday qo’yishi mumkin? Buning siri bizning qalbimizda: **oldimizga but maqsad qo’yganimizda, dilimiz yayrab, ko’zlarimiz chaqnab ketadi**. Qalb tom ma’noda raqsga tusha boshlaydi. Bu shunchaki chiroyli gaplar emas.

Ona qizchasidan so’radi: “Asalim, nima qilyapsan?” – “Qo’g’irchog’imga alla aytyapman. U nimagadir hafa” – “Kel, uni xursand qilamiz” – “Qanday qilib?” – “Unga yangi ko’ylakcha tikib beramiz” – “Yashasin! Menga o’rgatasizmi ko’ylak tikishni? Keyin men qo’g’irchog’imga chiroyli ko’ylak tikib beraman...”

Qizchaning qalbi zavqqa to’lgan. U but maqsad qilyapti. Jonsiz o’yinchoqqa unga nima kiydirishlari ahamiyatsiz. Lekin qizaloq uchun mehr izhor qilish, qo’g’irchog’ini xursand qilish – eng katta baxt. U shuning uchun ko’ylak tikishni o’rganishni maqsad qildi.

Puch maqsad sizda hech qachon ana shunday surur uyg’otmaydi. Yoki siz sinfidagi boshqa qizlardan ajralib qolmaslik uchun tikishni o’rganishni maqsad qilganidan ko’zlari chaqnab ketgan qizni ko’rganmisiz? Men ham sevgan qizining e’tiborini qozonish uchun oliygohda o’qishni yoki katta korxonada ishlashni maqsad qilib, ich-ichidan quvongan yigitni ko’rmaganman.

But maqsadlarning yana bir ajoyib xislati bor: **ularga talpinish hech qachon sizga malol kelmaydi**. But maqsadga intilishda siz erinish, ikkilanish, shubhalanish nimaligini bilmaysiz. Agar qaysiki niyatingiz yo’lida qadam tashlash sizga malol kelayotgan bo’lsa – bu maqsadingiz puch. Yoki siz unga hech qachon erishmaysiz – yoki katta yo’qotishlar evaziga erishib, kutilgan natijani olmaysiz.

Ba’zida inson aslida unga kerak bo’lmagan istaklar ortidan ergashadi. Bu – yot maqsadlar. Aytaylik, yosh yigit shifokor bo’lmoqchi,

nega deb so'rasa, otasi shifokor ekanini va u o'z ishini o'g'liga qoldirmoqchi ekanini aytadi. Bu yigitning shifokor bo'lishi unga emas – otasiga kerak.

Mening bir yaqin do'stim til bo'yicha respublika olimpiadasida g'olib chiqqan. Imtixonsiz o'qishga kirishi mumkin bo'lgan ko'plab yo'nalishlar orasida u aynan filologiyani tanlagan. Chunki buni uning ustozi istagan – sen ham filolog bo'lib, mening ishimni davom ettirasan degan. Do'stim yot maqsadni ko'zlab ish tutgan. Kim bilsin, u o'shanda o'z maqsadiga ergashganda, undan ajoyib jurnalist yoki pedagog chiqarmidi?

Altruizm (boshqalar tashvishini qilish) – juda yaxshi odat. Bu insoniylikning alomati. Ammo boshqalar tashvishini qilish bilan boshqalar maqsadiga intilib yashash o'rtasida keskin farq bor. O'g'il o'z maqsadiga intilib, kuchli huquqshunos bo'lib ham shifokor otasini xursand qilishi mumkin. Shogird qalami o'tkir jurnalist bo'lib ham filolog ustozini nomini ulug'lashi, unga ko'p rahmat olib berishi mumkin.

Yot maqsadlarni insonga oila, jamiyat, g'oya beradi. Gitlerning g'oyasiga ergashganlar yot maqsadga intilgan. Axir, aytaylik, Myunhenlik oddiy nemis kishiga yahudiylarni qirg'in qilish yoki nemislarni hukmron irq darajasiga ko'tarish nimaga kerak bo'lishi mumkin? Bu oilali va sodda nemisga emas – Gitler va uning partiyasiga kerak bo'lgan. Umuman, urushlar-u inqiloblar juda ko'p odam ular uchun begona maqsadlarning ortidan yurganida kelib chiqadi. Tarix buni ko'p bora isbotlagan.

Insonni yot maqsadlardan tejab qoluvchi odat – albatta, sergaklik. Biz u yoki bu intilishlarimiz aslida kimga kerak ekanini faqat sergak nazar bilan payqay bilamiz.

Maqsad – huddi farzanddek. U faqat baxt ato etadi, hayotingizni mazmunga to'ldiradi. Uni ham quvonch bilan kutib olish, tarbiyalash va qadrlash kerak. Yot maqsadlarga ergashish huddi o'z bolangizni qarovsiz qoldirib, boshqalar bolasiga g'amxo'rlik qilishdek gap.

O'z maqsadlaringizni sergaklik elagidan o'tkazib ko'ring: ularning qaysilari puch yoki yot ekanini bilib olasiz. **Sizning maqsadlaringiz – hayotda kim ekaningizni ko'p jihatdan belgilab beradi**. Shunday ekan, puch yoki yot maqsadlarga ergashish – o'zligini yo'qotish bilan barobar.

SESHANBA

Muhimlik

Borsakelmas

“Borsam-u, attor Sattor uyida bo’lsa-yu, dorusi bo’lmasa-chi?..”

(“Toshkentga sayohat” spektaklidan)

Navbatdagi ertakni eshitishga tayyormisiz?

Qadim-qadim zamonda Yunoniston tomonda bir badavlat odam bo’lgan ekan. Uning yakka-yu yagona o’g’li bo’lib, unga bor mehrini berib katta qilar ekan.

O’g’il har narsada komil ekan-u faqat bir kamchiligi bor ekan: u har doim har ishda ikkilanaverar ekan. Shu odati tufayli u yigirma yoshga to’lguncha ham hech bir kasbning boshini tutmabdi. Chunki shu paytgacha hech bir kasbni tanlay bilmabdi.

Tashvishga tushgan otasi uni uylantirish yo’li bilan tartibga solmoqchi bo’libdi. Zora shundan so’ng u qaror qabul qilishni o’rgansa deb umid qilibdi. Ota-ona o’g’illariga shahardagi eng go’zal ikki qizni taklif qilishibdi. O’g’il ikkisini ham yoqtiribdi. Va uning doimiy odati yana o’z so’zini aytibdi.

Besh yil o’tibdi hamki, yigit hech bir qarorga kela olmabdi. Lekin shuncha payt ikki qizni ham umidvor qilib yuraveribdi. Ammo bir kuni qizlarning toqati toq bo’libdi. Ular go’zallik ma’budasi huzuriga borib, ikkisini ham aldab yurgan yigit ustidan shikoyat qilishibdi.

Ikki go’zal qizning husni-jamolini qadrsizlantirgani uchun bu yigitdan go’zallik ma’budasi qattiq g’azablanibdi. Olifta yigitning qilmishi bois besh yil umrini yo’qotgan ikki qizga o’sha besh yilni qaytarib berib, ularni besh yoshga yoshartirib qo’yibdi. Beqaror yigitni esa qayooqqa borishini bilmay ikkilanayotgandek u yoqdan bu yoqqa tebranib yuradigan qo’lsiz-oyoqsiz mahluqqa aylantirib qo’yibdi.

Ilonlar ana shunday paydo bo’lgan ekan...

Bu, albatta, bir afsona. Ammo undagi o’git juda qimmatli.

Hech biror odamning ikkilanishini kuzatganmisiz? Juda asabga tegadigan holat – ikkilanayotgan u-ku, huddi sizning hayotiy quvvatingiz sovurilayotgandek. Beqarorlik – juda zararli odat. Bugun uning asorati bo’lgan ikkilanish haqida gaplashamiz.

Ikkilanish hammamizga tanish holat. U odamning hayotiy quvvat zahirasiga jiddiy zarar yetkazishi bilan xavfli. Ikkilanish – ayniqsa u kuchli va davomiy bo’lsa – odamni qanchalik sillasini qurutishini ko’pchilik biladi. Lekin bu ichki kurash holatining ildizi qayerdaligi haqida hech o’ylab ko’rganmisiz?

Ikkilanish – shubhaning bolasi. Biz qabul qilishimiz kerak bo’lgan qarorning natijasi aynan biz kutganday bo’lishiga shubha qilganimizdan ikkilanamiz. O’zi qabul qilishi kerak bo’lgan qarorlarning ahamiyatini o’ta katta deb biladigan odamlar ikkilanishga hammadan ko’ra ko’proq moyil bo’lishadi.

Odam beqaror bo’lishiga turli xil sabab bo’lishi mumkin. Eng ko’zga tashlanadigani – ortiqcha muhimlik. Ya’ni odam o’z qarorlariga haddan ortiq baho berishi. Huddi noto’g’ri qaror qabul qilib qo’ysa, sayyora aylanishdan to’xtab qoladigandek.

Ba’zida ikkilanishning ildizi nuqsonlilik kompleksida bo’lishi mumkin. O’zini uning nazdida muhim bo’lgan qarorlarni qabul qilishga noloyiq his qilgan odam ham ko’p ikkilanadi. Bunda muammo u yoki bu qarorni tanlay bilmaslikda emas – hech bir qarorni qabul qilishga haddi sig’maslikda.

O’ziga o’ta ko’p mas’uliyat olib yuborgan odamlar ham bir qarorga kelishlari qiyin kechadi. To’g’ri-da, uning qaroridan ko’pchilik yoki naf topadi, yoki zarar ko’radi. Ammo bunday muhimlikning asosida noto’g’ri ishonch yotadi: bir odamning qarori boshqa odamning hayotini yaxshilashi yoki izdan chiqarishi mumkin emas.

Ammo asosiy sabab, tabiiyki, muhimlikda. Aytaylik, siz ertalab nonushtaga nima yeyishni qaror qila olmasdan ikkilanmaysiz, chunki bu qaror sizga unchalik ahamiyatsiz tuyulishi mumkin. Ammo ko’chaga nima kiyib chiqishni hal qilishga uchta nonushtaning vaqtini sarflab qo’yishingiz mumkin. Chunki tashqi ko’rinishingiz siz uchun muhim.

Lekin aynan nonushtaga to’g’ri narsa yeyish sog’ligingiz va hayotingiz uchun kattaroq ahamiyatga egadir balki?

Biz kuchli shaxs bo’lishdan birgina maqsadni ko’zlaymiz: tanlash erkinligiga ega bo’lish. Lekin siz rostdan ham erkin tanlov qilishga tayyormisiz? Deylik, sizning cheksiz ko’p tanlovingiz bor – shulardan qay birini tanlashni bilasizmi?

Tanlovda har qancha erkin bo’lmaylik, ikkilanish odatimiz bo’lsa – bu erkinlik baribir bizga tatimaydi. Beqarorlik, shunchaki, bu erkinlikdan foydalanishimizga yo’l qo’ymaydi. Shu bois bu odatdan iloji boricha tezroq qutilish kerak.

Avvalo, muhimlik darajasini tushiring. Bizning hech bir qarorimiz biz o’ylaganchalik olamshumul emas. Hech bir qarorimiz hayotimizni keskin o’zgartirib yubormaydi. Kimdir bu ta’kidga qo’shilmasligi mumkin: axir, ba’zida odamlar noto’g’ri qarorlar qabul qilib, muammo orttirishadi-ku?

Bir sirni aytaymi? **Noto’g’ri qarorlar bo’lmaydi – u yoki bu qarorga odamning noto’g’ri munosabati bo’ladi**. O’zi qabul qilgan qarorga noto’g’ri munosabat bildirgan odamgina muammo orttirib oladi. Xato qarorni har kim qiladi – lekin jazoni faqat o’z xato qaroriga o’ta jiddiy qaraganlar oladi. O’z xato qaroriga sergak yondashganlar esa – ulardan o’ziga dars oladi.

Ikkilanishning domidan chiqish uchun odam sergak tortishi lozim. Agar shoshilinch qaror qabul qilishingiz shart bo’lmasa – buni bir oz keyinga qoldiring. O’zingizga bir oz vaqt bering va xotirjam hayot yo’lingizda davom eting. Kim bilsin, oz muddatdan so’ng qaroringizni tayin qilib qo’yadigan biror yangi ma’lumotni eshitib qolarsiz? Juda ko’p hollarda, unga bosim o’tkazilmasa, hayot o’zi qaysi tomonga yurishni aytib beradi. Sizni qaysidir masalani hozirning o’zida hal qilishga aqlingiz undaydi – uning tamoyili shunaqa, temirni qizig’ida bosish. Ammo aql nayrangiga uchmay, sergak harakat qilsangiz – bir kun kelib hammasi o’z-o’zidan hal bo’layotganini, qizigan temirga umuman hojat yo’qligini ko’rasiz.

Biroq ba’zan bizdan qisqa muddat ichida qaror qabul qilish talab etiladi. Qaror qabul qilinishi qancha kechiktirilsa, kimdir bundan shuncha

katta zarar ko’rishi mumkin. Bunday holatda eng ma’qul yo’l – ko’ngilga quloq solib ish tutish.

Aytaylik, ikkita yo’ldan birini tanlashingiz kerak. Ikkisi ham sizga birdek ma’qul ko’rinyapti. Bunda quyidagicha usul bilan ko’ngil istagini bilib olish mumkin. Avval istagan bir yo’lni tanlang, shu yo’ldan borishga qaror qiling. Qaror qabul qilingandan so’ng, ikkilanish olib borayotgan aqliy faoliyat to’xtaydi. Ana shu sukunatdan foydalanib, o’z tuyg’ularingizga quloq soling. Nimalarni his qilyapsiz? Ko’nglingiz qabul qilgan qaroringizdan taskin topdimi?

Agar qandaydir g’ashlik, yuk yoki norozilik hissini tuysangiz – demak qalb bu qarorga qo’shilmadi. Bunda aynan ichki kechinmalar o’z so’zini aytishi muhim. Aqlingizning bir burchagi bu qarorga norozilik bildirib turgan bo’lishi mumkin. Ammo u bu norozilikni shubhalar va turli hayollar bilan ifodalaydi. Faqatgina qalbingiz o’z noroziligini g’ashlik hissi bilan ayta oladi.

Ammo qaysi yo’lni tanlashingizdan qat’iy nazar – o’z qaroringizga to’g’ri yondashing. Qaror qabul qilingandan so’ng har qanday shubhani so’ndiring va ahdingizni mustahkam qiling. Axir, yaxshilikni ko’zlab shu qarorga kelganingizni bilasiz – shunday ekan, uning natijasi aynan sizning ezgu ahdingizga monand bo’ladi. Mustahkam ezgu ahd bilan har qanday qarorni to’g’ri qarorga aylantirish mumkin.

Soxta gulchambar

Bu bob hammaga yoqadi. To’g’rirog’i, ko’pchilikka. Chunki bu yerda ko’pchilik uchun o’ta muhim bo’lgan narsa muhokama qilingan. Ushbu bob pul va uning ahamiyatiga bag’ishlanadi.

Pul – bu insoniyatning eng foydali ixtirosi. U tarixdagi eng zararli ixtiro hamdir. Bugungi kunda butun dunyo iqtisodi asosida pul turadi.

Ayni iqtisodiy jihatdan pulning amaliy vazifalari tayin: u mahsulot va xizmatlarning qiymatini belgilash o’lchovi, turli qiymatlardagi manbalarni ayirboshlash vositasi. Mana shu yerda pulning iqtisodiy ahamiyati

tugaydi va uning ijtimoiy ahamiyati boshlanadi. Bu ijtimoiy ahamiyat odamlarning pulga bergan ortiqcha muhimligidan kelib chiqadi. Pulning bu ahamiyatini psixologik ahamiyat deyish ham mumkin.

Biror nimaning ahamiyati o’ta oshirilsa, buning yakuniy manzili ilohiylashtirish bo’ladi. Ammo pul mana shu andozaga tushmaydigan noodatiy holat. Uni odam yuqori darajada muhim deb bilgani bilan, ilohiylashtirishgacha bormaydi (alohida sog’lom fikrlashdan og’ish hollarini hisobga olmaganda).

Pul keltirgan ofatlar haqida juda ko’p va xo’p gapirilgan. Bu mavzuni alohida yoritish shart emas. Lekin men sizga pulning eng katta zarari haqida aytib o’tishim joiz.

Pul – odamlarga turli narsalarni bir-biri bilan solishtirish imkonini beradi. Biz har qanday ikki narsani ularning narxidan kelib chiqib, taqqoslashimiz mumkin. Taqqoslash ortidan kelib chiqqan baho nisbiy va asossiz ekanini avvalgi kitobda muhokama qilgan edik.

Pulga odamlar bergan ahamiyat shu darajada kattaki, uning o’zi ahamiyat o’lchov birligiga aylanib qolgan. Biz mahsulotlarning bahosini sof iqtisodiy qiymatiga qarab emas – ularning biz uchun qanchalik muhimligiga qarab belgilaymiz. Oddiy kunda 50 mingga sotib olinadigan kiyim, muhim kunlarda 100 mingga ham olinaveradi. Oddiy kunda 50 mingga qilinadigan soch turmagi, muhim kunda 200 mingga ham qilinaveradi.

Biz “uncha muhim bo’lmagan” kasb egalariga oz haq to’lab, “o’ta muhim ish” bilan shug’ullanuvchi mutaxassislarga ko’p haq to’lashga odatlanganmiz. Vaholanki, jamiyat hayoti uchun ikki kasbning ham ahamiyati bir xil. “Muhim ish” qiluvchi me’mor bino chizmasini yaxshi chizmasa ham, “uncha muhim bo’lmagan ishni” qiluvchi loykash loyni yaxshi qormasa ham yakuniy inshoot sifati buziladi. Turli kasb egalariga to’lanadigan pul miqdori odamlar qaysi kasbning ahamayatini oshiryapti-yu, qaysilarinikini tushiryapti – yaqqol ko’rsatadi.

To’g’ri, turli kasb egalari jamiyat uchun turlicha moddiy naf keltirishadi. Bitta yaxshi mutaxassisning sifatli ishidan ko’plab odamlar naf ko’rishi mumkin. Ammo “bilim va ko’nikmalar” narxi ular keltirayotgan moddiy naf bilan emas – odamlarning ularga bergan ahamiyati bilan

o'lchanadi. Turli kasb egalari qadrini ana shunday sun'iy ahamiyat bilan o'lchashdan qancha ko'p voz kechilsa – jamiyat shuncha ravnaq topib boraveradi.

Alohida odamning u yoki bu narsaga asossiz katta ahamiyat berishi uning shaxsiy hayotida muammolar va orqaga ketishni keltirib chiqaradi. Shu tamoyilni ko'pchilikka tadbiq qilsak, ijtimoiy muhimlik kelib chiqadi. Jamiyat bir narsaning ahamiyatini sun'iy oshirib yuborsa, ana shu omil ijtimoiy rivojlanishga to'sqinlik qila boshlaydi.

Turli jamiyatlarda ijtimoiy muhimlikning turlicha ko'rinishlarini topasiz. Masalan, AQSH jamoatchiligi demokratik tamoyillariga amal qilishga o'ta katta ahamiyat beradi. Bunga ular shu darajada jiddiy kirishganki, butun dunyoni demokratlashtirishni ular insoniyat oldidagi burchi deb biladi. Yoki Shimoliy Yevropa davlatlari so'z va fikr erkinligini ta'minlashning ahamiyatini sun'iy oshirgani uchun, boshqa jamiyatlar qadriyatlarini oyoqosti qilishgacha borgan.

Lekin pulning ijtimoiy muhimligi chegara bilmaydigan holat. U barcha jamiyatlar ravnaqiga o'zmi-ko'pmi qarshilik qiladi. Bizning jamiyat ham bundan omon qolmagan.

Pulning ijtimoiy ahamiyati alohida shaxs hayotiga o'ta salbiy ta'sir qiladi. Bugun hayotdagi qadriyatlarga sergak qarashni bilmaydigan ko'pchilik odam pulni o'z maqsadlari deb biladilar. **Pul – bu maqsad emas**. U sizni **ba'zi** maqsadlarga yetkazish uchun kerak bo'lgan **vositalardan biri**, xolos.

Birinchidan, sizning har qanday maqsadingizga pul ishtirokisiz erishsa bo'ladi. Jamiyat sizga "pul bo'lsa, changalda sho'rva" deb uqtirishi mumkin. Lekin ana shu andozani qabul qilasizmi-yo'qmi – siz hal qilasiz. Afsuski, kamdan-kam odam ana shu andoza izmidan tashqariga chiqa oladi. Lekin buni qilish mumkin.

Ikkinchidan, hech bir but maqsadning yakuni pul bo'lmaydi. Sizni maqsadingizga olib boruvchi yo'llardan hammasi emas – *ba'zilari* pul orqali o'tadi. Bunda ham jamiyat sizga "puling bo'masa, qo'lingdan hech narsa kelmaydi" deb uqtirishga urinadi. Ammo bu shunchaki bir andoza.

Siz pulga nima uchun oshiqyapsiz? Axir, yakuniy maqsadingiz pul emas – ana shu pulga sotib olsa bo'ladigan narsa, ana shu pul

yordamida quriladigan farovonlik. Xo'sh, nega to'g'ridan-to'g'ri ana shu yakuniy maqsadni emas, unga olib boradigan vositani mo'ljalga olyapsiz? Bu huddi meva yegisi kelgan odamning o'sha meva turgan daraxtga olib chiquvchi narvon haqida orzu qilishiga o'xshaydi.

Bir qarashda, bu mantiqiy holatdek tuyuladi: axir, narvonga ega chiqsa, daraxtga chiqib, mevani olish nima bo'libdi? Ammo bunda bir narsani hisobga olish zarur – daraxtga chiqish yo'llari juda ko'p, narvon yordamida chiqish ulardan biri, xolos. Hamma ana shu umumqabul qilingan vositani tanlaydi. Yakuniy maqsadni emas, unga borar vositani ko'zlagan odam o'zini yakuniy maqsadga olib boruvchi *cheksiz ko'p yo'llardan istaganini tanlash erkinligidan* mahrum qiladi.

Ba'zilar narvon topa bilmaganlaridan, mevaga erishish usuli sifatida boltani tanlaydilar. Bunday odamlar o'z istaklari uchun javobgarlikni olishdan qo'rqadigan ojizlardir. Ular daraxtni yiqitib, mevaga ega chiqadilar. Ammo bunda qancha zarar bor – maqsadlari yo'lida boshqalarga zarar yetkazganlar jazosi o'zi bilan.

O'z maqsadini to'g'ri bilgan va ahdini mustahkam qilgan odam uchun vositalar ahamiyatsiz. U ahd kuchi unga istagan maqsadiga erishish imkonini berishini biladi. U shubhalardan holi ahd bilan daraxt tomon yuradi – eng shirin va yetilgan meva esa shamol zarbidan o'zi uning qo'liga kelib tushadi. Ana bunda narvon qayerda qoldi-yu, bolta qayerda qoldi.

O'z maqsadlariga (haqiqiy maqsadlariga) intilib, erishganlar hayotiga e'tibor bersangiz, ular hech qachon maqsadga olib boruvchi vositalarning ortidan quvmagan. Eng qizig'i, ularning juda ko'pchiligi o'z maqsadlariga pul ishtirokisiz erishgan.

Ijtimoiy andozalar pulni "g'oliblarga" atalgan "gulchambar" deb ulug'lashdan tinmaydi. Ana shu soxta gulchambar ortidan quvganlar gulchambar taqish obro'sini his etadilar-u, g'oliblik baxtini his etmaydilar. Gulchambarlaridan zerikkan kuni ular asl maqsadlari boshqa ekanini eslaydilar va qilingan shuncha harakatga achinadilar.

Jamiyatni adolatsizlikda ayblashdan oldin har birimiz pulning ahamiyatini qanchalik yuqori qo'yayotganimizni eslaylik. Axir, jamiyat siz va bizga o'xshagan odamlardan iborat. Uning tarkibida asl qadriyatlarni

ham pulda o’lchaydiganlar qancha kam bo’lsa – jamiyat hayoti shuncha farovon bo’ladi.

Siz jamiyatni qayta tarbiyalay olmaysiz – lekin sizning ana shu jamiyat andozalaridan erkin yashash qudratingiz bor.

Maqsaddan maqsad

Muhimlik hayot va odamlar bilan oldi-berdilarimizni chigallashtiribgina qolmay, maqsadlarimizga erishishimizda qarshilik qiladi. Bunda muhimlik shunchalik yashirin namoyon bo’ladiki, biz uni hatto payqamay qolamiz. **Biz o’zimiz bilmagan holda maqsadning ahamiyatini oshirib yuboramiz**.

Maqsadga o’ta muhim qarash juda ko’p muammolarni keltirib chiqaradi. Eng qizig’i, ana shu muammolar maqsadga erishishni qiyinlashtiradi. Ya’ni bizning maqsadga erishishga o’ta jiddiy kirishishimiz maqsadga erishishni orqaga suradi.

Avvalo, maqsad ahamiyatini oshirish unga tez erishish istagini paydo qiladi. Manzilga shoshilgan odam esa doim kech qoladi. Biz muhim deb hisoblagan niyatlarimizga olib boradigan eng qisqa yo’llarni izlaymiz. Ammo juda ko’p hollarda bu qisqa yo’llar noto’g’ri bo’lib chiqadi.

Maqsad ahamiyatini yuqori biladiganlar o’zlariga “natija har qanday vositani oqlaydi” kabi shior tanlaydilar. Bu maqsadga intilishda har qanday (shu jumladan buzg’unchi) usullardan foydalanish ham mumkin – asosiysi niyatga erishilsa bo’ldi degani. Bu shaxsiy muhimlik tuyg’usidan dalolat. Faqat hudbin odamgina ana shunday tamoyilda ish tutishi mumkin.

O’z maqsadini o’ta muhim hisoblagan odam ba’zida uning uchun qurbonliklar ketiradi. Buni kimdir bilmay qilsa, boshqalar o’zlari anglagan holda qiladilar. Kimdir muhim hisoblagan maqsadiga intilib, oilasiga yetarlicha mehr bera olmayotganini sezmay qolsa, kimdir niyatiga erishish uchun atayin kimningdir mehridan voz kechadi. Eng achinarlisi, qurbonlik keltirmasdan hech bir maqsadga erishib bo’lmasligiga ishonganlar bor.

Ammo faqat puch va yot maqsadlarga erishish qurbonlik talab etadi. Puch maqsad o'z tabiatiga ko'ra buzg'unchi va u ma'lum zarar yetkazmasdan amalga oshmaydi. Yot maqsadning badali esa tayin: boshqalar maqsadi ortidan quvish uchun, odam o'z maqsadlaridan kechishi lozim.

Agar siz erta yoki indin keladigan natija uchun bugungi xotirjamligingizni qurbon qilayotgan bo'lsangiz – demak siz maqsadingizga o'ta katta ahamiyat beryapsiz. Agar intilayotgan maqsad natijasi sizga emas, kimgadir kerak bo'lsa – demak siz birovning maqsadini o'ta muhim hisoblayapsiz.

Puch maqsadga ko'ngil intilmaydi. Shuning uchun odam unga o'z ixtiyori bilan e'tibor qaratmaydi. Aql bu maqsadni sun'iy ahamiyat bo'yog'iga bo'yab ko'rsatgani uchungina, biz uni jiddiy qabul qilamiz va unga erishish uchun hayotiy quvvatimizni sarflaymiz.

Muhimlik niqobi ostidagi puch maqsadni fosh qilish uchun uning ana shu niqobini yechib tashlash lozim. Buning uchun maqsaddan maqsadingiz nima ekanini aniqlab, ana shu yakuniy maqsadga bo'lgan ehtiyojni yo'q deb tasavvur qilish kifoya.

Masalan, men bir qizning e'tiborini o'zimga qaratish uchun katta lavozimni egallamoqchiman. Bu men uchun puch maqsad – ammo maqsadning muhimligi uning puch ekanligini ko'ra bilishga imkon bermaydi. Endi men o'sha qiz menga shundoq ham e'tibor berayotganini tasavvur qildim deylik. Bunda endi katta lavozimga erishish maqsadi o'z ahamiyatini yo'qotadi va u puch ekanligi ochilib qoladi.

Begona maqsadning ham aslida yot ekanini ahamiyat niqobi yashirib turadi. Aytaylik, oilada er o'z xotinining chiroyli liboslarga bo'lgan ehtiyojlarini qondirish uchun kattaroq lavozimga intilyapti. Ayol eriga bu maqsadni muhimlik niqobi ostida ko'rsatadi: "dadasi, men chiroyli kiyinsam, sizning do'st-yorlaringiz oldida yuzingiz yorug' bo'ladi". Agar er o'zini do'st-yorlari yo'q odam deb tasavvur qilsa, aslida bu maqsad unga emas – ayoliga kerak ekani oshkor bo'lib qoladi.

Puch yoki yot maqsad yo'lida odam boshqalar manfaatiga qarshi ish qilishi, kimlar bilandir ziddiyatga borishi mumkin. Yoqtirgan qizining

e'tibori yoki do'st-yorlari oldidagi "obro'si" uchun harakat qilgan odam kerakli lavozimni olish uchun boshqa da'vogarlar bilan ziddiyatga boradi.

Endi, aytaylik, men shunchaki iqtidorlarimni namoyon qilish uchun yoki sevgan ishim bilan mashg'ul bo'lish uchun o'sha lavozimga intilyapman. Oila boshlig'i ham o'zi va yaqinlarining farovonligini ta'minlash uchun shu lavozimni egallamoqchi deylik. Bu holatda maqsad but bo'ladi va uning yo'lida kishi kimgadir qarshi borishi, buzg'unchi ishlar qilishi qiyin.

Baxtga qarshi, ba'zida aql ko'ngil istagidan kelib chiqqan maqsadlarni ham muhimlik libosiga o'rab qo'yadi. Bunda odam o'z ko'ngli istagiga erishishni muhim bilib, ko'ngil xotirjamligidan mahrum bo'ladi.

Muhimlik maqsadga boradigan yo'lni uzaytiradi yoki umuman maqsadga qarshilik qiladi. Men istagan lavozimimga erishishga qancha jiddiy kirishsam va bunga qancha katta ahamiyat bersam – bunga erishishim shuncha qiyin kechadi. Muhimlik sabab, ishga olish suhbatiga shoshilaman va yo'lda biror hodisa ro'y beradi. Muhimlik sabab suhbatda hayajonlanaman va bilganlarim ham esimdan chiqib qoladi. Lavozimga ega chiqdim ham deylik – endi muhimlik meni shu lavozimdan ayrilib qolishdan qo'rqishimga sabab bo'ladi va o'z o'rnimni saqlab qolish uchun ahmoqliklar (va ba'zida pastkashliklar) qilaman.

Yuqoridagi misol but maqsad muhimlik bois puch maqsadga aylangan holat. Bunda odam o'z maqsadiga intilish jarayonida ham, niyatiga erishgandan keyin ham uning ko'ngli xotirjam bo'lmaydi.

Maqsad muhimligini oshirish niyat qilgan odamga ham, uning atrofidagilarga ham katta zarar yetkazishi mumkin. O'z maqsadiga o'ta jiddiy kirishgan odam o'z hayotiy quvvatini sarflabgina qolmay, yaqinlari, hamkasblari yoki do'stlarini ham bu maqsadga jalb qiladilar. Siz yot maqsadlardan halos bo'lishni istaysiz – shunday ekan, o'zingiz ham boshqalarga o'z maqsadingizni o'tkazishga urunmang. Bu bilan siz ular o'z maqsadlaridan chalg'ishlari yoki ularni sizning maqsadingiz uchun qurbon qilishlariga sabab bo'lasiz. Bu hudbinlikdan boshqa narsa emas.

Xo'sh, maqsadlarimizni muhimlik changalidan saqlab qolish uchun nima qilish kerak? Buning siri juda oddiy: **har qanday maqsadimizdan**

maqsad ko'ngil xotirjamligi ekanini esda tutish lozim. Bu bizga but maqsadlarimiz muhimlik sabab puch maqsadga aylanib qolishining oldini olishga imkon beradi.

Maqsadga erishishning muhimligini tushirishning yana bir samarali usuli bor. Maqsadga intilishda unga erisholmay qolish holatini tasavvur qilib, buni qabul qilish lozim. Aytaylik, men o'zim istagan lavozimga intilyapman. Ammo men ana shu lavozimga erishmasligim mumkinligini ham inkor qilmayman. Shunday bo'lib qolsa ham, men hech narsa yo'qotmasligimni tushunaman.

Maqsad muhimligini davolash uchun quyidagi tamoyilni qabul qilgan foydali: **maqsadga erishish ham, erishmaslik ham yutuq**. Maqsadga erishsangiz, tajribaga va natijaga ega bo'lasiz. Maqsadga erishmasangiz ham tajriba va boshqa maqsadga intilish yoki shu maqsadga boshqa usulda yondashish imkoniga ega bo'lasiz. Asosiysi, maqsadga intilishda siz o'zingiz yoki boshqalarni ko'ngil xotirjamligidan ayirmang. Bunday qilishga hech bir maqsad arzimaydi.

Aynan sizniki bo'lgan but maqsadning ahamiyatini oshirmasangiz – siz albatta unga erishasiz. Bu muhimlikdan holi ish tutganingiz uchun beriladigan mukofot.

CHORSHANBA

Kemtiklar

Mol achchig’i – jon achchig’i

Bozor borodi qizgina
Do’ppi olodi qizgina
Noz-u karashmalar bilan
Do’ppi kiyodi qizgina

(O’zbek xalq laparidan)

Bizga mustaqillik ko’p narsa berdi. Bu mening oddiy fuqaro sifatidagi fikrim. Mana shaxdam qadamlar bilan bozor iqtisodiyotiga o’tayapmiz, xususiy mulkka ega bo’lish manfaatlaridan to’liq foydalanyapmiz. Mehnat qilyapmiz va boyimoqdamiz.

Ammo xususiy mulkka ega bo’lish erkinligi ortidan odamlarda o’ziga xos kasallik ham shakllanyapti. Molparastlik – zamonamizning eng kulgili kasalligi. Bu kasallik unchalik xavfli emas – lekin chindan ham juda kulgili.

Odamlarda birdan yashab turgan uyidan, kiyib yurgan kiyimidan – egalik qilayotgan mulklaridan qoniqmaslik hissi paydo bo’lyapti. Mudom yangi narsa sotib olish, uyni qayta ta’mirlash, mashinani yangilash – bugungi odamning ehtiyoji cheksiz. Lekin bu ehtiyojlarning hammasi ham asosli emas – ularning aksari odamning moddiy ilinjlarini emas, psixologik komplekslarini qoplash uchun paydo bo’layotgani achinarli. Molparastlikning jismoniy yoki ruhiy bo’lmasa ham – aqliy kasallik ekaniga mana shuning o’zi isbot.

Albatta, iqtisodiy nuqtai nazardan iste’mol qancha ko’p bo’lsa – shuncha yaxshi. Chunki kimdir sarflagan har bir so’m kimningdir cho’ntagiga daromad bo’lib tushadi. Ammo buning bir og’ir badali bor – tinimsiz oshib borayotgan iste’mol milliy pul qadrini tushuraveradi. Hammamiz ko’p noliydigan inflatsiya (pulning harid quvvati tushishi ortidan narxlarning oshishi) o’zimizning xatti-harakatlarimiz natijasi.

Mayli, iqtisodiy nazariya haqida ham ko’p qiziq narsa aytishim mumkinligiga qaramay, asosiy mavzudan uzoqlashmaylik.

Molparastlik bugungi kunda juda g’alati ko’rinishda namoyon bo’lyapti. Odamlar *sifatliroq* narsalarga emas – ko’proq narsalarga ega bo’lishga intilishyapti. Buni molparastlik deb ham atab bo’lmaydi. Masalan, ayollarning sifatli va bejirim matoni bozorda ko’rib qolsa, olmasdan ketmasligi – sof holdagi molparastlik. Bunday sifatparast molparastlik o’zini oqlaydi – chunki mahsulot unga egalik qilishni kuchli xohlashga **loyiq**.

Men bugungi odamlardagi molparastlikni *iste’molchi kompleksi* deb atagan bo’lardim. Biz hammamiz shu kompleksga chalinganmiz. Ammo ba’zilarda bu kompleks shu darajada o’sib ketganki, ular haftada bir bozorga borib yangi narsa olib turmasa, o’zini qo’yarga joy topa olmay qoladi.

Bu kompleks shunchalik gullab-yashnashida birgina sohaning hissasi katta. Bu – reklama sanoati. Biz bir kunda bizni mahsulot va xizmatlarni iste’mol qilishga undovchi ma’lumotlarga shunchalik ko’p duch kelamizki, bundan omon qolish qiyin. Bunday ta’sir ostida har qanday odam sergaklikni yo’qotib, iste’molchi kompleksiga berilib ketishi mumkin.

Mayli, reklama sohasi vakillari hafa bo’lmay turib, tanganing boshqa tomonini ham ko’rsatay. Gap shundaki, odam psixologiyasida ba’zida shunday kemtik paydo bo’ladiki, u iste’molchi kompleksi rivojlanishiga asos bo’ladi.

Bu kemtik – o’ziga xos xato tushuncha, noto’g’ri nisbiy haqiqat. **Odamlar o’zlari bilmagan holda bu dunyodagi o’rinlarini o’zlari egalik qilgan mol-mulk bilan o’lchashadi**. Ya’ni qancha ko’p narsaga egalik qilsam, dunyodagi va jamiyatdagi o’rnim shuncha katta, shuncha muhimman, kerakliman.

Zamon jadallashgani sayin, bizdagi raqobatga intilish kuchaymoqda. Biz hayotdagi o’rinimiz uchun, moddiy farovonligimiz uchun – afsuski, baxtimiz uchun ham mudom kimlar bilandir bellashamiz. Raqobat nafaqat o’qish va ishda – hayot tarzimizda, maqsadlarimizda, baxtimizni topishda ham asosiy yoqilg’i bo’lib xizmat qiladi.

Raqobatni “taraqqiyot asosi” deydiganlar mutlaqo haq. Aynan raqobat bosimi ostida odamlar samaraliroq, foydaliroq, tejamkorroq usullarni yaratadilar. Ammo har qanday qozon qaynashi uchun, o’choqqa o’tin solish kerak. Raqobat taraqqiyot qozonini odamlarning shaxsiy baxtini o’tin kabi yoqib qaynatadi. Biz esa qozonimiz qo’shnimiznikidan yaxshiroq qaynayotganidan xursandmiz.

Kompleks ta’siriga tushgan odamlar birgina haqiqatni esdan chiqarishgan. Buni hamma biladi. Eng qizig’i – bu haqida juda ko’p gapiriladi. Xudo hammani o’z rizqi bilan yaratgan degan gapni ko’p aytamiz. Sergak tortib, ana shu jumladagi **o’z rizqi** iborasiga qarang.

Siz faqat siz uchun atalgan rizq, manfaat, mol-mulk bilan yaratilgansiz (nahotki, rizq haqida tinimsiz takrorlaydigan gaplaringizga o’zingiz ishonmasangiz?) Sizning baxtingiz – birgina sizga atalgan, uni hech kim olib qo’ymaydi, ilib ketmaydi, yeb qo’ymaydi.

Siz egalik qilayotgan narsalarning juda ko’pchiligi – aslida sizniki emas. Hayotdagi o’rningiz va qadringizni siz egalik qilgan mol-mulk belgilamaydi. Agar shunday bo’lganda edi, oddiygina yong’in tufayli bor mulkidan ayrilgan odam insoniylik qadrini yo’qotardi.

Aksincha – juda ko’p hollarda katta mol-mulk odamning shaxsiy kuchini kamaytiradi, uni ma’nan tubanlashishiga, inson sifatida qadrsizlanishiga olib keladi.

Oldingizga qo’yayotgan maqsadlaringiz orasidan molparastlik sabab kelib chiqqanlarini aniqlash va ulardan halos bo’lish payti keldi. Molparastlik aytgan maqsadlar – puch maqsaddir, puch maqsad esa baxtga olib bormasligini siz yaxshi bilasiz.

Iste’molchi kompleksi sizni erkinlikdan ayiradi. Siz raqobat va reklama quliga aylanasiz. Juda ko’p hollarda bu kompleks odamni yot maqsadlarga intilishga undaydi. Uyingizdagi ikki yillik ta’mirni yangilash – sizga emas, bu tadbirdan daromad qiladiganlarga kerak. But-butun kiyimdan voz kechib, yangisini sotib olish sizga emas – moda orqali sizning cho’ntagingizga ko’z tikkanlarga kerak. Bozordagi tabiiy toza mahsulotni emas, oynavand do’konlarning peshtaxtasidagi suvqog’ozga o’ralgan qimmatroq chala yemishlarni sotib olish – sizga emas, katta supermarketlarda harid qilish obro’ ekaniga sizni asossiz ishontirib,

pulingiz evaziga sizga zararli yemak va soxta faxr hissini berayotgan do’kondorlarga kerak.

Albatta, Xudo sizni bus-butun rizq bilan yaratadi va boshqalar uni olib qo’ya olmaydi – ammo siz o’zingiz ana shu rizqni boshqalarga berib yuborishingiz mumkin. Iste’molchi kompleksi bunda o’sha boshqalarga beminnat xizmat qiladi. Undan halos bo’lib, siz shaxsiy rivojlanishda ildamlaysiz va moddiy farovonlikka erishasiz.

Kattaroq rizqni talab qilib, hayot bilan olishgan bilan hech nima o’zgarmaydi. Lekin bizga o’lchab berilgan rizqdan sergaklik bilan, o’z o’rnida foydalanish turmushimizda ko’p narsani o’zgartirishi tayin.

Hayot bizga taqdim etayotgan ne’matlar va imkoniyatlarni ko’ra bilmaslik – qadriga yetmaslik o’z navbatida boshqa kemtiklarni keltirib chiqaradi. Ular haqida endi suhbatlashamiz.

Ming tilla yubor

Onamning nasihati:

- O’g’lim, doim erta turib, kirish eshigingni ochib qo’ygin.
- Nega, ayajon?
- Chunki har kun saharda Xizr buva kelib, eshigi ochiq xonadonlarga nazar soladi.
- Shunaqa eskicha odatlarga haliyam amal qilasiz-a? Xizr buva nazar solsa nima bo’ladi?
- Eskicha odatmas bu, bolam – bu doimiy odat. Sen bu udumlarning sababini bilmasang – ular eskirgan degani emas. Xizr buvaning nazari tushgan uyda baraka bo’ladi, bolam.
- Aya, qishloqda hamma erta sahar eshigini ochib qo’yadi – ba’zilar umuman darvozasini kechasiga ham qulflamaydi-yu. Nega unda hammaning uyi barakalimas?
- Ha bolam-a, hamma narsaga mantiqan qaraysan-a?
- Rostdanam, nimaga Xizr buva hamma ochiq eshiklarga baraka kiritmaydi?

- Xizr buva ochiq eshikdan sekin qaraydi: agar xo’jalik ozoda, tartibli bo’lsa, baraka nafasini urib ketadi. Agar uy ivirsigan, qarovsiz bo’lsa – Xizr buva xo’rsinib ketadi, bolam.

- Demak, hovlimizni toza tutsak, u chiroyli ko’ringani uchun Xizr buva bizga baraka berib ketarkan-da?

- Ha, bolam – tartibli tutilgan uy har kimni ko’zini quvontiradi. Lekin asosiy sababi undamas. Xonadon pokiza va saramjon tutilgani – uy egalari o’z mulklarining qadriga yetishadi degani. Ularga ko’proq baraka berilsa, ular buni ham qadriga yetadi. Qarovsiz uy egalari esa shundoq ham qo’llaridagi mulkni qadrlamaydilar – ularga yana nimadir berish uvol...

Bu suhbat meni milliy udumlarimizga boshqacha qarashga majbur qilgan. Shukrona keltirish deganda nimani tushunish kerakligini o’rgatgan.

Noshukrlik – barchamizda bolalikdan shakllanadigan odat. Men noshukrlik deganda odam qo’lida bor narsaga qanoat qilmasligini emas – odam o’z mulkining qadriga yetmasligini nazarda tutyapman.

Mana, yosh bola o’yinchoq o’ynab o’tiribdi. Lekin bir mahal u qo’shni bolaning qo’lida kattaroq o’yinchoqni ko’rib qoldi. Shunda u oyisi yoniga yugurib borib, unga ham ana shunaqa o’yinchoq olib berishni so’radi. Oyisi rozi bo’ldi – faqat ungacha o’zining kichikroq o’yinchog’ini o’ynab turishni so’radi. Lekin bola qovoq-tumshuq qildi-da, qo’lidagi o’yinchoqni yerga tashlab, arazladi.

Bu bolaning injiqligidan zarar juda oz: bola-da nima bo’lsa ham. Ammo har birimizning ichimizda ana shunday bola yashaydi. Biz katta bo’lgandan keyin ham istaklarimizga talpinib, qo’limizda bor narsalarning qadriga yetmaymiz.

Agar bolangiz siz olib bergan o’yinchoqni avaylab o’ynamasa, qadriga yetmasa – unga yana ham kattaroq o’yinchoq olib berishga ishtiyoqingiz bo’larmidi? Yo’q albatta. Mana siz, katta narsalarni havas qila turib, qo’lingizdagi kichikroq narsani qadrlamayapsiz. Xo’sh – hayot sizga o’sha kattaroq narsalarni berishni xohlarmikan?

Havas va hasad tushunchalari o’rtasida juda nozik farq bor. Ularning ikkisini ajratish ba’zida juda qiyin. Lekin ular o’rtasidagi farq

juda oddiy: havas qilganimizda biz kimningdir kuchli tomonini ko'rib, o'sha odam uchun xursand bo'lamiz; hasad qilganda esa kimningdir kuchli tomonini ko'rib, biz o'zimiz uchun hafa bo'lamiz. Bor yo'g'i shu.

Hasad, tabiiyki, taqqoslashdan kelib chiqadi. Siz kimningdir yutug'ini sizda shu yutuq yo'qligiga yoki sizda shunga zid kamchilik borligiga solishtirasiz. Buning natijasida sizdagi kompleks bir loyqalanib oladi. Va siz noliysiz.

Noshukrlikning kasri eng avvalo odamning o'ziga uradi. Bu o'ziga xos yebto'ymaslikka o'xshaydi. Ammo ochko'z odamning ovqat yeyishda chegarasi bo'ladi – ming ochko'z bo'lmasin, ma'lum miqdorda ovqat yegach, u to'yganini sezadi. Ammo noshukrlik – bu jismoniy emas, psixologik (aqliy) ochko'zlik. U odamning komplekslari-yu muhimligini boqish bilan ovora bo'ladi. O'n qop tillasi bor noshukrni yuz qop tilla bilan ham shukrona keltirishga undash qiyin.

Yaratgan u bergan rizqni ko'ra turib, noshukrlik qilgan bandasiga kattaroq rizq bermaydi. Chunki bunday odam har qancha katta rizqni ham qadrlay bilmasligini yaxshi biladi.

Bizga berilgan ne'matlarni qadrlay bilmaslik orasida eng katta xato – o'zimizning qadrimizni bilmasligimizdir. O'zimizni borimizcha qabul qila olmasligimiz, yaxshi ko'ra olmasligimiz – eng katta noshukrlik. O'zida turli komplekslarni yoki aybdorlik tuyg'usini rivojlantirib yuborgan ba'zi odamlar suiqasd haqida o'ylab, ularga berilgan hayot uchun noshukrlik qiladilar. O'ylaymanki, siz bunchalikka bormagansiz.

Noshukrlikning davosi – shartsiz orzu qilishdir. Ya'ni orzuga erishish uchun emas – orzu qilish jarayonidan rohatlanish uchun orzu qilish. Mana sizga noshukr odamning orzu qilish tartibi:

"Qaniydi, Karibdagi biror orol sohilida o'zimni oftobga solib yotsam. Juda mazza bo'lardi-da" – bu jarayonning sof orzu qismi, unda odamning ko'zlari yumilgan, tanasi bo'shashgan, chexrasi ochiq bo'ladi. Undan keyin keladigan fikr: "Buning uchun pulim bo'lishi kerak-da" – bu shart qismi, ya'ni orzuga erishish uchun qanday shart bajarilishi kerak. Tamom, orzu mana shu yerda tugaydi. Odamning yuzi darrov jiddiylashadi, tana muskullari taranglashadi, aql o'z ishini boshlaydi. Keyingi fikr: "Xo'sh, pulni qayerdan olsa bo'ladi? Undoq qilsammikan,

bundoq qilsammikan?..” – bunisi endi reja qismi. Bunda orzuning hidi ham qolmaydi, odam endi aqliy faoliyat bilan band (foydasiz aqliy faoliyat bilan). Oxirgi fikr: “Har yo’liga qilsam ham, kerakli pulni topa olmas ekanman. Esizgina, kinolarda ko’rgan joylarimni ko’rish nasib qilmas ekan-da...” – bu orzuning dafn marosimi, uni chuqur qabrga ko’mib, ustiga armon toshi qo’yiladi.

Mana bunisi rostdan ham Yaratganning cheksiz marhamatiga ishongan, uning qudratiga shubha qilmagan odamning orzu qilishi:

“Dengiz bo’yida mazza qilib oftobda toblansam. Yaqinlarim ham yonimda bo’lsa. Ha nima – Xudo beraman desa, beraveradi. Mana, ishlarim yaxshi ketyapti, topishim yomonmas. Shu paytgacha ko’p niyatlarimga erishdim. Bir kun kelib, dengiz bo’yiga ham boramiz-da, Xudo xohlasa. O’sha kunlarga o’zi yetkazsin, iloyim...”

Bu odamning butun orzu qilish jarayonida yuzidan tabassum ketmaydi. Orzu qilayotgandayoq huddi niyatiga erishgandek dili yayraydi. Bunga qanday erishadi, buning uchun nimalar qilish kerak – bu uni qiziqtirmaydi. Unga orzu qilishing o’zi yetarli. U atrof-dunyoga o’z orzusini qush kabi uchirib yuboradi: agar ahdi mustahkam bo’lsa, bir kuni orzusi uning oldiga o’z ro’yobini boshlab keladi.

O’zingiz o’ylab ko’ring: orzuni avval boshidayoq armonga aylantirib, ko’mib tashlagandan ko’ra, uni erkin qo’yib yuborgan yaxshi emasmi? Aytaylik, siz shaharning bir nuqtasidan boshqa nuqtasiga bormoqchisiz. Aynan siz bilgan yo’l ta’mirlash va’ji bilan to’sib qo’yilgani sababli siz yo’lga chiqishdan voz kechdingiz. Lekin sizni ko’zlagan manzilingizga olib boradigan yo’llar soni cheksiz – ularning hammasini siz bilishingiz shart emas, yo’l o’zi sizni olib boradi.

Huddi shunday, sizdan orzu qilish va harakatlanish talab etiladi, xolos. Istagingizga sizni aynan qaysi yo’llar bilan va qaysi vositalar yordamida yetkazishni siz Xudoga ishonib topshiring. Toki U orzuyingizga siz bilmagan va hayolingizga ham keltirmagan qisqa va zavqli yo’llardan olib borsin. Faqat maqsadingizga erishganingizda shukrona keltirishni unutmang.

Men ham siz bilan suhbat qurib, ko’nglim istagiga erishishim uchun imkon bergan Yaratganga shukrlar aytaman. Menga sizdek suhbatdoshlarni berganiga shukr. Boringizga shukr.

Mahallada duv-duv gap

Yo’qdan bor bo’lmas

(fizika qonuni)

Bugungi kunning eng katta muammolaridan biri – isrofgarchilik. Bu ofat bir oila iqtisodidan tortib, butun sayyora darajasigacha yuqib ulgurgan. Hammamiz bugun iste’molchilarmiz. Ammo, afsuski, sergak iste’molchilar emasmiz.

Bir yilda dunyoda sayyora aholisini bir necha yil boqishga yetadigan oziq-ovqat mollari yetishtiriladi. Lekin yer yuzida bir yarim milliard odam ochlikdan aziyat chekadi. Xo’sh, shuncha mahsulot qayerga ketyapti?

Javobi juda oddiy. Shuncha mahsulot odamlarning qorni to’yishi uchun emas – muhimligi to’yishi uchun sarflanmoqda. Ne’matlar odamlarning jismoniy ehtiyojlari uchun emas, psixologik ilinjlari uchun isrof qilinmoqda.

Shaharning nomdor bir boyi to’y qildi, markazdagi restoranda bazm uyushtirdi. Ikki ming kishini to’ydirishga yetadigan ne’matlar bilan ikki yuz kishini siyladi. Ammo natija ham shunga yarasha bo’ldi – bu to’y haqida ikki million kishi eshitdi va ikki yilgacha gapirib yurdi. Boy o’z nomini oqladi – hech kimdan tili qisiq bo’lmadi. Uning muhim odam ekaniga nafaqat o’zi – balki to’ydagi mehmonlar-u, bu bazm ovozasini eshitganlar ham tan berdi.

O’zbegimning to’y odatlari asrlar davomida sayqallanib kelgan. Oiladagi quvonchni hamma bilan baham ko’rish istagidan kelib chiqadi bu qadriyat. Shuning uchun o’zbek to’y qilsa, elga dasturxon yozib, osh tarqatadi. Bunda to’y bahona har xil beva-bechoralarning qorni to’yadi – to’y egasi savob oladi.

Endi zamon boshqacha. Hozir biz to’ylarni savob olish uchun emas – qatordan qolmaslik uchun, past ketmaslik uchun, o’zimizni ko’rsatib qo’yish uchun qilamiz. To’y marosimlarini o’tkazish butun bir sanoat sohasiga aylanib qolgan – unga katta-katta sarmoyalar kiritilmoqda. Shaharlar qolib, qishloqlarda butun xalqqa tatishi kerak bo’lgan quvonchni tanlangan mehmonlar doirasida qamab oluvchi to’yxonalar qurilmoqda. Ular katta pulga ijaraga berilmoqda. O’zbek o’zligidan kechish uchun katta pul sarflamoqda.

O’g’ri-yu firibgarlarni hisobga olmaganda, bu pullarni odamlar yillar davomida mehnat qilib topadi. Uch-to’rt kunlik to’yning tashvishi bir necha oy oldin boshlanadi – uning asorati bir necha oyga cho’ziladi. Odamlarni o’z ixtiyorlari bilan o’zlarini shunday tashvishlarga duchor etishga nima majbur qilyapti ekan?

Birinchi navbatda – muhimlik. Bugun to’y-xashamlarni “kerakli” darajada o’tkazish katta ahamiyatga ega. Odamlardan so’rasang, to’y o’sha “kerakli” darajada o’tmasa, naqd isnodga qolishini aytadi. Eng yomoni – o’sha “kerakli” daraja hech o’sishdan to’xtamaydi. Bugun to’y kerakli darajada o’tdi deyish uchun dasturxonda o’n xil ne’mat bo’lishi kutilsa – ertaga o’n besh xildan kam taom qo’yilgan dasturxonga ba’zi mehmonlar ensasi qotib qaraydi.

Juda tanqidni oshirib yubordimmi sizningcha? Atrofingizga bir sergak nazar tashlang. Muhimlik qanday barzangi boylarni ham qaddini tashvish yuki ostida egib qo’yayotganini ko’rasiz. To’g’ri – har kimning orzu-havasi bor. Lekin qanday qilib 200-300 kishini restoranga taklif qilib, ularni o’nlab taomlar bilan siylab, qolganini isrof qilishni havas qilish mumkin?

Bunday bazmlarning inson salomatligiga zarari haqida aytmay qo’ya qolay. “Ha, Polvonboy aka, to’y qalay o’tyapti?” - “Zo’r. O’tgan to’yda dasturxonga o’n xil ovqat tortuvdik. Ba’zi mehmonlar shuncha narsani yeb, kamiga sal ortiqcha gap qilib ketuvdi. Ha bu safar yigirma xil ovqat qildik – bir mehmonlar bo’kib o’lsin...” (bu sizga qaysidir latifani eslatmayaptimi?)

Ba’zida bu kabi isrofgarchilikka odamlarning ma’naviy ilmsizligi sabab bo’ladi. Katta boylikka birdaniga erishgan, katta davlatga ega bo’lishning mas’uliyatlari haqida bilmagan odamlar to’ylariga borib

ko’ring. O’zbekning bunga gapi juda oddiy va lo’nda: ko’rmaganning ko’rgani qursin.

Boylik – odamning muhimligini keskin oshiradigan narsa. Albatta, ba’zida boyligi ortidan shaxsiy muhimligi oshib ketmagan sergak odamlar ham uchraydi. Ammo bundaylar juda kam. Islomda zakot bekorga farz qilinmagan. Uning vazifasi odam o’z ehtiyojlaridan ortiqcha mulkni qo’lida tutib turmasligini ta’minlash aslida. Bunda ikki juda bunyodkor natija ko’zda tutilgan: birinchidan, ortiqcha mulk to’planmasa, odamning shaxsiy muhimligi oshmaydi va u kamtarligini saqlaydi; ikkinchidan, bu bilan moddiy boyliklar odamlar o’rtasida teng taqsimlanishiga erishiladi. Agar ko’pchilik zakot kabi oddiy va samarali udumning asl maqsadini tushunganda – yer yuzida shuncha ne’mat isrof bo’lib, shuncha odam och qolmasdi.

Mavzudan chetlashib bo’lsa ham, shu orada men Islom farzlari haqida o’z qarashlarimni o’rtoqlashmoqchi edim. E’tiqod borasidagi fikrlar juda nozik masala: lekin shunday bo’lsa ham bu haqida aytib o’tay.

Menimcha, Islomning besh farzi o’z ma’naviy qudratidan tashqari moddiy natijalarni ham ko’zlagan. Bu odamning shaxsiy o’sishi uchun aniq amaliy ko’rsatmalar aslida.

Imon – eng chuqur falsafali farz. U odam e’tiqodi asosini belgilaydi. Ulug’ Yaratuvchi qudratini va uning borligini bilish yotadi bu farz ortida. Imon – Xudo borligiga ishonish emas, buni bilishdir. Bu farz insonga shubhalardan holi yashashni, e’tiqodda mustahkam turishni, fikrlashda sergak bo’lishni o’rgatadi.

Namoz – odamni faol turmush tarzi va ozodalikka o’rgatadigan farz. Bir kunda besh marta jismoniy faollik qilish va o’z tanasini ozoda tutish sog’likni mustahkam saqlash uchun yetarli. Shuningdek, namoz odamga o’z qalbiga quloq solishni, aqlni tinchlantirishni, tana va ruhni muvozanatga qaytarishni o’rgatadi. Namoz – Yaratgan bilan o’ziga xos suhbat, unda faqat qalb ishtirok etishi, aql o’z manfaatlari bilan bunga aralashmasligi kerak. Namoz insonda fikrni bir joyga jamlash qobiliyatini o’stiradi. Bundan tashqari, namoz odamda ahd va iroda kuchini tarbiyalaydi.

Zakot – jamiyatning iqtisodiy barqarorligini ta'minlovchi farz. Avval aytilgandek, u moddiy boyliklar alohida odamlar qo'lida jamlanib, qolganlar nochor qolmasligini ta'minlaydi. Va albatta, mulki oshgan odamning shaxsiyati buzilishining oldini oladi.

Ro'za – inson sog'ligi va irodasini tarbiyalovchi farz. Organizmni ochlik va chanqoq vositasida tozalash ko'plab doimiy kasalliklarni bartaraf etishini dunyo tibbiyoti tan olib bo'lgan. Lekin ro'za tutishning men yoqtirgan bir jihati – u sergaklikni oshirishidir. Ro'za tutgan odam kun davomida sergak yurishi kerak, aks holda u bilmasdan biror nima yeb yoki ichib qo'yadi. Bundan tashqari, ro'za meyorni saqlash odatini o'rgatadi.

Va albatta, haj safari. Bu farzning ham amaliy maqsadi ko'p. Avvalo, o'zbek maqoli bilan aytganda, musofir bo'lmaguncha, musulmon bo'lmaysan. Safarga chiqish odamning shaxsiy rivojlanishiga ko'p jihatdan hissa qo'shadi. U boshqa millatlar, madaniyatlar va boshqacha yashash tarzi bilan tanishadi, dunyoqarashi kengayadi, o'z Vatanini qadrlashni o'rganadi. Turli xil qiyinchiliklarni yengib o'tishiga to'g'ri keladi. Sof psixologik tomondan, odamning moslashuvchanligi ortadi: bu odamga turli vaziyatga tez moslashish, sergaklikni saqlab qolish va xotirjam xatti-harakat qilishga yordam beradi.

Biz ko'pincha bu kabi tamoyillarga jamiyat ta'kidlagani uchungina amal qilamiz. Ammo siz kuchli shaxs egasi bo'lmoqchisiz – shunday ekan qaysi qadriyat qanday maqsadni ko'zlagani haqida sergak fikr yuritishni o'rganing. Bu bilan siz u yoki bu qoidaga aqlingiz aytgani uchun emas – ko'nglingiz istagani uchun amal qilasiz.

Milliy qadriyatlarimizning barchasi qandaydir nafni ko'zlab shakllangan. Bugun men sizga to'y qilish misolida milliy qadriyatlardan uzoqlashish oqibatlarini ko'rsatib berishga harakat qildim. Bundan qanday xulosalar chiqarish, har doimgidek, o'zingizga havola.

Ortimdan takrorlang

""...Yo'q, shu kelinim kuladi. Sotti, kul..."

(“Kelinlar qo’zg’oloni” spektaklidan)

Taqlid – juda foydali narsa. Odam ongining eng ajoyib xususiyatlaridan biri bu. Usiz biz hech narsani o’rgana olmasdik. Masalan, go’dak kattalarning xatti-harakatiga taqlid qilib yurishni va gapirishni o’rganadi. Shu bois tug’ma kar chaqaloqlar tovush paychalari mukammal bo’lsa ham, gapirishni o’rgana olishmaydi – chunki ular tovush chiqarishni o’rganishlari uchun, boshqalarning tovushini eshitishi va ularga taqlid qilishi kerak. Eshitib o’rganishning bola so’z boyligi shakllanishida ham roli katta: bola atrofidagi narsalar va jarayonlarni avvaliga aynan ular chiqargan tovushlar bilan ataydi. Shundan bola tilida mashina “di-dit’ yoki it “bo-bov” taqlid aytiladi.

Tabiat bizga ato etgan bu qobiliyat yordamida biz kattalar harakatini kuzatamiz va ularga taqlid qilib yurishni, raqsga tushishni, yozishni o’rganamiz. Bu qobiliyat biz bilan bir umrga qoladi va hayot davomida bizga beminnat xizmat qiladi.

Taqlid qilib o’rganishning osonligi bizga yoqib qoladi. Shuning uchun biz bilim yoki ko’nikmaga ega bo’lish uchun taqlid qilish qolib, hayotimizning boshga jabxalarida ham shu usulni qo’llashga intilamiz.

“Falonchining o’g’lini ko’rdingmi – hamma fanlardan besh olarkan. Sen ham shunaqa bo’lsang nima qiladi? Rasm chizishgamas – matematikaga qiziq, odamlarning bolasiga o’xshab. Sinfingdagi a’lochi o’quvchilardan o’rnak ol.”

Jamiyat bizga doim kimgadir o’xshashni, kimdandir nusxa olib yashashni o’rgatadi. Maktablarda namunali o’quvchilar oynasi bo’ladi – ya’ni shular etalon, shularga o’xshashga, ularning yutuqlarini takrorlashga intilish kerak. Tashkilotlarda hurmat doskalari bor – bunaqa narsalar qadim Sovet davrida qolib ketgan deb o’ylasangiz, adashasiz.

Butun reklama sanoati aynan odamlarning taqlid qilishga moyilligi bois gullab yashnaydi. “Ana bu oynai jahondagi sog’lom va tetik odamlarni qarang. Ular falon dorilarni muntazam ichib yurishar ekan – shundan quvvatga to’la ko’rinishadi. Men ham shu doridan olib ichsammikan?”

Moda sanoati (men bu sohani san’at deb atamayman – dizayn san’at, lekin moda emas) to’lig’icha taqlid hisobidan yashaydi. Moda

yaratuvchilari odamlar orasida o’ziga yarashgan kiyim kiygan didlilarga taqlid qilishadi. Juda topisholmasa – tabiatga taqlid qilishadi.

Ta’lim sohamiz bolada taqlid qilib o’rganish – taqlid qilib yashash ko’nikmasini shakllantiradi. Aytaylik, matematika o’qituvchisi darsni qanday o’tadi? Avval mavzuni tushuntiradi. Keyin misol yechib ko’rsatadi. Keyin shunga o’xshash boshqa misollarni aynan shu usulda yechishni topshiriq qilib beradi. O’quvchilar ustozlariga taqlid qilib misol yechadilar.

Leonardo da Vinchi hech bir narsada hech kimga taqlid qilmagan. Shuning uchun uning asarlari hali hanuz yuksak baholanadi. Taqlidga asoslangan o’qitish metodikasi bilan bizdan hech qachon shedevrlar yaratadigan ijodkorlar yetishib chiqmaydi. Ijodkor shaxslarni yetishtirish uchun erkin izlanishga asoslangan tarbiya usuli kerak.

“Bugungi mavzu mana shu. Mana sizga bir misol. Kim shuni yechib bersa – o’shanga ikkita besh. Qaysi usulda yechasiz – o’zingiz hal qiling. Javob to’g’ri bo’lsa bo’ldi.”

Ana endi bolalar izlanadi, misolni u yoqdan, bu yoqdan tortib ko’radi. Matematikadan avval olgan bilimlari orasidan shu misolni yechishga yordam bera oladigan qoidalarni izlaydi. Bir so’z bilan aytganda, bola ijod qiladi. Kim bilsin, balki bola shu misolni darslikda ham yozilmagan yangicha va oson usulda yechib qo’yar.

Taqlidga asoslangan o’rganish – passiv o’rganish. Unda mustaqil fikrlash, yangilikka intilish, ixtirolar qilish degan narsa bo’lmaydi. Lekin biz shu usuldan foydalanishda davom etamiz. Chunki bu bizga qulay. Chunki o’zimiz shu uslubda ta’lim olganmiz.

Men bu gaplarim bilan ta’lim tizimini tanqid qilmoqchi emasman. Bu gaplarim yosh ota-ona, o’qituvchi va tarbiyachilarga o’ylab ko’rish uchun mulohazalar, xolos.

Taqlidga asoslanib yashashning avvali oddiygina maktab partasidan boshlangani bilan, uning oqibati insonning hayotiga juda katta ta’sir o’tkazadi. Biz endi boshqalarning hayotiga, yutuqlariga va baxtiga taqlid qilishni boshlaymiz.

Har yerda turli nomdor biznesmen yoki olimning yutuqlari hammaga namuna qilib ko’rsatilishi menga sira yoqmaydi. “Falonchi ko’chada suv sotib yurib keyin milliarder bo’lib ketgan”. Yashasin. Demak *uning* katta marraralarga erishish yo’li ko’chada suv sotish orqali o’tgan ekan. Biz ham shunday cho’qqilarga yetishish uchun Chorsu bozorida choy sotsakmikan?

Mening gaplarim kimdadir norozilik uyg’otishi mumkin: yaxshilik qilayotgan odamlardan ibrat olishning nimasi yomon? Hech nimasi. Faqat ibrat – bu taqlid qilish emas. Ibrat – boshqalarning ishini kuzatib, o’zingiz uchun to’g’ri xulosalar chiqarish. Taqlid – boshqalarning ishi sizga to’g’riroq tuyulgani uchun, ularning ishidan nusxa olish. Farqini sezyapsizmi?

Dunyoda ikkita bir xil insonni topib bo’lmaydi. Hatto bir xil barmoq izlari ham mavjud emas. Har birimiz boshqa hech kimga o’xshamaganmiz. Shunchalik o’ziga xos bo’la turib, baxtga erishish usulini kimdandir nusxalash aqlga – yo’q-yo’q, ko’ngilga sig’maydigan ish. O’g’il otasiga taqlid qilib ko’p foydali narsalarni o’rganadi – ammo otasiga taqlid qilib hayot yo’lini tanlash xato bo’lishi mumkin.

Taqlid ortidan biz baxtimizdan mahrum bo’lishimiz, hayotimizning asl mazmunini yo’qotishimiz, sog’ligimizdan ayrilishimiz mumkin. Boshqa “zo’rlar”ga taqlid qilib, tamaki quliga aylanib qolganlar nechta. Kimningdir omadiga taqlid qilib, o’zining omadidan yuz o’girganlar qancha. Har birimiz bu kabi misollarni keltirishimiz mumkin.

Boshqalar yo’lini tutgan odamning xatolari ham o’ziniki bo’lmaydi. Birovlarning xatolarini takrorlash – kimga kerak? Siz o’z yo’lingizdan borsangiz, o’z xatolaringiz bo’ladi. Ulardan o’zingizga xulosalar chiqarasiz. Bu, har qalay, boshqalar xatosini takrorlab, ular ustida ishlagandan ko’ra foydaliroq.

Bugungi yoshlarimizning kasb-hunar tanlashda taqlid odatlari eng katta rol o’ynashi juda achinarli. Kamdan-kam bitiruvchi bugun orzulariga ergashib hayot yo’lini tanlaydi. Eng yomoni shundaki, bugun biz orzu qilishda ham kimlargadir taqlid qilamiz. Agar bunday bo’lmaganida, shuncha odam bir xil narsani orzu qilmasdi.

Taqlid qilish – avvalgi kitobda muhokama qilingan to’da instinktiga xizmat qiladi. Odamlarni to’da instinkti ta’sirida aynan taqlid qilish odati tutib turadi. Bu odatni tashlagan odam, instinkt ta’siridan holi bo’ladi va *tanlash erkinligiga* ega bo’ladi.

Asta-sekin taqlid qilish odatidan halos bo’ling. Buning uchun sizdan shunchaki sergaklik talab etiladi. O’z istaklaringizning kelib chiqish tarixini odilona o’rganib chiqing. Ular qanday turtkilar va ta’sirlar natijasida vujudga kelganini biling. Shunda birovga taqlid qilib orttirilgan maqsadlar shundoqqina ko’rinib qoladi.

Shu o’rinda bir narsani iltimos qilmoqchiman. Men sizga ushbu kitoblar orqali aytayotgan tamoyillarga ko’r-ko’rona taqlid qilmang. Ularni sergaklik elagidan o’tkazing. Ulardan qaysilaridir sizga foydali – boshqalari mutlaqo dahlsiz bo’lishi mumkin. Axir, men ham hamma uchun foydali amallarni taklif etavermayman. Bunday qila olmayman ham.

Sizning o’z yo’lingizdan borish, baxt uyingizni o’z bilganingizcha, o’zingiz tanlagan xom ashyolardan qurish erkinligingiz bor. Bunda siz ko’p qavatli baxt uyi qurgan usta muxandis-u me’morlardan nusxa olishingiz shart emas. Bunday qilmasligingiz kerak. Axir, bu baxt uyida o’sha me’morlar emas – siz yashaysiz.

PAYSHANBA

Qo’rquvlar

Xotirjamlik hududi

“Tuya xammomni orzu qilibdi”

(o’zbek iborasi)

Juda qadim zamonlarda odamlar tirik qolish ilinji bois to’dalarga birlashgan. Asta-sekin ular turar-joy qurishni va o’zini hatarli tashqi dunyodan chegaralashni o’rganishgan. Bunday xavfsiz hududlar ichida odam o’zini mudom himoya qilish zaruratidan qutulgan va boshqa yumushlar bilan band bo’lgan. Aynan shu xavfsiz hududlar imkon bergani uchun e’tiqod, san’at va sanoat rivojlangan.

Tarixda eng qahramona janglar o’z xotirjamlik hududini himoya qilish uchun olib borilgan kurashlardir. Spartalik 300 askar haqidagi filmni ko’pchiligimiz ko’rganmiz. Shiroq va To’maris haqidagi hikoyalarni barchamiz eshitganmiz.

Mana bir shahar baland devorlar ortida gullab-yashnayapti. Qo’shni qirolllik odamlari bu shahardagi hashamat-u boyliklarni ko’rib, unga ega chiqmoqchi bo’ladilar va unga hujum qiladilar. Shahar aholisi qamalda qolib, o’zini astoydil himoya qiladi. Bunday qahramonlikka asosiy sabab shaharliklar o’z mol-mulklaridan emas – o’z xotirjamlik hududlaridan mahrum bo’lishlari mumkinligidir.

Jamiyat o’sib borgani sayin, odam xotirjamlik hududini nafaqat yovvoyi tabiatdan o’zini cheklash uchun – balki o’zi yashayotgan jamiyatdan chegaralanish uchun ham ishlata boshlagan.

Bugun deyarli hammaning birlamchi xotirjamlik hududi – bu boshpana, uy. Uyimizdan tashqarida o’zimizni uyimizdagidek xotirjam his qilmaymiz. Xotirjamlik hududi bilan tashqi dunyo o’rtasidagi bu farq bizga yoshligimizdan singdiriladi: “ko’chaga chiqma, eshikni ochma, begonalar bilan gaplashma...”

Bu, albatta, o'z xavfsizligimiz uchun zarur. Lekin xotirjamlik hududiga tayanish odatining bir yomon tomoni bor: **u bizni istaklarga erishish imkoniyatidan mahrum qiladi**.

Mana men qishloqdagi uyimda o'tirib, katta shahardagi nomdor tashkilotda ishlashni orzu qilyapman. Hozircha hammasi yaxshi – men o'z uyimdaman. Ammo men shu orzuyimga ergashib, katta shaharga kelishim bilan, men o'z xotirjamligim hududidan tashqariga chiqaman. Ko'nglim xotirjam, o'zimga bo'lgan ishonchim mustahkam bo'lgan hudud juda borsa viloyatim hududi bilan cheklangan. Katta shaharda esa meni turli hadiklar, shubhalar, qo'rquv va ishonchsizlik yenga boshlaydi. Ba'zida sababsiz umidsizlik ham paydo bo'ladi.

Yoki, aytaylik, siz – boy bo'lishni istaysiz. Sizning xotirjamlik hududingiz faqat uyingiz bilan cheklanmagan. Siz bozorlarga tez-tez borib turasiz va bozor ham sizning xotirjamlik hududingizga kiradi – u yerda ham o'zingizni o'z uyingizdagidek erkin his qilasiz. Ammo shu bozorda bir qimmat do'kon bor. Siz u yerdan hech qachon narsa sotib olmaysiz – chunki narxlar pul haqida qayg'urmaydiganlar uchun mo'ljallangan. Lekin bir safar shu do'konga kirdingiz ham deylik. Do'kon ostonasidan o'tishingiz bilan sizdagi xotirjamlik yo'qoladi: endi siz o'z muhitingizda emassiz. Atrofingizda qimmat mollar, badavlat odamlar. Hatto sotuvchilar ham boshqacha. Ularga dadil murojaat eta olmaysiz, u yoki bu mahsulot narxini so'rash, savdolashish qiyin kechadi. Xullas, sizning xotirjamlik hududingiz butun bozorni qamrab olgani bilan, aynan shu do'kon unga kirmay qolgan.

Kimdir bunga cho'ntakda pul kamligi sabab ekanini aytishi mumkin. Ammo gap puldamas. Ko'chada sadaqa so'rab yurgan odamga katta pul berib, ana shunaqa qimmat do'konga olib kirib qo'ysa – u so'zsiz o'zini yo'qotadi. Qo'lida har qancha pul bo'lmasin, bu do'kon uning hududiga kirmaydi. Huddi u boshqa dunyoga tushib qolganday sezadi o'zini.

Biz ko'p narsani orzu qilamiz-u, lekin ana shu narsalar bizning xotirjamlik hududimizdan tashqarida bo'lishi mumkinligini o'ylamaymiz. Bir sirni unutmang: **dunyo faqat siz olishga tayyor bo'lgan baxtnigina beradi sizga**. Ha-ha – siz "ko'tara olmaydigan" baxtlar ham bor. Aynan shu baxt sizning xotirjamlik hududingizga kirmasa – sizga bu nasib

qilmaydi. Nasib qilib, yo'lingiz ustidan chiqib qolsa ham, siz uni ololmaysiz.

Tuya xammomni qirq yil orzu qilishi mumkin. Ammo u o'zini xammomda hech qachon xotirjam his qilmaydi. Agar u buni uddalasa – maxsus uning uchun sahroning o'rtasida naqd sauna paydo bo'ladi.

Bizning xotirjamlik hududimiz har tomondan cheklanganligiga ko'plab sabablar bor. Birinchi navbatda – qo'rquvlar. Xotirjamlik hududimizdan tashqaridagi narsa yangicha va notanish, u bizda doim hadik uyg'otadi.

Lekin eng zararli ta'sir – bu andozalar ta'siridir. Agar siz "Teng tengi bilan, bir nima qopi bilan" kabi andozalarni qoida qilib qabul qilgan bo'lsangiz – xotirjamlik hududingiz shunga qarab belgilanadi. Ijtimoiy andozalar siz u yoki bu narsaga erisha olmasligingizni, "ko'rpangizga qarab oyoq uzatishingiz" kerakligini aytib turganda – xotirjamlik hududini kengaytirish imkonsiz.

Komplekslar va aybdorlik tuyg'usi ta'siridagi odamni andozalar cheklashi ham shart emas – u buni o'zi ham boplaydi. O'zini u yoki bu narsaga noloyiq his qilgan odamning xotirjamlik hududi unga hasis kompleks ruxsat bergan narsalarnigina o'z ichiga oladi.

Xo'sh, xotirjamlik hududini qanday kengaytirish mumkin?

Eng avvalo, har xil komplekslar-u aybdorlik tuyg'usidan holi bo'lish kerak. Bular sizni orzu qilishda cheklaydigan kemtiklar. Katta orzu qilishni bilmagan odam kichik baxt bilan qanoatlanishga majbur.

Ammo xotirjamlik hududi kengayishi uchun katta orzu qilishning o'zi yetarli emas. Buning uchun harakat zarur. Xotirjamlik hududi – amaliyotda kengayadi. Mana hozir siz shu kitobni o'qiyapsiz, u sizga xotirjamlik hududini kengaytirish haqida tavsiyalarni aytyapti. Lekin bundan sizning xotirjamlik hududingiz o'zgarib qolmaydi.

Uyingizdan chiqing. Shahar yoki qishlog'ingizni aylaning. Avval bormagan joylarga boring. Ishoning – siz yashaydigan joylarda siz ko'rmagan va bilmagan narsalar juda ko'p.

Qimmat do’konlarni aylanishni odat qiling. U yerdan biror nima olishingiz shart emas – shunchaki, yangi mollarni tomosha qiling, sotuvchi va boshqa haridorlar bilan shu mollarning yutuq va kamchiliklarini muhokama qiling, savdolashing. Bu kiyim do’koni bo’lsa – turli liboslarni kiyib ko’ring, egningizda bu kiyimlar qanday yarashib turganini ko’rib zavqlaning. Buning uchun hech kim sizga hech narsa demaydi. Ba’zi sotuvchilar haridorlar har narsani kiyib ko’raverganini yoqtirmaydi – bu o’z ishini yomon ko’radigan, to’g’rirog’i, o’zi yoqtirmaydigan ish bilan shug’ullanadigan baxtsizlardir. Ularning gapiga e’tibor bermang. Siz do’konga uni zabt etib, xotirjamlik hududingizga qo’shib olish uchun kelganingiz yodingizda tursin.

Hashamatli bazmlarga oddiy, lekin did bilan kiyinib boring. U yerga albatta boring. U yerdagi Yevropa dizaynerlari yaratgan, lekin o’ziga yarashmagan matolarni kiyib olgan odamlar sizning sodda va o’zingizga yarashgan kiyimingizga havas (mayli, ba’zida hasad) bilan qarashsin. Muhitga moslashish uchun o’zingizni tutishingiz va gapirish odatingizni o’zgartirmang – axir, siz o’z uyingizda bunaqa gapirmaysiz. Siz bu yerni ham zabt etish uchun kelgansiz – shunday ekan, bu hudud sizni boringizcha qabul qilishga o’rgansin.

Bundan tashqari, imkon bo’lganda sayohatga chiqing. Bu chet elga sayohat bo’lishi shart emas – mamlakatimizda ham ko’radigan joy juda ko’p. Cho’lda tunab qolish nimaligini, tog’ cho’qqisini zabt etish nimaligini, o’nlab chaqirim piyoda yurish nimaligini ko’ring.

Xotirjamlik hududi keng odam – cheksiz tanlovga ega. Bunday odam saroyda ham – kulbada ham, shaharda ham – qishloqda ham, janubda ham – shimolda ham yashay oladi. Unga shular orasidan o’ziga yoqqanini tanlash qoladi, xolos.

Omad sug’urtasi

Yana bir ertagimni sizga aytib berish muddati yetdi menimcha.

Bizning zamonda bir yigit yashar ekan. U oddiy oilada tug’ilib, katta bo’libdi. Maktabni tamomlagach, poytaxtga kelib, bir oliygohga o’qishga kiribdi.

Talabalik gashtini surib yurarkan, uning e’tiborini guruhidagi bir qiz o’ziga tortibdi. Ham husnu-jamolda, ham fahm-farosatda dugonalaridan ajralib turgan shu qizga o’zi bilmagan holda oshiq bo’lib qolibdi.

Ammo yigitning bir arzimagan nuqsoni bor ekan: u gapirganda bir oz duduqlanar ekan. Astoydil e’tibor bermagan odam buni sezmas ekan-u, lekin yigit bu nuqsonidan juda uyalar ekan. Shu bois u qizga borib, unga bo’lgan tuyg’ularini aytishdan – uning oldida duduqlanib qolishdan qo’rqar ekan.

Qiz ham odobi va gap-so’zlari bilan do’stlari orasida ajralib turgan bu yigitga e’tibor bera boshlabdi. Yigitning unga pinhona qarashlarini payqaganda, o’zi kutgandek g’ashlik emas, surur hissini tuyibdi.

Qiz ham unga e’tibor qaratayotganini sezgan yigitning istiroblari oshsa oshibdiki, dadilligi ortmabdi. U birinchi suhbatdayoq qizning ko’nglini qoldirishdan qo’rqib, tuyg’ularini ichiga yutib yuraveribdi.

Inson sevgisini izhor qila olmasligi juda katta azob. Yigit bu azobdan qiynalar ekan, Yaratganga yolvorib, unga ravon gapirish qobiliyatini ato etishni so’rabdi. Uning istiroblarini ko’rgan Tangri yigit istagini bajo keltirib, uyquga ketganda nutqini har qanday nuqsondan holi qilibdi.

Yigit uyg’onib qarasa, tekis so’zlarmish. Sevinchi ko’ksiga sig’may, Tangriga ko’pdan-ko’p shukrona keltirgan yigit nonushta ham qilmay oliygohga shoshilibdi. Yo’lda gul bozordan katta guldasta olib, sevgilisi tomon borar ekan, unga nimalar deyishini qayta-qayta hayoldan o’tkazibdi.

Qiz oliygoh darvozasi yonida dugonalari bilan turgan ekan. Dugonalaridan biri uzoqdan guldasta ko’tarib kelayotgan yigitni ko’rib, boshqa dugonalarini boshlab oliygohga kirib ketibdi.

Bir o’zi qolgan qiz oldiga kelgan yigit sevinchini undan yashirmay, guldastani unga tutqazibdi. Lekin har qancha tirishmasin, bir og’iz ham so’z ayta olmabdi. Qizning oldida bu holatga tushganidan uyalib ketib,

orqasiga qayrilib ketib yuboribdi. Bundan juda ajablangan qiz qo'lida guldasta tutgancha qolaveribdi.

Alamzada yigit yo'lidan yaqin do'sti chiqib qolib, uning ahvolini so'rabdi. Yigit unga hamma bo'lgan ishni hech bir duduqlanmay aytib beribdi. Do'sti bir oz o'ylanib turib, shunday javob beribdi:

- Do'stim, Xudodan burro til so'rabsan-u, sevganing oldida ana shu tilni ishlatishga yetadigan *jur'at* so'rash esingdan chiqibdi-da. Jur'ating bo'lganda duduqlanib bo'lsa ham unga sevgingni aytarding. Qo'rquv esa burro tiling bo'la turib seni soqov qilib ko'rsatibdi-ku unga..."

Insonning hayotdan mamnunlik darajasi u o'z ko'ngli istaklariga qanchalik erisha olishiga bog'liq. Baxtimiz – ko'nglimiz xotirjamligida. Ammo maqsadlarimizga intilishda bizga qarshilik qiluvchi qo'rquvlarimiz borki, ular bizni ko'p ro'yoblardan ayiradi.

Ijtimoiy qo'rquvlar orasida omadsizlikdan qo'rqish alohida ajralib turadi. Bu judayam murakkab tuyg'u bo'lib, uning shakllanishida birdaniga bir nechta omillar ishtirok etadi.

Muammoning eng tubida shaxsiy muhimlik tuyg'usi yotadi. Odam o'z shaxsiyatiga katta ahamiyat beradi va boshqalar ham huddi shunday qilishlarini istaydi. Natijada tanqiddan qo'rqish kelib chiqadi – odam o'z maqsadiga erisha olmay, atrofdagilar oldida qadrini yo'qotishdan qo'rqadi. Shunday qilib, u maqsadiga borar yo'lga qadam tashlay olmay turaveradi.

Nuqsonlilik kompleksi omadsizlikdan qo'rqishni yana-da kuchaytirib beradi. Odam o'zini omadsiz, uquvsiz va ojiz hisoblasa – u biror ishni dadil boshlab yuborishi qiyin.

Aybdorlik tuyg'usiga tobe odamda omadsizlikdan qo'rqish bo'lmaydi. Bunday odam, shunchaki, bu qo'rquvni his qiladigan nuqtagacha yetib bormaydi. Aybdorlik tuyg'usi qurboni o'z oldiga "aybiga yarasha" kichik maqsadlar qo'yadi.

Ba'zida tashqi muhimlik quyg'usi ham omadsizlikdan qo'rqishga sabab bo'lishi mumkin. Agar men o'z maqsadim natijasiga o'ta katta ahamiyat berib yuborsam, u men kutganday bo'lmay qolishidan qo'rqa boshlayman.

Shunday tur odamlar bo'ladiki, ular omadsizlikdan qo'rqayotganlarini o'zlari payqamaydilar. Bunday shaxslarni alohida bir belgi orqali tanib olish mumkin: maqsad natijasi aynan kutilganidek bo'lishiga har qancha ko'p kafolat keltirilsa ham, ular buni qaror qabul qilib, harakatga tushish uchun yetarli emas deb o'ylaydilar.

Men omadsizlikdan qo'rqish odatiga bekorga alohida bob ajratmadim. Yuzaki qarashda juda arzimas ko'ringan bu qo'rquv aslida hayotimizga juda salbiy ta'sir qiladi. Omadsizlikdan qo'rqish bizga ikki xil ko'rinishda – chalg'ituvchi omil yoki kechiktiruvchi omil bo'lib halal berishi mumkin.

Aytaylik, maktab bitiruvchisi shu qo'rquvga chalingan. Qaysi oliygohga kirishni hal qilishi lozim. Lekin kirish imtixonlaridan yiqilish – u qabul qila olmaydigan natija. Ana shunday natijadan qo'rqish bitiruvchini o'z qiziqish va qobiliyatlariga qarab emas – omadsizlikka uchrash xavfi kam ekaniga qarab oliygoh va kasb yo'nalishi tanlashga majbur qiladi. Bu tanlovda na kuch bor, na ma'no. Bu yerda umuman tanlash erkinligining o'zi yo'q. Bu kabi holatlarga barchamiz ko'p bora guvoh bo'lganmiz. Bu omadsizlikdan qo'rqishning insonni asl maqsadidan chalg'ituvchi omil bo'lib xizmat qilishiga misol.

Yoki ma'lum kasallikka uchragan odam keskin muolaja olishi kerak deylik. Tig' ostiga yotishning xavfi katta – muolaja natijasi yomon bo'lishidan qo'rqish tabiiy. Ammo odam natija yomon bo'lishidan qo'rqaversa, birdan-bir to'g'ri qarorga kelishi qiyin kechadi. Qo'rquv ta'sirida shubha-yu ikkilanishlar bilan olishayotgan odam ham qimmatli vaqtini, ham sog'lig'ini yo'qotadi. Bu qo'rquvning zarur qadamni kechiktiruvchi omil bo'lib xizmat qilishiga misol.

Omadsizlikdan qo'rqishga eng tez ta'sir qiluvchi davo – sug'urta. Ya'ni tog'ga chiqishdan avval, har ehtimolga qarshi undan tushish yo'lini ham o'ylab qo'yish. Siz rejani puxta tuzasiz va hamma yo'llarni oldindan o'ylab qo'yasiz. Bu sizga xotirjamlik beradi. Dadil harakat qilish uchun esa xotirjamlik birdan-bir shart.

Biroq bu usul muammoning ildizini emas – natijasini bartaraf etadi, xolos. Bunday chora vaqtinchalik bo'lib, keyingi maqsad oldida ham odam yana qo'rquv og'ushida qoladi. Undan keyin, aql oxirigacha sergak

turib, puxta reja tuzishi qiyin. Yaxshisi, bu qo'rquvdan imkon qadar halos bo'lish kerak.

Omadsizlikdan qo'rqish sizni o'z maqsadlaringizga intilish va erishish erkinligidan ayiradi. Baxtimizga, undan qutilish mumkin. Buning amaliy usuli haqida keyingi bobda suhbatlashamiz.

Sokin qudrat

Odamlar ixtiyorida shunday bir vosita borki, uning yordamida shaxs har qanday qo'rquvdan halos bo'lishi mumkin. O'z tabiatiga ko'ra u juda ham oddiy holat – ammo tabiatdan yiroqlashgan jamiyat unga erishish va uni tutib turish juda qiyin deb ta'kidlaydi.

Odamlardan tashqari har qanday jonzot ana shu xususiyat bilan yashaydi. Odam bolasi ham tug'ilganda shu fazilat bilan taqdirlangan bo'ladi – keyinchalik jamiyat ta'siri ostida u fazilat inson ongining juda ichki sarhadlariga chekinib ketadi.

Ammo jamiyat har qancha urinmasin, bu xislatni oxirigacha yo'q qilib yubora olmaydi. Istagan odam istagan paytda o'z ahdi bilan bu yashirin qudratini qayta tiklash mumkin.

Bu qanday xislat ekan deb hayron bo'layotgandirsiz? Bu oddiygina *xolislik*. Lekin men bu yerda xolislik deganda aynan nimani nazarda tutayotganimni to'g'ri anglashingizni istayman. Shuning uchun xolislikning asl mohiyatini ta'kidlab o'tay.

Xolislik – odamning o'z istaklariga, bu istaklariga o'zining va jamiyatning bildirgan munosabatiga, hayotiy jarayonlarga hech bir tarafkashliksiz, hissiyot va komplekslardan holi qaray bilish qobiliyatidir. Qaysidir jihatdan xolislik sergaklikning og'asi – sergaklik xolislikka xizmat qiladi. Sergak odam xolis bo'lmasligi mumkin, lekin xolis odamda sergaklik har doim bo'ladi.

Xolislikni tushunishning eng oson usuli u o'zini to'liq namoyon qilgan vaziyatni tasavvur qilish. Aytaylik, siz ovchisiz. Qalin chakalakzor yonida yashaysiz. Ana shu chakalakzorda siz ov qilib, oilangizni boqadigan kiyiklar yashaydi. Ammo u yerda sizni ov qilishi mumkin bo'lgan

yo’lbarslar ham bor. Siz bu xavfdan to’liq ogohsiz va sergak holda shu xavfni qabul qilib, ovga chiqasiz. Agar vaziyat teskari kelib, yo’lbars hamlasiga uchrasangiz, bu holat uchun yo’lbarsni ham, taqdirni ham – o’zingizni ham ayblamaysiz. Bu holat uchun hech kim javobgar emasligini, siz ham – yo’lbars ham aynan zarur bo’lgan ishni qilganini anglab turasiz. Mana bu haqiqiy xolislik.

Tabiat bilan oldi-berdilarimizda unga nisbatan biz har doim xolis bo’lamiz. Kasallansak, viruslarni ayblamaymiz. Terimiz oftobda kuysa, buning uchun quyoshga ta’na qilmaymiz. Tabiat bilan yuzma-yuz kelganda bizning xavfsizligimizni ta’minlashni undan kutmaymiz. Buning sababi juda oddiy: tabiat o’z-o’zicha har doim xolis. Xolis turgan kuchga nisbatan biz hech qachon noxolislik qila olmaymiz.

Mana shu xolislikning oltin qoidasi. **Xolis turgan odamga nisbatan hech kim noxolislik qila olmaydi**. Buning eng yaqqol misoli – urushdir. Urushga odam o’ta sergak va xolis boradi. Jang maydonida ta’magirlik va muhimlikka o’rin yo’q. Dushman qurolidan o’q yeb yiqilgan askar hech qachon buning uchun uni otgannni ayblamaydi. U g’animi qilgan ishga xolis qaraydi.

Lekin kundalik hayotda biz unday qila olmaymiz. Biz shaxsiy muhimlikka berilib, hech kim bizga nisbatan hech bir nojo’ya harakat qilmasligi kerak deb o’ylaymiz. Hayot va taqdir bizni doim siylashi kerakligiga ishonamiz. Kutamiz va umidvor bo’lamiz. O’z istaklarimizga sergak qarab, ular bilan bog’liq xatarlarni, ularning ehtimoldagi zararlarini, ularning natijasini xolis baholamaymiz.

Bizni xolislikdan ayiradigan omillar orasida sun’iy javobgarlik hissi birinchi o’rinda turadi. Ba’zilar o’zini ko’p narsa uchun javobgar deb adashsa, boshqalar atrofdagilarni o’zining hayoti uchun javobgar deb biladi. Hayotni, taqdirni, Yaratganni nimalargadir javobgar bilib, undan ko’p narsa kutadigan, umid va talab qiladiganlar qancha.

Siz – faqat o’z hayotingiz, ko’nglingiz xotirjamligi, qabul qilgan qarorlaringiz, baxtingiz uchun javobgarsiz. Bu faqat sizning javobgarligingiz va u hech kimga qarzga berilishi, bexosdan o’tib ketishi, birov tomonidan olib qo’yilishi mumkin emas. Bitta odam shaxsiyati uchun faqat bir kishi javobgar bo’lishi mumkin – u javobgarlik xonasida boshqa hech kim va hech narsaga joy yo’q.

Kimlardir sizdan buyuk ishlar va katta yutuqlar kutayotgan bo’lsa-yu, siz ularning ishonchini oqlay olmaslikdan qo’rqayotgan bo’lsangiz – siz xolislikdan yiroqsiz. U odamlar **o’zlariga** faxr, sevinch, g’urur tuyg’ularini taqdim etishga **sizni** javobgar qilishgan.

Siz ham huddi shunday qilgandirsiz balki? Sizga faxr hissini ato etishga sevimli futbol jamoangizni javobgar qilgandirsiz? Ular bu javobgarlikni oqlay olmasa, alam va ta’naga to’lgandirsiz?

Fanatiklar – ular diniy fanatik bo’ladimi, ijtimoiymi – xolislikdan eng yiroq odamlardir. Ular o’z qo’rquvlari oldida shu darajada ojizlarki, hayotdan mamnun yashashlari, o’zlarini hurmat qilishlari, odamlarni hurmat qilishlari uchun boshqa odamlarni va tashqi omillarni javobgar qilib qo’yishgan.

Xolislik odamni har qanday qo’rquvdan ozod qila oladi. Xolislikni saqlay bilgan odam hech bir ijtimoiy qo’rquv soyasida yashamaydi. Men o’z maqsadimga xolis qarasam, uning amalga oshmay qolishi ehtimolidan qo’rqmayman – men bu ehtimolni qabul qilaman. Men o’z xatolarim uchun javobgarlikni o’zimda qoldirib, maqsadimga xolis yondashsam – xato qilib, tanqidga uchrashdan qo’rqmayman.

Ba’zilar shaxsiy rivojlanishda shu darajada ildamlab ketadiki, ular hatto o’limdan qo’rmaslikka yetadigan xolislikka erishadi. Bu tushkunlikka tushish, yoki sevib qolish oqibatida o’limdan qo’rmay qolish holatiga mutlaqo zid vaziyat. Tushkunlik yoki sevgi bergan “mardlik” o’ta izdan chiqqan muhimlik mevasi. Xolis odamning mardligi esa – nazoratdir. Bu – vaziyat ustidan to’liq nazorat. Xolis odamning o’lim oldidagi xotirjamligi unga ajalni nazoratda tutishga imkon beradi. Bu – tengi yo’q shaxsiy kuch ifodasidir.

Har birimiz tabiatimiz chakalakzorlari orasida yashirin bir ko’l bor. Unda bizga tug’ilishda in’om etilgan xolislik suvi jamlangan. U har doim o’sha yerda – faqat biz unga borar yo’lni unutganmiz. U ko’lning suvlari juda sokin va xotirjam – na bizning tashvishlarimiz, na qo’rquvlarimiz uning sadhiga to’lqin sola oladi. Agar shaxsiyatimizni bulg’ab turgan butalar orasidan shu ko’lni topa bilsak, uning sokin suvlarida cho’milishimiz mumkin. Ana shunda xolislik suvi ko’zimizdagi muhimlik va komplekslar ilib tashlagan pardalarni va yuragimizdagi qo’rquvlarni yuvib ketadi. Ana shunda biz bu dunyoga hech bir hadik va ta’nasiz

sergak qaraymiz. Ana shunda biz bu dunyo va o’z shaxsiyatimizning asl go’zalligini xolisona baholay olamiz. Ana shunda biz o’zligimizni anglaymiz.

JUMA

Rishtalar

Aravalar poygasi

Umrimiz mazmuni deb hisoblagan maqsadlarimizga intilishda biz ko’nglimizga yaqin insonlar hamrohligiga talpinamiz. Buning sababi juda oddiy – biz maqsadlarga intilish va erishish baxtini kim bilandir baham ko’rishni istaymiz. Bunga qalbimiz talpinadi.

Lekin boshqalar bilan munosabatda **dahlsizlik** tamoyiliga amal qilgan ma’qul. Bu juda oddiy tushuncha – dahlsizlik boshqalarning shubha va qo’rquvlari, kompleks va qarashlari sizning ahdingizga ta’sir qilishiga imkon bermaslikni nazarda tutadi.

Tasavvur qiling, siz og’ir yuk ortilgan aravani bir joydan boshqa joyga tortib borishingiz kerak. Bu ishni qilsangiz, katta yutuqqa erishasiz – shu bois ahdingiz mustahkam. Buni bir o’zingiz qilsangiz, ko’proq vaqt ketishini o’ylab, do’stlaringizni yordamga chaqirasiz. Ammo do’stlaringiz kelib, sizga bu ishni qilishning boshqacha usullarini taklif qila boshlaydi. Ulardan kimdir buni qilish imkonsiz ekanini aytadi, boshqasi esa umuman buni qilish aslida sizga kerak ekaniga shubha bildiradi. U bo’lib, bu bo’lib, arava joyidan siljimay qoladi. Do’stlaringiz zarur ishlarini bahona qilib, tarqab ketishadi – siz esa ko’nglingizda shubha-yu gumonlar, yoningizda bir qadam ham siljimagan arava bilan yolg’iz qolasiz.

Siz o’z maqsadlaringiz haqida do’st-yorlaringizga aytib berish bilan o’z ahdingizni ana shunday hujum ostida qoldirasiz. Ahdingizni eshitganlar unga o’z shaxsiy kuchlari bilan yondashadilar. Bu juda ko’p hollarda ahdingiz kuchi kesilishiga sabab bo’ladi. Atrofingizdagilar buni sizga yomonlik tilaganidan qilmaydi – aksincha, ular hamma maslahat-u tavsiyalarini sizga yaxshi bo’lsin deb aytadilar. Lekin ana shu “yaxshi

bo’lsin” degan niyatlari ortida shaxsiy kuchlari emas, shubhalari, qo’rquvlari, komplekslari – ba’zan havaslari va hasadlari turadi.

Bizni hech kim aldamaydi – biz o’zimiz ahdimizni boshqalarga dahldor qilib, bizni aldashlariga imkon beramiz. Bizni hech kim sotmaydi – biz o’zimiz shaxsiy kuchi kam insonlarni kuchli ahdimizga dahldor qilib xiyonatda yo’l ochib beramiz. Bizga hech kim pand bermaydi – biz o’zimiz ahdimizni ko’p odamlar ta’siriga tushirib qo’yib, pand yeymiz.

Bu gaplarim bilan men sizga sirli odam bo’ling demoqchi emasman. Sirlilik yoki pismiqlik – odamlarning shaxsiy muhimlik tuyg’usiga tegadigan odat. U odamlarga ishonmaslikdan kelib chiqadi. Dahlsizlik esa mutlaqo boshqa odat – bu odamlarning erkinliklarini hurmat qilgan holda, o’z ahdingizni boshqalar ta’siridan asrash degani.

Agar sizning ahdingiz kimningdir shaxsiyatiga aloqador bo’lsa – ana shu shaxsni ahdingiz haqida xabardor qilishga mas’ulsiz. Ana shuni ham qilmagan odam dahlsizlikni makrga aylantirgan bo’ladi.

“Ishlaring qalay, do’stim?” – “Yaxshi desam ham bo’ladi. Lekin mana bu narsa ozgina menga yoqmay turibdi. Shuni mana bunday qilib hal qilmoqchiman. Yoki bunday qilsammikan-a? Sen nima deysan?” – “Buni menga aloqasi yo’q-ku, lekin menimcha mana bunday qilganing yaxshi...” Bu dahldorlik.

“Ishlaring yaxshimi, do’stim?” – “Ha, hammasi yaxshi. Xudoga shukr.” – “Ha, sen uchun xursandman” Bu dahlsizlik.

Bob avvalida aytganimdek, biz o’z orzu-umid, niyat-maqsadlarimizni yaqinlarimiz bilan baham ko’rishni istaymiz. Ammo bu istak har doim ham qalbdan kelib chiqmaydi. Buni biz ba’zida aql buyrug’i bilan qilamiz. O’z maqsadlari va rejalarida qandaydir shubhasi bo’lgan aql boshqalardan bu borada fikr so’raydi. Bu odamga aslida fikr emas – u to’g’ri ish qilayotganiga tasdiq kerak. Boshqalar ham bu ishni ma’qullasa – undagi shubha kamayib, ishonch ortadi.

O’z istaklari uchun mas’uliyatdan qo’rquvchilar ham boshqalarga mudom hisobot berib yuradilar. Ular o’z rejalari haqida iloji boricha ko’proq odamni xabardor qilib, shu rejalar uchun mas’uliyatni ko’pchilikka “taqsimlamoqchi” bo’ladilar. Bunday odamning ahd kuchi

hech narsaga qodir bo’lmaydi. Natijada, bu odam hech bir maqsadiga boshqalarning to’g’ridan-to’g’ri aralashuvisiz erisha olmaydi.

Aybdorlik tuyg’usiga chalinganlar o’z istaklari uchun o’zlarini aybdor biladilar, o’zlariga nimanidir ravo ko’rganliklari ularga erish tuyuladi. Ana shu g’ashlikdan qutulish uchun ular ham o’z maqsadlari haqida atrofdagilarni boxabar qilishadi. Aslida ularga “yaxshi niyat qilibsan, sen ham hamma qatori bunga loyiqsan” kabi tasdiq kerak.

O’z shaxsiy kuchi kamligi bois boshqalarga o’z ahdini dahldor qilib yuradigan odamni tanib olish juda oson: u siz bilan o’z rejalarini baham ko’rganda, uning bu ishi noto’g’ri ekanini aytish kifoya. U darrov asl qiyofasini ochadi.

Dahlsizlik – birovning shaxsiy hayotiga aralashmaslik odati hamdir. Bu odat sizga hayot muvozanatini buzmaslikka, shaxsiy muhimlik domiga tushmaslikka yordam beradi. Shaxsiy muhimlikka chalingan odam dahldorlik iplari orqali boshqalar ta’siriga mahkam bog’langan bo’ladi.

Masalan, mashxur odamlar o’ta katta dahldorlik ortidan aziyat chekishadi. Ularning shaxsiy hayotlari, maqsad va intilishlari ko’pchilik e’tiborida bo’ladi. Bunda ularning o’z hayotlarini erkin boshqarish imkoniyatlari ancha cheklanadi. Bu shuhratning badali – ulardan muxlislar mukammallikni talab qilishadi va kutishadi. Bunday bosim ostida yashash naq azob – sizning ahdingizni yuzlab va minglab odamlar chalg’itib tursa, uni tutib turish haddan ziyod qiyin.

Barchamiz kimlargadir muxlismiz. Buning sira yomon joyi yo’q. Muxlislik – sizga zavq berib, hayotiy quvvatingizni oshirishga xizmat qiluvchi san’at asarlarini yaratgan shaxsga bildirilgan minnatdorchilik hissidir. Ammo muxlislikni o’z kumiridan bekamlikni talab etish deb biladiganlar ham bor. Bular muxlis emas – quvvatxo’r ojiz shaxslardir. Ular yoqtirgan insonlaridan bor quvvatni tortib olmaguncha, uning shaxsiy hayoti ham ular istagandek bo’lmaguncha tinchimaydigan ojizlardir. Bir kun kelib, kumirlari quvvatsizlanib, qandaydir xatoga yo’l qo’ysa – sevgisini nafratga aylantiradiganlar ham ana shular.

Sizni siz muxlislik qilayotgan odamga faqat uning ijodi bog’laydi – uning shaxsiy hayoti sizga mutlaqo dahlsiz. Siz uni yutuqlari uchun emas

– ijodi va san'ati bilan sizga bergan zavqi uchun yaxshi ko'rasiz. Kumiringiz shaxsiyatiga dahldor bo'lishga intilish – o'ta ketgan muhimlik.

Biz nafaqat kumirlarimizdan, balki o'z yaqinlarimizdan ham ko'p narsa talab qilib yashaymiz. O'zimizni ularning shaxsiy hayoti va intilishlariga aralashishga, kerak bo'lsa – ularni o'zgartirishga haqlimiz deb o'ylaymiz. Ammo bu boshqa odamning erkinliklarini cheklash, uning shaxsiy o'sishiga to'sqinlik qilish degani. O'z shaxsiyatingizni boshqalar uchun dahlsiz saqlash bir masala bo'lsa – boshqalar shaxsiyatiga dahl qilmaslik boshqa bir gap. Ikkisiga ham amal qilish birdek zarur.

Kimgadir g'oyibona yaxshilik qilishni uddalasangiz – demak, dahlsizlik san'atini egallagansiz. Birovga qilgan yaxshiligi haqida hech kimga gapirmaslik kamdan-kam shaxsning qo'lidan keladi. Bunday ish dahlsizlik tamoyili bergan afzalliklarni ko'ra bilgan va ularni o'rnida ishlata olgan odamga xos.

Dahlsizlik tamoyili sizga hech kimning erkinligini poymol qilmasdan, o'z erkinliklaringizdan bahramand bo'lish imkonini beradi. Bundan tashqari, dahlsizlik sizning ahdlaringiz qudrati boshqalar ta'siri ostida kamaymasligini ta'minlaydi. Shaxsiy o'sishingizni ham sizdan boshqa hech kimga dahli yo'q – shunday ekan, kuchli shaxs bo'lish uchun sizga nima kerakligini faqatgina siz hal qilasiz.

Kamina ham sizning shaxsiyatingizga dahldor bo'lishdan yiroqman. Men sizga ko'p narsa aytishim mumkin – lekin eshitganlaringizdan aynan nimalar sizga dahldor ekanini ajratishni ahdingizga qo'yib bering.

Peshonamdan aylanay

Hayot bilan oldi-berdimizda turli xil qiyinchiliklarga uchrab turamiz. Rejalarimiz amalga oshmay qoladi, kutganimiz bo'lmaydi, istaklarimiz ro'yobga chiqmaydi. Shunda biz shu omadsizliklarning sababini qidirib, o'zimizga turli savollar beramiz.

U yoki bu muvafaqqiyatsizlikning sababini topa bilmagan odam o'ziga sun'iy izohlar topa boshlaydi. Shunday qilib "peshonamga

yozilgani shu ekan”, “hayot yo’lining baland-pastlari bo’larkan”, “muammolarsiz hayot bo’lmas ekan” kabi asossiz xulosalar paydo bo’ladi.

Balki, bizning dunyoga kelish va uni tark etish soniyamiz oldindan belgilangani rostdir. Bunga ishonish – buni aksioma deb qabul qilish mumkin. Aslida bu kabi narsalarni tagiga yetish aqlning qo’lidan kelmaydi – shunday ekan, bu haqida bosh qotirmagan ma’qul.

Mayli – ana shu oldindan belgilangan tug’ilish va o’lim nuqtasini tutashtirib turuvchi hayot yo’limiz ham oldindan tayin etilganiga ham ishonaylik. Ammo men bir narsaga sira ishonmayman: biz ana shu yo’lni bosib o’tishda baxtli bo’lish-bo’lmasligimiz ham oldindan belgilab qo’yilganligiga ishonish **o’ta ketgan mas’uliyatsizlik**.

Mana ikki kishi yo’lda ketyapti. Ulardan biri yo’ldagi chang poyabzalini iflos qilayotganidan, jazirama issiqdan, yo’lning poyoni ko’rinmaganidan norozi bo’lib ketyapti. Yonidagi hamrohi esa atrof tabiat go’zalligidan bahra olib, qushlar va shabada qo’shig’idan dili yayrab, yo’l yurish zavqidan sururlanib boryapti. Ikkisining yo’li bir – lekin *tanlovi* boshqa.

Biz ham hayot yo’limizda uning har bir qadamidan zavqlanib, shunday zavqli yo’l uchun Yaratganga shukrona keltirib boramizmi yoki mudom undan kamchilik izlab, nolib va norozi bo’lib yuramizmi – faqat o’zimiz tanlaymiz. Baxtsiz yashaganimiz uchun Yaratganni, taqdirni, boshqa odamlarni va yana nimalarnidir ayblab yashash, yana qaytaraman – o’ta ketgan mas’uliyatsizlik.

“Qanaqasiga? Men axir hayotimda hamma narsani tanlay olmayman-ku” – deydi shoshqoloq odam. Yo’q – siz hamma narsani tanlashingiz mumkin. Sizga yashash sharoitingiz yoqmayaptimi – boshqacha hayot tarzini tanlang. Sizga qilayotgan ishingiz yoqmayaptimi – chindan ko’nglingiz moyillik bildirgan ishni tanlang.

“E, ha bu istagan narsamni tanlash uchun falon-falon narsalar kerak. Pul, qudrat, obro’siz qanday qilib istagan narsamni tanlashim mumkin?” – deb to’polon qiladi muhimlik quli. Sizga kim aytdi ko’nglingiz istagiga qarab yashash uchun sizga ana shu narsalar zarur deb? Siz hayotini havas va hasad bilan o’rganadigan buyuklar hamma narsaga

ega bo'lgani uchun istagandek yashamaydilar – o'zlari istagandek yashashni tanlaganlari uchun hamma narsaga erishganlar. Ularga pul, qudrat va obro'ni ana shu tanlovlari olib kelgan.

Atrofingizga bir qarang – puli va qudrati siznikidan oshiq yoki kam bo'lmagan odamlar juda ko'p. Lekin ulardan kimdir baxtli, kimdir baxtsiz. Xo'sh, moliyaviy va jismoniy bir xil bo'la turib – nega ular baxtli bo'lishda bir xil emas?

Javobi juda oddiy – ulardan kimdir baxtni, boshqalari baxtsizlikni *tanlagan*. Men ancha paytdan beri sizga aytmoqchi bo'lgan tanlash erkinligining siri juda oddiy: **har kim o'zi tanlagan narsaga ega chiqadi**. Tanlovni sergak amalga oshirasizmi, yoki buni g'aflatda turib qilasizmi – farqi yo'q. Siz har doim o'z tanlovingiz natijasiga ega chiqasiz.

Kimdir o'z baxtini pul, mol-dunyo, shuhrat yoki amal bilan o'lchaydi. Tamom – bu odam ana shu mol-dunyo, shuhrat yoki amal doirasida baxtli bo'lishni, o'zining ko'ngil xotirjamligini ana shu narsalarga tobe qilishni tanladi. Xo'sh, pul qo'ldan ketganda, shuhrat taxtidan tushganda yoki amalidan ayrilganda o'sha odam o'zini baxtsiz his qilishiga qaysi taqdir aybdor?

Mana boshqasi – bir odamni ilohiylashtirib, uni o'z baxti deb atadi. Uni o'z ko'ngli ustidan hukmron qildi. Unga istasa ko'ngliga tinchlik berish, xohlasa g'ulg'ula solish qudratini topshirdi. Bu oshiq o'zi boshqaning ko'ngliga qarab baxtli bo'lishni tanladi. Uning ana shunday tobeligidan zerikkan mahbubi bir kun kelib undan yuz o'girsa – uning baxti parchalanib ketishiga qaysi peshona aybdor?

Juda qiziq: o'zi qilgan tanlovning natijasidan nolib, peshonasi sho'rligidan hasrat qilgan odamlarni ko'p ko'rganman – lekin o'z mehnati bilan baxtga erishgan odamni "ha o'zimni shiringina peshonamdan aylanay" deganini hali ko'rmadim. Ana shunaqa – dard kelganda hamma aybni mavhum va tutib kelib jazolab bo'lmaydigan taqdirga yuklashni tanlaymiz-u, baxt kelganda hamma ko'kraknishonlarni o'zimizga taqamiz. Bu ham bizning tanlov.

Mana sizga tanlov haqidagi eng yoqimsiz sirlar.

Bizni hech kim kamsitmaydi – o'zimiz bizni kamsitishlarini tanlaymiz. Bizni hech kim yomon ko'rmaydi – o'zimiz odamlarga yomon ko'rinishni tanlaymiz. Bizni hech kim ayblamaydi – o'zimiz aybdor bo'lishni tanlaymiz. Bizga hech kim ortiqcha baho bermaydi – o'zimiz odamlardan ustun bo'lishni tanlaymiz. Va nihoyat, bizni hech kim baxtli-baxtsiz qilmaydi – biz o'zimiz baxtli yoki baxtsiz yashashni tanlaymiz.

Ko'pincha ota-onalar biz uchun nimalarnidir tanlashidan noliymiz. To'g'ri – farzand o'zi mustaqil tanlash erkinligidan foydalana olish darajasida kamolga yetguncha, ota-ona uning uchun to'g'ri narsalarni tanlashi darkor. Ammo bunda ba'zi tamoyillar bor.

Ota-ona farzandi uchun tanlov qilayotganda aqliga emas, o'z ko'ngliga quloq solishi kerak. O'z chaqalog'i uchun yosh ona eng sara narsalarni tanlaydi – u buni onalik mehridan kelib chiqib qiladi. Lekin bola katta bo'lgani sari, ota-ona oldida yangi va yangi tanlovlar paydo bo'ladi. Bolani qaysi maktabga berish, qanday mashg'ulotlardan tiyish, qaysilarini rag'batlantirish kabi tanlovlarni ota-onalar aqlga quloq solib qiladilar. Shunday tanlovlar natijasida o'z kasbiga qiziqmagan shaxslar yetishib chiqadi.

Ammo buning davosi oddiy. Farzand mustaqil hayotga qadam qo'yishi bilan, uning ko'ngliga mos kelmagan ana shunday tanlovlarni o'zgartirish erkinligiga ega. Bu, har qalay, noto'g'ri tanlov qilgan ota-onadan bir umr hafa bo'lib o'tgandan yaxshiroq.

Lekin hamma ota-ona ham farzandi o'zi erkin tanlovlar qilish darajasiga yetganini payqamaydi. Bu ham mehrdan kelib chiqadi aslida – ular bizni yaxshi ko'rganliklaridan, bizni xato tanlovlardan tejab qolishga harakat qilishadi. Biroq ularni tajribali ota-ona qilgan ham yoshlikdagi xatolari-ku – o'z farzandlariga ham ana shunday xatolar qilib, tajriba orttirishga imkon berganlari ma'qul.

Ba'zida ota-ona mehri tazyiq o'tkazishgacha boradi. Bunday holda farzand erkin qaror qabul qilish darajasigacha o'sib chiqmaydi – bunga, shunchaki, imkon berilmaydi. Natijada oilali va bola-chaqali bo'lib ham, erkin tanlov qila olmaydigan, ota-onasiga ko'p jihatdan qaram bo'lgan shaxslar yetishib chiqadi. Ular ham o'z navbatida farzandlarini ana shunday shaxs qilib katta qiladilar.

O'z tanlovlaringiz uchun javobgarlikni to'liq o'zingizga olgan kuningizdan boshlab, hayotingiz sizning izmingizda bo'ladi. Siz qilgan tanlovlar natijasi yomon bo'lgani uchun hayot yoki odamlarni ayblashdan voz kechsangiz - ular bilan munosabatlaringiz ravon bo'laveradi. To'g'ri tanlovlaringiz mukofoti ham, noto'g'ri tanlovlaringiz asorati ham faqat sizniki. Tanlang.

Keksaligim - podsholigim

Keksalik – umrimizning oltin davri. Butun yoshlikda to'plangan tajribalar ikki yonimizga qanot bo'lib kiradigan payt. Odamga haqiqiy ko'ngil xotirjamligi va donolikni hadya etuvchi bosqich.

Inson hayoti mobaynida umumiy muhimlik darajasi o'zgarib turadi. Bolalikda muhimlik mutlaqo bo'lmaydi yoki juda past bo'ladi. Shuning uchun bolalar go'zal va hammaga yoqadigan bo'lishadi. Bolalarning muhimligi kichik-kichik masalalar bilan band bo'ladi.

O'smirlik kelishi bilan muhimlik bir yuqoriga sakrab olib, shu bilan o'sib boraveradi. Aynan shu birdaniga oshgan muhimlik sabab o'smirlar hayotida keskinliklar ziddiyatlar ko'p bo'ladi. O'smirning bu hayotda o'z o'rniga ega bo'lishga intilishi uning muhimligini xavfli darajada oshiradi. Muhimlik keltiradigan balolarning juda ko'pchiligi aynan o'smirlik yoshiga to'g'ri keladi.

Katta hayotning alg'ov-dalg'ovlari o'tgandan so'ng muhimlik yana tushadi va xotirjam keksalik keladi. Odam yana katta muhimliklar ortidan emas, mayda masalalar muhimligi ortidan quvib yashaydi. Bu jihatdan keksalik bolalikka o'xshaydi – keksalar ham bolalar kabi atrofidagi kichik-kichik narsalarga e'tibor berib, talabchanlik bilan qaraydilar. Biz buni injiqlik deb ataymiz.

Lekin bizning bolaning injiqligiga bo'lgan munosabatimiz qarilar injiqligiga bo'lgan munosabatimizdan boshqacha bo'ladi. Biz bolaning har qancha harhashasini ko'tarishga tayyormiz. Chunki bola u yoki bu injiqlikni bolaligi uchun, bilmaganidan qiladi deb hisoblaymiz. Ammo gap shundaki, keksalar ham o'z injiqliklarini qasddan, bilib turib qilmaydilar.

Bu shunchaki tabiiy jarayon: keksa odamning diqqatini kundalik narsalar tortadi.

Bola nimalarga katta ahamiyat beradi? “Menga ovqat katta kosaga suzilmabdi. Bog’chaga borishni istamayman. Akam o’yinchog’imni bermayapti” kabilar bola uchun muhim masalalar. Biz kattalar uchun bu shunchaki bolacha injiqlik qilgani bilan, bola uchun bu ahamiyatli.

Keksalar ham huddi shunday: “Ovqatning tuzi past bo’libdi. Shifokorga borish shartmas. Kelinim menga yaxshi qaramayapti” kabilar ham bizga asossiz injiqlik bo’lib tuyulgani bilan, keksalar uchun bu muhim.

Biz keksalarning bu odatlariga tushunish bilan munosabatda bo’lishimiz lozim. Bolaning injiqligini bilmay qilgani uchun kechiramiz. Albatta, keksalar uzoq umr yo’lini bosib o’tgan va ular ko’p narsani biladi. Ammo muhimlik tushganda odam bilgan-bilmagan narsasiga qarab emas – uning uchun ahamiyatli bo’lgan narsalarga qarab ish tutadi.

Sof fiziologik jihatdan keksalik bu tananing “nafaqaga” chiqishi. Ko’p narsaga katta ahamiyat berib, hayotiy quvvatini sarflab qo’ygan odam tanasi o’z-o’zini asrab qolish uchun ham tabiiy holda muhimlikdan voz kechib yuboradi.

Keksayganda muhimlik tushishiga yana bir isbot bor. Keksalar yoshlarga nisbatan kamroq uxlaydilar. Ma’lumki, uyqu kun davomida turli xil muhimliklarga sarflangan hayotiy quvvatni tiklash uchun kerak. Inson qancha ko’p hayotiy quvvat sarflasa, shuncha ko’p uyquga muhtojlik sezadi. Qarilik muhimlikdan ozod qilgandan so’ng esa, hayotiy quvvat sarfi ham ozayadi va uyquga ehtiyoj kamayadi.

Ammo muhimligidan oxirigacha voz kechmaydigan odamlar ham bo’ladi. Bundaylar uzoq keksalikkacha yashamaydilar – zo’riqqan tanaga muhimlik yuki ortiqchalik qiladi va u oxiri bir kun holdan toyib yiqiladi. Hammasi juda oddiy – keksalikning donoligi taqdim etadigan muhimlikdan holi xotirjam hayotni qabul qilmagan odam, shunchaki, keksayishga ulgurmaydi.

Keksalarga eng yaxshi munosabat – ularga huddi mehmondek muomala qilishdir. Ziyoli mehmon hech qachon qasddan injiqlik qilmaydi,

uncha-muncha injiqligini esa siz bemalol ko’tarasiz. Unga e’tibor ko’rsatish, ko’nglini olish sizga sira malol kelmaydi.

Ko’p hollarda yoshlar va keksalar o’rtasida ziddiyatlar kelib chiqadi. Buning asosiy sababi – bu ikki avlod turli narsalarga turlicha ahamiyat berishida. Yoshlar uchun muhim bo’lgan narsalar aslida uncha muhim emasligini keksalar anglab yetgan. Ana shuni yoshlarga yetkazmoqchi bo’lgan nuroniylarni yosh avlod tushunmaydi – tushuna olmaydi.

Bu aslida tabiiy holat – ma’lum narsalarni muhim deb hisoblash yoshlarga xos. Masalan, tashqi ko’rinishiga katta ahamiyat berish o’smirlarga xos. Bu muhimlikni keksa odam qancha tushirishga intilmasin, o’smir buni tushunmaydi. Chunki buni tushunishga uning shaxsiy kuchi yetmaydi. Buni tushunish uchun u ulg’ayishi kerak.

O’z navbatida hayot tajribasidan kelib chiqib keksalar ham u yoki bu narsalarga katta ahamiyat beradilar. Yoshlar uchun esa bu narsalar uncha muhim bo’lmasligi mumkin. Bu holda ham ikki avlod o’rtasida ziddiyat kelib chiqadi.

Shuningdek, ulug’ yoshli odamlar konservatizmga moyil bo’ladilar. Ular jamiyatdagi ko’plab o’zgarishlarni qiyin qabul qilishadi. Buning ham sababi juda oddiy. Uzoq umr ko’rgan odam ana shu umri davomida o’ziga mustahkam qadriyatlar shakllantirib oladi. Yillar davomida hayotiga asos deb bilgan qadriyatlarga o’xshamagan yangicha qarashlarni qabul qila olmaslik – odatiy hol.

Ammo konservatizm ijtimoiy jarayonlarni sekinlashtiruvchi, taraqqiyotga halal beruvchi odat. O’z qadriyatlari qatori yangicha qarashlarni ham qabul qila oladigan nuroniylarimiz ham bor. Bular keksalikning asl donoligiga yetib borgan, muhimlik ta’siridan tamoman qutulgan insonlardir.

Milliy odatlarimiz bizga yoshi ulug’ har qanday insonni hurmat qilishni o’rgatadi. Lekin, afsuski, keksalik bilan birga shaxsiy kuchga ham ega chiqmagan, yoshiga munosib ish tutmaydigan qariyalar ham bor. Ularga nisbatan hurmat his qilish qiyin. Bunday holatda odam kechiruvchan bo’lishi lozim. Hurmat qilmasa ham, qariyani qoralashdan, ayblashdan tiyilgan ma’qul. Axir, uni shunday inson bo’lishiga hayotidagi har xil vaziyatlar sabab bo’lgan.

Keksalik muhimlikdan holi bo’lgani uchun, nuroniylar har doim e’tibor markazidalar. Huddi yosh bolalar o’z soddaliklari va samimiyliklari bilan barchaga yoqqani kabi, keksalar ham muhimlikdan holi samimiy munosabatlari bilan bizda ehtirom hissini uyg’otadilar. Ularda shaxsiy muhimlik tuyg’usi yo’qligi bois, ular e’tiborni talab qilib olmaydilar. Aynan shuning uchun biz ularga jon deb e’tibor ko’rsatamiz. Shu jihatdan keksalik ham huddi bolalik kabi podsholikdir.

Keksaysa ham shaxsiy muhimlik tuyg’usidan voz kechmagan qariyalar esa e’tibordan chetda qolaveradi. Bu odamlarning kattalarni yetarlicha hurmat qilmasligidan emas – bu shaxsiy muhimlik tuyg’usidan kechmaslikning kasri. E’tibortalab odamlar, yoshlaridan qat’iy nazar, e’tibordan mahrum bo’laveradilar. Bu, shunchaki, muvozanat qonuni.

Shaxsiy muhimlikdan halos bo’lib, avliyo kabi keksaygan nuroniylar har doim va har yerda izzat topadilar. Har qanday yangicha firklovchi yoshlar ham ularning hamrohligida o’zlarini xotirjam his qilishadi, ulardan ko’p narsa o’rganishadi. Ularning duosi samimiy va qudratli bo’ladi. Ularning ahdlari mustahkam, shaxsiy kuchlari ko’p. Va ular, albatta, baxtli.

Barchamizga ana shunday keksalik nasib qilsin.

SHANBA

Bunyodkor kuch

Kun ko’ramiz

Quyosh – bizga eng yaqin yulduz. U yerdagi hayot manbai. Aynan quyoshdan kelgan quvvat hisobidan sayyoramizdagi hamma hayotiy jarayonlar amalga oshadi.

Sayyoradagi hayot charxpalagi tinimsiz aylanadi – organik moddalar kimyoviy jarayonlar orqali anorganik moddalarga aylanadi va ular yana vaqti kelib tirik moddaga o’tadi. Ana shu tiriklik charxpalagiga yoqilg’i manbai – quyoshdir.

Shaxsiy o’sish va bizdan millionlab chaqirim naridagi yulduz o’rtasida qanday bog’liqlik bo’lishi mumkin? Dunyo shunchalar mukammalki, undagi hamma narsa bir-biri bilan uzviy bog’liq. Men shaxsiy o’sish uchun zarur deb aytgan hayotiy quvvat bizga aynan quyoshdan keladi. Minglab yillar davomida eng buyuk taraqqiyot vakillari bu yulduzni ulug’lab, ilohiylashtirishi bejiz emas.

Quyosh in’om etgan quvvatdan bahramand bo’lish darajasiga qarab yer yuzidagi jonzotlarni bir necha pog’onaga ajratish mumkin:

Birinchi pog’ona – o’simliklar. Ular sayyoramizning havo qobig’i zararsizlantirib o’tkazgan sof holdagi quyosh nurlaridan bevosita kuch oladigan jonzotlardir. Quvvat manbaiga yaqin turish jihatidan o’simliklar boshqa barcha jonzotlardan yuqori turadilar. Ular hayotiy quvvat manbaidan to’g’ridan-to’g’ri to’yinadilar. Shuning uchun uzoq umr ko’rish o’simlik olamida keng tarqalgan xususiyat.

Ikkinchi pog’ona – o’txo’r hayvonlar. Ular o’simliklar o’z tanida jamlagan hayotiy quvvatni oladilar. Quvvat manbaiga yaqinlik jihatidan ular yirtqichlardan bir pog’ona yuqori turadilar. O’simliklar o’z jismida quyoshdan kelgan quvvatning bir qismini oladilar, xolos. O’txo’r jonzotlar shu qisman quvvatning yana ham oz qismiga ega chiqishadi. Shuning uchun o’txo’rlarning hayot davomiyligi o’simliklardan qisqaroq bo’ladi.

Uchinchi pog’ona – yirtqichlar. Ular o’txo’rlar tanida to’plagan hayotiy quvvatni qisman o’zlashtirish hisobidan yashaydilar. Yirtqichlar quvvat zanjirida oxirgi o’rinda turadilar. Shunga monand ularning umr davomiyligi eng qisqadir.

Odamzod ushbu zanjirning ikkinchi va uchinchi pog’onalari o’rtasida turadi. Biz ham o’simliklar ne’matini iste’mol qilamiz, ham yirtqichlar safidamiz. Bunda odam iste’mol qilayotgan ozuqa qancha tabiiy bo’lsa, uning hayotiy quvvat darajasi shuncha yuqori bo’ladi.

Yuqori pog’onaga mansub o’simliklarning regeneratsiya – ya’ni to’qimalarni qayta tiklash qobiliyati o’ta rivojlangan. Biz o’simliklarni o’zimizdan quyi hisoblashimiz sabab, ularning bunday qudratlariga e’tibor bermaymiz.

Daraxt shoxi kesib tashlansa, o’rniga yangisi o’sib chiqadi. Ammo odamning kichik bir barmog’i kesilsa – bu yo’qotish qaytib tiklanmaydi. Albatta, hayvonlar orasida ham kuchli regeneratsiya qobiliyatiga egalari bor. Ammo bundaylar faqat sovuqqon hayvonlar orasida uchraydi. Sudralib yuruvchilar issiqqon jonzotlardan ancha oldin paydo bo’lishgan va ular rivojlanishda bizdan ancha ilgarilab ketgan.

Sovuqqon jonzotlar hayotiy quvvat zahirasini yuqori tutib turishning eng samarali usullarini ishlatishadi. Ularning eng katta yutug’i, o’z tana haroratini boshqara olishdir. Issiqqon jonzotlar o’ta issiq yoki o’ta sovuq muhitga tushib qolsa, katta hayotiy quvvat sarflash xisobidan jon saqlaydi va bunday kurashdan so’ng xastalanadi. Bu haqida avvalgi kitobda aytib o’tganman.

Sovuqqon jonzotlar esa tana haroratini atrof muhit haroratiga monand o’zgartiradi va hayotiy quvvat sarflamasdan jon saqlaydi. Masalan, o’ta sovuq muhitda ular o’z tana haroratlarini tushiradilar, ularning qon aylanishi sekinlashadi va tanadagi barcha kimyoviy biologik jarayonlar ham shunga monand sekinlashadi. Natijada, hayotiy quvvat sarfi kamayadi. Shu usulda ular qahraton qishdan ham uncha katta quvvat sarflamay chiqib olishadi.

Agar inson ham shunday qobiliyatga ega bo’lganda, issiq o’tishi yoki shamollash degan kasalliklar bo’lmas edi. O’z tanamiz ustidan hukmimiz

shu darajada oz bo’la turib, kaltakesaklar-u ilonlarga biz odamlar past nazarda qaraymiz.

Lekin o’z tanasini tarbiyalab, ana shunday qo’shimcha qobiliyatlarni rivojlantirgan odamlar ham bor. Ayozli qishda muzni yorib cho’miladigan “morj”lar haqida hammamiz eshitganmiz. Ular yillar davomida o’z tanalarini chiniqtirib borishadi. Bunday mashqlar natijasida ularning miyasida maxsus refleks hosil bo’ladi. Bu refleks organizm kuchli sovuq ta’siriga tushganda tana haroratini pasaytirishga javobgar bo’ladi. Shuning uchun ular yaxdek suvda cho’milib ham shamollamaydilar. Usta morjlar esa bundan zavq olish bilan hayotiy quvvatlarini oshiradilar ham. Bundaylar uzoq umr ko’rishlari ham ana shundan.

Tanani mutassil chiniqtirish bilan katta natijalarga erishgan odamlar haqida ilmiy faktlar yetarlicha. Bularning baridan xulosa shuki, kuchli ahd bilan odam o’z ongini boshqarish qobiliyatini rivojlantirishi mumkin. Ong esa o’z navbatida tana ustidan to’liq hukmga ega. Ongni boshqaruvga olish – butun organizmni boshqaruvga olish degani.

Sport sohasida aqliy mashq degan tushuncha bor. Sportchilar jismoniy mashqlardan holi paytda hayollarida kundalik mashqlarini takrorlaydilar. Ular shunchaki u yoki bu mashqni bajarayotganlarini tasavvur qiladilar. Ma’lumki, tana muskullarimizga buyruq aynan miyadan boradi. Miya shunday tuzilganki, haqiqiy holatda ham, hayoliy holatda ham tana muskullariga buyruq jo’nataveradi. Shu bois aqliy mashq davomida miyaning muskullarga kerakli buyruqlarni jo’natish qobiliyati o’tkirlashadi. Bunda bevosita muskullar mashq olmaydi – bunda ana shu muskullarga buyruq beradigan ong mashq oladi.

O’z ongini tarbiyalash bilan odam nafaqat katta jismoniy yutuqlarga erishish – balki o’z tanasini turli nuqsonlardan halos qilish qudratiga ega. Ong tarbiyasi bilan odam kasalliklarni davolashi, tamaki yoki alkogolga tobelikdan qutulishi, bo’yini o’stirishi, ortiqcha vazndan qutulishi mumkin. O’z ongini tarbiyalash keltirgan manfaatlar bu misollar bilan cheklanmaydi aslida.

Ongni tarbiyalashda avvalgi kitobda tasvirlab berilgan ong dasturlarini yaratish usulidan foydalanish mumkin. Ong dasturini yaratishda ba’zi tamoyillarga amal qilish lozim. Birinchidan, yangi odat dasturga aylangungacha, uni muntazam takrorlash joiz. Musiqa asbobini

chalishni qayta-qayta takrorlab o’rganamiz. Ikkinchidan, yangi ko’nikma tana va ongga asta-sekin bosqichma-bosqich berilishi kerak. Yuqorida misol keltirilgan morjlar ham avvaliga muzdek suvga qisqa muddatga tushishadi va keyinchalik shu muddatni uzaytirib borishadi. Tanani keskin o’zgarishlarga duchor qilish jiddiy xastaliklarga olib kelsa – ongni keskin o’zgartirish ruhiy zaiflikka sabab bo’ladi.

Uchinchi va eng muhim tamoyil – mustahkam ahd. Ong tarbiyasida odam o’z ahdida mustahkam turishi zarur. Ko’pchilik zaif ahd bilan qaysidir ishga kirishadi – ular avvalgi ikkita tamoyilni bajarsalar ham, ahd kuchi kamligi bois, o’z maqsadlariga erishmaydilar. Ahd kuchi esa, bilasizki, bizning hayotiy quvvat darajamizga bog’liq...

Har kuni sahovatli quyosh boshimiz uzra cheksiz quvvat sochib o’tadi. Hayotini sinovlar maydoni deb bilgan biz odamlar bir nima qilib kun ko’rish uchun yelib yuguramiz. Ammo o’sha ko’rmoqchi bo’lganimiz kunga – quyoshga kamdan-kam yuzlanamiz. Keyingi gal quyoshning sahiy nurlaridan o’zingizni soya-salqinga olib qochganingizda sergak torting – oftob nurlariga yuzlaning, toki u sizga tengsiz qudratidan ulgurganicha berib qolsin.

Parilar parisi

Ijodkor odamlardan ko’p eshitadigan hasratingiz – ilhom yo’qligi. Bu ilhom degan narsa juda qaysarmi? Istagan paytida keladi, xohlasa haftalab qorasini ko’rsatmasligi mumkin. Nega bu pari hamma parilardan ham nozliroq, injiqroq? Yoki har kim ham uni o’ziga tortishni, jalb qilishni uddalay olmasmikan?

Hammasi aslida ancha sodda. Ilhom – hayotiy quvvat eng yuqori bo’lgan holat. Uning paydo bo’lishi aniq qonuniyatlarga bo’ysunadi. Undan keyin, ilhom – faqat ijod ahliga xos bo’lgan holat emas. Uni har kim boshidan o’tkazishi mumkin.

Kundalik hayotimizda biz o’z hayotiy quvvatimizni turli maqsadlarga safarbar etamiz: jismoniy va aqliy faoliyat, ruhiy kechinmalar, his-hayajonlar, qo’rquvlar va tashvishlar. Ba’zida ana shu harajatlardan

keyin bir oz quvvat ortib qoladi. Ana shu qoldiq quvvat odamdagi shijoat quvvatidir.

Mazmunli ta'tildan so'ng ishga shijoat bilan kirishasiz. To'yib uxlasangiz – tongda o'zingizni tetik his qilasiz. Tashvishlaringiz kam bo'lsa, kun bo'yi kayfiyatingiz yaxshi bo'ladi. Xavotir va qo'rquvlaringiz arisa – hayotga muhabbatingiz ortadi.

Ana shu ortiqcha quvvat qancha ko'p bo'lsa, shijoat shuncha baland bo'ladi. Ammo g'ayrat bilan siz har doim qilishga ko'nikkan yumushlaringizni bajarishingiz mumkin, xolos. Mutlaqo yangi narsalar yaratish, ixtirolar qilish uchun esa sizga ilhom kerak bo'ladi. Ortiqcha quvvatning eng to'lib-toshgan holatidagina odamda ijodga yoki izlanishga ilhom paydo bo'ladi.

Mag'rur parivashning bor-yo'q siri ana shunda. U sizning hayotiy quvvat darajangizga qarab sizni yo'qlaydi yoki chetlab o'tadi. Tushkunlikda yurgan yoki boshiga tashvish tushgan shoirning ilhomi jo'shib turganini hech ko'rganmisiz? Turli qo'rquvlar og'ushida ilhomlangan olimni-chi?

Ilhom kelishining yana bir muhim sharti bor: bunda aql sahnani bo'shatishi, u yerga ko'ngil chiqishi kerak. Ko'pchilik ilhom kutilmaganda kelishini aytadi. Buning sababi aynan ana shunda: aql doim o'z faoliyatini mahkam tutadi, lekin ba'zida u bir oz bo'shashadi. Ana shundan foydalangan ko'ngil o'z so'zini aytib qoladi. Ya'ni ko'ngil gaplari aql buni sira kutmagan paytda aytiladi.

Ba'zida ilhom keskin oshib ketgan hayotiy quvvat natijasida ham yuzaga kelishi mumkin. Masalan, xushxabar eshitgan odamning shijoati keskin oshishi va u biror ishni ilhom bilan bajarishi mumkin.

Ammo har qanday ilhom ham bunyodkor bo'lavermaydi. Ba'zida o'ziga xos "o'g'ri ilhom" ham kelib turadi. Bunday ilhom biror nimadan qattiq ta'sirlangan odamda paydo bo'ladi (bu ko'pincha ijod ahlida bo'ladigan ilhom). Bunday ilhomni "o'g'ri" deb atashimga sabab shuki, u kuchli hissiyot vositasida tananing boshqa ehtiyojlaridan quvvatni tortib oladi va uni yaratish uchun sarflaydi. O'g'ri ilhomga xizmat qiladigan hissiyotlar sirasiga hayrat, achinish, afsus, adolat hissi va hatto g'azab

ham kirishi mumkin. Bunday ilhom ta’siridagi “ijod”dan keyin odam o’zini bo’shab qolgan idishdek his qiladi.

O’g’ri ilhom paydo bo’lishining oldini olish uchun, odam muhimlikdan halos bo’lishi darkor. Ma’lumki, kuchli hissiyotlar aynan muhimlik ortidan kelib chiqadi. Odam bir nimaga o’ta jiddiy qaraganda, unga munosabati quvvatxo’r tuyg’ularni keltirib chiqaradi. O’g’ri ilhom qisqa muddatda katta quvvat isrof bo’lishiga olib keladi va odam o’zini ancha paytgacha qayta tiklay olmay yuradi.

Ilhom faqat katta quvvat ortidan paydo bo’lishini tushundik. Ammo ba’zida odamlar o’z ixtiyorlaridagi katta hayotiy quvvatni ham ilhom sifatida ishlata olishmaydi. Buning sababi juda oddiy: biz birdaniga bir nechta maqsadni ko’zlaymiz. Ya’ni aqlimiz bir vaqtning o’zida ko’plab maqsadlarni tahlil qilish bilan band bo’ladi.

Sakkizta paypaslagichi bilan tengdaniga sakkizta narsani o’ziga tortmoqchi bo’lgan sakkizoyoqni tasavvur qiling. U o’z kuchini sakkizga bo’lib, hamma narsaga teng ega chiqmoqchi. Ammo kuchini shunday taqsimlagani bois, u hech biriga erisha olmaydi. Agar u qolgan yettita o’ljadan voz kechib, hamma kuchini bittasiga yo’naltirsa, uni osongina qo’lga kiritadi.

Odamning ahd kuchi ham ana shunday. Birdaniga har xil maqsadga qaratilsa – hech bir maqsadga intilishda odam ishtiyoqi ilhom darajasiga ko’tarilmaydi. Ikkita kemani boshini tutgan cho’kib o’ladi. Yorug’likni har yoqqa sochgandan ko’ra, uni bitta nurga birlashtirilsa – u hatto temirni ham eritishi mumkin. Ahd kuchi ham sizning ixtiyoringizdagi mo’jizakor kuch. Uni har tomonga samarasiz sochib yuborish katta isrofgarchilik.

Ilhom ishtirokida yaratilgan har qanday asar – san’at namunasidir. Bu kichik bir she’r yoki yoqimli musiqa bo’ladimi, haqiqiy san’at asarida ijodkorning hayotiy quvvati jamlangan bo’ladi. Ijodning eng bunyodkor jihati shundaki, u odamlarning hayotiy quvvati ortishiga hissa qo’shadi.

Aytaylik, biz ovqatni jismoniy quvvat uchun iste’mol qilamiz. Uni ham kimlardir yaratadi. Moddiy ehtiyojlarimizni qondiradigan narsalar mahsulot deb ataladi va ularni sanoat ishlab chiqaradi. San’at ishlab chiqargan mahsulotlarni esa asarlar deb ataymiz va ular bizning ma’naviy ehtiyojlarimizni qondiradi.

Faqat mahsulot va asar o'rtasida keskin bir farq bor. Bitta non bilan faqat bir kishining qornini to'yg'azish mumkin. Ya'ni bir bo'lak mahsulot faqat bitta odamning moddiy ehtiyojini qondiradi. Ammo bitta san'at asari bilan cheksiz ko'p odamlarning ma'anaviy quvvatlarini oshirsa bo'ladi. Bitta she'rni bir kishi o'qisa ham, yuz kishi o'qisa ham – u barchaga o'z go'zalligi bilan zavq bag'ishlay oladi.

Ilhom ijodkorning hayotiy quvvatidan bir bo'lak olib, uni asarga joylab qo'yadi. Ana shu quvvat asardagi mukammallik, go'zallik, ta'sirchanlik, samimiylik kabi xislatlar orqali odamlarga quvvat beradi.

Lekin, afsuski, bugun bizga san'at asari muqovasi ostida soxta mahsulotlar taklif qilinmoqda. Biz o'qiydigan she'rlar, biz eshitadigan musiqa yoki qo'shiq, biz tomosha qiladigan filmlaring hammasi ham ilhom bilan, ijodkorning qalb qo'ri bilan yaratilmagan.

Bunday soxta asarlarning bir zararini hisobga olish darkor – ular odamlarning hayotiy quvvatini tortib olishi, odamni ruhan va jismonan charchatishi, ko'ngil xotirjamligidan ayirishi bilan xavfli.

O'g'ri ilhom ta'sirida yaratilgan asarlar ham bir nuqsonga ega. Ular ijodkorning salbiy quvvatini o'zida jamlagan bo'ladi va bu asardan bahramand bo'lgan odamga ham ana shu quvvatni beradi. G'azab bilan yozilgan she'r o'quvchida g'azab uyg'otadi, achinish hissida aytilgan qo'shiq – odamda achinish hissini paydo qiladi, tushkunlik bilan chizilgan surat – odamni tushunlikka tortadi.

Sizda yorqin va bunyodkor tuyg'ularni uyg'otgan asarlardangina bahramand bo'ling. Ilhomsiz yaratilgan, sizning quvvatingizni so'rib oladigan yoki sizga salbiy va buzg'unchi quvvat beradigan asarlardan ehtiyot bo'ling.

Aslini olganda, ilhom bilan bajarilgan har qanday ish san'at asari bo'lishi mumkin. Nonvoy ilhom bilan yopgan non, uni yegan odamga nafaqat to'qlik – balki katta zavq ato etishi mumkin. Me'mor ilhom bilan yaratgan bino nafaqat odamlarga moddiy xizmat qilishi – balki o'z chiroyi bilan zavq berishi mumkin.

Umid qilamanki, ushbu kitob sizda faqat zavq hissini uyg'otadi – sizning hayotiy quvvatingiz oshishiga xizmat qiladi, sizga kuchli shaxs

bo’lishga yordam beradi. Men bu kitobni chin ilhom bilan yozishga intildim – buni qanchalik uddalaganimni odilona baholash esa sizdan.

Ahd mushti

Odam o’z istaklariga faqat ahd qilgandagina erishishini bildik. Bizning hayotiy quvvatimiz bir nuqtaga qaratilib, ishga solinsa – u ahd kuchiga aylanadi va ko’zlagan maqsadimizga erishamiz. Ammo hayotiy quvvatni bir joyga jamlab beruvchi qurol nima?

Bu, tabiiyki, e’tibor. Aynan biror nimaga diqqatimizni qaratibgina unga o’z hayotiy quvvatimizni yo’naltiramiz. Bizga diqqat qilishni bolalikdan o’rgatishadi. Diqqatni jamlay olmaslik – jiddiy aqliy nuqson hisoblanadi.

E’tibor o’z kelib chiqishiga qarab ikki turga bo’linadi: tabiiy va majburiy. Tabiiy e’tibor – bu insonning qalbi istagidan kelib chiqqan e’tibordir. Uning ortida istakka erishish uchun kerak bo’ladigan obyektga qiziqish yotadi.

Ikkinchi tur e’tibor – aql mehnati mahsuli. U muhimlikdan kelib chiqadi va odamning hayotiy quvvatini qaysidir obyektga majburan yo’naltiradi. Odatda bunday e’tiborni katta quvvat hisobidan tutib turiladi.

Yosh bolalarning e’tiborini tortgan narsa juda tez o’zgaradi: hozir koptokni ushlab turgan bola zum o’tmay mushuk ortidan quvib ketadi. Buning sababi oddiy – bolalikda bizning qalbimiz har narsani bilgisi, ko’rgisi keladi va bu ajoyib dunyodagi g’aroyib narsalarning qay birini birinchi o’rganishni bilmay qiynaladi. Tabiiy e’tiborning bu beboshligi vaqt o’tib yo’qoladi va qalbimiz o’z istaklarida turg’un turishni o’rganadi. Yosh bola ham unga birdaniga ko’p yangi o’yinchoq berilsa, hammasini teng o’ynashga intiladi. Ammo boshlang’ich qiziqish qondirilgach, u o’yinchoqlarni birma-bir chuqurroq o’rganishga tushadi.

Shu o’rinda bir gapni aytib o’tmoqchiman. Hech qachon bolangizni o’yinchog’ini buzgani uchun koyimang. O’yinchoqning vazifasi shu – bola undan o’zi bilgancha zavq oladi. Siz o’z mashinangizni ishga minib borganda buzib qo’yganingiz uchun o’zingizni koyimaysiz-ku? Chunki mashinaning vazifasi sizni tashib yurish ekanini, bu vazifani bajarishda u

ba'zida ishdan chiqib qolishini yaxshi bilasiz. O'yinchoqlarning vazifasi – bolaga yangi narsalarni o'rgatishdir. Agar bolangiz o'yinchoqni buzib, dunyo haqida bilimlarini oshirsa – bundan faqat xursand bo'ling. Mashina ham buzulib, ehtiyot qismlarini vaqti-vaqti bilan yangilab turish kerakligini sizga o'rgatadi.

Tabiiy va majburiy e'tiborni bir-biridan farqlash juda oson. Biror nimaga tabiiy diqqat qaratgan odamning tanasi xotirjam, muskullari bo'shashgan bo'ladi. Chiroyli qizni ko'rganda, og'zi ochilib, yonidagilar gapini ham eshitmay qolgan yigit e'tibori – tabiiy e'tibor. Onaning bolasiga g'amxo'rlik qilayotganda diqqatini bir joyga jamlashi – tabiiy e'tibor. O'zi qiziqqan kitobni o'qib, zavq olgan kitobxonning e'tibori – tabiiy e'tibor.

Majburiy e'tibor esa o'z nomi bilan majburiy. Bunda aql u yoki bu narsaning muhimligini sun'iy oshirib, odam diqqatini shunga qaratadi. Majburiy e'tibor odamning tanasini zo'riqtiradi, muskullar taranglashadi, qoshlari chimirilgan, yuz ifodasi jiddiy bo'ladi. Kuchli aqliy faoliyat bilan bog'liq ish bilan band odamning e'tibori – majburiy e'tibor. Qiziqmagan yoki o'ta muhim deb bilgan narsani tinglayotgan odamning e'tibori – majburiy e'tibor.

E'tiborni jamlab turish – katta hayotiy quvvat talab etadigan holat. Har tomonga qarab o'sgan daraxt shohlarini birlashtirish qancha jismoniy kuch talab etsa – diqqatni jamlash ham ana shuncha ruhiy quvvat oladi. Shuning uchun odam e'tiborini kerakli narsalarga qarata bilishi uning hayoti qanchalik ravon bo'lishini ko'p jihatdan belgilab beradi.

Avvalo, majburiy e'tibor talab etadigan maqsadlardan kechish zarur. Bu, tabiiyki, puch va yot maqsadlar. Ular sizning hayotiy quvvatingizni sovurib ham, hech bir natijaga olib kelmasligi mumkin.

Majburiy e'tiborning bir alohida ko'rinishi borki, u eng zararlidir. To'g'rirog'i, undan naf kam. Bu – hayol o'yindir. Aqlimiz u yoki bu muammoni ushlab olib, uni chaynayveradi. Bunday hayollarni men *saqich hayollar* deb atayman. Ular huddi saqichdek yopishqoq bo'ladilar va aqlingizni ulardan tozalab tashlash juda qiyin.

Odam bir muammoning atrofida bor hayotiy quvvatini jamlab qo’ysa, uning sog’ligi yomonlashadi, tanasi charchaydi, keksayadi. Bir narsaga ortiqcha e’tibor berish orqasidan odamning boshi qotishini xalqda bekorga *diqqat bo’lish* deb atalmaydi.

Saqich hayollardan qutulishning eng oson yo’li – bu sergak tortish. Bu hayollarni aql sun’iy muhimlik orqali sizga “yopishtirayotgani”ni eslash lozim. Agar hayollar biror muammo atrofida bo’lsa, vaqt har qanday muammoni o’zi hal qilishini eslang. Saqich hayollarning jismoniy asoratidan qutulish uchun bir necha daqiqa yengil mashqlar qiling yoki sayrga chiqing.

Majburiy e’tibor – zamonaviy odam hayotida bo’lmasdan iloji yo’q. Ko’pchilikning ishi, kundalik yumushlar majburiy e’tibor talab etadi. Shu bois majburiy e’tiborning jismoniy sog’liqqa yetkazgan zararini bartaraf etib turishni odat qilish kerak.

Aqliy faoliyat bilan shug’ullanuvchi odamlarga har ikki soatda o’rnidan turib, yengil mashqlar qilish tavsiya etiladi. Bunday mashqlar orasida paylarni cho’zuvchi mashq eng samaralidir. U juda oddiy: odam tik turgan holda qo’llarini yuqoriga ko’tarib, butun tanasini bo’yiga cho’zadi (huddi yuqorida turgan narsaga qo’l cho’zib, olmoqchi bo’lganday). Ana shunday holatda yelkani o’ngga va chapga asta burish mashq nafini oshiradi. Bunday mashq majburiy e’tibor bosimi ostida tortishib qolgan muskullarni bo’shashtiradi. Bunda ayniqsa yelka, kurakusti va bel muskullari yengil tortadilar. Bu guruh muskullar diqqat jamlanganda eng ko’p taranglashadi.

Muskullar mudom tarang holda turishining ikki jiddiy oqibati bor: birinchisi, doim tarang holda turgan muskullar ana shu holatga ko’nikib, qotib qolishi; va ikkinchisi, tarang tortilib turgan muskullar oralab qon yaxshi aylanmasligi va buning natijasida shu joylarda qon tiqilib qolishi. Tiqilib qolgan qon borib-borib og’riq hissini uyg’otadi – faqat shundagina biz muskullarimiz taranglashib qolganini payqaymiz.

Yaxshisi, tanani ana shu holatgacha olib bormagan ma’qul. E’tiborni tartibga solish uchun qilingan mashqlar tanadagi qon aylanishini yaxshilabgina qolmay, undagi quvvat aylanishini ham maromga keltiradi. Hayotiy quvvat tanimizning turli qismlariga o’ziga xos kanallar orqali

yetib boradi – muskullar holati buzilishi esa ana shu kanallarni toraytirib yoki tamoman to’sib qo’yishi mumkin.

E’tiborni boshqarish – ahd kuchini boshqarish demakdir. Har tomonga qaragan hayotiy quvvatni bitta ahd mushtiga jamlab beruvchi e’tiborni nazorat qila olsangiz – ahd kuchi sizning izmingizda.

Odam o’z e’tiborini tarbiyalasa, misli ko’rilmagan natijalarga erishishi mumkin. Masalan, sharq yakka kurashi falsafasi diqqat yordamida nafaqat hayotiy quvvatni – balki jismoniy kuchni ham yuksak mahorat bilan boshqarishni o’rgatadi.

Kuchli bokschi va mohir konfuchini tasavvur qiling. Ularning qarshisiga qalin taxta qo’yib, zarba bilan uning o’rtasini teshish so’raldi. Bokschi o’z kuchi bilan taxtani parchalab tashlasa tashlaydiki, topshiriqni bajara olmaydi. Undan kuchi ancha kam bo’lgan konfuchi uchun esa bu topshiriq juda oddiy. Uning izmida jismoniy quvvatini taxtaning kerakli nuqtasiga yo’naltirib beruvchi kuchli diqqati bor.

Ana shunaqa. Tartibga solingan va o’tkirlangan e’tibor sizga katta imkoniyatlarni ochib beradi. Uning yordamida mushtga tugilgan ahd zarbasi maqsadingiz yo’lida duch kelgan devorlarda siz uchun darchalar ochadi.

Butun devorni esa hayotni tinimsiz kurash deguvchilar buzsin. Axir, yo’lni to’sgan o’rmondan o’tish uchun, undagi hamma daraxtlarni kesish kimga kerak?

Havaskor musavvirlar

Inson qalbining yagona maqsadi – mehr ko’rsatish. U shu maqsad yo’lida kutadi, talpinadi, sog’inadi. Shu maqsadga intilib, kimnidir sevadi. Uning yo’riqnomasiga birgina qoida bitilgan: *mehr berish*.

Qalb bu maqsadini turlicha ko’rinishlarda namoyon etadi. Eng yaqqol ko’rinishi – bu sevgi. Avvalo insonning o’z-o’ziga bo’lgan sevgisi. O’z-o’ziga bo’lgan *shartsiz* sevgisi. Qalb insonga eng yaxshi narsalarni ravo ko’rgani uchun, uni yuksak maqsadlar tomon yetaklaydi. Aql

bunday intilishlarni balandparvoz deb qancha sifatini tushirishga urinmasin – ular bari bir hayotimiz mazmuni bo’lib qolaveradi.

Har qanday but maqsad – qalb istagidan yaralgan niyatdir. Uning kelib chiqishi ham, unga borar yo’l ham – uning manzili ham insonga faqat baxt ato etadi. Bunday maqsadlar bu dunyoda nimanidir bunyod qilishga, yangi sarhadlarni kashf etishga qaratilgan bo’ladi.

Qalb ko’pincha mehr ko’rgan insonlariga javob tariqasida mehr qaytarishni istaydi. Biz mehrning bu ko’rinishini *minnatdorchilik* deb ataymiz. Kimgadir o’z rahmatini aytmoqchi bo’lgan odamning shu minnatdorchiligi yo’lida qilgan ishlari bunyodkor va samimiydir. Minnatdorchilik ortidan kelib chiqqan maqsadlar ham but maqsadlardir.

Ba’zan biz kimdir bizga mehr ko’rsatishiga qarshilik qilamiz. Ba’zida kimningdir minnatdorchiligini qabul qilmaymiz. Aqlimiz buni “yuksak” madaniyat belgisi deb atashi mumkin. Ammo aslida bu bir jinoyatdir. Bu – inson qalbiga qarshi jinoyat. U sizga mehr ko’rsatish yo’li bilan o’zining yagona maqsadiga erishmoqchi. Siz esa uni bundan mahrum qilyapsiz. Keyingi gal kimdir sizga samimiy minnatdorchilik bildirishga uringanda odob yoki yana qanaqadir “aqlli” vaj bilan buni qabul qilishdan bosh tortishdan avval – qanday ish qilayotganingizni o’ylab ko’ring. Kimdir sizga shartsiz sevgi izhor qilganda aqlingiz nayrangiga uchib, bu mehrdan voz kechishdan oldin – bu qanchalik vayronkor ish ekanini eslang.

Farzand qalbi minnatdorlik bois ota-onaga g’amxo’rlik qilishni istaydi. Ota-onasiga g’amxo’rlik qilishni o’ziga yuk deb bilgan yoki buni umuman qilmagan farzandni qoralashga shoshilmang. Bunday farzandni minnatdorchilik ortidan qalbi aytgan istaklarga ergashadigan emas, aqli aytgan manfaatlar ortidan quvadigan qilib tarbiyalagan kim ekanini eslang.

Ahd kuchi odamni ko’p maqsadlarga yetkazishi mumkin. Lekin ahd har doim ham mehrdan kuch olmaydi. Ba’zida ahd qahrdan, arazdan, ginadan, qasddan va hatto nafratdan kuch oladi. Bunday ahd va u qaratilgan maqsad inson hayotida juda ko’p buzg’unchiliklar qilishi mumkin.

Ba’zida biz muhimlik kuch bergan ahdlarni mehrdan kelib chiqqan deb xato qilamiz. Muhimlik intilgan maqsadlar kimningdir foydasi uchun, boshqalar tinchidan kechish evaziga amalga oshadi. Chunki bunda bir odamning ahamiyati boshqasinikidan yuqori qo’yiladi.

Misrning azaliy ehromlari fir’avnlarning o’z ilohlariga bo’lgan yuksak mehri maxsuli emas – haddan ziyod oshirilgan muhimlik maxsuli. Toj Mahal, biz o’ylaganday, bir oshiqning o’z mahbubasiga bo’lgan pokiza muhabbati yodgorligi emas – tengi yo’q muhimlik yodgorligi. Agar bu kabi inshootlar qurilishi ortida mehr kuch bergan maqsad turganda, ular bino bo’lguncha minglab odamlarning joni qurbon bo’lmagan bo’lardi.

Odamlarning qalb istaklariga befarq bo’lmaslik – o’nta Toj Mahal qurgandan afzal. O’z qalbimiz istaklariga qarshilik qilmaslik esa – yuzta ehrom qurgandan ustun.

Insonparvarlik – bu kitoblarda chiroyli so’zlar bilan ta’riflanadigan, faqat avliyosifat odamlarning qo’lidan keladigan og’ir bir yumush emas. Insonparvarlik, ko’pchilik o’ylaganday, o’zi qolib, boshqalar tashvishida kuyib-pishish ham emas. Inson o’ziga mehr ko’rsatmasdan, boshqalar g’amini yeyishida qanday insonparvarlik bo’lishi mumkin?

Insonparvarlik – bu odamlarga o’z ko’ngil istaklariga intilishda dalda bo’lish. Katta-katta maqsadlar yo’lida kichik yutuqlarga erishgan do’stingiz quvonchiga sherik bo’lish – insonparvarlik. Kimningdir qalbi istagiga qarab borar yo’lida shashtini tushiradigan, uni “osmondan yerga qaytaradigan”, uni hayotga real qarashga undaydigan gaplarni aytishdan tiyinish – insonparvarlik. Qalbining xohishiga ergashib, katta niyatlar qilgan odamning orzulari amalga oshishi haqida shubha qilmaslik, qilsa ham bu haqida u odamga gapirmaslik – insonparvarlik.

Farzandlaringizni hech kimdan kam qilmay katta qilish istagi – puch maqsad. Bu maqsad sizning ota-onalik mehringizdan emas, ota-onalik *muhimligingizdan* kelib chiqqan. Siz farzandingizni insoniylik nima ekanini biladigan kuchli shaxs etib tarbiyalashni ko’zlang. Buning uchun esa ularda “hech kimdan kam emaslik” hissini emas – “hamma bilan tenglik” hissini shakllantirish lozim. Ana shunda siz farzand tarbiyasiga muhimlik mehr niqobi ostida aralashishining oldini olgan, bolangizga mehr ko’rsataman deb, jabr qilmagan bo’lasiz.

Mehr izhor etishdan kelib chiqqan maqsadlar yo’lidan borib, farzandlaringizga but maqsadlar qanday bo’lishi haqida saboq bering. Bunda ularga sizning maqsadlaringiz namuna bo’lsin. Ularni shartsiz mehr bilan to’yintiring. Mehrga to’yib ungan gul, atrofga faqat xushbo’y ifor taratadi. Farzandlaringiz mehridan zavqlangan odamlar, ularni parvarish qilgan bog’bonlarga rahmat aytsinlar. Ularning minnatdorligi ham – sof holdagi mehrdir.

Oldimizga qanday maqsad qo’yishimizdan qat’iy nazar, uning kelib chiqishini aniq bilishimiz lozim. Uning o’zagi qalb istagida bo’lishi, uning o’zi mehrdan kuch olishi va bu maqsad bunyodkor ishlarga turtki bo’lishining garovidir. Bunyodkor ishning esa katta-kichigi bo’lmaydi.

Hech qachon odamlarga rahmat deyishni kanda qilmaylik. Oddiy rahmat aytish ham mehr izhori, qalb istagi ekani yodimizda bo’lsin. Odamlarning yordamlarini minnatdorlik bilan qadrlay bilish – kuchli shaxsiyat xislatidir. Minnatdorchilik bildirish – bizga kerak, bu bilan bizning qalbimiz o’z so’zini aytadi.

Mehr kuch bergan maqsadlarga intilishga zamon yoki makon imkon bermaydi deydiganlarga men bir nima deyishim qiyin. Ular o’z shaxsiy erkinliklarini tashqi va ichki tobeliklarga berib qo’ygan baxtsizlardir. Ular hali ham aql tuzoqlaridan nariga o’tishni istamaydilar. Ular o’zgalarga (hatto o’zlariga) shaxsiy erkinlik berishdek mehribonchilikni ravo ko’rmaydilar. Bu ularning tanlovi.

Tangri bu borliqni tengsiz mahorat bilan yaratgan. U dunyo daftariga hayot suratini ahd qalamini mehr siyohiga botirib chizgan. U bizga ham ahd kuchi bilan bu daftarga suratlar chizishni o’rgatgan. Ahd qalamini botirib turish uchun mehr siyohiga to’la qalb ato etgan. Keyinchalik biz nafrat va g’ayirlik kabi bo’yoqlarni ham kashf qilganmiz. Ular yordamida hayot surati mukammalligiga zarar yetkazishni, Tangrining shundoq ham bekam ilohiy asariga insoniy tuzatishlar kiritishni o’rganganmiz.

Bugun ham – hozir ham ana shu yaratuvchilik qudrati sizning qo’lingizda. Shaxsiyatingiz tubida mehri hech qachon tugab qolmaydigan qalb siyohdoni bor. Izmingizda shu siyohdan go’zalliklar bunyod qilishga qodir ahd qalami bor. Ana shu bunyodkor kuchni haq yo’lda va Haq yo’lida ishlata bilish qoldi, xolos. To’g’ri, Yaratgan oldida biz bor-yo’g’i bir

havaskor musavvirlarmiz – lekin, ba’zida, havaskor ijodkorning ilhomi ham san’at asarlari yaratishga qodir.

YAKSHANBA

Baxt

Maqsadimiz xolis bo'lgan ekan, mana, eson-omon uchinchi suhbatning ham so'ngiga yetdik. Bugungacha siz bilan ko'p yangi narsalarni o'rganish baxtiga – natijada o'zimizni yana-da yaxshiroq anglash baxtiga sazovor bo'ldik. Dunyoga qarashlarimiz sergaklashdi, ko'nglimiz kengaydi. Oldimizga yuksak va ezgu maqsadlarni dadil qo'yadigan, ularga xolis yondashadigan – ularga qo'rqmay erishadigan bo'ldik. Kamida bunga bo'lgan ishonchimiz mustahkamlandi.

Taqqoslash va ayirmachilik keltirishi mumkin bo'lgan balolardan o'zimizni tejab qolganimiz ham rost. Puch va yot maqsadlardan yiroq bo'lishni, but maqsadlarimizni ortiqcha muhimlik va qurbonliklarsiz amalga oshirishni, buning uchun ahd kuchidan to'g'ri foydalanishni o'rgandik. Ayniqsa, men juda ko'p narsani o'rgandim.

O'ylaymanki, kitobni yozishdan ko'zlagan maqsadimga men erishdim – uni o'qishdan ko'zlagan niyatingizga siz erishdingiz. Har holda, ana shu maqsadimiz bizdan qochib ulgurmadi. Menga yana bir maqsadimga yetishim uchun mana shu imkonni berganingiz uchun, albatta, sizdan minnatdorman.

Rahmat sizga.

Muallif haqida

Ismi-sharifim – Javlon Juraev

Ijoddagi taxallusim - Dilpora

Millatim – o’zbek

Mutaxassisligim – iqtisodchi

Qiziqishlarim – falsafa, amaliy psixologiya, jamiyatshunoslik, axborot texnologiyalari, adabiyot, tillar, musiqa, tasviriy san’at

Internet sahifam – www.dilpora.com

Email manzilim – dilpora@gmail.com

Agar kitob sizning shaxsiy o’sishingizga oz bo’lsada hissa qo’shgan bo’lsa – uni ma’qul topgan do’stlaringizga tavsiya eting. Bu kabi bilimlar har kimga dahldor va ulardan foyda topishga har kim haqli. Ishoning – atrofimizda kuchli shaxslar qancha ko’p bo’lsa, hayotimiz shuncha yorqin bo’ladi.