

85
p-75

Жим Рон

ОМАД

ва

БАХТГА

саёҳат



Хориж
бестселлери



Америкалик буюк
бизнес файласуфининг
самарали ғоялари

Kitob shu yerda ko'rsatilgan muddatdan
kechiktirilmagan holda topshirilishi shart

ilgarigi berilmalar miqdori _____

--	--

Жим Рон

■ ОМАД

ва
БАХТГА
саёҳат



Хориж
бестселлери



«Adabiyot uchqunlari»

Тошкент — 2017

УДК: 67.72.(607)

ББК: 85.120 (Э201)

Омад ва бахтга саёҳат/Тузувчи: Жим Рон — Т.: «Adabiyot uchqunlari», 2017 йил, 84 бет.

ISBN 978-9943-987-46-3

Нашрга тайёрловчи:
Акмал Нажмиддинов

ISBN 978-9943-987-46-3

© "Adabiyot uchqunlari" нашриёти, 2017

© А. Нажмиддинов, 2017

МУҚАДДИМА

Мустақиллик йилларида мамлакатимизда, барча жабҳаларда бўлгани каби, бошқарув тизимини ислоҳ қилиш, давлат вазифаларини жамоат ташкилотларига босқичма-босқич ўтказиш, яъни «кучли давлатдан кучли жамият сари» ижтимоий-сиёсий ғоясини амалга ошириш борасида Жим Роннинг мазкур китоби айтилиши мумкин. Маълумки, жаҳон тажрибасида маҳалла деб аталувчи ягона, бетакрор бошқарув институтини шакллантириб, унинг замирида пойдевор бўлган интеллектуал ёшларни тарбиялаш илк бор бизнинг юртимизда пайдо бўлган. Юртбошимиз ўз маърузаларида ва нутқларида, кенг жамоатчилик билан учрашувларида «XXI аср интеллектуал авлоднинг замони», дея қайта-қайта уқтирадilar.

Қўлингизда тутиб, сиз варақлаб танишаётган «Омад ва бахтга саёҳат» китоби жамиятимизнинг сиёсий-иқтисодий, ижтимоий ва маънавий ҳаёти ҳақида бир лаҳзага тўхтаб ўйлаб кўришга ундайди. Шунингдек, бугунги кунда ёшларимизнинг мустақил ҳаётга қадам қўяётган муҳим дақиқаларида ундаги маслаҳатларни босқичма-босқич ўз ҳаётига тадбиқ этишга чорлайди. Кейинчалик уни глобаллаштириш режаларини ўргатиб боради. Бу китобда Сиз ўзингиз билан суҳбат қурасиз. Юрагингиз тубидаги армон, орзу, бахт ва омад калитини ҳали ҳам топганингизга ишонмасангиз, «Омад ва бахтга саёҳат» китобини ўзингизга ҳамроҳ қилиб олинг.

Сизга бахт ва омад ҳамиша ёр бўлсин, азиз китобхон.

Замонабегим Садаф, Соҳиба Аъзамова

ЖИМ РОН

Бизнес соҳасининг машҳур файласуфи, нотиқ ҳаётда, тадбиркорликда муваффақиятларга эришиш йўллари ҳақида ҳикоя қилувчи «Бахт ва омадга эришишнинг 7 усули», «Ақл витамини», «Ҳаёт фасллари», «Янги мингйиллик ва Сиз» каби кўплаб психология – руҳиятга оид китоблар муаллифи Жим Рон 1930 йилда туғилган бўлиб, ушбу соҳада олиб борилган қарийб 40 йиллик фаолияти давомида турли мамлакатларда 5000 дан зиёд аудитория ва 3 миллиондан ошиқ тингловчилар қаршисида омад психологияси, шахснинг ўз-ўзини камолотга етиштириш борасидаги маърузалари билан чиқишлар қилди, узоқ йиллар давомида семинар машғулотлари олиб борди.

Жим Ронни Американинг юздан ортиқ номдор корпорациялари раҳбарларига бизнес борасида қимматли маслаҳатлар берган муваффақият назарияси ва амалиёти мутахассиси сифатида ҳам билишади. У «Coca-Cola», «I.B.M.», «Херох», «General Motors» каби нуфузли компаниялар фаолияти тизимини ишлаб чиққан, шунингдек миллионер Билл Гейтснинг шахсий «бизнес-мураббийи» бўлган.

Жим Рон 1985 йилда Нотиқлар миллий ассоциациясининг СРАЕ мукофотини қўлга киритган.

«Ҳаёт нақшининг беш асосий бўлаги» (китобнинг номини «Омад ва бахтга саёҳат» деб ўзгартирдик... – таҳририят) китобида муаллифнинг кўп йиллик изланишлари ва тажрибалари натижасида пайдо бўлган, турли муҳокама ва мунозараларда туғилган, кишиларнинг

ўз ҳаётини яхши томонга ўзгартиришга кўмак берувчи қимматли маслаҳатлари, фикрлари жамланган.

Муаллиф ҳаёт нақшининг беш асосий бўлагини ажратиб кўрсатиш орқали кишиларда ўз-ўзини тарбиялаш кўникмасини шакллантиришга, шунингдек уларни ўз устида мунтазам ишлашга ундайди.

Омаднинг табиати шундайки, у ўзгарувчан ва тутқич бермасдир. Унинг мукофотлари кўпчилик учун эришиб бўлмайдиган мушкул иш бўлса-да, астойдил сабот билан ҳаракат қилганларгагина насиб этади.

Омаднинг табиати ўзи шунақа, уни ўзингизга жалб қила олишингиз лозим.

Бизнинг қўлга киритган ютуқларимиз ва олдинга интилишларимиз муттасил ҳаракатда бўлишимиз, шошилишимиз оқибати эмас, балки бизнинг ўзгарганлигимиз натижасидир.

Айнан шу ўзгаришимиз охир оқибат бизнинг натижаларимизни ҳал қилади.

«Катта нарсага эгалик қилишимиз учун аввал биз ўзимиз ундан каттароқ бўлишимиз лозим, ундан юқорироқ туришимиз керак», деган фикр Жим Роннинг «Омад ва бахтга саёҳат» номли китобида илгари сурилган.

Бизнинг шахсий фалсафамиз ҳаётга бўлган муносабатимизни белгилайди. Айнан шу ҳаётга бўлган муносабатимиз фаол ҳаракатимизнинг миқдори ва сифатини аниқлайди. Бу ҳаракатларимиз натижаларга олиб келади, натижалар эса биз олиб бораётган ҳаёт тарзимизга сабаб бўлади.

Эришган натижаларимиз ва ҳаёт тарзимиз биз эга бўладиган оқибатларимиздир. Бироқ, ҳаётга бўлган шахсий қарашларимиз ва олиб борган фаолиятимиз, оқибатда эришадиганларимизнинг асосий сабабчисидир.

Оқибатларни ўзгартиришимиз учун уларга олиб келган сабабларни бартараф этишимиз лозим бўлади. Лекин аксари одамлар оқибатлардан нолиб, сабабларини эса авайлаб «парваришlash»да давом этишади.

Жим Роннинг ушбу китобида яхши ҳаёт илинжида бўлганларга бетакрор фикр, ғоялар орқасидан улкан умид ва ишонч тақдим этилади.

«Қўлга киритганларингиздан кўпроғига эга бўлишингиз мумкин, агар Сиз улардан юқорироқда турсангиз», деяётган муаллифнинг фикрига қўшилсангиз ушбу китоб Сиз учун улкан илҳом манбаи бўлиб қолади. Жим Роннинг ушбу мурожаати Сизни руҳлантирсин. Унинг фалсафаси ҳаётингизга оз бўлса ҳам яхши тарафлама таъсир этишига имкон беринг.

«Омад ва бахтга саёҳат»ни ўқиб ва уқиб «ҳазм» қилганингиздан сўнг, эҳтимол Сиз аввал билмаган ва сезмаган қирраларингизни, имкониятларингизни кашф этишингиз мумкин!

Кайл Уильсон

Jim Ron халқаро корпорацияси президенти

КИРИШ

Қўлингиздаги ушбу китобни ёзиш учун мен қанчалар эътибор билан ёндашган бўлсам, Сиз ҳам уни ўқишда жиддий муносабатда бўласиз, деб умид қиламан.

Кўзингиз билан кўриб турганингиз аслида қоғозга босилган оддий ҳарфлар.

Бизнинг, яъни Сиз ва менинг мақсадимиз ушбу ҳарфларни ғоя ва ҳиссиётга айлантиришдир. Улар янги ҳаёт қуришимизда бизга кўмак берадиган қурол бўлади. Янги мақсад ва қатъий қарорлар ёрдамида Сиз истаган нарсага ва орзуингиздаги кимсага айланишингиз имконияти бор.

Аксари китоблар китобхоннинг кўнглини чоғ қилиш, ҳаётий муаммоларидан чалғитиш ёки бирор маълумот етказиш учун ёзилади. Бу китоб эса Сизни руҳлантириш, илҳомлантириш, ғайратингизга ғайрат қўшиш учун битилган.

Модомики, ушбу китоб қўлингизга тушган экан, демак, Сиз ниманидар излаяпсиз ва топиш умидидасиз.

Эҳтимол, ҳаётингиздаги бирор нарсани ўзгартирмоқчидирсиз?

Балки, Сиз ҳозирги даражангиздан юқорироғига муносиблигингизни ҳис қилаётгандирсиз ёки шу кундаги касбий фаолиятингиз катта иқтидор ва қобилиятингизни юзага чиқаришингизга тўсқинлик қилаётганлигини сезгандирсиз?

Ёки Сизни охири йўқ кўчага олиб кирган иккиланишлар қуршовидадирсиз?

Ушбу китобни қўлга олишингиз билан уни varaқлаб ўқишингизга нима сабаб бўлган бўлса ҳам, бир нарса аниқки, Сиз ечим излаяпсиз. Унутманг, Сиз ўзгаришларга тайёр турадиган бахтли кишилар тоифасига мансубсиз.

Китоб ҳам айнан шу мавзуда. Унда киши ҳаётини ўзи истаганидек ўтказишига ёрдам бериш мақсад қилиб қўйилган.

Ўзгариш жараёни қандай бошланади

Ўзгариш бошланиши учун иккита сабаб бўлади.

Биринчиси – тушқунликни енгиш.

Гоҳида ҳаётини вазиятларимиз шунчалар назоратдан чиқиб кетадики, оқибатида муаммоларимизга жавоб излашга бўлган уринишларимизни ҳам тўхтатиб қўямиз. Назаримизда бутун ҳаётимиз ечими йўқ муаммолардан иборатдек туюлади. Аслида айнан мана шу умидсизлигимиз кўпинча тўсиқларни енгиб ўтишимизга олиб келади. Чорасизлик кўп ойлар ёки йиллар давомидаги бепарволигимиз оқибатидир. У бизга тўпланиб қолган муаммоларимизга дарҳол ечим топишимиз лозимлиги ва унинг вақти етиб келганлиги ҳақида хабар беради.

Иккинчи сабаб – илҳомланиш.

Ҳаётимизда ниманидир ўзгартиришга ундайди, илҳомлантиради. Мен сиз билан ўртоқлашмоқчи бўлган ғоялар билан танишишингиз натижасида, умид қиламанки, Сизда ҳам ҳаётингизда ўзгаришлар қилишингизга хоҳиш пайдо бўлади.

Илҳом истаган вақтида бир қанча манбаалардан қуйилиб келиши мумкин. Бизни қўшиқ, ўқиган китобимиз, яхши нотиқнинг таъсирчан нутқи илҳомлантириши мумкин. Қийинчиликларга қарамай муваффақиятга эришган одамнинг ҳаёти ҳиссиётларимизни жунбушга келтиради.

Илҳом қаердан келишидан, унинг манбаидан қатъи назар бизда умид уйғотиб, мақсадимиз сари олға интилишимизга кўмаклашади. Ҳаттоки арзимас туюлган бир лаҳзалик кўнгил кўтарадиган гаплар ёки қўллаб-қувватлаш ўзимизга бўлган ишончимизни орттиради, унутаёзган ички имкониятларимизни ёдимизга солади. Натижада, умид учқунлари тушкун кайфиятдаги қалбимизни ёритиб, хаёлан янги имкониятларни бирма-бир синаб кўрамыз. Илҳом келган вақтда биз ё бирор нарса қилишга эришамиз ёки лаҳзалик хаёлпарастлигимиздан маст бўлиб уни қўлдан бой берамиз.

Ҳаётингиз ҳозирда қандай бўлишидан қатъи назар, тушкун вазиятдан чиқмоқчисиз ёки илҳом манбаини излаяпсиз. Унда сизга ушбу китобни нафақат ўқишни бошлаш, балки охиригача диққат билан ўқиб чиқишингизни ва ўқишингизни маслаҳат берамиз. Ахир ҳаётимиз давомида қилган ишларимизни муҳокама қилганларида бошлаган ишларимизни эмас, ҳаракат ва қатъиятимиз сабаб уларни муваффақиятли ниҳоясига етказганимизни эслайдилар-ку.

Алоҳида диққат ва пухталиқ билан киши ҳаётининг ўзгаришига сабаб бўладиган бир қатор фикр ва вазиятларни ўрганиб чиқдим. Ушбу китобни ўқиганингиздан кейин келган илҳом, умид қиламанки, Сизга ҳаётдаги ҳар қандай мураккаб ҳолатдан чиқиб кетишга, уни ўзгартириб, муаммоларга ечим топишда ёрдам беради. Буларга эришиш учун анчагина вақтингизни сарфлаб ҳаёт тарзингизни қайта кўриб чиқиш, ўқиганларингизни «ҳазм қилиш» ва таклиф этилган хатти-ҳаракатларни бажаришга киришишингиз лозим бўлади.

Бошланишига эса, рухсатингиз билан, бахт ва омад сари саёҳатингизнинг аввалида Сизга кўмаклашадиган баъзи муҳим мулоҳазаларим билан ўртоқлашсам.

Бир нечта муҳим қоида мавжуд. Ҳаётда эришган ютуқларимизнинг аксари уларга амал қилишимизга боғлиқ.

Албатта, ҳаётимизни ишлаб чиқилган бир нечтагина усуллар орқали ўзгартириб юбориш мумкинлигини таъкидламайман. Бу каби усуллар жуда кўплаб топилади.

Лекин сизга изланишларингизни ушбу китобда очиб бериладиган асосий беш йўналишдан бошлашингизни маслаҳат қилардим.

Эришган натижаларингизнинг аксари қисми айнан мана шу бешта асосга тўғри келади.

Ҳаётимни қандай қилиб яхши тарафга ўзгартиришим мумкин, деган саволга жавоб излаётганингизда доим қониқарли натижага эришишингиз имконияти кўпроқ бўлган йўналишларни танланг.

Агар Сиз шундай тўғри асосга эга бўлсангиз, ишонтириб айтаманки, эришган натижаларингиздан хурсанд бўласиз.

Айнан мана шуларга эга бўлишимиз бизни бахт ва омад сари етаклайди. Олти минг йиллик ёзма тарих давомида айтиб ўтадиган асосларимиздан ташқари бирор янгилик яратилгани йўқ. Инсоният эришиши мумкин бўлган ютуқларнинг янги йўналишлари ишлаб чиқилгани йўқ.

Асос ўз номи билан асос, қолганлари уни такомиллаштириш ёки ривожлантириш учун ишлаб чиқилган.

Ҳозирги турмуш тарзингизни яхшилаш мақсадидан ҳеч қачон оғишманг, доим вақт синовидан ўтган, даврлар оша текширилган, авлоддан авлодга ўтиб келаётган асосий йўналишдан чекинманг.

Агар ушбу китобни ўқиган ҳар бир ўқувчи самарали умр кечиришини таъминлайдиган беш асосий омилни келтириб ўтганида, шубҳасиз, улар юзтадан ортиқ турлича жавоблар ва қарашлар бўларди. Натижада барчаси қайсидир маънода тўғри топилган дейиларди. Шубҳасиз, ҳар биримиз қайсидир омилларни бошқаларига нисбатан устунроқ қўямиз.

Бу китобда Сиз билан ўртоқлашмоқчи бўлган фикрларим ҳам ягона тўғри қарашлар, дейишдан йироқман. Фикрларим ҳар қандай муаммонинг ечимини топа олади ва улар ягона тўғри ечим деб, ишонтирмоқчи ҳам эмасман. Биз кўриб чиқадиган беш тамойил сиздан аввалгиларга хизмат қилганидек, сизнинг ҳам омадга эришишингизда асос бўлади. Кўп йиллик тажрибам, ютуқ ва омадсизликларим, барча суҳбат ва баҳслар давомида ушбу беш қоида синовлардан ўтди ва ҳаётимнинг яхши томонга ўзгаришида қўл келди.

Бирор нарса синалганида энг яхши синовчи бу вақтдир. Вақт ҳукмидан омон ўтганлар бебаҳо ҳисобланади. Шунинг учун мен сизларга уларни диққат билан кўриб чиқишингизни маслаҳат бердим. У доим ҳаёт зарбаларини қўрқмай қарши олиб, уларга қарши кураша оладиган, ўз имкониятларидан тўлиқ фойдаланадиган кишилар билан биргадир.

Муваффақиятга қандай қилиб эришиш мумкин, деган саволга менда қатъий ва мутлақ жавобнинг ўзи йўқ. Мен шундай кишиларни биламанки, улар ҳаёт жумбоқларига ечим топганларини, ҳақиқатни билишларини таъкидлаб, жар соладилар. Бироқ, муаммонинг биргина қатъий ечими бўлиши мумкин эмас, чунки қўйилган саволнинг ўзи аниқ, ягона эмас. Менинг энг яхши маслаҳатим эса доим асосга таянишдир. Биз

муҳокама қилмоқчи бўлган ҳар бир асосга етарлича вақт ва диққат ажратсангиз, шубҳасиз, албатта натижалардан мамнун бўласиз. Марҳамат!

ҲАЁТ НАҚШИНИНГ БЕШ АСОСИЙ ҚИСМИ

Биринчи боб

ФАЛСАФА

Фалсафа бутун нақшдаги асосий қисм, бўлакдир. Ҳаётимизнинг шаклланишида биз танлайдиган фикрлаш услуби муҳим омил ҳисобланади. Шахсий фалсафамизни фикр, ғоя ва маълумот тарзидаги инсон ички дунёси шакллантиради. Бу фалсафамиз кейинчалик одат ва хулқимизга таъсир этади. Айнан мана шу барчасининг ҳақиқий бошланиши, ибтидосидир.

Шахсий фалсафа қандай шаклланади

Шахсий фалсафамиз нималарни билишимиз ва ҳозирги тушунчаларимизга қай тариқа эга бўлганлигимиз билан шаклланади. Ҳаётимиз давомида жуда кўп манбаалардан маълумот оламиз. Билган нарсаларимизни мактабдан, дўстларимиздан, мулоқот жараёнида, оммавий ахборот воситаларидан, уйдан, кўчадан тўплаганмиз. Бу билимлар бизга китоб ўқиганимизда, эшитиш ёки атрофимизни кузатиш орқали келади. Бугунги фалсафамиз шаклланишида билим ва ахборот манбаларининг чегараси йўқ.

Улғайганимизда эса, йўлимизда учраган ҳар қандай янги ахборот шахсий фалсафамиз ғалвиридан ўтади. Бизнинг аввал тўғри деб қабул қилган қарашларимизга мос

келганлари билим захирамизни бойитади ва бугунги фикрларимизни тўлдиради. Шунингдек, бизнинг қарашларимизга тўғри келмаганларини тезда инкор қиламиз.

Биз доим эга бўлган фикр ва мулоҳазаларимизнинг аниқлигини, тўғрилигини текшириб, янги маълумотлар билан бойитиб борамиз. Янги ва аввалги билимларимизни ўзаро бириктирганимизда маслагимиз тўғрилигига бўлган ишончимиз ё янада мустаҳкамланади, ё шахсий фалсафамиз одамларга ва ҳаётга бўлган янги қимматбаҳо маълумотлар билан бойийди.

Шунингдек, шахсий фалсафамизни шакллантирадиган қарашлар бизнинг қадриятларимиз тизимини белгилайди. Эътиқодимиз эса ҳаётимизда бизга нима муҳимлигини аниқлаб беради. Кун давомида ўзимизча муҳим ҳисобланган ишлар билан машғул бўламиз.

Агар бир киши бор имкониятини ишга солиб оиласини етарлича таъминлаш учун ҳар кун соат бешда туришга қарор қилса, у нима қилади? У шахсий фалсафасига кўра нимани маъқул, қадрли деб топса, ўшани қилади.

Аксинча, тушгача ухлаган одам ҳам ўзи учун тўғри ва маъқул, қадрли деб ҳисоблаган иш билан машғул бўлади. Лекин бу турлича бўлган, қадрли ҳисобланган икки шахсий фалсафадан олинган натижа ҳам турлича бўлади.

Ҳар биримизда ҳаётимизга таъсир этадиган ўз қарашларимиз бор. Бу ғоялар ўтган йиллар давомида тўплаган маълумотларимиз асосида ҳосил бўлган. Ҳаммамизнинг ҳукуматга, таълим тизимига, иқтисодиётга, бошлиғимизга ва бошқа бир қанча масалаларга нисбатан ўз қарашларимиз бор.

Ушбу саволлар бўйича юритган мулоҳазаларимиз шаклланаётган шахсий фалсафамизни бойитади ва ҳаёт, унинг қанчалар мураккаб тузилганлиги бўйича қандайдир хулосаларга келишимизга сабабчи бўлади.

Чиқарган хулосаларимиз шахсий қадриятларимиз тизимини белгилайди. Улар эса ўз навбатида кундалик турмушимизда аниқ вазиятларда ўзимизни қандай тутишимизга сабабчи бўлади.

Барчамиз бирор қарор қабул қилишимизда ўзимиз учун муқаддас деб билган тушунчаларимизни асос қилиб оламиз.

Қабул қилган қарорларимиз бизни омад сари етаклайдими ёки муқаррар мағлубиятга олиб келадими, буларнинг барчаси ўтган йиллар давомида тўплаган маълумотларимиз асосида шаклланган шахсий фалсафамизга боғлиқ бўлади.

Шахсий фалсафа елкан қурилмасига ўхшайди

Ҳаёт эканмиз, кутилмаган вазиятлар шамоли ҳар тарафдан эсиб туради. У ҳар биримизнинг турмушимизга ўз таъсирини ўтказмай қолмайди.

Ҳаммамиз ўз танамизда тушкунлик, умидсизлик ва юрак санчиқлари шабадаларини ҳис этганмиз. У ҳолда нега ҳар биримиз ўз ҳаёт кемамизда алоҳида алоҳида бир нуқтадан йўлга чиқиб, бир манзил сари интилиб, йўл охирида эса турлича манзилларга етиб келган бўламиз? Ахир барчамиз бир денгизда сузмаймизми? Барчамизга бир хилда кутилмаган вазиятлар шамоли эсмайдими? Муваффақиятсизлик пўртанаси барчамизга рўбарў келмайдими?

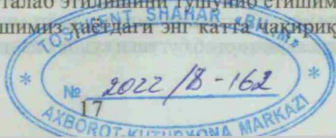
Бизни турли мақсадлар сари ундовчи нарса – ўз елканимизни ўрнатиш учун танлайдиган усулимиздир. Ҳар биримиз ўйлайдиган, фикрлайдиган услуб бизнинг сафаримиз сўнгида қайси манзилда бўлишимизни аниқлайди.

Бундаги асосий фарқ турли вазият ва шароитларда эмас, балки энг катта фарқ елканни қандай ўрнатишда. Бир

Омад ва бахтга саёҳат

турдаги вазият ҳар биримизда кузатилиши мумкин. Барчамиз гумон ва умидсизлик қуршовида бўлганмиз. Қилаётган ишимизни пухта режалаб, яхшилаб ўйлаб, бор кучимиз билан ҳаракат қилишимизга қарамай, кўз ўнгимизда омадсизликка учраган вақтларимиз ҳам бўлган. Қийин, кутилмаган вазиятлар фақатгина айнан камбағал, билимсиз ёки муҳтож кишилар учун тайёрлаб қўйилган эмас. Камбағалнинг ҳам, бойнинг ҳам фарзанди кутилмаган фалокатга йўлиқиши, бахтсизликка учраши мумкин. Бойда ҳам, камбағалда ҳам оилавий муаммолар, кўнгилсизликлар учраб туради. Бой ҳам камбағал ҳам молиявий ёки шахсий инқирозга олиб келадиган муаммоларга дуч келиши эҳтимолдан холи эмас. Хуллас, турмуш даражамизни юзага келган ҳолат эмас, балки катта қийинчиликлар билан елканни ўрнатганимизда кутилмаган вақтда шамол ўз йўналишини ўзгартириб қолиши ва бу вазиятдан бизнинг қандай чиқиб кета олишимиз белгилайди.

Агар шамол йўналишини ўзгартирган бўлса, биз ҳам йўналишимизни ўзгаришимиз лозим. Қайта ўрнимиздан туриб, қаддимизни кўтариб, елканни шундай ўрнатишимиз керакки, эркин танловимиз йўлида уни бемалол бошқара олайлик. «Елканни ўрнатиш» ёки бошқача қилиб айтганда бизнинг фикрлашимиз ва билдирадиган муносабатимиз, йўлимизда учрайдиган бошқа кулфатларга нисбатан ҳаётимизни биз ўйлаганимиздан ҳам кўпроқ барбод қилиб юборовчи кучга эга. Бахтсизликка, фалокатга учраганимизда қанчалар тез ва масъулият билан ҳаракат қилишимиз ўша биз дуч келган бахтсизликдан кўра муҳимроқдир. Шамол йўналиши ўзгарганда ўз вақтида елканларни қайта қўйишга ўрганишимиз бизга кераксиз йўналишда кетиб қолмаслигимиз учун янги тартибларни ишлаб чиқишимиз талаб этилишини тушуниб етишимиз ва унга тайёр туришимиз ҳаётдаги энг катта қақирққа жавобимиз бўлади.



Ҳар бир фикримиз, ҳаракатимиз ва танловимизга ўз таъсирини ўтказадиган улкан шахсий фалсафани ишлаб чиқишимиз керак. Агар биз бу борада муваффақиятга эришсак, натижада иқтисодий аҳволимиз, ҳаёт тарзимиз ва одамлар билан ўзаро алоқамиз ҳам яхши тарафга ўзгаради. Ҳаётимиздаги муҳим саволларга жавоб топишда ўз қарашларимизни, фикр ва хулосаларимизни ўзгартира олсак, демак, ўз ҳаётимизни тубдан ўзгартириб юборишимиз мумкин.

Кучли шахсий фалсафа қандай тарбияланади

Эртанги кун бизга тортиқ қиладиган имкониятлар қаршисида қандай йўл тутишимиз ҳаётий вазиятларга эмас, балки бизнинг нимани ва қандай ўйлашимизга боғлиқ. Турмуш қийинчиликларига нисбатан чиқарадиган хулосаларимиз ва фикрларимиз шу кунгача бизнинг нималарни билганлигимиз ва нималарга қодирлигимизни кўрсатади.

Шахсий фалсафамизнинг шаклланишида таълим жараёни муҳим рол ўйнайди. Ўтган йиллар давомида биз улкан билим манбаига эга бўлдик. Атрофимизни ўраб олган, фикрлашимизга ўз таъсирини ўтказадиган маълумот, хабарларсиз яшай олмаймиз. Инсон мияси тўхтовсиз равишда турли овоз ва тасвирларни ёзиб боради. Ҳар бир сезги, туйғу бош мия нейронларида муҳрланади. Ҳар бир сўз, ҳар бир қўшиқ, ҳар бир телевизион кўрсатув, ҳар бир суҳбат ва ҳар бир китоб бизнинг миямиз «компьютерида» ўзининг электрон ёки кимёвий изини қолдирган. Ҳар бир ҳиссиёт, ҳар бир фикр, биз содир этадиган ҳар қандай ҳаракат миямизда аввалги ришталар билан боғлайдиган янги ришталар ҳосил қилади. Ҳаётимиздаги ҳар бир кичик ҳодисадан тортиб бугунги кунда биз эга бўлган натижалар

бош миямизда сақланаётган кимёвий ва электрик импульсларнинг ўзаро физик боғланишидир. Қачонлардир бизнинг руҳиятимизда ва атрофимизда содир бўлган воқеа-ҳодисалар эндиликда биз инсон шахсияти деб номлайдиган мазмунга эга бўлди.

Атрофимиздаги жамики ахборотдан қандай фойдаланишимиз, уни қандай саралашимиз шахсий фалсафамизни шакллантиради. Муаммо шундаки, олган ахборотларимизнинг кўпчилик қисми мақсадимизга эришишимизда тўсиқ бўладиган нотўғри хулоса чиқаришимизга олиб келади. Бундай тўсиқларни енгиб ўтишнинг бирдан бир тўғри усули доимо шахсий фалсафамизни чархлаб, солиштириб ва қайта кўриб чиқиб туришимиз лозимлигидир.

Янги, кучли шахсий фалсафага эга бўлишнинг энг яхши усули бу шу кунгача эга бўлган жамики хулоса ва натижаларимизни ҳолис қайта кўриб чиқишдир. Бизнинг фойдамизга ишламайдиган ҳар қандай хулоса бизнинг зараримизга хизмат қилади. Айтайлик, масалан, бир киши хўжайини унга кам маош тўлаяпти, деган хулосага келди. Унинг йиллар давомида тўплаган маълумотлари асосидаги ва шахсий ҳаёт тажрибасидан келиб чиққан қадриятлар тизими: «Бу ноҳақлик!» дейди. Бу фикр уни ўч олишга ундайди. Натижада камроқ ишлайди ва ўзича олаётган ҳаққига яраша меҳнат қилади. Аслида бу қарорнинг ёмон жиҳати йўқ... Фақатгина унинг ҳаётдаги мақсади ҳозирги эгаллаган ўрнида қолиш, ҳозирги қилаётган ишини бажариш ва умрининг охиригача ҳозиргидек ишига кам ҳақ олиш бўлиб қолади.

Бизнинг барча унумсиз муҳокама ва қарорларимиз йиллар давомида тўпланган ёлғон хабарлар натижасидир. Атрофимизда жуда кўп ёлғон манбалар тўпланган ва биз улардан нотўғри маълумотларни олдик. Эга бўлган маълумотларимиз сабаб қабул қилган қарорларимиз ёлғон

Жим Рон

эмас, балки айнан ёлгон хабар оқибатида нотўғри қарор чиқарамиз. Афсуски, бу қарорлар бизни мақсадларимизга яқинлаштирмайди, аксинча, улардан узоқлаштиради.

Янги маълумот қанчалар муҳим

Мияда сақлаб юрган ёлгон маълумотларни ўчириб ташлаш имкони йўқ экан, демак улардан қутулишнинг ягона йўли фикрлаш тарзимизни ўзгартиришимиз, янги маълумотларни олиб киришимиздир. Билимларимизни ўзгартирмас эканмиз, ўз истакларимизга қарши бўладиган хулосаларга эга бўлиб, шундай қарорлар қабул қилаверамиз.

Омад ва бахтга эришишда қабул қиладиган маълумотларимиз жуда муҳим аҳамиятга эга. Таъкидлаганимиздек, аниқ ва тўғри маълумотга эга бўлишимиздир. Аксинча бўлса биз аниқ фалокат ёқасига бориб қоламиз, ҳалокат ботқоғига ботамиз. Шу ерда ўз-ўзидан бир савол туғилади, бизнинг ҳозирги аҳволимиздан кўра яхшироқ ҳолатга эга бўлишимизга олиб келадиган, тўғри йўлни кўрсатадиган янги, аниқ ва самарали маълумотни қаердан олишимиз мумкин? Бахтимизга атрофимизда ҳақиқатни намоён этувчи хабарлар ҳам етарлича топилади. Улардан унумли фойдалана олиш керак, холос.

Шахсий тажрибаларингиздан ўрганинг

Билимларимиз чегараларини кенгайтиришнинг энг яхши усули бу аввалги шахсий тажрибаларимизни жиддий тафтиш ва таҳлил қилишдир. Ҳар биримизда бутун бир университетга татийдиган маълумотлар йиғилган. Онгимиз

«токчаларини» тўлдирган «китоблар» туғилганимиздан бошлаб шу кунгача кўрган-кечирганларимиз ҳосиласидир. Бу орттирган тажрибаларимиз ҳар бир босаётган қадамимизнинг, ҳар бир қароримизнинг, олдимиздан чиққан ҳар бир тўсиқни енгишимизда бизга тўғри ёки нотўғри йўли борлигини айтиб турибди.

Ниманидир тўғри қилишни ўрганишнинг энг кенг тарқалган усули, ўша нарсани аввал нотўғри бажаришдир. Муваффақиятли тажрибадан чиқарган хулосаларимиз каби хатоларимиз натижасидан ҳам ўша ишимизнинг хатолигини биламиз. Омадсизлик бизни жазолаш билан бирга тўғри йўлни ўргатади ҳам. Акс ҳолда муваффақиятга эришиш йўлини тополмаган бўлардик. Аввалги омадсизлик ва хатоларимиз ҳозирги ҳаракатларимизни тўғрилашимизга, ўзгартиришимизга сабаб бўлиши керак. Агар шундай бўлмаса, бугунги кунимиз ва келажагимиз ўтмишимизнинг тўла такрорланиши бўлиб қолиши мумкин.

Барчамизнинг хотирамизда ўтмишдаги ишларимиз, улар олиб келган натижалар ва оқибатлар сақланиб қолган. Бизнинг вазифамиз ўтмиш ҳодисаларидаги хотираларнинг қулига айланмасдан, балки уларни ўз қулимизга айлантиришдир. Аксинча бўлса, воқеаларнинг такрорланиши уларнинг қулига айланиб қолишимизга олиб келади.

Бизнинг ўтмиш тажрибаларимиз ҳақидаги хотираларимиз яхшими, ёмонми ўзимиз орзу қиладиган келажагимизни қуриш учун хизмат қилар экан, у мутлоқ ва аниқ бўлиши керак. Агар ўтмишдаги воқеаларни такрорлашга, ўзимиздан бошқа ҳаммани айблашга ҳаракат қилаётган бўлсак, демак, бу бизнинг воқеликдан қочмоқчилигимизни ва келажакда ўтмишдаги ўша хатоларимизни такрорлашга ва ҳозирги қийинчиликларни бошдан кечиришга маҳкумлигимизни билдиради.

Ўзгалар фикрини инобатга олишни ўрганинг

Барчамиз бу борада махсус машқларга озгина муҳтожмиз. Умуман олганда, ушбу китобнинг асосий мақсади ҳам айнан шундан иборат. Бу китобдан янги ғоя ва тушунчалар излаётганлар ўзларига керакли бўлган холисона ва ноёб фикрларни топадилар. Ҳаммамиз ўз хатоларимизни ўзимиз тўғрилашга қодирмиз. Лекин шунга қарамай ўзганинг фикри бизга, ишларимизга ва келажакдаги ғоя ва ҳаракатларимизга ўзининг салмоқли таъсирини кўрсатади.

Биз фикрини қадрлайдиган одамнинг холис баҳоси ўзимиз кўрмаётган, эътиборимиздан четда қолган баъзи нарсаларни кўришимизга ёрдам беради. Биз ўз дунёйимизда, айтайлик, айрим дарахтларни кўраётган бўлсак, айтилиш вақтида холис ва қобилиятли дўстимиз ўрмонни кўриши мумкин. Биз ишонадиган ва ҳурмат қиладиган Доно кишининг маслаҳати сифатидаги холис фикр ўз вақтида ўзимиз ва қабул қилган қароримиз жараёни ҳақида аниқ маълумот беради. Бу атрофимизни ўраб олган ёлгон фикрлар асосида нотўғри хулосалар чиқаришимиздан сақлайди.

Агар бизга бефарқ бўлмаган инсонларнинг маслаҳат ва фикрларига қулоқ сола оласак, ҳақиқий доноларнинг ишини қилган бўламиз. Акс ҳолда ҳаёт ва баъзи вазиятлар барибир бизни сариқ чақага ҳам олмайдиган кишиларнинг маслаҳатларига қулоқ солишимизга мажбур қилади.

Бизнес оламидаги пешқадам бошлиқлар кўпинча ўзгаларнинг янги тиниқ фикрларини тарқатадиган маслаҳатчиларга мурожаат этадилар. Фирма ходимлари гоҳида муаммоларга кўмилиб кетганларидан бурунлари остидаги муаммоларнинг ечимини ҳам кўролмай қоладилар.

Ҳар биримизда шамол ўз йўналишини тез-тез ўзгартираётган даврда, ўзимиз ҳам ҳаракатларимиз тўғрилигига шубҳалана бошлаганимизда бизга маслаҳат бера оладиган, танланган одамимиз бўлиши керак. Ташқаридаги киши ҳаракатларимизни холис баҳолашга ёрдам беради, асосий мақсадимиздан узоқлашиб кетишимизга йўл қўймайди.

Ўзгалар хатосидан ибрат олинг

Атрофимиздаги одамлар ва уларнинг шахсий тажриба, маҳоратлари ўрганишимиз, ибрат олишимиз учун туганмас, кенг манбадир. Бегоналарнинг хилма-хил тажрибалари орасида фақатгина иккита муҳим ахборот манбаи бор. Улар икки турдаги ақл эгаларига, икки тоифадаги одамларга хосдир. Улар бир хил йўлни босиб ўтиб, бир хил тажрибага эга бўлиб, ҳайрон қоларли даражада турли натижаларга эришадилар. Ҳар куни биз иккала гуруҳ вакили таъсири остида бўламиз. Ҳар бир гуруҳ ўз тингловчиларини излайди ва уларни эшитмоқчи бўлганларга ўз таъсирларини ўтказади. Бу манбалардан иккаласи ҳам муҳим. Улардан бири намуна сифатида эргашिशга лойиқ бўлса, бошқасини эса ўрганиб, ўшандай бўлиб қолишдан сақланиш учун билиб қўйишимиз керак. Биз барчамиз муваффақиятсизликка учраб ўз хатоларимиздан ибрат оламиз, ўрганамиз. Муваффақиятсизликни ўрганиш бизларга нима учун керак? Нима қилмаслигимиз лозимлигини билишимиз учун, албатта.

Ҳар қандай тажриба, агар биз ундан унумли фойдалансак ва ўз ҳаётимизга тадбиқ этсак, бебаҳо ўқув қўлланмасига айланади. Баъзилар ҳаётда бирор нарсага эришмаганлар билан умуман мулоқотда бўлмаслик керак, деб ҳисоблайдилар. Гўёки, уларнинг ёмон

одатлари ўтиб қолиб, улар қилган хатоларни такрорлашлари мумкиндек. Аслида бир доно айтганидек: «Кимки ўтганлар хатосини ўрганмас экан, уларни қайтариши муқаррар».

Менимча, омадсиз кишиларнинг кенг омма билан махсус учрашувлар уюштирмаслиги тўғри эмас. Агар ўзгаларнинг хатога олиб келган тажрибалари билан танишиш имконияти бўлганида, эҳтимол ўз ҳаётимизни баъзи фожиа ва бахтсизликлардан сақлаган бўлардик.

Ўзгалар омади мисолида ўрганинг

Муваффақиятга эришган кишилар тажрибасини ўрганишга қанча маблағ ва вақт сарфласак ҳам ютқазмаймиз, афсус қилмаймиз. Имкони борида барча манбалардан маълумот ва ғояларни тўпланг. Кўп китоб ўқинг. Улар билан бўладиган учрашувларга бординг. Муваффақиятга эришишингизда зарур бўладиган билимларни эгаллашга вақт топинг. Омадга эришганларнинг одатларини, нутқларини, кийиниш услубларини, иш тартибларини ўрганинг.

Омад эгаларининг энг катта донолик бисотларидан бири китоб дўконларидаги китоблардир. Ўтмишдаги ва замонамиздаги буюк одамларнинг қоғозга ёзиб қолдиришга арзирли деб ҳисоблаган оддий сўзларини ўқиш орқали уларни яхшироқ тушунишимиз мумкин. Тарихда ўз изини қолдирган шахсларнинг қандай фикрлаганларини, ўзгаларни қандай ишонтир-ганликларини ва уларга таъсир кўрсатганликларини, қандай қилиб муваффақиятга эришганликларини билиб олишимиз мумкин.

Ижобий таъсир кучидан фойдаланинг

Ҳар биримиз бизга ўрнак бўладиган, ҳурмат қиладиган, ибрат олишимиз мумкин бўлган инсонларни излаб топишимиз лозим. Бугунги кундаги мавқеимиз ва ҳолатимиз ҳаётимиз давомида кўп йиллар мобайнида бизга ўз таъсирини ўтказиб келган бир қанча инсонларнинг қоришмасидир. Ёшлигимизда китоблардаги қаҳрамонларга, киноюлдузларга ва машҳур артистларга тақлид қилардик. Ҳаттоки улар каби кийинардик, гапирардик ҳам. Каттароқ бўлиб шахс сифатида шакллана бошлаганимизда эса уларга бўлган тақлид камайган бўлса ҳам, бутунлай йўқолиб кетган эмас.

Ёшимиздан ва ҳолатимиздан қатъи назар ўзгалар таъсирига мойил бўламиз.

Ҳамма гап ана ўша бизни қизиқтирадиган, илҳомлантирадиган ва мафтун этиб қойил қолдирадиган ноёб, нодир инсонларни излаб топиш, сўнгра уларнинг яхши сифатларини қабул қилишга уриниб кўришдадир.

Жамики улкан лойиҳалар унинг андозаси ёки чизмаси асосида қурилади. Бу дунёда ўз ҳаётимизни онгли равишда ривожлантиришдан ҳам муҳимроқ ва арзирли лойиҳа йўқ. Шунинг учун агар ҳаётимизни яхши тарафга ўзгартирмоқчи, ривожлантирмоқчи бўлсак, албатта ҳар биримизга кимдандир ёки нимадандир ибрат олишимиз мумкин бўлган лойиҳа зарур.

Барчамиз кимнингдир таъсири остида бўламиз. Ҳамонки бу таъсир қайсидир даражада ҳаётимиз йўналашини белгилар экан, фойдасиз таъсирлар ихтиёримиздан ташқари ёки бизнинг танловимизсиз ўз кучини кўрсатганидан кўра яхшиси, бизга таъсирини ўтказадиган инсонларни ўзимиз олдиндан танлаб олайлик.

Яхши кузатувчи бўлинг

Ҳар куни биз бир қатор саволларга жавоб излашга интилишимиз керак: Ишлаб чиқаришда нима янгиликлар бор? Ҳокимиятда қандай янги ўзгаришлар кузатиляпти? Жамиятда нималар содир бўляпти? Атрофимизда-чи? Сўнгги вақтда қандай янги кашфиётлар, янги имкониятлар, янги усул ва воситалар ишлаб чиқилди?

Биз атрофимизда содир бўлаётган ҳар бир воқеа-ҳодисани синчиклаб ўрганишимиз ва зийрак бўлишимиз лозим. Ҳар бир воқеа бизнинг келажагимизга ва қандай яшашимиз, ким бўлиб етишимизга ўз таъсирини кўрсатади.

Кишиларнинг омадга эришолмаслигининг сабабларидан бири, улар ҳар бир кунни беҳуда яшаб ўтишади, ваҳоланки ҳар бир кундан нимадир олиб, илҳомланиб, завқланиб яшаш керак. Атрофимиздагиларни таҳлил қилиб боришимиз учун биздан доно ва оқил бўлиш талаб этилади. Ҳар доим ҳар қандай вазиятга, ҳар қандай зарбага тайёр туришимиз лозим. Назаримизда, арзимас бўлиб кўринган ҳодисага безътибор бўлсак, эҳтимол қаршимизга чиқаётган имкониятларни қўлдан бой беришимиз мумкин.

Яхши тингловчи бўлинг

Ҳозирги кунда яхши тингловчи бўлиш осон эмас. Диққатимизни талаб қилувчи овозлар шунчалар кўпки, яна уларнинг ҳар бири ўзига хос махсус мурожаатларга ҳам эга. Бу турли-туманликда адашиб қолмасликнинг бирдан бир усули ўзингизда танлаб эшитиш маҳоратини, санъатини ривожлантиришдир.

Танлаб эшитиш худди радиодан ўзингизга кўпроқ ёққан тўлқинни созлаб олишингизга ўхшайди. Радионинг қулоғини бураганимизда бир-икки дақиқа эшитиб кўрамиз, сўнгра агар ёқса тинглаймиз, ёқмаса бошқа тўлқинни излашда давом этамиз. Таралаётган овоз диққатимизни тортган бўлса, озгина тинглаб, олаётган маълумотимизни баҳолаб кўрамиз. Агар маълумот кераксиз, саёз, бўш бўлса унга вақтимизни сарфламасликка ўрганишимиз керак. Бизга керакли маълумотни олиш мақсадида кейинги тўлқинларни излаб кўрамиз.

Эшитган жамики нарсамиз миямизга бориб ўрнашади. Баъзи овозларга баъзан қизиққаннимиздан қулоқ беришимиз мумкин. Лекин ўша овоз мақсадимизга эришишимизда ёрдам бермас экан, ундан эҳтиёт бўлишимиз керак, кўп вақтимизни унга сарфлашимиз тўғри бўлмайди. Қимматли маълумот манбаини топганимиздагина уни жон қулоғимиз билан тинглашимиз, эга бўлган маълумотларимиз сафини кенгайтириб, янгилари билан тўлдиришимиз мумкин.

Ҳақиқий йўлбошчининг кучли томонларидан бири самарали, унумли мулоқот қила олиш қобилияти ҳисобланади. Маҳорат билан гапира олиш санъати ана шундай маҳорат билан тинглашни ўрганганимиздан сўнггина намоён бўлади.

Тинглай олиш бу билимларимиз чегарасини кенгайтириш ва алоҳида ўринга, аҳамиятга эга бўлиш имкониятини оширади. Бошқа тарафдан эса, нутқимиз бизнинг нималарни билишимизни, нималарга қодирлигимизни яққол намоён этадиган жараёндир.

Нутқимиз ўзгалар учун қандайдир аҳамиятга эга бўлиши учун аввал *тинглаш санъатини* эгаллашимиз лозим.

Фарзандларимизга қандай гапириш лозимлигини тушунишнинг энг яхши йўли уларни диққат билан тинглашдир. Биз улар ўқиётган китобларни ўқишимиз, улар

турли манбалардан олаётган маълумотларидан хабардор бўлишимиз керак. Агар болаларимиз қандай маълумотга эга бўлаётганларини билсак, улар қабул қиладиган қарорлардан хабардор бўламиз ва асосийси улар билан муҳим нарсалар ҳақида фойдали суҳбат қура оламиз.

Барча китобларни ўқинг

Бой, соғлом, бахтли, доно ва омадли бўлишимиз учун зарур бўладиган китобларнинг барчаси ёзиб бўлинган.

Барча касб эгалари, ғаройиб тақдирни бошидан кечирган одамлар, бир чақадан иш бошлаб, натижада мол-дунёга эга бўлганлар, омадсизликдан муваффақият сари барча поғоналарни босиб ўтганлар, уларнинг барчаси тўплаган билимларидан фойдаланишимиз учун ўз тажрибаларини китоб қилиб ёзишга вақт топганлар.

Бу одамлар ўз билим ва тажрибаларини улардан ўрнак олиб, ниманидир ўрганиб, шахсий ҳаётий фалсафамизни ўзгартиришимиз учун ёзиб кетганлар. Уларнинг ёзиб қолдирган омонатлари, қўшган ҳиссалари уларнинг тажрибасига суянган ҳолда ўз «елканимизни тўғри ўрнатишимизга» ёрдам беради. Донолар ўз билимларини бизга тортиқ қилиб, улардан ўринли фойдаланишимизни ва улар қилган хатоларни такрорламаслигимизни иташган. Биз ўз ҳаётимизни уларнинг доно маслаҳатлари билан қайта кўриб чиқишимиз мумкин.

Бизга фойдаси тегадиган зийрак хулосалар бошқалар тарафидан уларнинг китобларида бериб бўлинган.

Шу ўринда бир муҳим савол туғилади: бизнинг ҳаётимизни, ҳолатимизни, ўзаро муносабатимизни соғлиғимизни, мавқеимизни яхши тарафга ўзгартириб юбориши мумкин бўлган маълумотлар шунчалар кўп экан, ҳўш охирги тўқсон кун ичида биз улардан нечтасини ўқидик?

Ҳаётимизни ўзгартириб юбориши мумкин бўлган ушбу китобларни ўқишга нима учун шунчалар безътибор бўламиз?

Нимага аҳволимиздан нолиб, шикоят қилиб яна шундайлигимизча қолаверамиз?

Нега кўпчилигимиз оқибатлардан нолиб, шу билан бирга унга олиб келган сабабларни «парваришlashда», «суғоришда» давом этамиз?

Ҳаёти яхши тарафга ўзгаришини истаган киши бу йўлда унга йўлбошчи бўладиган китобга нисбатан бефарқ бўлмайди. Сиз ҳали ўқимаган ўша китоб сизни тўғри йўлга бошлай олмайди. Гап китобларнинг қимматлигида ҳам эмас. Ахир китобнинг нархи жуда қиммат деб ҳисоблайдиган одам бир мунча вақт ўтгач ўша китобни олиб ўқимгани учун бир неча баробар ортиқ ҳақ тўлаши мумкин.

Китобни ўқишни билмайдиганлар ва уни ўқишни хоҳламаганлар орасидаги фарқ унчалар катта эмас. Иккала ҳолатда ҳам натижа жаҳолат, нодонлик бўлади.

Шахсиятини ривожлантириш йўлини астойдил истаган одам ўқишдаги одат ва кўникмага айлантирган чегараларни олиб ташлаши керак.

Фойдали ўқишни ўрганиш мумкин, уларга бағишланган бир қатор адабиётлар ҳам мавжуд.

Ўртача савиядан юқорироққа кўтарилмоқчи бўлганлар учун мутолаа муҳим ўрин тутди. Биз билан китоб орасида ҳаётимизни ўзгартириши мумкин бўлган нимадир туришига йўл қўймаслигимиз керак.

Агар ҳар куни оз-оздан ўқиб борсак, натижада тез орада кўпгина қимматли маълумотларга эга бўламиз. Бироқ, биз бунга вақт тополмасак, керакли китобни қидириб топмасак, ўзимизни интизомга ўргатмасак, ҳосил бўлган бўшлиқ ўрнини тезда жаҳолат эгаллайди.

Яхши ҳаёт истаган инсон энг аввало шахс сифатида ўсиб етилиши керак. Бундай кишилар меъёрлаштирилган ҳаёт фалсафасини такомиллаштириш учун ҳаракат қилишлари, сўнгра эса ушбу фалсафа билан яшашлари лозим.

Ўқишга одатланиш бу тўғри фалсафа асосини шакллантиришнинг асосий воситасидир.

Омад ва бахтга эришишнинг зарур асосларидан биридир.

Шахсий кундалик тутинг

Билим олиш ва уни англаш йўлидаги тўхтовсиз ҳаракатимизда яна бир муҳим тартиб бор. У келажагимиз ўтмишимиздан кўра яхшироқ бўлишида ёрдам берувчи, атрофимиздаги маълумотларни ўзлаштиришимизга кўмакчидир. Гап шахсий кундалик тутиш ҳақида борапти.

Кундалик шундай нарсани, унда жамики кузатиш ва кашфиётларимиз қайд этилиб тўпланиб боради. У шахсий қўлёзма шаклидаги ўз сўзларимиз билан ҳикоя қилинган, бошдан кечирганларимиз қайд этилган, ҳаётимизга тааллуқли бўлган ҳодисалар ва инсонларнинг фикр, тилак ва ғоялари ёритилган солномамиздир. Кундаликнинг иккига афзаллиги бор. Биринчидан, айтишда қандайдиган нуқтаи назарни келажакда таҳлил қила олишимиз учун уни шундайлигича сақлаб қолади. Ҳаётимизда содир бўладиган воқеалар, бошдан кечирадиганларимиз ва улар мисолида ибрат оладиган ҳодисалар шунчаки «бўлиб ўтиши» керак эмас. Бу воқеалар шундай қайд қилиниши лозимки, улардан оладиган сабоғимиз бизга келажакда ёрдам берсин. Ўтмиш, агар мақсадга мувофиқ тарзда сақланган бўлса, у бугунги кунда қарор қабул қилишимизда орзуимиздаги келажакка эришиш йўлида яхши маслаҳатчи бўлади.

Ҳар бир воқеа бош мияда сақланиб қолган бўлса ҳам биз доимо керак бўлганида хоҳишимизга кўра уни аниқ кичик тафсилотларигача эслай олмаймиз. Кўпинча айрим қисмлари ёддан чиқади ёки чалкашиб кетади. Биз натижасини, оқибатини яхши эслаймиз, лекин воқеалар кетма-кетлигини ёки қабул қилинган қарорларни унутишимиз мумкин. Ўтмишни мустаҳкам ёдимизга солиб туридиган аниқ маълумотсиз биз қайта-қайта айна бир хатони такрорлашимиз эҳтимолдан холи эмас.

Кундалик тутишнинг иккинчи афзаллик жиҳати шундаки, ҳаётимизни ёзиб бориш жараёнида ўз ҳатти-ҳаракатларимизга холис баҳо бериб борамиз. Ёзиб боришнинг ўзи маълумот оқимини камайтиради. Қоғозга туширмақчи бўлганимиз бирор воқеани ёзишдан олдин бир оз тўхтаб ўйга чўмганимизда, бу воқеани қайта ўйлаб кўриш ва қайта таҳлил қилиб чиқиш имконияти пайдо бўлади. Маълумотларимиз манбаини яққолроқ кўра бошлаймиз, қабул қиладиган қарорларимизга асос бўладиган далиллар ва ишонч билан қиладиган қатъий ҳаракатларимизни яна бир текшириб чиқамиз. Бошқача қилиб айтганда, ҳаётимизни қоғозга тушириш жараёнида диққатимиз нафақат ўша воқеаларга қаратилади, шу билан бирга, шахсий фалсафамиз ҳам ўз ифодасини топади. Бундай синовчан нигоҳ ҳаётимизга ўз таъсир кучини кўрсатадиган шахсий фалсафамизни ўзгартиришимизга олиб келади.

Кундалик тутиш тартиби самарали мулоқот қила олиш қобилиятимизни ривожлантиради. Воқеа-ҳодиса ва кечинмаларимизни қанчалар кўп ёзишга ўргансак, ўз фикрларимизни ўзгаларга осон етказамиз ва ички дунёимиз билан ўртоқлаша оламиз.

Бир қизиқ маълумот, АҚШ президенти Кеннеди ўлдирилганида баъзи нуфузли давлат йўлбошчиларининг шахсий кундаликларида ўша машъум куннинг хотиралари

ёзиб қўйилган экан. Бу жуда кам учрайдиган ҳодиса бўлиб, воқеа бир қанча вақт ўтгач тарихчиларнинг тахминлари асосида эмас, балки содир бўлиши билан ўша заҳоти ёзилган.

Муваффақиятга эришган аксари эркак ва аёллар шафсий кундалик тутишади ва тез-тез уларни кўздан кечириб туришади. Бу уларнинг одатига, иккинчи табиатига айланиб қолган. Уларда гўёки ички овоз бордек. Кундалик тутиш балки уларнинг ўрта даражадан юқорироққа кўтарилишларининг асосий сабабларидан бири бўлгандир.

Тартибнинг кичкина қоидалари катта ютуқларга олиб боради. Ўрта савиядаги одам муҳим масалаларга диққатини қаратар экан, унинг ўсиши ва юқори даражага кўтарилиши учун фақатгина вақт талаб этилади. Кичкина қоидалар каби кичкина хатолар ҳам йиғилиб, тўпланиб боришга мойил бўлади. Аввалгилари бизнинг фойдамизга бўлса, кейингилари зараримизга хизмат қилади.

Омад ҳам мағлубият ҳам тўсатдан бўлмайди. Униси ҳам, буниси ҳам бир қарашда арзимас ва кичкина кўринган қарорларнинг йиғиндисидир. Бундай қарорларнинг умумий салмоғи ҳар бир кишининг оқибатда мукофотланишига олиб келади. Кундаликдан фойдаланиш ёки фойдаланмаслик омадга эришишда шарт қилиб қўйилмаган. Бироқ ундан фойдаланиш фалсафа деб аталувчи нақшнинг бир бўлагидир. Агар кундалик тутишга эътиборсиз бўлсак, нақшимиз тўла-тўкис бўлмайди.

Бизнинг ҳаётимиз туғилганлик ҳақидаги гувоҳнома, қабр тоши ва бу иккиси орасидаги бир неча миллион қийматга эга таом ва маҳсулотлардан ташқари юқорироқ турувчи нимадандир иборат бўлиши керак. Кундалик бизнинг мағлубиятларимиз билан бирга муваффақиятларимизни ҳам майда-чуйдасигача ёритиб боришимиз мумкин бўлган

воситадир. Бу жараённинг ўзи ҳам ўсишимизга, юксалишимизга ёрдам беради.

Ҳаётимиздаги муҳим нарсаларга бўлган муносабатимиз ўзгармас экан, кучли шахс бўлиб етиша олмаймиз. Ҳар биримиз ўзимизни таҳлил қилиб хатоларимизни тўғрилаб борсак, арзимас туюлган тартиб-қоидаларга амал қилсак, ҳар куни бирор фойдали нарса ўқисак шахсиятимизни ривожлантирган бўламиз. Янги билимларни эгаллашга бўлган интилишимиз орқали биз нафақат ўз фалсафамизни ва ҳаётимизни ўзгартирамиз, балки атрофимиздаги бошқа кишиларга ҳам ёрдам берган бўламиз.

Қарор қабул қилиш жараёни

Ҳар сафар янги ғоя туғилганида унинг юриш-туришимизга қанчалар мос келишини аниқлаш учун беихтиёр кўзга кўринмайдиган тарозига солиб кўрамиз. Қадриятларимиз тарозисида оғир келган ғоялар дарҳол диққатимизни тортади. Тарози босмаганлари эса тасодифан ёки жуда қисқа муддатга бизни ўзига жалб қилади.

Қайси ғояни ҳаётга тадбиқ этишимиз шахсий фалсафамиз билан боғлиқ. Агар биз етарлича билимга эга бўлмасак, бор илмимизни чуқурлаштириб ёки кенгайтириб бормаган бўлсак, қабул қилган қарорларимиз бизни омад сари етакламайди, аксинча, ҳалокатли оқибатларга олиб келади. Агар арзимас нарсаларга кўп вақт ва кўп маблағ сарфлашга мойил бўлсак, қарор қабул қилиш жараёнимизни диққат билан қайта кўриб чиқишимиз керак бўлади.

Дунёда муваффақиятга бўлган имкониятларини ўз қарорлари билан йўққа чиқарадиган инсонлар кўплаб топилади. Мустаҳкам фалсафа асосида ҳаракат қилмайдиган одамлар одатда караксиз нарсалар билан

шуғулланишади ва қилишлари лозим бўлган ишларни бажармай қолишади. Бундай одамлар олдиларига мақсадни тўғри қўйишмайди ва биринчи даражали энг муҳим ишни ажратиб олишмайди. Улар бир танловдан иккинчисига сакраб юришади. Нимадир қилиш лозимлигини билсалар ҳам уларга билимларини ишга солиб бирор нарсага эришиш учун муайян тартиб-қоида етишмайди.

Ҳар куни биз ўнлаб катта-кичик қарорлар қабул қиламиз. Ёдда тутиш лозимки, қарор қабул қилиш вақтидаги ҳар бир танловимиз бўлғуси мақсад сари бизни йўналтиради. Худди шу каби аввалги қарорларимиз умумий ҳолатда бизни ҳозирги турмуш тарзимизга олиб келганидек, бугунги қарорларимиз ҳам келажакда бизга мукофот ёки афсусланарли онларни тақдим этади.

Тўғри қарор қабул қилиш келажагимиз сифатига ўз таъсирини кўрсатади. Биз бирор қарор қабул қилишга олдиндан тайёр бўлишимиз керак. Танлов вақтида биздан билим ва фалсафа талаб этилади. Улар аввалдан эга бўлган билимларимиз асосида бўлиб бизга хизмат қилади ёки барча ҳаракатларимизни чиппакка чиқаради.

Мана шунинг учун муҳим танловда кутилмаган тўқнашувларга, вазиятга тайёр туриш жуда аҳамиятлидир. Фақатгина пухта ақлий тайёргарлик оқилона қарорлар қабул қилиш имконини беради.

Агар биз аввалги қабул қилган қарорларимиз олиб келган натижалардан норози бўлсак, унда ишни бугунги фикрлашимизни ўзгартиришдан бошлашимиз лозим.

Биз янги билимларга эга бўлиш билан бирга фалсафамизни ҳам такомиллаштириб борамиз.

Мустаҳкам фалсафанинг шаклланиши мустаҳкам қарорлар қабул қилишимизда омил бўлади.

Омад ва бахтга саёҳат

Омадсизлик формуласи

Омадсизлик олдиндан белгиланган алоҳида ҳодиса бўлмайди. Кунларнинг бирида эрта тонгда тўсатдан омадсиз бўлиб уйғониб қолмаймиз. Омадсизлик нотўғри фикр ва нотўғри қарорларнинг йиғиндисидир. Бошқача қилиб айтганда, омадсизлик ҳар кун такрорланадиган бир қатор хато фикрлар мажмуасидир.

Хўш, нима учун одам мулоҳаза юритишда хато қилади ва уни ҳар кун такрорлайди?

Жавоби оддий: чунки у буни арзимас деб ҳисоблайди, эътиборсизлик қилади.

Уларнинг фикрича, бизнинг кундалик фаолиятимиз у қадар муҳим эмас. Кичкина хато, нотўғри қарор ёки бекор ўтган бир соат тезда ва сезиларли таъсирини кўрсатмайди.

Агар биз охириги тўқсон кун ичида, ҳеч бўлмаганда битта китобни ўқишга ҳаракат қилмаган бўлсак, бундай тартибсизлик назаримизда ҳаётимизга тезда таъсир этмайди. Чунки, биринчи уч ойлик ичида кўрқадиган ҳеч нарса содир бўлмади ва шу сабаб биз бу хатони такрорлайвераимиз. Нима учун? Сабаби, у бизга муҳим бўлиб кўринмайди. Айнан мана шуниси энг хавфлидир.

Китоб ўқимасликдан кўра унинг қандай аҳамиятга эга эканлигини билмаслик ёмонроқдир!

Керагидан ортиқча таом ейдиганлар келажакда соғлиқлари билан боғлиқ муаммога дуч келишлари аниқ. Бироқ ундан оладиган роҳатлари, лаззатланиш онлари кейинги оқибатларни ўйлашга тўсқинлик қилади. Бу ўша вақтда муҳим деб ҳисобланмайди. Кўп чекадиганлар ёки ичадиганлар ҳам айни шу хато танловни ҳар йили такрорлайдилар. Чунки буни муҳим муаммо деб ўйламайдилар. Бу ёмон танловнинг оқибатида келиб чиқадиган афсус ва надомат орқага сурилгани, келажакка олиб қўйилганини тушуниб етмайдилар. Оқибатлар камдан-

кам ҳолатда тўсатдан содир бўлади; аксинча, улар муқаррар ҳисоб-китоб қилинадиган кун келгунича тўпланиб ётади. Ўша кун келганида эса ўша биз арзимас деб ҳисоблаган нотўғри қарорларимиз учун тўла ҳисоб берамиз.

Келажакнинг одамни алдайдиган жиҳатларидан бири унинг мавҳумлигидир. Қисқа вақт ичида назаримиздаги бу арзимас хатолар ҳеч нарсани ўзгартирмайди. Секин-аста жарга қулаётганимизни сезмай ҳам қоламиз.

Биз ҳозиргидан ҳам ақллироқ бўлишимиз керак! Агар биринчи хато қилган кунимиз осмон устимизга қулаб тушганида шубҳасиз, бунинг қайта бошқа такрорланишининг олдини олардик. Худди ота-онасининг огоҳлантиришига қарамай, иссиқ чойнакни ушлаб олиб қилган хатоси орқасидан хулоса чиқариб, тажриба орттирган кичкина бола кабидир.

Афсуски, муваффақиятсизлик кутилаётган хавф ҳақида ота-онамиз каби бизни бор овозда огоҳлантирмайди. Шу сабабдан ҳам тўғри қарор қабул қилишга лойиқ бўлишимиз учун шахсий фалсафамизни такомиллаштириб боришимиз зарур. Ҳар бир босган қадамимизни назорат қилиб борадиган мустаҳкам шахсий фалсафага эга бўлишимиз, хатоларимизни ўз вақтида илғашимизга, уларни тўғрилашга ва ҳар бир қилинган хато изсиз кетмаслигини тушунишимизга ёрдам беради.

Омад формуласи

Омадсизлик формуласи сингари омад формуласига риоя қилиш ҳам жуда осон: ҳар куни бир нечта оддий тартиб қоидаларини бажариш.

Энди бир қизиқ савол устида бош қотириб кўрсак: омадсизлик формуласидаги хатоларимизни қандай қилиб омад формуласига, зарур бўладиган қоидага айлантиришимиз мумкин? Жавоб қуйидагича, келажагимизни бугунги кун фалсафамизнинг ажралмас бир қисмига айлантириш.

Муваффақият каби унинг акси бўлган муваффақиятсизлик ҳам қандайдир оқибатларга олиб келади. Ўтмишдаги ҳаракатларимиз натижаси каби улар ҳаққоний мукофот ёки муқаррар афсусдир. Агар шундай бўлса, нимага келажак ҳақида ўй сурадиган одамлар бу дунёда бунчалар кам топилади?

Жавоби оддий, одамлар бугунги кун билан шунчалар машғулларки, эрта уларга аҳамиятсиз бўлиб кўринади. Бугуннинг муаммо ва мукофотлари баъзи одамларни шунчалар ўз домига тортиб кетадики, уларнинг эртани ўйлаб кўришлари учун ҳаттоки вақтлари ҳам йўқ. Агар биз ҳар кунги бир неча дақиқамизни ажратиб, диққатимизни озгина олдинни, келажагимизни ўйлашга қаратсак нима бўлади? У ҳолда биз бугунги кундаги ёмон оқибатларга олиб келган ҳатти-ҳаракатларимизнинг олдини олган бўлардик. Бундай бебаҳо маълумотга эга бўлган ҳолда хатоларимизни янги, омад сари етаклайдиган қоидаларга алмаштириш учун керакли ҳаракатларни бажарардик. Бошқача айтганда, ўзимизни олдиндан келажакка қарашга ўргатиб, фикрлашимизни ўзгартиришимиз хатоларимизни тўғрилашимиз ва аввалгиларининг ўрнини босувчи янги одатларни тарбиялаб шакллантиришимиз учун зарурдир.

Ҳар куни бажариладиган тартибнинг бир нечта оддий қондаси

Омад формуласининг кишини ўзига тортадиган жиҳатларидан бири, натижанинг деярли дарҳол кўзга кўринишидир. Биз онгли равишда кундалик хатоларимизни кундалик тартиб қоидаларига айлантирар эканмиз, тез орада ижобий натижага эга бўламиз. Агар биз ўз парҳезимизни ўзгартирсак, бир неча ҳафтадан сўнг ўзимизни сезиларли даражада яхши ҳис қила бошлаймиз. Агар жисмоний машқларни бажара бошласак, шу заҳотиёқ қувватимиз ошганини сезамиз. Китоб ўқишни бошлаганимизда ўзимизни аввалгига нисбатан саводли ҳис эта бошлаймиз, ўзимизга бўлган ишончимиз ортади. Биз ҳар куни қўллай бошлаган ҳар қандай янги қоида кутилган яхши натижаларга олиб келади. Улар эса ўз навбатида янги қоидаларни ҳаётимизга тадбиқ этиб янада яхшироқ бўлишимизга ундайди.

Янги тартибнинг ҳақиқий мўъжизаси шундаки, у фикрларимизни тўғрилаб боради.

Агар биз бугун китоб ўқишни, кундалик тутишни, кўпроқ кузатиб тинглашни бошласак, бугунги кун орзуимиздаги келажагимизга олиб борадиган биринчи кун бўлиб ҳисобланади.

Агар бугундан хатоларимизни тўғрилаш учун бор кучимиз билан ҳаракат қила бошласак, аввалги ҳаётимизга қайтишни истамай ҳам қоламиз.

Ҳаётимизни ўзгартиришимиз учун ҳеч қандай тартиб шарт эмас, озгина сабаб бўлса кифоя, дея бизни ишонтирмоқчи бўлганлар ҳам топилади. Бироқ «сабаб» бу ҳаётни ўзгартирадиган нарса эмас. Унинг учун биз аввал фикрлаш тарзимизни ўзгартиришимиз керак.

Ўзимизни ўзгартиришимиз ва истагимиздаги одамга айланишимиз учун фикрлашимизга таъсир кўрсатадиган унинг асосларидан бошлашимиз лозим.

Агар шахсий фалсафамизни такомиллаштириш учун онгли равишда озгина кўпроқ вақт ва куч сарфласак, ҳаётимиз оқимини сезиларли даражада ўзгартиришимиз мумкин.

Энг ёқимлиси, натижалар тез орада бизнинг фойдамизга ҳал бўлиши учун жуда кўп нарсани ўзгартиришимиз талаб этилмайди.

Тартиб-қоида кўпайишга мойил бўлади

Тартибнинг барча қоидаси бир-бири билан боғлиқ. Ҳар бир янги қоида нафақат биз олдин амал қиладиганларимизга, балки тез орада қўлламоқчи бўлганларимизга ҳам ўз таъсирини кўрсатади.

Дунёдаги жамики нарса бир-бирига таъсир кўрсатганидек, ҳар бир ҳаракатимиз ҳам бутун ҳаётимизга ўз кучини ўтказadi.

Ҳар биримизда тартиб-қоидани бузишга бўлган мойиллик бор. Биз ўзимизга ўзимиз: «Бу ўзимни эркин ҳис қилишим мумкин бўлган ягона муҳит», деймиз.

Бироқ бу фикрлар адашишининг бошланишидир. Ҳар бир нотўғри ҳаракатимиз ўзимизни интизомга бўйсундириш занжирининг узилишига олиб келади. Назорат чегарасидан чиқиб озгина вақтга бўлса ҳам ўзимизга эркинлик беришимиз, вақт ўтиши билан биз қабул қилган бошқа қоидаларнинг бузилишига олиб келувчи жиловлаб бўлмас рағбат ва мойилликни туғдиради.

Ҳамонки, ҳар бир қоида бир-бири билан узвий боғлиқ экан, жуда эҳтиёт бўлишимиз керак. Ёдда тутинг, хатоларимизни такрорлаш учун ўзимизга ўзимиз берадиган ҳар қандай эркинлик бошқа бир қатор яхши одатларимизга ҳам ўз таъсирини кўрсатади. Бу эса ўз навбатида вақт ўтиши билан келажакдаги феъл-атворимизга таъсир этади.

Лекин бунинг бир яхши тарафи ҳам бор. Ҳар бир янги қоида бошқа қоидаларимизга ҳам таъсир этади. Биз ўзимиз учун ишлаб чиқадиган ҳар қандай қоида хулқимизнинг бошқа таркибий қисмига ижобий таъсир кўрсатади. Асосийси доимо фикрлашимизни ўстирадиган, хатоларимизни тўғрилайдиган ва натижаларимизни яхшилайдиган ўша қоидаларни тўхтовсиз излаб топишдир. Кичкина хатоларимизни тўғрилаш учун ҳам ҳаракат қилишимиз лозим. Ўзимизни тартибга сола бошлаганимизда эса хатоларимиз камайиб, кутилган натижаларга эриша бошлаймиз.

Омад ва бахтга осон эришилади

Омад ва бахтга эришиш йўлида агар қадам-бақадам мақсад сари одимласак, уларга осон эришамиз. Хатонинг ўрнини қоидалар эгаллаши, худди омадсизлик ўрнини омад эгаллагани каби бўлади. Бунга эришиш осонлигининг сабаби бизнинг бунга қодирлигимиздир. Биз қодир бўлган нарсаларимизни эса осонлик билан бажарамиз. Эҳтимол, тартиб масаласида озгина тер тўкишимизга тўғри келар, лекин бор истеъдодимизни ишга солиб ҳаракат қилсак омадга ва унинг мукофотига эришиш унчалар қийин бўлмайди.

Бу шунчалар осон бўлса, нега кўпчилигимиз шундай қилмаймиз? Омад ва бахтни ваъда қиладиган ишларни қилиш ҳақиқатда қанчалар осон бўлса, уни қилмаслик ҳам шунчалар оддийдир.

Бефарқлик хавфи

Бажариш енгил бўлган ишларни бажармаслик ҳам жуда осон. Кўпчиликнинг бундай оддий юмушларга қўл урмаслигини бир сўз билан: бефарқлик, эътиборсизлик оқибатидан дейиш мумкин.

Гап банк ҳисобидаги маблағнинг, керакли китобларнинг, яхши устозларнинг камлигида эмас.

Бой, кучли, тажрибали, моҳир бўлишимизга ёрдам берадиган барча нарса биз эришадиганларимизнинг чегарасида жойлашган. Кўп одамларнинг бундан фойдаланмаслигининг сабаби ҳам жуда оддий: бефарқлик, эътиборсизлик.

Баъзиларимиз ушбу гапни эшитганмиз: «ҳар куни биттадан олма истеъмол қилиш, уйингиздан табибни ҳайдашингизга сабаб бўлади». Бу машҳур маталнинг тўғрилиги хусусида баҳслашишимиз мумкин. Агар бу ҳақиқат бўлса-чи? Шундай оддий ишни бажариш, оддий қоидага амал қилиш билан ҳаётимиз давомида соғлом, бақувват, фаол бўлишимиз мумкин бўлса-чи? Ҳар куни биттадан олма ейишимиз энг осон, тўғри ва ақлли одамнинг иши бўлмасмиди?

Агар буни ҳақиқат деб қабул қилсак, унда нега ҳар куни ҳар бир одам соғлиғини сақлаш мақсадида биттадан олма истеъмол қилмайди? Модомики, бу шунчалар осон, унинг мукофоти шунчалар қимматбаҳо экан, нега ҳар куни бу ишни бажармаймиз? Чунки, енгил амалга ошадиган ишларни қилмаслик ҳам шунчалар осон. Омадсизлик шунчалар макрлики, одамни алдаб, кутилмаган оқибатларга олиб келади. Омадсизлик қайсидир маънода эътиборсизлик, бефарқлик сабабчисидир. Биз арзимас кўринган ишларни назарга илмай уларни бажармаймиз ва бу эркинлик, дангасалик, ўз навбатида қилишимиз лозим ва зарур бўлган ишларга

ҳам кўчади. Кичкина эътиборсизлик вақт ўтиши билан катта камчиликка, хатога олиб келади. Бефарқлик инфекцияга ўхшайди. У кўринмас бўлиб, бутун бошли тартиб-интизомимизни издан чиқаради ва гуллаб-яшнаб келаётган инсоннинг қувноқ ҳаётининг синишига, барбод бўлишига олиб келади. Амалга оширишимиз лозим бўлган ишларни қилмаганимизда ўзимизни айбдор ҳис этамиз, бу туйғу эса ўзимизга бўлган ишончни сўндиради. Ишончимиз йўқолганида эса ўз-ўзидан фаоллигимиз ҳам камаяди. Натижаларимиз ёмонлашгани сари фикримиз, эгаллаган ўрнимиз, мавқеимиз ҳам бўшашади. Ҳаётга бўлган ижобий муносабатимиз салбий томонга ўзгаргани сари ўзимизга бўлган ишончимиз янада камаяди ва ҳоказо. Қилишимиз лозим бўлган ишни бажармасак, натижада муаммолар гирдобига фарқ бўлишимиз мумкин.

Қулоқ солишни ўрганинг

Нима учун биз у қадар муҳим бўлмаган ишлар билан шуғулланишга мойил бўламиз ва омад, бахт ваъда қилувчи юмушларни бажаришни хушламаймиз. У қандай овозки, бизга: «Ҳаммаси ўз йўриғича кетаверсин. Тартиб деб аталувчи арзимас нарсага ҳам бош қотириб ўтирасанми?» деб пичирласа? У ўтган йиллар давомида ёмон таъсирлар, нотўғри фикрлар, ёлғон фалсафанинг шаклланиши ва нотўғри қабул қилинган қарорлар натижасида яхшигина кучга эга бўлган, инсонни олдинга эмас, ортга бошловчи инкор овоздир.

Бу инкор этувчи овозни қандай қилиб ўчиришимиз мумкин, деган саволга ҳар биримизнинг ич-ичимизда янграётган омаднинг заиф, паст овозига қулоқ солишга одатланишимиз билан, дея жавоб беришимиз мумкин. Омад товуши омадсизлиكنинг баланд чақириқлари орасида

уни ҳам эшитишларига доимо интилади. Биз ҳар доим қайси овозга эргашишни танлаш ҳуқуқига эгамиз. Ҳар сафар омадсизлик овозига қулоқ солиб, янги қоидаларни татбиқ этиш ўрнига аввалги хатоларимизни такрорлар эканмиз, бу салбий овоз каттароқ кучга эга бўлиб бораверади. Аксинча, ҳар сафар омаднинг насиҳатомуз овозига қулоқ солганимизда ва телевизорни ўчириб, ўзимизни китоб ўқишга мажбурлаганимизда, кундалигимизни очиб унга ўз фикрларимизни баён этишни бошлаганимизда ёки бир дақиқа ўйга чўмиб бугунги ҳаракатларимиз оқибатини мулоҳаза қилганимизда, омад овози бу янги қоидаларга жавоб тариқасида ўсиб ривожлана бошлайди ва кун сайин мустаҳкамланади. Тартибнинг ҳар бир янги қоидаси бу олдинга ташланган бир қадамдир.

Биз омадсизлик чақирғини ўз фикрлашимиздан бутунлай чиқариб ташлолмаймиз. У доимо бизга ўзини эслатиб туради, қизиқиш ва фойдаларимизга қарши фикрлар билдиради. Бироқ биз бу овознинг ҳалокатли емирувчи таъсирини сезиларли даражада пасайтиришимиз мумкин. Бунинг учун қатъий шахсий фалсафамизни ишлаб чиқишимиз ва ҳаётга, келажакка умид билан, ҳақиқат кўзи билан боқишимиз лозим.

Янги фалсафани яратиш жуда осон. Омад келтирувчи қарорлар қабул қилиш қийин эмас. Ҳаётга бўлган янгича муносабатни шакллантириш ҳам мушкул иш эмас.

Бу бобда келтириладиган барча қадрли ва амалий нарсаларни бажариш умуман олганда, қийинчилик туғдирмайди. Лекин бизни орзуимиздаги бойликлар ўрнига чақа тангалар билан қолдирадиган энг асосий тўсиқ шундаки, айтиб ўтилган, қилиниши жуда осон бўлган ишларни шундай осонлик билан бажармай қўя қолиш ҳам мумкин.

Омад ва омадсизлик орасидаги нозик чегарани кўра олишимиз ва уни доимо кузатиб, назорат қилиб боришимиз лозим.

Ҳар бир қароримизни онгли равишда орзуимиздаги ҳаётга эришиш мақсадидан келиб чиқиб қабул қилишимиз, ҳар бир қадамимизни ўйлаб босишимиз ва хатоларимизни тўғрилашимиз керак. Ҳеч қачон хатоларимизни арзимас санаб, уларни беэътибор қолдирмаслигимиз керак. Улар албатта аҳамиятга эга. Кичкина тартибсизлик ҳеч қандай кўнгилсизлик олиб келмайди, деб ўйлаш тўғри эмас. Ўз ҳаётимизга, дунёқарашимизга қандайдир ўзгаришлар олиб кирмай туриб, барча истаган нарсаларимизга ва орзуимиздаги одамга айланамиз деб, ўзимизни ишонтиришимиз ақлга тўғри келмайдиган иш. Нимагадир эришиш учун биз ўзимизда албатта, ўзгаришлар қилишимиз керак бўлади.

Фаровон ҳаёт сари ташланган илк қадам биз орзуимиз орасида турадиган бугунги шахсий фалсафамизни ўзгартиришга бўлган қатъий қарордан бошланади.

Агар биз китоб ўқишни, кундалик тутишни, тартибга риоя қилишни ва бефарқликка қарши курашишни бошласак, барчаси қўлимиз етадиган даражада, имкониятларимиз чегарасида бўлади. Булар шахсий фалсафани яратишда ёрдам берадиган, қувонч ва комилликка тўла янги ҳаётга олиб борувчи йўл ҳамдир.

Иккинчи боб

ҲАЁТГА БЎЛГАН МУНОСАБАТ

Ҳаётимиз қайсидир маънода, нималарни билишимизга боғлиқ. Қабул қиладиган қарорларимиз эгаллаган илмимиз, тўплаган маълумотларимизга боғлиқ.

Билимларимиздан ташқари ҳиссиётларимизга ҳам тобемиз. Билимларимиз бизнинг дунёқарашимизни, фалсафамизни шакллантиради.

Айнан ҳиссиётлар доираси бизнинг кундалик шахсий ва иш фаолиятимизни бошқаради. Ҳиссиётларимизнинг воқеаларга, ҳаётдаги ўзгаришларга бўлган муносабати бизнинг ёки бир ерда бефарқ қотиб туришимизга ёки ҳар қандай вазиятда тезда ҳаракат қилишимизга сабаб бўлади.

Фикрларимиз каби ҳиссиётларимиз ҳам бизни келажақдаги бахтли ҳаёт сари элтиши ёки бахтсизликка йўлиқтириши мумкин. Одамларга, ўз ишимизга, уйимизга, иқтисодий аҳволимизга ва атрофимиздаги дунёга нисбатан бўлган ҳисларимизнинг барчаси ҳаётга бўлган муносабатимизни шакллантиради. Ҳаётга тўғри муносабатда бўлган инсон тоғни талқон қилиши мумкин. Аксинча бўлса, қум зарраси остида эзилиб йўқ бўлиб кетиши ҳам ҳеч гап эмас.

Омад ва бахтга эришишнинг бош муҳим шартларидан бири тўғри муносабатдир. Яхши ҳаётнинг асосларидан бири ҳам тўғри муносабат. Ҳаётда ўз ўрнимизни топишимиз ва орзуларимизга эришиш учун ўз ҳиссиётларимизни доим таҳлил қилиб боришимиз керак.

Муносабат бу – ҳаётимиз қандай бўлишини ҳал қилувчи асосий омилдир. Дунёдаги жамики нарса бир-бирига боғлиқ экан, борлиғимизга, ҳаётимизга салбий

таъсир кўрсатиши мумкин бўлган барча насалар ва инсонларни синчиклаб ўрганиб чиқишимиз зарур.

Ўтмиш

Ўтмишга нисбатан ижобий фикр ҳар бир кишининг ҳаётига сезиларли ўзгариш киритиши мумкин.

Ўтмишга бўлган энг яхши муносабат бу уни тажриба тариқасида қўллашдир. Биз ўзимизни нотўғри босган қадамимиз, хатоларимиз, муваффақиятсизлик ҳамда йўқотишларимиз учун ўлгунча айблашимиз керак эмас.

Ўтмишдаги яхши ва ёмон кунларимиз ҳаётий тажрибамизнинг бир қисмидир.

Баъзилар учун ўтмиш қаттиққўл устоз бўлиши мумкин. Бироқ ундан таълим олишимиз учун уни доимо ёдда тутишимиз ва унинг бебаҳо тажрибасидан ўз ҳаётимизда фойдаланишимиз лозим. Ўтмиш осонлик билан руҳимизни тушириб, эзиб қўйиши мумкин. Лекин осонлик билан бизга ўргатиши, таълим бериши ва қадримизни ошириши ҳам мумкин. Келажагимизнинг мўъжизаларидан бири ўтмишимизда яширин. Ўтган сабоқлар, ўтган хатолар, ўтган омад – ҳосил қилган каттагина тажрибамиз бизнинг ҳоҷамиз ёки қулимизга айланади.

Шунинг учун ўтмишдан сабоқ олиш ва ундан келажакда фойдалана олиш жуда муҳимдир. Агар биз ўтмишга нисбатан оқилона муносабатда бўлсак, келгуси ўн икки ой ичида ҳаёт тарзимизни кескин ўзгартириб юборишимиз мумкин.

Ҳар биримиз ўзимизга бир йилдан кейин айнан қай ҳолатда ва қаерда бўламиз, деган саволни бериб кўришимиз керак. Ўтмишга нисбатан янги фалсафани ишлаб чиқиш бу бизнинг ҳозирги муносабатимизни ўзгартирадиган калитдир.

Ўтмишни ўзгартириш мумкин эмас, деган ҳақиқатни тан олмас эканмиз афсус, виждон азоби ва алам орзуимиздаги келажакни қуришда халақит қилади.

Бугунги кундан қанчалар унумли фойдаланишимиз қайсидир маънода ўтмишга бўлган муносабатимизни белгилайди. Ўз фалсафамизга ўзгартириш киритмагунимизча ҳаётга бўлган муносабатимизни ўзгартира олмаймиз ва бизни ўтмишдаги хатоларимиз туфайли ҳозир ҳам бўғиб турган афсус-надоматга, аламга тўла келажакка эга бўлишимиз эҳтимоли бор.

Бир сўз билан айтганда, қора ўтмишимизга эшик ёпмай туриб ёрқин келажак сари илдам қадамлар ташлай олмаймиз.

Бугунги кун

Порлоқ келажакимиз айни пайтдан бошланади. Ўтмиш бизга бой хотира ва ҳаёт тажрибасини тортиқ этди, бугунги кун эса улардан оқилона фойдаланиш имконини беради.

Ҳозирги кун ажойиб келажак яратишимизга йўл очади. Келажакнинг мукофотларига эришиш учун унинг белгиланган ҳаққини ҳозир тўлашимиз лозим.

Айни вақтдаги имкониятларимиздан самарали фойдаланишимиз лозим, акс ҳолда келажакнинг мукофотларидан қуруқ қоламиз.

Ўтмишдаги мақсад ва ҳаракатларимиз бугунги натижаларга олиб келди. Агар бугунги кундаги эришган ютуқларимиздан қониқмасак, олган мукофотларимиз кутганимиздек бўлмаса, демак ўтмишдаги ҳаракатларимиз ҳам у қадар қониқарли бўлмаган. Бугунги уринишларимиз ҳам етарли даражада бўлмаса, келажакда қўлга киритадиганларимиз ҳам шунга яраша бўлади.

Бугунги кун ҳар биримизга 1440 дақиқа ёки 86400 сония ҳада этади. Бойлар ҳам камбағаллар ҳам суткасига бир хил 24 соат вақтга эга. Вақт ҳеч кимни афзал билмайди. Бугунги кун гўё: «Мана мен ҳузурингдаман, сенинг ихтиёрингдаман. Қани мен билан нима қиласан?» – дейди.

Ҳар бир кундан қанчалар унумли фойдаланишимиз қайсидир маънода ҳаётга бўлган муносабатимиздан келиб чиқади.

Тўғри муносабатда бўлганлар ушбу кунни танлаб олиб, янги саноқ бошига айлантиришади ва ҳаётларида янги саҳифа очишади.

Бугунги кунни кечаги омадсизлик, эртанги афсус қизиқтирмайди. У бизга ҳар кунгидек қимматбаҳо 24 соатни тақдим этади ва ундан оқиллик билан фойдаланиш-фойдаланмаслигимизни ўз ихтиёримизга қолдиради.

Бугунги кун олиб келиши мумкин бўлган энг катта фойда, бу – ўзгариш жараёнини бошлаш имкониятидир.

Бугун бу – айна вақт, янги ҳаёт бошлашимиз мумкин бўлган дақиқади. Бу ишхонага янги раҳбарнинг келиши, рўёбга чиқиши мумкин бўлган янги ғоя, ўзимизга нисбатан бўлган муносабатимизнинг ўзгариши бўлиши мумкин.

Бугун кечанинг, ўтган куннинг, ундан олдинги куннинг айна такрори бўлиши эҳтимоли мавжуд. Барчаси муносабатимизга боғлиқ.

Келажак

Келажакка бўлган муносабатимиз ҳам катта аҳамиятга эга. Бу уни қандай кўра олишимизга боғлиқ. Ҳар биримиз орзу қилиш, режалаштириш лаёқатига эгамиз. Ақл фаҳмлаш ва яратиш лаёқатига эга

бўлганидек, инсон танаси соғайиш йўлини ғайри-ихтиёрий равишда билгани каби, зеҳн ҳам фаровонликка эришиш йўлини билади.

Барчаси ибтидодан аввал интиҳога етиши лозим

Бу дунёда бизни ўраб турган нарсаларнинг барчаси аввал унинг яратувчисининг миёсида такомиллашиб ниҳоясига етгач яратилган. Биз яшаётган уйлар, ҳайдаётган автомобиллар, кийимларимиз, уй жиҳозларимиз ҳаммасининг асосида ғоя ётади. Ҳар бир ғоя амалга ошишидан олдин яхшилаб таҳлил этилиб, режа қилиниб, миёда ёки қоғозда такомилга етади.

Ғоя амалга ошиб, кўзимиз билан кўргунимизгача, ақл уни маҳсулот сифатида кўриб бўлади.

Инсон ўз келажагини ҳам тахминан шу йўсинда қуради. Биз уни қандай бўлиши керак, деган фикр билан қура бошлаймиз. Маълум бир вақт ўтгач эса тасаввуримизни аниқлаштирамиз ва тўлдирамиз. Тез орада келажагимиз учун онгимизда яратган нарсани амалга ошириш мақсадида барча фикр, қарор ва ҳаракатларимиз уйғунликда ҳаракат қилади.

Мана шунинг учун ҳам ўтмишдаги каби келажақдаги вазиятларга тўғри муносабатда бўлиш муҳим аҳамиятга эга.

Агар ўтмишга соғлом нуқтаи назар билан боқсак ва ўзимизга, бугунги имкониятларимизга асосли муносабатда бўлсак, ўзимиз сезмаган ҳолда орзуларимиз рўёби сари қадам қўйган бўламиз.

Айни пайтдаги фикр ва ҳиссиётларимизга танқидий ёндашишимиз керак, чунки улар келажагимизга ўз ҳиссасини қўшади.

Келажақ бизга нимаики тайёрлаб қўйган бўлса, уларнинг бари бугунги фалсафамиз ва ҳаётга бўлган муносабатимизнинг ойнадаги аксидир.

Порлоқ келажакни лойиҳалаш

Келажакни режалаштириш ва янги ғояларни амалга оширишнинг қандайдир сеҳрли кучи бор. Биз келажакимизга ҳаёлан боққанимизда барча орзуларимиз ушаладиган кунни кўз олдимизга келтириб энтикиб кетамиз. Унинг сиймоси қанчалар аниқ бўлса, шунчалар кўп илҳомланамиз. Бу ҳолат бизнинг суҳбатимизда, ишдаги ғайратимизда ва ҳаётга бўлган муносабатимизда ўз аксини топади. Орзуларимиз қанчалар кўп бизни илҳомлантирса, керакли тартибни ўзлаштиришимиз ва фалсафамизни такомиллаштиришимиз шунчалар осон бўлади.

Бошқача қилиб айтганда, орзуларимиз бизни ўйлашга, ҳаракат қилишга ва уларни рўёбга чиқаришга ундайди.

Агар биз ўтмишдан олган тажрибаларимизни сарфлашга етарли даражада оқил бўлсак, келажакдан илҳомлансак, у ҳолда ўтмиш тажрибаси ва келажак илҳоми бугунданоқ бизнинг фойдамизга ишлай бошлайди. Биз келажакка интилувчи ва ўтмишдан йўлланма олган, бугунги кунда тўғри ҳаракатланаётган одамга айланамиз. Бу жуда зўр, катта аҳамиятга эга бўлган кучдир! Келажак ғайратга тўла, қилишимиз мумкин бўлган барча ишларга ундовчи кучга эга.

Омадга ёлғиз эришолмаймиз

Ҳар биримиз орзуимизни рўёбга чиқаришда ёрдам берадиган одамларга муҳтожмиз. Ҳаммамиз бир-биримизга керакмиз. Шахсий муносабатлар дунёда бизга ўзгаларни тушуниш ва улардан илҳомланиш керак бўлади. Бошқалар ҳаётига бўлган муносабат ҳеч биримизни безътибор қолдирмайди ва биз ўз муомаламиз билан уларга таъсир кўрсатишимиз мумкин.

Ҳар биримиз биргаликда кучли эканлигимизни билганимизда енгилмас кучга айланамиз ва ҳар биримиз қадрли эканлигимизни тушуниб етамиз.

Биз биргаликда ақл бовар қилмас ишларга қодирмиз. Ойга ва ундан узоққа учишимиз, касаллик сирларини очишимиз, очлик ва азобни камайитиришимиз, исталган одамнинг сифат ва миқдор имкониятларини оширишимиз, одамзод ҳаётини яхшилайдиган, ҳали ихтиро қилинмаган нимадир яратишимиз мумкин. Коинотни ўрганишимиз, океанларни тадқиқ этишимиз, инсон ақлининг чегарасиз ижодий имконияти ва қобилиятини текширишимиз мумкин.

Барчамиз ишда, оилада, жамиятда, илм масканларида бир-биримизга мураккаб тарзда боғлиқмиз.

Бизнинг ушбу ўзаро боғлиқликка бўлган муносабатимиз келажагимизга кучли таъсир кўрсатади.

Муҳим ўринга эга эканликни англаш юксалишнинг бошланишидир

Ақлий қобилиятимизнинг барини ишга, китоб мутолаасига, шахсий фалсафамизни мукаммалаштиришга сарфласак нима бўлади?

Ҳаммамиз ўтмишга, бугунги кунга ва келажакка бўлган қарашларимизни қайта кўриб чиқсак қандай ҳодиса рўй беради?

Ўзгаларга бўлган муносабатимизни ўзгартирсак ва ҳар бир шахснинг муҳимлигини, унинг жамоа тақдирига таъсирини тушуниб етсак нима бўлади?

Агар биз буларнинг барчасини амалга ошира олсак, тасаввур қилинг, бу ахир келажагимизга ақл бовар қилмас даражада ижобий таъсир этади!

Эътиборни тортадиган жиҳати шундаки, ҳар биримиз орзу қилган даражага эришиш учун руҳий, ақлий ва ижодий қувват ва қобилиятга эгамиз.

Эга бўлган нарсаларимизни фақатгина яхшироқ билиб, тушуниб олишимиз, уларни ривожлантиришга кўпроқ вақт сарфлашимиз, сўнгра эса уларни ўз фойдамизга ишлата олишимиз лозим бўлади.

Ўзимизга бўлган нотўғри муносабатимиз фақат бизгагина берилган қобилият ва истёждодни ўз ўрнида ишлата олишимизга тўсқинлик қилади.

Нега ўзгаларнинг кучли томони ва ўзига хос жиҳатларини кўрамузу, ўзимизникига келганда бунга ожизлик қиламиз?

Нима учун бошқаларнинг ютуқларини қарсақлар билан олқишлаймизу, ўзимизникини эса тан олишга ҳам уяламиз?

Ўзни англаш

Муносабатларимиз олган билимларимиз асосида чиқарган қарор ва танловларимизга боғлиқ равишда шаклланади. Тасаввур қилинг, шоҳ асар яратмоқчи бўлган рассомнинг қўлида бир нечта рангдангина иборат бўёқлар бор. Унда шундай асар яратиш истаги бор, лекин унга ҳақиқий шоҳ асар учун зарур бўлган бир қатор бўёқлар етишмаяпти. Билим доираси тор бўлган одам билан ҳам айти шундай ҳолат юз беради.

Бизнинг энг катта камчилигимиз ўзимизни яхши тушунмаслигимиз, нималарга қодирлигимизни билмаслигимиздир. Агар ўзимизни англаганимизда, кучимизга, қобилиятимизга ишонганимизда, ўзимизни озгина бўлса ҳам ҳурмат қилганимизда, фаровон келажакка эришишимизга шубҳа билан қарамасдик.

Ҳар биримиз ноёб, такрорланмас шахсмиз. Бутун дунёни ахтарсангиз ҳам иккита бир хил одамни тополмайсиз, улар албатта нимаси биландир бир-биридан фарқ қилади. Биз қилаётган ишларни ҳеч ким худди шундай

қилиб бажара олмайди. Ҳар бир ишимиз такрорланмас ҳисобланади. Қилган ишларимиз учун ташаккур эшитмасак ҳам, мукофотлар олмасак ҳам дунё у сабаб озгина бўлса-да яхши томонга ўзгаради. Биз оилаларимиз бахтли бўлиши, ишхонамиз гуллаб- яшнаши учун ўз ҳиссамизни қўшамиз, жамиятга фойдамиз тегади.

Инсоннинг ўзига нисбатан қарашларини ўзгартириши бошқалар, шу жумладан, унинг ўзига ҳам тегишли бўлган янги фалсафани ишлаб чиқишидан бошланади. Кўпчилигимиз шунчаки, фақат бугун билан овора бўлиб қолганмизки, бир оз тўхтаб атрофга назар солишга, қилаётган ишларимизни таҳлил қилиб кўришга ҳам вақт тополмаймиз.

Ўзни англаш ҳаёт жумбоқларини ечиш босқичларидан биридир. Ўзимизни қанчалар яхши ва кўп билсак, ўзимиз ва атрофимиздагилар учун фойдали бўлган қарорлар қабул қиламиз. Юқорида айтиб ўтилганидек, танловимиз тўғри бўлса, натижаларимиз ҳам яхши томонга ўзгаради, муваффақиятларимиздан мамнун бўлишимиз ўз навбатида ҳаётдан мамнун бўлишимизга, унга бўлган муносабатимизнинг ўзгаришига олиб келади.

Ўзгалар билан мулоқотнинг ҳиссиётга таъсири

Биз мулоқотда бўлган кишилар шу кунгача билганларимиз ва ҳиссиётларимизнинг манбаи ҳисобланади. Фаровон ҳаётни истаганлар қуйидаги уч асосий саволни доимо ўзларига бериб туришлари керак.

1 савол: Атрофимдаги одам ким?

Ҳаётда кун давомида тўқнашадиган инсонларни яхшилаб ўрганиб чиқиш ва уларнинг бизга кўрсатадиган таъсирини хаёлан тарозуга солиб кўриш керак.

Уларнинг фаолият олиб борадиган жамоасидаги обрўси қандайлиги, аввал эришган ютуқлари ва билим савиялари билан қизиқиб кўринг.

Масъулият, қадр-қиммат, жавобгарлик, қатъият, ҳақгўйлик, сабр ва меҳнаткашлик каби фазилатларни қанчалар қадрлашларини билиб олинг.

Ҳар куни биз билан мулоқотда бўладиган инсонлар гумон, умидсизлик ва хавотир уруғларини экиши эмас, балки бизни илҳомлантириши, яхшиликка ундаши лозим. Ҳаётини муаммолар қаршисида эгилмасдан, уларга нисбатан ижобий муносабатни сақлаб қолишимиз атрофимиздагиларнинг таъсирисиз қийин кечади.

2 савол: Улар бизга қандай таъсир кўрсатишади?

Ҳаётимизга ёмон одамларнинг кириб келишига йўл қўйишимиз жуда осон. Шунинг учун мулоқотимиз доирасини доимо текшириб боришимиз лозим. Ёмон таъсирларга берилиб қолишга йўл қўймайлик.

Ҳар биримизда одат ва қарашлари билан омад ва бахтга эришиш йўлимизни тўсадиган эҳтимол бир нечта яқин дўстларимиз бор. Улар бизга нисбатан жуда илтифотли бўлишлари мумкин. Лекин агар улар бизга ёмон таъсир кўрсатаётган бўлсалар, унда бизга осон бўлмайди.

3 савол: Салбий таъсир этувчи кучдан қутилган маъқулми?

Атрофимиздаги инсонларни қайтадан текшириб кўриш осон иш эмас. Бу йўлдаги ҳар бир қадам жуда қийинчилик билан босилади, лекин шундай қилмасак, уларнинг салбий таъсирларига берилишимиз ниятларимизни пучга чиқариши мумкин.

Ахир биз фикримизда қатъий туриб келажагимизни ҳимоя қилишимиз лозим. Керак бўлса фақатгина маълум, синалган одамлар билан мулоқот қилишимизга тўғри келади. Асосийси, ёмон таъсирлар манбаини ўз вақтида аниқлаб, улар билан алоқани узишдир.

Бундай кескин чоралар нима учун керак? Чунки салбий таъсирлар жуда кўп ва жуда хавфли. Ҳеч қачон таъсир кучига безътибор бўлманг. Унинг кучли тарафи шундаки, у бизни ўзгартиради. Бундай ўзгаришдан қутулиш қийин, айниқса, у ўзгариш ёмон тарафга бўлса.

Омадсизлик каби ташқи таъсир ҳам маккор бўлади. У агар эътиборли бўлмасак бизни жар ёқасига олиб боради.

Биров билан алоқани узиш қийин иш. Буни эҳтиётлик билан ўйлаб қилиш зарур. Бироқ ўзимизни ўзгартириш ва муваффақиятга эришиш мақсади сари қатъий ҳаракат қиладиган бўлсак, бизга ёмон таъсир кўрсатадиган алоқалардан воз кечганимиз маъқул. Шундай қилмасак, оқибатда катта йўқотишларни бошдан кечирамиз.

Чекланган мулоқотнинг самараси

Шахсий нуқтаи назаримизни ҳимоя қилишнинг бошқа бир усули бу чекланган мулоқотдир. Ҳаётимизнинг охиригача ҳамкасбимиз билан суҳбатдан ёки баъзи қариндошларимиз билан умуман кўришмасдан қочиб

Жим Рон

юролмаймиз. Улар билан мулоқот вақтини чегаралаб ҳам бўлмайди.

Баъзи инсонлар борки, улар билан фақатгина бир неча дақиқа суҳбатлашишимиз мумкин, эътибор қилинг, дақиқа, соат эмас. Баъзилар билан эса бир неча соат суҳбатлашишимиз мумкин, лекин кун бўйи эмас.

Тасодикий салбий таъсир жуда хавфли бўлиб, у сезилмайди. Омадсизлик фикрлаш ва баҳолашдаги секин ва сездирмай тўпланиб борадиган кичкина хатоларимизнинг ҳар куни узоқ вақт давомида такрорланиб боришидир.

Кенг мулоқот доирасининг аҳамияти

Бошқа бир танловимиз бу кенгайтирилган мулоқот доирасидир. Содда қилиб айтганда, қадрли, аҳамиятга молик инсонларни излаб топиб, улар билан кўпроқ вақтимизни ўтказишимиз.

Биз ибрат оладиган, илҳомланадиган, тўғри йўналишда ҳаракатланишимизга кўмаклашадиган инсонлар билан ўтказган озгина вақтимиз ҳам катта фойда бериши мумкин.

Яхши одамлар билан оз бўлса ҳам қурилган суҳбат бекорчилар билан соатлаб бефойда гап сотишдан афзалдир. Яхши одамлар билан мулоқот доирасини кенгайтириш ва фойдасиз суҳбатлардан воз кечиш ёки чеклаш орқали биз ўзимиз учун янги ва самарали таъсир манбаини ҳосил қиламиз.

Таъсир манбаи

Фикримизга яхшигина таъсир этувчи янги маълумот ва гоёлар манбаини топиш қийин эмас. Омадга эришиш

йўлини кўрсатувчи маълумотни бир қанча манбалардан олиш мумкин. Маълумотни излай бошласак, атрофимизда улар жуда кўплигига гувоҳ бўламиз. Агар керакли инсонлар билан шахсан мулоқотга киришиш имконига эга бўлмасак ҳам, уларнинг фикрларини осонликча топишимиз мумкин. Улар китоб, диск шаклида тарқалган.

Омад мукофотларга эришмоқчи бўлганларга эмас, тараққиёт сари одимлаганларга кулиб боқади.

Ҳаётга бўлган муносабат

бу – энг асосийси

Ҳаётдаги ўзгариш жараёни руҳиятдан бошланади. Ҳар биримиз салмоқли имкониятлар эгасимиз. Барчамиз яхши натижаларни истаймиз. Кўпчилигимиз астойдил меҳнат қилиш эвазига бахт ва омадга эришишни хоҳлаймиз.

Ҳаётга бўлган муносабатимиз келажагимизни белгилайди. У янги муаммоларга дуч келганимизда орзуларимиз ва қарорларимизга таъсир этади. Бу дунёда ҳеч ким бизнинг ҳаётга бўлган муносабатимизга ҳукмрон эмас. Одамлар бизга салбий ёки ижобий таъсир этишлари мумкин. Лекин ўзимиз қарашларимизни ўзгартирмагунимизча ҳеч ким ҳаётга бўлган муносабатимизни бошқара олмайди.

Агар биз ўзимизни ҳурмат қилсак, ҳиссиётларимиз учун жавобгар бўлишимиз лозим. Уни бошқалар бошқаришига йўл қўймайлик.

Ҳаётга бўлган муносабатнинг тўғри танланиши муваффақият сари олиб борувчи йўлларнинг биридир. Мустаҳкам шахсий фалсафа ва ўзимизни ўзимиз муносиб баҳолашимиз, ҳаётга бўлган тўғри қарашимиз муваффақиятга олиб борувчи қарорларни қабул қилишимизга ёрдам беради.

Учинчи боб

ФАОЛИЯТ

Қадимда энг катта пул бирлиги бўлган истеъдод ҳақида масалга айланган бир ҳикоя бор. Унга кўра бир бой ўз хизматкорларини чақириб узоқ сафарга кетаётганлигини айтади. Кетиши олдидан ҳар бир хизматкорига маълум бир миқдорда истеъдод улашади. Ўша даврларда истеъдод ўртамиёна бир ишчининг бир неча йиллик иш ҳақи ҳисобланар экан. Хўжайин бир хизматкорига бешта истеъдод, иккинчи хизматкорига иккита истеъдод, учинчисига эса битта истеъдод тақдим этибди. Уларга пулларини омонат ташлаб кетаётганлигини айтиб сафарга жўнабди.

Хўжайин кетгач, бешта истеъдод эгаси бўлган хизматкор бозорга бориб уларни савдо йўли билан кўпайтирибди ва ўнта истеъдодга эга бўлибди. Иккинчи хизматкор ҳам иккита истеъдодини тўрттага айлантирибди. Учинчиси эса ўзига берилган биттагина истеъдодни йўқотиб қўйишдан қўрқиб, уни авайлаб ерга кўмиб қўйибди.

Бир мунча вақт ўтгач хўжайин қайтиб келибди ва уччала хизматкорларини ҳам уларга берилган омонат – истеъдодларни нима қилганликларини билиш мақсадида ҳузурига чақиртирибди. Биринчи хизматкор унга берилган бешта истеъдодни оқиллик билан ишга солиб, уларни ўнтага айлантирганини айтиб берибди ва хўжайинига омонат бўлган бешта истеъдод билан ўзи ишлаб топган яна бештасини ҳам тақдим этибди. Хўжайин хизматкорига: «Баракалла!» дебди.

Иккинчи хизматкор ҳам берилган иккита истеъдод ёнига яна иккитасини қўшиб тақдим этибди. Хўжайин уни ҳам мақтабди.

Ниҳоят, учинчи хизматкор сўз олиб: «Сизнинг маблағингизни йўқотиб қўйишдан қўрқиб, уни авайлаб ерга кўмиб қўйдим», дебди. Сўнг унга омонат қолдирилган битта истеъдодни қайтариб берибди.

Хўжайин фойдаланилмаган ягона истеъдодга боқиб: «Бу битта истеъдодни олгин-да, ҳозирда ўнта истеъдод эгаси бўлганга бер», дебди.

Кўпчиликка воқеанинг бундай тугаши ёқмаслиги мумкин. Уларнинг назарида учинчи хизматкорда бўлган озгина нарсани ҳам олиб қўйиб, ўнта истеъдод эгасига бериш адолатсизлик бўлиб кўринади. Бироқ ҳаёт шундай тузилганки, у ўз мукофотларини бизнинг эҳтиёжимизга қараб эмас, хизматимизга яраша тарқатади.

Ушбу қиссадан ҳисса шуки, ҳаёт бизга нимаики тортиқ қилган бўлса, у биттами, юзтами, ўринли фойдалана олишимиз зарур. Айнан шу усул билан чақаларни катта бойликка, қаршиликларни имкониятларга айлантиришимиз мумкин.

Иш бошидаёқ мустаҳкам шахсий фалсафага эга бўлиш жуда муҳим. Ўзимизни қанчалар яхши билсак ва тушунсак, шароитларимизни тўғри чамаласак, омадга эришиш имкониятимиз шунча ортади.

Лекин буларнинг ўзи мақсадга эришишимиз учун етарли эмас. Билганларимиз ва тушунганларимиз муваффақиятга эришишнинг бир йўли, холос.

Мақсадга эришиш ёки эришмаслик ҳаракатимизга боғлиқ.

Билим ва қарашларимиз ҳаётимиз сифатига яхшигина таъсир этадиган муҳим омилдир. Бироқ улар фаровон келажагимизни қуришимиз учун фақатгина асос бўлиб хизмат қилади.

Хаёлимиздаги, тасаввуримиздаги манзарадан баҳра олишимиз учун биздан ҳаракат талаб қилинади.

Нега биринчи босқичда кўп қолиб кетамиз

Агар олдинга интилишни астойдил истасак, жамики билганларимиз ва тушунганларимизни ишга солиб ҳаётга татбиқ этишимиз лозим. Ўз имкониятларимизни юзага чиқариш мақсадида уларни намоеън этиш йўлларини излаб топишимиз даркор, акс ҳолда ички бойлигимиз талабсиз қолиб кетади ва тегислича тақдирланмайди.

Нега баъзилар муваффақиятсизликка учрайди, баъзилари эса аксинча, муваффақият қозониб келади, деган савол кўпинча бизни боши берк кўчага олиб кириб қўяди. Баъзан эса бу ноҳақликдек туюлади. Яхши маълумотга эга бўлган, ҳаётга тўғри назар билан боқувчи ва ҳаётида ниманидир ўзгартиришни астойдил истаган баъзи инсонларни биламиз. Улар намунали ота-она, виждонли, ҳалол ишчи ва содиқ дўстдирлар. Бироқ уларнинг билим ва мавқеларига қарамай чорасизликда, ночорликда яшаётганларига гувоҳ бўламиз. Улар эга бўлганларидан кўра кўпроғига муносибдек кўринадилар.

Шунингдек, ҳаётларида лойиқ бўлганларидан кўра кўпроқ нарсага эгалик қилаётган, аслида ўшанга муносиб бўлмаган инсонларни ҳам учратамиз. Улар ҳеч қандай маълумотга ҳам эга эмаслар. Улар ўзларига ва ўзгаларга ёмон муносабатда бўладилар. Бу икки тоифанинг, яъни кўпроғига муносиб бўлганлар, лекин уларга эришолмаётганлар билан муносиб бўлганидан кўра кўпроғига эгалик қилаётганларни бир нарса боғлаб туради. У ҳам бўлса, омадга эришиш истагидир.

Нега бундай ноҳақлик юз беради? Нима учун баъзи жиңоятчилар энг янги чиққан автомобилларда юришадию, қолган айрим тўғри инсонлар зўрға кун кўришади? Ахир биз ҳам улар каби муваффақиятга эришиш учун астойдил ҳаракат қилсак, ўз фикр ва қарашларимизга эга бўлсак, нега биз улардан кўра яхшироқ натижаларга эришмаймиз?

Жавоби оддий: биз мақсадга эришиш учун ҳаракат, кераклича меҳнат қилмаймиз, улар эса буни амалга оширишади.

Биз жамики билганларимизни, ўзимизда борини ишимизга тикмаймиз. Биз тузган режаларимизни амалга ошириш учун тунларни бедор ўтказмаймиз, кунни тунга улаб ҳаракат қилмаймиз. Улар эса шундай қилишади.

Биз келажагимиз ривожи ҳақида ҳаёл сурганимизда, улар аниқ бир ишни амалга оширадилар.

Ёвузлик эзгулик ҳосил қилган бўшлиқ ўрнини тўлдиради. Ёвузликнинг ғалаба қозониши учун яхшилик тарқатувчи инсонлар ҳеч нарса қилмай қўйиши кофоядир. Афсуски, аксари яхши одамлар шу йўлни танлайдилар. Қатъий, давомли, тартибли ҳаракат қилмаслигимиз ёвузликнинг кўпайишига олиб келади. Агар гоҳида ҳаёт ноҳақлик қилаётгандай туюлса ҳам бунга ўзимиз сабабчимиз.

Тасаввур қилинг, агар биз астойдил ишласак, оиламизга, жамиятга бор кучимизни сарфласак атрофимиздаги олам қанчалар ўзгарган бўларди. Ҳозироқ керакли китобларни ўқишни бошласак, хатоларимизни тартибли қоидаларга алмаштириб, бизни илҳомлантирувчи кишилар билан суҳбатлашсак. Ҳозироқ орзуларимизни режаларга айлантирсак, режаларни эса мақсадларимиз сари олиб борувчи пухта ўйланган ҳаракатга айлантирсак, нима бўлади?

Ақл бовар қилмайдиган, зўр ўзгаришлар рўй берарди! Дарҳол ёвузлик чекиниб, эзгулик дарё бўлиб оқарди. Ҳаётимизда кўплаб яхши ўзгаришлар содир бўларди!

Ҳаракат дам олишдан яхши

Иш-фаолиятга бўлган нуқтаи назаримиз ва зўр бериб ишлашга бўлган муносабатимиз турмуш тарзимизга таъсир этади. Иш ва дам олиш орасидаги тўғри муносабатни белгилашимиз маълум меҳнат ахлоқини ҳосил қилади. Ушбу меҳнат ахлоқимиз келажакда эга бўладиган натижаларимизга ўз таъсирини кўрсатади.

Ҳаракатда бўлиш доимо дам олишдан кўра яхшироқ. Ҳар сафар дам олиш сабаб қодир бўлганимиздан кўра камроқ нарсага эришганимизда, ўз имкониятларимизни паст баҳолай бошлаймиз. Ҳар куни бу хато такрорланса, тез орада ўйлаганимиздан кўра камроқ натижани қўлга киритаётганимизни сезамиз. Тўпланиб қолган хатолар йиғиндиси вайрон қилувчи, ҳалокатли оқибатларга олиб келади.

Бахтимизга бу хатони ҳозирча тўғридаш имкониятимиз бор. Ҳар сафар дам олиш ўрнига нимадир қилганимизда, бекорчилик ўрнига бирор иш билан машғул бўлганимизда ўзимиз ҳақимиздаги фикримиз, ўзимизга бўлган ҳурматимиз, қатъиятимиз ортиб боради. Натижада эса ўзимизни аъло даражада ҳис қилишимиз, ҳар қандай фаолиятимиз эвазига берилган энг катта мукофот бўлади. Айнан фаоллик инсон орзуларини амалга оширади.

Ҳар ишнинг ўз оғирлиги бор. Аниқ истикбол кўриниб турганида эса уларнинг оғирлиги билинмай қолади.

Меҳнат ва дам олишдаги уйғунлик

Ҳаёт фақат меҳнатдан иборат бўлган жараён эмас. Кучларимиз қайта тикланиши учун ҳам дам олишга кераклича вақт ажратишимиз лозим. Асосий вазифа иш ва дам олиш орасидаги ўзаро нисбатни тўғри ҳосил қила олишдир.

Ёдда тутиш керакки, иш вақти озайиши билан эришадиган ютуқларимиз ҳам камаяди. Агар биз узоқ вақт дам олсак, экинзимизни бегона ўтлар босиб кетади.

Ҳар сафар керагидан ортиқча дам олганимизда биз учун қимматли ҳисобланган бирор нарсамизни йўқотамиз. Шунинг учун дам олишга мақсад эмас, зарурат деб қарашимиз керак бўлади.

Омадга эришишда қисқа йўл танлаш хавфи

Баъзи дўстларимиз ижобий фикр фаолиятдан кўра яхшироқ, дея уқтирмақчи бўладилар. Ҳаётимизни ўзгартириш учун бирор ҳаракат қилишимиз ўрнига ўзимизни ўзимиз алдаб, хотиржам қилиб: «Ҳаммаси жойида, мен кундан-кунга ҳар томонлама яхши тарафга ўзгариб боряпман» каби сўзларни такрорлашимизни таклиф этишади.

Агар икки қондани доимо ёдда тутсак, ижобий фикрнинг ҳеч қандай ёмон томони йўқ. Биринчиси шундан иборатки, ижобий фикрни фаолият билан алмаштириб бўлмайди. Ҳеч нарса қилмасдан «мен яхшиман» дейишингиз билан яхши бўлиб қолмайсиз.

Иккинчиси эса, тасдиқлаётганимиз, ўзимизни ишонтираётганимиз аслида ҳақиқат бўлиши лозим.

Агар биз бор-йўғимиздан айрилган, касодга учраган бўлсак, яхшиси ўзимизга ўзимиз қатъият ила «мен хонавайрон бўлдим», деб айтилик. Бу ҳаммасини яхшилаб қайтадан ўйлаб кўришимизга сабаб бўлади. Ақлли одам бу ҳолатда вазиятдан чиқиб кетиш йўлини қидиради, ўзини «мен яхшиман», деб алдамайди.

Агар касодга учраган инсонлар ҳақиқатга тик боқиб, буни тан олсалар вазият ижобий томонга ўзгаради.

Ишонч кучи ҳақиқатга тик боқиш билан бошланади. Ҳаётимизда нималаргадир эриша олмаганимиз учун ота-онамизни, банкни, ҳукуматни, касбдошларимизни айблашдан ўзимизни тўхташимиз керак.

Қачонки айбларимизни тан олар эканмиз, қашшоқликдан қутилиб фаровон ҳаёт сари қадам қўя бошлаймиз.

Пухта ўйланган ҳаракат

Омад ва бахт илинжида бўлган кўплаб инсонлар анча вақтдан бери тинмай ҳаракат қилишади, лекин уларнинг ҳаммаси ҳам кўзлаган натижаларига эришгани йўқ. Муаммо шундаки, ҳаракатдан ташқари исталган натижаларга эришиш учун ақлни ҳам ишга солиш лозим бўлади. Ақл доирасидан ташқарида қилинган ҳаракат фалокатларга ҳам олиб келиши мумкин.

Барча ҳаракатларимизни пухта режалаштириб, яхшилаб тайёрланиб, сўнгга бажаришга киришганимиз маъқул.

Ҳаракатни режалаштириш зарур

Эртанги кунимизни режалаштиришимиз учун бугун етарлича доно бўлишимиз керак. Келажакни фақат орзу қилмасдан уни амалга ошадиган даражада лойиҳалаш зарур. Агар ушбу режаларни лойиҳалашга бор ақлимиз ва кучимизни сарфласак, эртанги омадимизга ўзимиз йўл очган бўламиз.

Энг яхшиси – оддий режа

Фаровон келажагимиз мақсад ва оддий режадан бошланади. Режа мураккаблик ва ортиқча оғирликдан холи бўлиши керак. Аксари саволларга жавоб топиш учун вақт керак бўлади. Аслида, ҳар бир майда жиҳатларни ва тўсиқларни олдиндан кўриб режалаштиришнинг имкони йўқ.

Шунингдек, бошқаларнинг нотўғри фикри режамизнинг тузилишига қандайдир таъсир кўрсатишига йўл қўймаслигимиз лозим. Ўзгаларда биз қандай йўл тутишимиз кераклиги ҳақида бир қанча фикрлар бўлиши мумкин, аммо энг охирги ва ҳал этувчи фикр бизники бўлиши керак. Қимматли маслаҳатларга қулоқ солиш билан бир қаторда, биздан бошқа ҳеч ким режамизни яхшироқ билиши ва тушуниши мумкин эмаслигини ёддан чиқармайлик.

Ҳаракат тартибли бўлиши лозим

Ҳар кун бажариладиган энг кичик қоида ҳаётимизни ўзгартириб юборадиган куч бера олади. Бизга ҳаёт инъом этган имкониятлардан фойдаланишни ўрганмас эканмиз, ҳеч қачон бахт ва омадга эришолмаймиз. Ҳаётдаги катта

ўзгаришлар кичик қоидаларга амал қилишдан бошланади.

Муваффақият сари йўл руҳиятимизни ўзгартирадиган янги қоидаларга амал қилишимиз билан бошланади. Агар ўзимизни ўзимиз арзимас нарсаларда тартибга сола олсак, катта муваффақиятлар калити қўлимизда бўлади.

Олдимизда турган асосий муаммолардан бири фаолиятимиздаги тартибдир. Биз етарлича илм олиш учун қатъий тартибга риоя қилишимиз лозим.

Ўзимизни ўзимиз доимо тартибга риоя қилишга ўргатишимиз, орзуларимизни режалаштириш, уларни мақсадга айлантириш учун ўзимизни тарбиялаб боришимиз керак.

Режалаштириш, тасаввур қилиш ва қизғин меҳнат – турмуш тарзимизни кескин ўзгартириб юборувчи кучга эга.

Фаолият – ҳаёт жумбоқларининг бир бўғинидир.

Тўртинчи боб

НАТИЖА

Натижа бу ҳаракатларимиз сўнггида йиғиб оладиган ҳосилимиздир. Агар фермер баҳорда бир сиқимгина дон сочган бўлса, кузда у тўкин ҳосил йиғиб олишни умид қилмаса ҳам бўлади.

Худди шундай, инсон ҳам кам ҳаракат қилган бўлса, натижасини шунга яраша кутсин.

Натижа ҳар доим қилган ишимизга боғлиқ бўлади. Баҳорда дон сочмаган, эҳтиёжи ва хоҳишидан қатъий назар кузда ҳосил йиғмайди.

Имкониятга эга бўлганида ундан унумли фойдаланиб қолганларгина қониқарли натижага эга бўладилар. Имконият қўлдан чиқарилган бўлса, мукофот ҳам бўлмайди.

Баҳорнинг имкониятлари жуда қисқа. У тез вақт ичида қўлдан чиқиб ўтиб кетади. У кутиб турмайди, орқага ҳам назар солмайди.

Имконият пайдо бўлганида ундан унумли фойдаланиб қолганлар истаган натижаларига тўлалигича эришадилар.

Ҳар бир босган қадамимиз келажак натижаларимизга таъсир этади. Деҳқон уруғ қадаш учун ер ҳайдагани каби биз ҳам шахсий фалсафамиз устида ишлашимиз лозим. Деҳқон ерни бегона ўтлардан тозалаб, қайта ишлаб, ўсаётган уруғларни ўғитлагани каби биз ҳам янги ҳаётий қарашларимизни ишлаб чиқишимиз керак. Эрта тонгдан кечгача бўлғуси ҳосил умидида ерини парваришлаган деҳқон каби биз ҳам ўз ишимизга, кундалик фаолиятимизга астойдил ёндашишимиз лозим.

Агар аввалги ҳаракатларимиз яхши ҳосил бермаган бўлса, уни орқага қайтаролмаймиз.

Ўтмишни ўзгартиришнинг иложи йўқ.

Биз қилишимиз мумкин бўлган ягона нарса келгуси баҳорга – кейинги имкониятга яхши тайёргарлик кўриш.

Хотираларимиз бизни руҳан эзишига йўл қўймаслигимиз керак. Улар бизга сабоқ бўлиши лозим.

Бутун ҳаётимиз давомида бир неча маротаба баҳорни қаршилаб, экин экиб ҳосил йиғамиз. Келажагимиз ҳаётимизда учраган бир қатор имкониятлардан қандай фойдаланганлигимизга боғлиқ.

Натижаларимизни текшириб, тафтиш қилиб боришимиз ўз имкониятларимиздан қанчалар ўринли фойдаланаётганлигимизни кўрсатади.

Агар бугунги натижаларимиз бизни қониқтирса, демак, келажагимиз ҳам ўйлаганимиздек бўлади деб умид қиламиз. Натижалар кутганимиздек бўлмаса, улар келажагимизга таъсир этмасидан, тезда қаердадир қилган хатоларимизни тузатишимиз лозим.

Омад ортидан қувмай, уни ўзимизга жалб этишимиз керак

Ўзини назорат қилиш, тартибга одатланиш, режалаштириш, давомли ҳаракат, натижалардан оқиллик билан фойдаланиш, ҳаётга тўғри муносабатда бўлиш, қатъий, изчил фаолият, билимга эга бўлиш, доим китоб ўқиш, оқилона шахсий фалсафа, буларнинг барчаси қадриятларимизни оширувчи йўللардир.

Моддий қадриятимизни эмас, айнан шахсиятимиздаги маънавий қадриятларни оширишга ҳаракат қилишимиз керак.

Мақсадимиз ўз устимизда ишлаш бўлсин. Агар фалсафамизни, ҳаётга бўлган муносабатимизни тўғриласак, шаклланиш жараёнимизга ижобий ҳисса қўшган бўламиз ва ўзимизга ҳозиргига нисбатан кўпроқ яхшиликларни жалб қиламиз.

Бизни келажакдаги мукофотлар кутмоқда

Қачонлардир бўлганидек, ҳозир ҳам орзу қилишимиз, бунга ишонишимиз мумкин. Бугун қандай ҳолатда бўлмайлик, буларнинг барчасини ўзгартириш имкониятига эгамиз.

Омад сари йўл бу минглаб зинапояларни босиб чиқиш деганидир. У биргина китобдан ёки биргина бажариладиган ваъдадан бошланиши мумкин.

Қарор қилгач, исталган вақт ўрнимиздан туриб омад сари биринчи қадамни босишимиз ва янги, фаровон ҳаётга йўл олишимиз мумкин.

Биз энди натижаларни кутиб ўтиролмаймиз, сабаби аллақачон ҳаракатни бошладик. Кейинги тиришқоқлигимиз ва аниқ ташланган қадамларимиз келажакда, албатта, мукофотларга олиб келади.

Натижаларни яхшилаш сари биринчи қадам

Натижаларни қанчалар ўзгартира олишимиз тасаввуримизга боғлиқ.

Камбағал одам бой бўлиши мумкинми? Истак, хоҳиш, режа, ҳаракат ва қатъият биргаликда қудратли кучга эга.

Бу ерда масала омад формуласининг ишлаш ёки ишламаслигида эмас, балки ўша одамнинг ўзи омад

Жим Рон

формуласи устида ишлайдими, йўқми, ана шунда. Бу ҳар биримизнинг олдимизда турган танловдир.

Ҳар қандай орзу, агар унинг рўёбга чиқишига ўзимиз ишонмасак, у орзулигича қолиб кетади, амалга ошмайди.

Ҳис этаётганларимизни бошқалар ҳам сезади

Ҳаёт давомида барчамиз деярли бир хил вазиятларга дуч келамиз. Бироқ, баъзиларимиз булардан ўзимизни оқлаш учун фойдаланамиз, баъзиларимиз эса уни ўсиш учун сабаб ва рағбатлантирувчи сифатида қабул қиламиз.

Қийинчилик ва машаққат ҳамманинг бошида бор нарсас. Бой ҳам камбағал ҳам ўзига яраша муаммоларга эга.

Бу вазиятда ягона фарқ бу – «содир бўлган воқеага» бизнинг муносабатимиз. Турмуш сифатимиз бошимизга нима тушганлигига эмас, балки ўша нарсани қандай қаршилашимиз ва бартараф этишимизга боғлиқ.

Барчамизда натижаларни ўша заҳоти қўлга киритиш ёки бизга керак бўлган вақтда қўлимизда бўлишини ишташга туғма мойиллик бор. Лекин экиш ва йиғиш қонунияти бизга кузги ҳосилни баҳорда уруғ сочган бўлсаккина йиғиб олишимиз мумкинлигини айтади. Ёз вақтида эккан экинларимизни парваришлашимиз, бегона ўтлардан тозалашимиз керак бўлади. Ҳосил умидида меҳнатимизни аямаслигимиз лозим. Шундагина вақти соати етганда уни йиғиб олишимиз, меҳнатимиз роҳатини кўришимиз мумкин бўлади.

Натижа талабга кўра бўлмайди. Натижа меҳнатга, ҳаракатга, ғайратга боғлиқ.

Агар ўзимиздан талаб қилинадиган барча нарсани керагича бажарган бўлсак, демак, натижа маълум вақтдан сўнг, албатта, кўринади.

Бешинчи боб

ҲАЁТ ТАРЗИ

Ҳаёт тарзи бу ҳаётимизни қандай қуришимиз ва қандай яшашимизни танлашимиздир.

У арзимас безаклар билан ҳақиқий қимматбаҳо нарсаларнинг фарқини моҳирлик билан ажрата олишдир.

Кўпчилик яхши пул топишни ўрганган бўлса ҳам яхши яшашни билмайди. Улар худди тажрибаларини амалда синашдан олдин керагича бойиб олгунича кутиб туришни истаганга ўхшайдилар. Бу тоифадагилар тажриба бойликнинг натижаси эмас, балки сабаби бўлишини тушуниб етмаганлар.

Баъзилар ҳаётга бўлган салбий муносабатларига даромади кам эканлигини сабаб қилиб кўрсатадилар. Улар ўзларича, агар бойиб кетсалар, ҳақиқий бахт нимада эканлигини бизга кўрсатиб қўймоқчидай бўладилар. Шубҳасиз, уларнинг ўтмишда бахт нима эканлигини тушуниб етмаганлари, бугунги кундаги даромадларига таъсир кўрсатганлигини англаб етмаганлар. Агар шундай фикрлашда давом этсалар, аниқки, уларнинг бугунги кундаги бахтсизлиги келажакларига ҳам таъсир этади.

Ҳаёт тарзи ҳаётга бўлган
муносабатимизнинг ифодасидир

Ҳис этадиганларимиз ва қадрли деб ҳисоблайдиганларимиз бу – фикрлаш жараёнининг бир қисмидир, айнан шу ҳаётимизга нимани олиб

кираётганимизни белгилайди. Агар биз ҳозирги вазиятдан норози бўлсак, уни оддийгина фикр ва ҳиссиётларимизнинг табиатини ўзгартириш орқали яхшилашимиз мумкин.

Ҳаёт тарзи бу – фикрлаш жараёнининг хизматларидан бири.

Истаган вақтимизда ўз ҳиссиётларимизни янгилаб ва қадрли ҳисоблаган нарсаларимизга нисбатан оқилроқ муносабатда бўлиб, ҳаёт тарзимизни ўзгартиришимиз мумкин.

Фаровон ҳаёт кечиришимиз учун бой булишимиз шарт эмас.

Агар биз ҳаёт тарзи деб аталган тушунчага нисбатан ўз қарашимизни ўзгартирсак, ҳозироқ тўкин бахт ва фаровон ҳаётга эга бўлишимиз мумкин. Келинг, ҳаётга бошқачароқ назар билан қарайлик, ахир, ҳаммаси ҳам унчалар ёмон эмас-ку!

Ҳаёт тарзи бу – миқдорий тушунча эмас

Маданият, тажриба, ҳаёт тарзи булар - миқдорий тушунчалар эмас.

Бу каби ҳаёт соҳалари, тўғриси аниқ айганда, санъатга яқинроқ. Яхши ҳаётни истаганлар у билан, албатта, шуғулланишлари лозим. Бу санъат турларида мутахассисга айланиш учун биз ҳозирда эга бўлганларимиздан фойдаланиб амалиёт бошлашимиз керак.

Ҳаёт тарзи бу – одатий ишларни ноодатий равишда, ўзига хос бажаришдир.

Катта пулларни ақл билан ишлата оламан дейишдан олдин, биз аввал оз миқдордаги пулни керакли йўсинда сарфлашни ўрганиб олишимиз керак.

Ҳаёт тарзи тез эришиладиган ютуқ эмас

Ҳаётни фаровонлаштириш йўллари излаб топиш – ҳаёт тарзи деганидир. Бу бажарилиши шарт бўлган мажбурият эмас, балки ўзлаштирилиши лозим бўлган санъатдир. Ҳаёт тарзи бу ўзимизнинг ва бизга қадрли бўлган инсонларнинг ҳаётига қувонч, хотиржамлик, илҳом олиб келишнинг янги йўллари излашдир.

Орамизда кўпчилигимиз бой бўлишни, бошқалар бизга хизмат қиладиган ажойиб уйимиз бўлишини, ўзимиз эса ҳар қандай ишдан озод бўлишимизни орзу қиламиз. Лотореядан ютиб, барча ишимизни ташлаб, яхши яшаш ҳақида ҳаёл сурамиз.

Бизни ҳайдовчимиз олиб юриши, хизматкорлар хизматимизда бўлишини ва барча бўш вақтимизни ўзимиз истагандек ўтказишни хоҳлаймиз.

Шунда савол пайдо бўлади, хўш, ўзи нима қилмоқчи эдик ўша бўш вақтимизда? Биз орзу қилган саёҳат, кўнгил очар кечалар, тўйиб ухлаш – тез орада жонимизга тегади.

Агар адоқсиз ўйин-кулги ва хурсандчиликдан иборат ҳаётни истамаётган бўлсак, унда нега шунча ҳаракат қиляпмиз? Биз ҳаёт тарзи деб атаётган нарса нима ўзи? У қандай тушунча?

Ҳаёт тарзи у тўлақонли ҳаёт натижасидир. Биз қанчалар тўлақонли ҳаёт кечирсак, шунчалар кўпроқ ҳаракат қиламиз ва кўпроғига эришамиз.

Ҳаёт тарзи бу сабр, матонат ва қатъият билан қилган ҳаракатларимиз мукофоти эмас, балки бу қатъий ҳаракатларимизни янада қониқарли натижаларга олиб келиш ва сермахсул ҳолатга келтиришдир.

Ҳаёт тарзини ўрганиш лозим

Агар бой бўлишни истасак, бойлик нима эканлигини, бахтли бўлишни хоҳласак, бахт нима эканлигини ўрганишимиз керак. Бу икки тадқиқотнинг бирикиши ҳаёт тарзи деб аталувчи қобиқни ҳосил қилади.

Баъзилар ҳеч нарса қилмай, қўлларини қовуштириб ўтириб, уларни бахтли қиладиган нимадир содир бўлишини кутадилар.

Бахт бу осмондан тушадиган нарса эмас.

Боридан бахтли бўлишни ўрганинг

Ҳар биримиз бахтга эга бўлишимиз, биз уни яратишимиз ва ҳис қилиб кўришимиз мумкин. Бахт деб аталувчи мўъжизавий туйғу истаган еримизда, истаган вақтимиз бошланиши мумкин. Чунки унинг моддий бойлик билан боғлиқлик ери йўқ. Кўпроқ нарсага эга бўлиш – бахтли бўлиш дегани эмас. Бахтли онларимиз бармоқ билан санарли даражада бўлса, айтайлик, иккита бармоғимизга бриллиант узук тақсак ҳам, аввалгидан бахтлироқ бўлиб қолмаймиз. Агар моддий аҳволимиз танглигида ҳақиқий дўстларга эга бўлмаган бўлсак, бой бўлганимиздан кейин ҳам ҳақиқий дўст орттиролмаймиз.

Бахт бу банк ҳисобидаги маблағлар эмас.

Агар биз ҳозир қўлимизда бори билан бахтли бўлишни ўрганмасак, бахтли бўлолмасак, ҳар қандай омад кулиб боқиб, бой бўлганимизда ҳам, ўзимизни бахтли ҳис этолмаймиз.

Фикрингизни жамланг

Бахтимизни топа олмаслигимиз ёки ажойиб ҳаёт тарзига эга бўлмаслигимизнинг сабабларидан бири фикримизни жамлай олиш санъатига эга эмаслигимиздир. Уйдалигимизда ҳаёлан ишхонадаги ечилмай қолган муаммоларни ҳал этамиз. Ишга келганимизда эса уйдаги камчиликларни ўйлай бошлаймиз.

Баъзида бошқалар нима деяётганлигини умуман эшитмаймиз ҳам. Сўзларни тингласак-да, уларнинг маъносини, мақсадини тушунмаймиз.

Кундалик ҳаётимизда одатда ўтмиш ҳаёлларимиз ёки келажак орзуларимиз билан банд бўламиз. Кечаги муаммойимиз ва эртанги кунимиз билан шунчалар машғулмизки, бугунимиз қандай ўтганлигини билмай ҳам қоламиз.

Бугунги кундан нимадир олиб қолиш ўрнига, шунчаки унда яшаб ўтамиз.

Ҳаёт тарзи бу – қуёш ботишини томоша қилишга вақт топишдир.

Ҳаёт тарзи бу – сукунатни тинглай олишдир.

Ҳаёт тарзи бу – шахсиятимиз шаклланиши жараёнига янги нимадир олиб кирмоқчи бўлган лаҳзани ушлай олишдир.

Ҳаёт тарзи бу – биз қилаётган нарса эмас, балки биз ҳис қилаётганимиздир.

Фикримизни жамлашга ўрганмас эканмиз, яхши яшаш санъатини эгаллай олмаймиз.

Ҳаётни ҳис этинг

Парижга бориш ва бу гўзал шаҳарни ҳис этиш орасида каттагина фарқ бор. Парижга бориш бу жисмоний ҳаракат. Ҳис этиш бу – бой ички руҳий кечинма.

Ҳаётни ҳис этиш учун биз унинг барча яхши ва ёмон воқеликларини ўзимизда синаб кўришимиз керак. Ҳиссиётлар ҳаётимизни бойитади, унга ўзгача жило беради.

Ҳар қандай жараённинг асосида ҳиссиёт ётади. Орзуйимиздаги ҳаётга фақатгина уни исташимиз билан етиша олмаймиз. Уни ҳис этиб кўришимиз керак.

Агар бой бўлишни истаётган бўлсак, ўзимизни бойлардай тутиб, улар нимани ҳис қилишларини билишимиз мумкин.

Бахтли бўлмоқчи бўлсак, «бахтли одамлардай» ўйлашимиз, ҳис қилишимиз ва ҳаракатланишимиз лозим бўлади.

Ҳаётимиз бахтнинг, синовнинг ва ҳурматнинг янги кўринишини ҳис этиб, синаб кўришимиз учун кенг имкониятларга эга. Бунинг учун биздан талаб қилинадиган нарса бу – фикримизни ўзгартиришдир. Агар биз қадамимизда учрайдиган ҳар бир имкониятдан унумли фойдалана олишимизни намойиш этолсак, ҳаёт биздан ўз неъматларини аямайди.

Хулоса

ЗАРУРЛИК ТУЙҒУСИНИ ЯРАТИШ

Ушбу китобда ўртоқлашган фикрларимнинг хулосаси сифатида шуларни айтиб ўтмоқчиманки, бизнинг қатъий муваффақиятимиз ёки омадсизлигимиз уч асосий жиҳатга боғлиқ:

билганларимиз;

билганларимизга нисбатан қандай муносабатда бўлишимиз;

ўрганганларимиз ва ҳис этганларимиздан фойдалана олишимиз.

Бугун кечаги куннинг эртаси

Бугун бу – кечаги куннинг эртаси. Асосийси, бу кун тортиқ этаётган имкониятлардан унумли фойдаланишимиздир. Кўпинча эртаминг ҳам бугунимиз каби бекорга ўтказиб юборамиз.

Ҳар биримиз ўзимизга, вақт аёвсизларча ўтиб бораётганлигини эслатиб туришимиз керак.

Вақт бу бутун инсониятни тенглаштирувчи буюк кучдир. У ҳеч нарсага қарамай энг яхшисини ҳам, ёмонини ҳам ўзи билан олиб кетади.

Вақт имконият беради, лекин кечиктирмасликни талаб қилади.

Ҳаётимизнинг арзимас туюлган ҳар бир дақиқаси олтинга тенглигини доим ҳис этиб, тушуниб яшашимиз ва шунга яраша ҳаракат қилишимиз лозим.

Ҳозирча ихтиёримизда бирор нарса қилишимиз учун кўплаб имкониятлар, шароит ва, эҳтимол, йиллар бор.

Кўпчилигимизда эртанги кун, кейинги ҳафта, ой, йил бўлиши мумкин. Лекин агар жавобгарлик ҳиссини туймасак, зарурлигимизни ҳис этмасак, ушбу ўтадиган вақт оралиғи аввалги ҳафта, ойлар каби бекорга ўтиб кетган бўлади. Вақт – туганмас захира эмас!

Ҳаёт ўқув машғулоти эмас

Биз улғаяётганимизда ўқув машғулотлари ўтиб кетади. Энди биз ҳаёт ўйинининг тенг ҳуқуқли аъзосимиз. Бизнинг рақибимиз эса ўртамиёна одам бўлиб қолиш.

Ўзимизни янги тартиб-қоидага риоя қилишга ўргатишимиз, бизни ва атрофимиздагиларни илҳомлантирувчи, қувватловчи ҳаётга бўлган янги қарашларимизни, муносабатимизни ишлаб чиқишимиз керак бўлади.

Ўзимиз мулоҳазали, жиддий бўлмагунимизча бошимизга қандайдир зўр ҳайратланарли имкониятнинг ёғилишини пойлаб ўтиришимиз тўғри бўлмайди. Биз бугунги имкониятларимизни кўра билиб, улардан оқилона фойдаланишимиз зарур.

Сиз бунга қодирсиз! Сиз ўз ҳаётингизни ўзгартира оласиз ва буни ҳозироқ янги жавобгарлик ҳисси билан бошлашингиз мумкин.

Ёдда тутинг, вақт ўтиб бормоқда. Сиз агар ҳозирдан ишга киришсангиз, истаган барча нарсангизга эришишингиз мумкин.

Бахт ва омадга эришиш жуда осон.

Шунингдек, унга эришмаслик ҳам.

Ҳаётингиз натижаси фикрлашда хато қилдингизми, йўқми, хатоларни кунда такрорладингизми ёки уларни тўғрилаб бордингизми, тартиб-қоидага риоя қилдингизми йўқми, кўп жиҳатдан ана ўшаларга боғлиқ бўлади.

Омад ва бахтга саёҳат

Ҳаёт нақшингизнинг қисмлари ўзаро уйғунликда бирикиб, сизни нодир санъат асари яратилиши билан хурсанд қилсин.

Ҳаётингизда қиладиган меҳнатларингиз роҳатини кўриш насиб этсин!

1. Ҳаётингизда қиладиган меҳнатларингиз роҳатини кўриш насиб этсин!

2. Ҳаётингизда қиладиган меҳнатларингиз роҳатини кўриш насиб этсин!

3. Ҳаётингизда қиладиган меҳнатларингиз роҳатини кўриш насиб этсин!

4. Ҳаётингизда қиладиган меҳнатларингиз роҳатини кўриш насиб этсин!

5. Ҳаётингизда қиладиган меҳнатларингиз роҳатини кўриш насиб этсин!

6. Ҳаётингизда қиладиган меҳнатларингиз роҳатини кўриш насиб этсин!

7. Ҳаётингизда қиладиган меҳнатларингиз роҳатини кўриш насиб этсин!

8. Ҳаётингизда қиладиган меҳнатларингиз роҳатини кўриш насиб этсин!

9. Ҳаётингизда қиладиган меҳнатларингиз роҳатини кўриш насиб этсин!

10. Ҳаётингизда қиладиган меҳнатларингиз роҳатини кўриш насиб этсин!

МУНДАРИЖА:

Муқаддима	3
Жим Рон	4
Сўз боши	6
Кириш	8
Биринчи боб. Фалсафа	14
Иккинчи боб. Ҳаётга бўлган муносабат	46
Учинчи боб. Фаолият	60
Тўртинчи боб. Натижа	69
Бешинчи боб. Ҳаёт тарзи	73
Хулоса. Зарурлик туйғусини яратиш	79

ҚАЙД УЧУН:

Хусусан баъзе нарсалар

2014 йил

Омад ва бахтга саёҳат

Муҳаррир

Алиба Хайраева

Техник муҳаррир

Алиба Хайраева

Дизайн Азизбекова

Нашриёт лицензияси:
41 № 239 — 2013 йил 4 июль

Теришга берилди: 21.03.2017. Босишга рухсат
этилди: 26.03.2017. Бичими: 84x108 $\frac{1}{32}$. Офсет
босма. BalticaUz гарнитураси. Босма табоғи: 4,5.
Адади: 3000. Буюртма: №37. Баҳоси келишилган
нархда.

Нашриёт манзили:

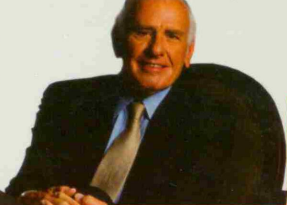
«Adabiyot uchqunlari» нашриёти, 100027,
Тошкент шаҳри, Ўқчи кўчаси, 29-уй.

Босмахона манзили:

"GOOD GROUP MEDIA" МЧЖда чоп этилди.
Тошкент шаҳри, Амир Темур кўчаси, 60-уй.

Жим Рон

ОМАД ва БАХТГА саёҳат



Бизнес соҳасининг машҳур файласуфи, нотик ҳаётда, тадбиркорликда муваффақиятларга эришиш йўллари ҳақида ҳикоя қилувчи «Бахт ва омадга эришишнинг 7 усули», «Ақл витамини», «Ҳаёт фасллари», «Янги мингйиллик ва Сиз» каби кўплаб психология – руҳиятга оид китоблар муаллифи Жим Рон 1930 йилда туғилган бўлиб, ушбу соҳада олиб борилган кариераси 40 йиллик фаолияти давомида турли мамлакатларда 5000 дан зиёд аудитория ва 3 миллиондан ошиган тингловчилар қаршисида омад психологияси, шахснинг ўз-ўзини камолотга етиштириш борасидаги маърузалари билан чиқишлар қилди, узоқ йиллар давомида семинар машғулотлари олиб борди. Жим Ронни Американинг юздан ортиқ номдор корпорациялари раҳбарларига бизнес борасида қимматли маслаҳатлар берган муваффақият назарияси ва амалиёти мутахассиси сифатида ҳам билишади. У «Coca-Cola», «I.B.M.», «Xerox», «General Motors» каби нуфузли компаниялар фаолияти тизimini ишлаб чиққан, шунингдек миллионер Билл Гейтснинг шахсий «бизнес-мураббийи» бўлган.



ISBN 978-9943-987-46-3



9 789943 987463