

81.633.1

Б 49

НОРҚУЛ БЕКМИРЗАЕВ

**ДУНЁДА БЎЛМАСА
МУАЛЛИМ
АГАР...**

Тошкент – 2012

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ОЛИЙ ВА
ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ
МИРЗО УЛУҒБЕК НОМИДАГИ
ЎЗБЕКИСТОН МИЛЛИЙ УНИВЕРСИТЕТИ

НОРҚУЛ БЕКМИРЗАЕВ

ДУНЁДА БЎЛМАСА МУАЛЛИМ АГАР...



NIZOMIY NOMIDAGI
TDPU
AXBOROT-RESURS
MARKAZI

014119/1

“Мухаррир” нашриёти
Тошкент – 2012

Мирзо Улугбек номидаги Ўзбекистон Миллий университети
Илмий-методик кенгаши томонидан нашрга тавсия этилган.

Муҳаррир: Н.Раҳмонов
филология фанлари доктори, профессор

Тақризчилар: А.Рафиев
филология фанлари номзоди, доцент
З.Ҳамидов
филология фанлари номзоди, доцент

Муаллим аввало, ота-она, боғча мураббийси, мактаб
ўқитувчиси, олий ўқув даргоҳи устозлари, энг муҳими ҳаётнинг
ўзи эканлигини унутмайлик.

**Ҳар киши ҳаётдан олмаса таълим,
Унга ўргатолмас ҳеч бир муаллим.**

Ушбу қўлланма муаллимлар учун муомала ва нотиклик
сирларини ўрганишларига ёрдам беради.

© Норкул Бекмирзаев.
© “Муҳаррир” нашриёти, 2012 йил

СУЗ БОШИ

Она тилида равон, гузал чиройли гапириш, маданий нутқ ва нотиклик санъати сирларидан воқиф бўлиш, айниқса ҳозирги тезкор замонда Мустақил Ўзбекистон фуқароларида янгича дунёқарашнинг шаклланишида муҳим аҳамиятга эга.

Нотиклик санъати, аввало, нотикдаги мавжуд қобилият ва истеъдодни шакллантиришга қаратилган соҳа бўлиб, у нотикнинг қобилияти ҳамда истеъдодини ўрганувчи ва шакллантирувчи илм.

Нотиклик санъати – азалий мумтоз фан сифатида бутун борлиғи билан ақлни чархлайдиган, жамият ҳаётини бошқаришда ақл-фаросат ускунаси бўлиб, шахснинг шаклланиши, унинг сузи, нутқий маҳоратини намоён этиб келган ва жамият тараққиётининг янада фаровонлиги сари етаклаган.

Мазкур ишимиз бу соҳадаги дастлабки китобчалардан бири бўлганлиги боис, унда бахсли ўринлар бўлиши табиий.

Бу борада фойдали маслаҳатлар билдирган ҳамкасбларга ва китобхонларга миннатдорчилик билдириб, кейинги ишларимизда албатта инобатга оламиз.

Муаллиф

Дунёда бўлмаса муаллим агар,
Ҳаёт ҳам бўлмасди, гузал бу қадар.
А.Жомий

КИРИШ

“Устоз отангдай улуг” – дейди доно халқимиз. Бу гапда жон бор, чунки биз кўриб турган ҳар бир одам қайси соҳа вакили бўлмасин, албатта устоз таълимини олган. Ҳар бир хунар эгасининг ўз устози бўлган ва бор. Лекин бир нарсани унутмайлик, улар барчаси мактабда таълим ва тарбия олган. Шу маънода уларга муаллимлар устоз саналади. Ҳазрат Алишер Навоий ёзганларидек:

Ҳақ йўлида ким санга бир ҳарф ўқитмиш ранж ила
Айламоқ бўлмас адо оғнинг ҳаққин юз ганж ила

Мазмуни: Ҳақ йўлида кимки қийналиб бир ҳарф ўқитган бўлса, унинг ҳаққини юзта хазина билан ҳам адо қилиб бўлмайди. Яна ҳазрат Алишер Навоий “Маҳбуб ул-қулуб” асарининг 29-бетида: “Лекин инсоф билан айтганда, ҳар қандай иродали одамни биргина бола тарбияси чарчатади. Лекин шуниси ҳам борки, болалар орасида фаҳми идроки озлари бўлади. Муаллим бу каби ҳолларда юзлаб машаққат чекади. Шу жиҳатдан олганда, болаларда унинг ҳаққи кўп; агар шогирд улғайгач, подшоҳлик мартабасига эришса ҳам ўз муаллимига қуллуқ қилса арзийди. Бинобарин, шогирд шайх ул-ислом ва қозилик даражасига кўтарилганда ҳам устози ундан рози бўлса, Тангри ҳам рози бўлади” – деганлар. Бу сўзлар биз муаллимларнинг нақадар улуг касб эгаси эканлигимизга ишора эмасми?

Ахборот қурол сифатида хизмат қилаётган бугунги кунда маънавиятимизни издан чиқариш ниятида хориждан ўзанини йўқотган ахборотларнинг селдай оқиб келаётган ғояларига қарши фақат муаллимгина ўз ўқувчилари қалбида, миллий

иммунитет ҳосил қила олиши лозим. Чунки Абдулла Орипов тўғри таъкидлаганидек;

Асли сиздан бошланади тафаккур
Азиз муаллимлар сизга ташаккур.

Биз муаллимлар шогирдларимизга замонавий билим ва тарбия бера олсак, баркамол авлод тарбиясига ҳисса қўшган бўламиз. Бу ҳол биздан жуда катта билим, меҳнат, ирода, чидам талаб этади. Шу боис касбимиз машаққатли ва шарафли. Чунки тарбиячи аввал ўзи тарбияланган бўлмоғи керак. Қўлингиздаги қўлланма бу борада сизга яқиндан ёрдам беради, деган умиддамиз.

Биз бугун кўриб турганимиз бутун борлиқ ҳиссиёт ва туйғуларимиз орқали тасаввур этаётганимиз барча-барчасини сўз орқали ифода этамиз.

Яратганнинг каломини ҳам шу сўз боис англашимиз, Парвардигорни танишимиз ва унга ибодату илтижоларимиз, Аллоҳнинг расули Муҳаммад Мустафо соллаллоҳу алайҳиссаломнинг ҳадиси шарифларини англашимиз, одамларнинг бир-бирларига боғланишида, муомала-муносабатида асосий восита бўлган сўзнинг (нутқнинг) тарихий тараққиётимиз йўлидаги, маданий-маиший ишларимиздаги, ижод ва илм олиш борасидаги хизматларини чегаралаб бўлмайди.

Нотиқлик бу – сўз санъати, сўз санъати бўлганда ҳам оҳангдан либос кийиб талаффуз билан жилоланган сўз санъатидир. Мадомики “сўз” қудратини чуқур англаган, “сўз” неъматининг Аллоҳ томонидан фақатгина инсонга инъом этилганлигини ҳис этган буюк алломаларгина уни қадрлаганлар ва эъзозлашга ундаганлар. Шу маънода нотиқлик санъати бошқа санъат турлари орасида алоҳида мавқега эга эканлиги тан олинган ҳақиқатдир. Қадимда моҳир нотиқларгина лашкарбошилиқ ва давлат арбоблари лавозимларига сайлаб тайинланганликлари ҳам бу ҳақиқатга аниқлик киритади. Тарих бизга ҳамиша сабоқ берган, сабоқ бермоқда ва бундан кейин ҳам сабоқ беради.

Муомала самимий бўлса

“Қаловини топсанг қор ҳам ёнади” – дейди доно халқимиз. Ҳар бир ишда, ҳатти-ҳаракатда ўзига ҳос билимдонлик, устамонлик қўлланилмаса, у кўнилдагидек натижа бермайди. Биз яшаётган жамиятда ҳар кимнинг ўз ҳунари бор, одам борки, нимагадир қодир, кераксиз одамнинг ўзи йўқ. Агар кераксиз бўлганда Оллоҳ уни яратмас эди. Бу синов дунёда Оллоҳ ҳаммани ўз rischi билан яратади. Касб ҳунарни ҳам Яратган эгам ўзи бандасига инъом этадию, биз одам боласи кўнда уни англаб етмаймиз, гўё ўзимиз кучимиз ва меҳнатимиз билан эришдик, деб юраемиз. Аслида ўша куч-қувват ва ақлни ким берди бизга, Оллоҳ эмасми? Ўзининг иш қуролини бандасидан аямаган Парвардигор куч-қувват ва ақлни биздан аярмиди? Ҳеч ҳам. Юқорида Оллоҳнинг иш қуроли дедик, нима экан, деб ҳайрон бўлаётгандирсиз. Ахир сўзлаш қобилиятини ким берди? Оллоҳ эмасми? Нега бопқа жонзотлар гапира олмайди? Ёки бир парча тили бор сўгир нега сўзлаёлмайди. Унинг тили бизникидан неча баробар катта. Жонзотлар ичида фақат инсонгина сўзлаш қобилиятига эга.

Оллоҳнинг “Бул!”, “Ярал!” арабча “Кун!” деган сўзи билан еру осмон яралди – деган фикрни бердилар Ҳазрати Навоий. Алишёр Навоий бобомизнинг “Маҳбубул-қулуб” асарида “Фалак жисмининг жони - сўз” - деган гап бор. Дунёда жонсиз нарсанинг ўзи йўқ. Ҳамма жисмлар ҳаракатда, бир дам тўхтамайди. Ана шу борлиқнинг “жони сўз” дейилмоқда.

Умар Ҳайём ҳам “Наврузнома” асарида: “Мен... сўздан муътабарроқ... ҳеч нарса тополмадим... ундан афзалроқ нарса бўлганида эди, Ҳақ таоло Пайгамбар (с.а.в.)га ўша нарса билан мурожаат қилган бўларди” (10-бет).

Назаримизда юқоридаги фикрлар Оллоҳнинг иш қуроли “сўз” эканлигига ишора этмоқда. Бандасига, ердаги ўзининг халифаларига меҳрибонлик шунчалар бўлар! Яратганининг илтифотини, саҳийлигини кўряпсизми! Биз одамлар эса баъзида

қуни-қушнимиз томорқасида ишлатиш учун кетмон, бел ёки уроғимизни сураб келса қизгангандай бўламиз.

Оллоҳ берган улуғ неъматлардан бири “суз” эканлигини била туриб, уни ҳам баъзида бузиб ишлатамиз, ёмон “сузлар” уйлаб топамиз. Яратгanning яна бир кузга кўринмайдиган улуғ неъматини – бу биз нафас олиб турган ҳаво, ҳавони ҳам ўзимиз бўлғаймиз. Ҳар хил чиқиндиларни, ҳазонларни ёқамиз. Биз фойдаланаётганимиз техникаларимизда носозлик сабаб яна тоза ҳавони заҳарлаймиз ва ундан ўзимиз нафас оламиз. Нега ҳозир касаллик турлари кўпайиб бормоқда, айниқса, ҳар уч кишидан бири “аллергия” касалига мубтало. Ёки юрак-қон томири касалликлари тобора кўпайиб бормоқда. Бунга сабаб нима? Фикрлаб кўрайлик. Ахир бир-биримизга кўпол сузлар айтиб, тилимиз билан чақишимиз эмасмикин? Ҳавони ифлослантиришимиз эмасмикин? Оллоҳ берган шу икки кузга кўринмас неъматни “суз” ва “ҳаво”ни тоза сақлайлик. Бу қўлимиздан келади. Яратган олдида гунохкор бўлишдан қўрқайлик. Мадомики, гап шу хусусда борар экан, яна бир улуғ, бебаҳо неъмат – ҳар қуни биз истеъмол қиладиган сув ҳақида. Биламиз, инсон сувсиз яшаб бўлмайди. Сув борлиқнинг қони, “суз фалакнинг жони” бўлгани каби. Сув бўлмаса ҳамма ёқ қақраб кетади. Сув қон каби чўл-у, саҳроларга ҳаёт бахш этади. Сув бор жой – обод, тўкин-сочинлик... Сувга бўлган муомаламизга келсак, уни ҳам булғаймиз, супринди ташлаймиз, аҳлат оқизамиз. Биз сувга қўшаётган ташландиқ ва оқизиклар таркибидаги “вирус”лар ўша сувдан истеъмол қиладиган одамларда, хатто бошқа жонзотларда ҳам касаллик кўзғайди-ку? Буларни кўпчилигимиз билатуриб, шундай гуноҳ ишларни қиламиз. Тафаккур қилиб кўринг, бундан ким наф кўради? Турган битгани зарар-ку! “Ақл неъматини”га эга бўлган инсон боласи бу ҳолни англаб етмаса.

Сув қанақа рангда деган саволга аниқ жавоб топиш қийин. Сувда ранг бор, бироқ “оқ сув”, “қора сув”, “қизил сув”, “сарик сув”, “кўк сув” ибораларини ишлатамиз. Аммо биз ранг орқали атаётган сувлар худди шу ранглارни ифода эта олмайди-ку!

“Қизил сув”ни илгирга олиб ёнига қизил рангли буюмни қўйиб кўринг, масала ойдинлашади. Ўхшамаяпти-ку! Тугрими! Назаримизда, сув узининг ҳақиқий рангини ранг-баранг гулларда, дов-дарахтлардаги биз севиб истеъмол қилаётган ширин-шакар меваларда, кўкаламзору, лолазорларда, ёнтоқзору, бедазорларда, пахтазору, ғаллазорларда, шококиладек осилиб турган ер тоқу-ишқомлардаги узумларда, қирмизи, оқ, сариқ олмаларда, тилни ёрар қовунлару, шарбат тўла тарвузларда намоён этади. Биз сувнинг табиий ҳолатида бу ранглارни кўра олмаймиз. Сўз, сув, ҳаво ана шундай улуг неъмат. Бу неъматларни ҳар бир инсон боласи ўз ақли, тафаккури, фикри билан англамоғи даркор. Оллоҳ ўз бандаларига шунинг учун ақл неъматини берган, бошқа бирор жонзодга ақл неъматини бермаган.

Ақл одам мияси орқали бошқарилади. Одам миясидаги нерв тоалари бутун ер юзасидаги телефон симларига нисбатан кўпроқ экан. У иссиқликни сезадиган уч ярим миллион хужайра ва ҳақозолардан иборат. Бундан ташқари кўз, бурун ва таъм биладиган сигналлар ҳам мияга боради.

Инсон миясининг бир куб сантиметрида 225 миллион хужайра бўлиб, ҳозирги энг “ақлли” электрон машиналарнинг бир куб сантиметр қисмида 2250 элемент мавжуд. Демак, ҳар қандай электрон “мия” инсон миясидан 100000 марта оддийроқ экан. Одам олтмиш йиллик умри мобайнида воқеа-ҳодисаларнинг атиги 5 %ни эслай олади, лекин фавқулудда хотираси ўткир одам ҳам бўлган. Масалан: Алишер Навоий Ф.Атторнинг “Мантиқ-ут-тайр” асарини ёд олган. Эрон шоҳи Кайхусрав бутун қўшинидаги, ҳар бир аскарни номма-ном билган, соҳибқирон Амир Темур бобомизда ҳам шундай қобилият бўлган.

Мия одамзотга ўзининг инсонийлигини идрок этиши, яратувчисини таниши ва унга шукрона қилиши учун берилгандир.

Биз инсонлар миямиздаги барча фаолиятимизни ишга солаёلمизми? Афсуски йўқ. Оддийгина муомалада ҳам буни амалга оширолмаслик ҳоллари учрайди. Яхши муомала ва самимий муносабатни ўрнига қўя олмайдиган одамлар ҳам

қўлаб учрайди. Улар кимнингдир дилини оғритиб гуноҳкор бўлаётганликларини англаб етишдан ожиз. Майли ҳаммани хайрон қолдирадиган бутун дунёга шов-шув бўладиган кашфиётлар яратмасин, лоақал муомала меъёрини ва инсоний самимиятни туғри йўлга қўя олсалар, одамлар уртасида меҳр қучаярди, бир-биримизни тушуниш осон кечарди.

“Гарвард университетининг профессори Уильям Жеймс: “Қандай бўлишимиз кераклигига қиёслаб кўрсак, биз ҳали мудраб ётибмиз. Биз ўз жисмоний ва ақлий имкониятларимизнинг арзимас қисмидангина фойдаланиб келяпмиз. Айтиш мумкинки, инсон ўз салоҳиятидан анча қуйида яшамоқда. У одатда фойдаланмаётган жуда кўплаб турли қобилиятларга эга”¹. Шундай қобилиятлардан бири – инсоний муомала ва самимий муносабатдир. Бунда мақтовни ҳам, рағбатни ҳам ишга солиб суҳбатдошингизнинг ҳам меҳрини қозонасиз, ҳам улкан ишларни қилишга даъват этган бўласиз. Суҳбатдошингизнинг дилини оғритмаган ҳолда самимий муносабатда бўлиб ўз таъсирингизни ўтказинг. Уй қурган бўлса уйини мақтанг, машина олган бўлса уни мақтанг, бирор ютуққа эришган бўлса хайрихоҳлигингизни билдиринг, хатто рўзгорда рафиқангиз тайёрлаган овқатни мақтаб истеъмол қилинг, фарзандингиз мактабдан “5” баҳо олиб келган бўлса, қизингиз уйни тозалаб супурган бўлса уларни ҳам мақтанг. Мақтовда саҳий, муомалада самимий бўлинг.

Муносабатингиз ҳурматга йўғрилган бўлса, оддий одамларни айниқса, оила аъзоларингизни бошқариш осон кечади. Инсоннинг турмуш тарзи, яшаши, барча меҳнат ва ҳаракатларида муҳим бир қонуният бор. Кимки унга амал қилиб яшаса, у қоқилмайди. Бироқ унинг акси бўлса, ўзини кўп қийинчиликларга дучор қилиши мумкин. Сиз билан суҳбатдош бўлган кишиларни ўзлигини англашга, ўзининг шахсий аҳамиятини тушунишга унданг. Ҳазрат Алишер Навоий айтганларидек, “Эл

¹ Дейл Карнеги. Қандай қилиб дўст орттириш ва одамларга таъсир кўрсатиш мумкин, “Наманган” нашриёти, 2007 йил, 103-бет. Акрам Усмон таржимаси.

нетиб топгай мениким, мен узимни топмасам”. Сухбатдошингизга узини топишга ёрдам беринг. У аввало одам боласи эканлигини англасин. Инсонлараро муомала, муносабат нималигини тушунсин. Бошқа жонзодлардан инсон нимаси билан фарқланишини, одамлар уртасидаги меҳр-мурувватни, увол ва савобни англасин.

Донишмандлар минг йиллар давомида инсонлараро муносабатлар меъёри хусусида бош қотирганлар. Бундай муҳокама-лардан битта хулосага келишган. У тарихнинг ўзи каби қадимий. Уни уч минг йил олдин Зардушт, йигирма беш аср олдин Конфуций, христианликдан беш юз йил олдин Будда ўз қавмига васият қилиб қолдирган. Исо пайғамбар йигирма аср муқаддам уни умумлаштириб шундай деган: “Ҳаммага, одамлар сизга қандай муносабатда бўлишларини истасангиз, сиз ҳам шундай муносабатда бўлинг” – деган¹.

Шахс саодати ва жамият осудалигига боис омиллар ичида тотувлик ва иноқлик муҳим ўринга эга. Иноқ оила аъзолари бахтиёр, тотув жамият осуда ва тукин бўлади.

Меҳр-шафқат, самимий муносабатлар тотувлик ва иноқликка етказувчи хислатлардир. Барчага меҳр шафқат кўрсатиш, самимий муносабатда бўлиш суннатдир. Пайғамбаримиз (с.а.в.) бундай деб марҳамат қилганлар: “Менга фарзларни адо этиш буюрилгани каби, “инсонларга хушмуомалада бўлиш ҳам буюрилди” “Инсонларга хушмуомалада бўлиш садақадир”, тил садақасидан (ширин сўздан) ортиқроқ садақа йўқ”².

Суфи Аллоҳёр (раҳматуллоҳи алайҳ) ёзадилар:

Кел, эй обид, ўзингни айлагил хок,
Ҳарому шубҳадин хулқингни қил пок.
Очиққўллик, қушода юзли бўлғил,
Мурувватлик, мулойим сўзли бўлғил.

¹ Д.Карнегининг ўша асари. 52-53-бетлар.

² Ҳидоят журнали, 2006 йил, 8-сон, 2-бет.

Яхши муомала ва самимий муносабат қалбларга севинч бағишлайди. Севгига тўла қалблар фақат яхшилик истайди. Ҳамсуҳбагингиз қалбига севинч тақдим этишингиз гуноҳларингиз кечирилишига сабаб бўлади. Бу Пайгамбаримиз (с.а.в.)нинг башпоратларидир. Буни асло унутманг¹!

Муомала вазиятга мосланса . . .

1991 йил Ўзбекистон Мустақиликка эришганининг дастлабки учинчи ойи, яъни ноябр ойи. Бу вақтда мен “Ўзбек филологияси” факультетида кечки ва сиртқи бўлим бўйича декан муовини вазифасида ишлардим. Кечки бўлим III курс талабаларига “Нутқ маданияти” фанидан дарс ўтаяпман. Кеч соат 20⁰⁰ларда аудитория эшиги очилиб, 2 та башанг кийинган “кўча боласи” эшикни очиб, “мумкинми?” деб кириб кела бошлади. Мен маърузамни тўхтатмасдан, қўлим билан уларга орқадан жой кўрсатдим. Талаба қизлар ҳайрон... ҳаммаси безовта бўла бошлади. Аксига олиб бирорта ҳам ўғил бола йўқ аудиторияда. Мен маърузамни янада қизиқарлироқ қилиб шеърлар билан давом эттираяпман. Маърузанинг таъсирида қизлардаги кўркув йўқолди. “меҳмон кўча болалари” ҳам аудиторияга мослашиб кетди. Шу куйда 20-25 дақиқалар иккала бола ҳам чидабми ёки қизиқибми, жим ўтиришди. Бир пайт иккаласи ҳам ўринларидан туриб, чиқиб кетишларига мендан рухсат сўради. Мен бошимни тепадан пастга қимирлатиб “рухсат” ишорасини билдирдим. Улар эшикдан чиқмоқчи бўлганларида, “тўхтанглар” дедим. Улар тўхтаб менга юзланди.

- Ўтирмайсизларми? дедим уларга.
- Раҳмат домла, бораёлув.
- Ҳа, шунақа, ўқишни чидаганга чиқарган, атиги 25 дақиқа чидадинглар-а.

¹ Ўша журнал. Ўша бет.

– Во-о-ох! Синдирдингиз, око! – деганча иккаласи ҳам “кеттув, кеттув” лаб югуриб кетишди.

Аудиториядаги қизларим ҳам ҳо-ҳолаб кулишганча: - ҳақиқатдан ҳам синдирдингиз, устоз – дея, самимий мириқиб кулишди.

Дейл Карнегида шундай мисол бор: “Бопида бир туки қолмаган 40 ёшида 12 ёшли қизга уйланган ва ялангоёқ юришига қарамай Суқрот ажойиб инсон бўлган. У инсоннинг фикрлаш жараёнини ўзгартириб ҳаётда жуда кам инсон қилиши мумкин бўлган ишни қилди. У фақат одамларга “сен ноҳақсан” демади. Бундай дейиш учун у етарли даражада ақлли эди. Унинг усули тасдиқловчи жавоб олишга асосланган эди. Биз уни ҳозир “Суқрот усули” деб атаймиз. У “ҳа” деб жавоб беришга мажбур қиладиган саволлар берар эди”.

Буни Суқротга қиёс қияпти деб ўйламанг, асло. Агар мен ўша болаларга: “мумкин эмас”, “дарсни бузманг”, “эшикни таш-қаридан ёпинг”, “ҳозир милиция чақираман”, “жуналаринг жўжа хўрозлар”, “дарсни бузишга нима ҳақингиз бор”, “кимсан-лар ўзи”, “йўқолларинг” дейишим ҳам мумкин эди. Унда нима бўлишини сезсангиз керак. Муомалани шароитга мослаб ишла-тилса, муаммо “ҳамирдан қил сугиргандек” ҳал бўлар экан. Бу ўринда асабни ушлай билиш, сабрли бўлиш ўта муҳим. Ўқитув-чининг характерида оғирлиқ, босиқлик, сабр-тоқатлилик, билимдонлик, зукколик, ақл-фаросатлилик каби хислатлар сув, ҳаводек зарур.

Жаҳлингни бос, сабр қил, мақтаб кўр

Одам боласи учун энг оғир нарса жаҳлни жиловлай билиш, сабр билан иш кўриш ва ясама мақташдир. Чунки ҳар биримизнинг қалбимиз тўрида “мен” деган иллат ётади. У қўзғалса борми, ҳамма ёқ остин-устин бўлиб кетиши мумкин. Барча жанжални ўша “мен” бошлайди: “Сен ким бўлибсан”, “бўлсанг, бошлиқ бўлибсанда”, “бой бўлсанг ўзинга”, “сендан ким кўрқади”, “сенинг авлодинг ким ўзи”, “отанг унақа, онанг бунақа”,

“ўзинг саводсизсан-у”, “нимангга бунча кериласан”, “нега гарил-
лайсан”, “томиринг билан қуритиб юбораман”, “кимни кўрки-
тасан”, “сал пастроқ тушсанг бўларди”, “пулинг кўпайиб қолди-
ми?”, “чиройинга керилма”, “аввал болангга тарбия бер”, “гўд-
дайма кўп”, “дамингни чиқариб юбораман”, “олмасанг олма”,
“бор, бор, гошингни тер”, “сен бўлмасанг бошқаси”, “келиб-
келиб сенга ялинаманми?” каби кўпол ибораларни “мен”имиз
тилга олиб чиқади, лекин ўзи кўринмайди, бироқ бутун вужуди-
мизни ишга солади. Донишмандлардан бири айтган экан: “Ту-
қайда қуролсиз шер билан олишиб, шерни ўлдирган мард эмас,
ўзидаги ички ғалаёнини, жаҳлини боса олган одам мард” - деб.

Ҳаётда нималар бўлмайди дейсиз. Кимдир келиб жиғин-
гизга тегади, атайлаб сизни камситади, кўпол сўз айтиб қонин-
гизни қайнатади, ноҳақ бўлсангиз-ку майли-я, агар сиз ҳақ
бўлсангиз чидаш қийин. Ана ўшанда ўзингизни боса билсангиз
сиз мардсиз. Ҳатто сизга зуғум қилаётган кимсани ўзингиз
томонга огдириб олишингиз мумкин экан. Шундай бир воқеа
бўлган эди: 1991 йил, мустақиликка эришганимизнинг биринчи
кузи. Мен “Ўзбек филологияси факультети” кечки ва сиртқи
бўлим бўйича декан муовини лавозимига тайинладим. Ишни
кўрқа-кўрқа бошладим. Чунки факультетда филология соҳаси-
нинг йирик олимлари Озод Шарафиддинов, Лазиз Қаюмов каби
ўнлаб устозлар билан ишлаш, бошқариш, топшириқлар бериш,
йиғинларда улар олдида ҳисоб бериш ва ҳар бирига ўзига хос
муомала қилиш, ҳурматини жойига қўйиш учун каттагина ҳаёт
тажрибаси лозимлигини билардим. Бунинг устига филологлар-
нинг кўнгли “шеърят” каби нозик, сал нарса дилига озор бери-
ши мумкин, бирор сўзни баландроқ оҳангда айтиб юборсангиз
ҳам “нега у менга бундай муомала қилди” деб ҳафталаб ўйлаб
юришлари турган гап. Улар билан муомалани ҳам бир сўзин-
гизнинг салбий оттенка бермайдиган синонимини топиб, юм-
шоқ ва майин оҳангда, сал мақтовни аралаштириб гапирсангиз
яхши қабул қилишади. Умуман олганда, филологлар ҳам шоир-
табиат, санъаткор (ашулачилар, актёрлар, музикантлар, раққос-

лар, рассомлар)лар каби дили нозик одамлар. Чунки улар “сўз санъати” билан ишлайдилар, шу боис улар нуткидаги ҳар бир сўз сувдай тиниқ, ипакдай майин, ёғдай ёқимли, асалдай ширин, шаробдай кайф берувчи бўлмоғи лозим. Бошқа касб эгаларида (масалан: курувчи, милиционер, инженер, фермер каби) бу каби тотли нутқ бўлмаса ҳам уни кўпам айбга бурмайдилар, лекин филолог, шоир ва санъаткор билан мулоқотда ҳар бир сузингизга эътибор беринг. Гапларингиз ёқмаса бундай соҳа одамлари сизга қарши (айримлари, манавияти юксаклари) бир сўз айтмасдан туриб кетишлари ҳам мумкин. Агар Худо кўрсатмасин бу соҳага адашиб кириб қолган жинналар билан бўлса бетга чопарлик билан табингизни хира қилиши ҳам ҳеч гап эмас. Мен ана шу ўй-ҳаёлларим билан иш бошладим. Эрталаб хонамнинг эшиги очиқ турарди, ким қачон ишга келишини кузатардим. Бир куни ёши олтмишлардан ошган доцент домламин (Оллоҳ раҳмат қилсин) шундай эшикка рўпара келиб, ичкарига кирмасдан, салом алик йўқ, мен ўрнимдан туриб салом берсам, алик ҳам олмасдан ўнг кўлини бигиз қилиб:

– Қаттан келиб қолди, бу бола – деса бўладими? У киши билан изма-из Озод ака келаётган экан шекилли.

– Озод, бу бола қаттан келиб қолди – дедилар. Озод ака менга бир кулимсираб қараб қўйдида, саломимга алик олиб, мен у кишилар томон келаётганимни кўриб қўл бериб қуришдиларда, халиги домлага:

– Сиз қарамаганингиздан кейин, келаверади-да, булар - деб, у кишини “юринг” деганча бошлаб кетдилар. Ҳалиги домла “тавба, тавба” деганча Озод ака билан кетдилар. Мен эса кулимсираб турганимча қолавердим. Лекин куни билан ўйладим, туни билан ўйлаб миямни шудгорлаб чиқдим. Нима қилишим керак? Ўша домлани чақириб олиб агар “мен сизга ёқмаган бўлсам, марҳамат ариза бериб ишдан кетишингиз мумкин, ўзингиз нафақада бўлсангиз” десамми? Йўқ бўлмайди. Ёки “Сиздан сўраб бу лавозимга мени тайинлашлари керакмиди? десам, бу ҳам бўлмайди. Яхшиси, домлага муомала қилиб, мақтаб кўрай,

шундан яхшиши йўқ. Яхши муомала қилсам “мендан қурқди” демасалар керак”, - деб муомала ва мактов йўлини танладим. Ўргатаб олаётганидек ишга келдим, ишни бошладим, бироқ кечаги воқеа ҳаёлимдан нари кетмаяпти. Бир пайт уша домла-нинг лотирилаган овози йўлакдан эшитилди. Шарт ўрнимдан турдим-да, у кишига пешвоз чиқдим. Орамиз турт-беш қадамча қолган-да баланд овозда қулимсираб “ассалому алайкум устоз” дедим. Домла саломимга алик олмасада тухтади. Мен тез юриб бориб “устоз”ни икки қўлларини ёнларига жипслаб қучоқлаб олдим чап қулоғи тагидан тарангроқ оҳангда “сиз ўзи кимлигингизни биласизми, устоз”, дейишим билан қўлларини тортиб олмоқчи бўлиб ҳаракат бошлади, мен эса янада қаттиқроқ сиқиб, ўнг қулоғи тагидан “Сиз ўз илмий ишларингиз билан мактаб яратган устозсиз. Сизнинг шогирдларингиз нафақат Ўзбекистон-да хатто бошқа республикаларда ҳам фаолият олиб боришмоқда – дедимда, сизнинг фалон-фалон китобларингиз ва сўнги монографиянгиз, сизнинг илмий жасоратингиз, буни бутун адабий жамоатчилик тан олмоқда “устоз” деб секин қўлини қўйиб юбордим. Бир пайт денг у киши мени қучоқлай кетди “менинг китобларимни ўқиганмисиз?”, “ҳа-да устоз ўқиганда қанчоқ дарсларда китобларингиздан кўп фойдаланаман”. “-А-а шунақа-ми”, “Ҳа, ха!” шу пайтда худди атайлабдай Озод ака келиб қолди.

– Ҳа, жуда бир-бирларингизни қучоқлаб турибсизлар, тинчликми?

– Озод, бу билагон бола экан. Озод ака бепарво ҳолатда у кишига юзланиб:

– Билагон бўлмаса бу шу ерга келармиди, қишлоғида юраверарди-да -деб, кулдилар. Ҳаммамиз кулишдик.

Уша домла, шу-шу хамиша мен билан яхши муомалада, хатто самимий муносабатда бўлиб юрдилар.

Озод Шарофиддиновдаги маънавиятнинг юксаклигини айтаманда “сиз қарамагандан кейин, келаверади-да булар” (сизнинг нима ишингиз бор, дегани бўлса керак) “Билагон бўлмаса

келармиди, юрардида қишлоғида” деган гапи замирида ҳам қанчалар чуқур маъно борлигини сезиш қийин эмас. Озод ака (Оллоҳ раҳмат қилсин) қисқа ва лунда гапирди, бу йул-йулакай гаплари эди у кишининг, лекин шу қисқа гапларида қанчалар инсонийлик фалсафаси жой олган.

Азизлар бизнинг ҳам маънавиятимиз бойиб борган сари қамган ва пурмаъно фикрлар тафаккуримиздан урин ола бошлайди. Шундай қилиб, жаҳлни босиб сабр билан мақтовни ишга солиб дилдаги чигилларни тарқатиб, дўст орттирса бўларкан.

Сўз либоси ҳақида

Назаримизда бу дунёда мавжуд бўлган ҳамма мавжудотнинг ҳар бири ўзига хос либосга эга. Еру-осмонни оласизми, довдарахтлар дейсизми, тоғу-тошлар, қиру-адирлар, умуман, одам боласи кўзи билан кўрадиган, ҳатто кўзга кўринмайдиган неъматларда ҳам либос бор. Масалан, биз севиб истеъмол қиладиган меваларга эътибор беринг, қандай гўзал либослари бор. Ёввойи ва уй хайвонларининг олинги, парранда-даррандаларга боқинг, ҳатто инсон қули билан яратилган, яратилаётган бугунги техника, машиналарга ҳам турли ранглар берилиб либослантирилади. Либос нима учун керак? Унинг қандай ҳислатлари бор? Чуқурроқ тафаккур қиладиган бўлсак, бу ҳислатларни англаш қийин эмас. Бизнингча либосларда тўртта ҳислат бор: биринчидан, либослар шу нарсанинг айбини бекитади; иккинчидан, мавжуд нарсани иссиқ-совуқдан асрайди; учинчидан, ўша нарсани гўзал ва чиройли кўрсатади; тўртинчидан, уни кўрган-кузатаётган одам боласининг кўзини қувонтириб, қалбига хотиржамлик бахш этади. Чунки бу оламда Оллоҳ яратган барча неъматлар инсон учун яратилган ва унга тобе қилиб қўйилган. Ақл неъматига эга бўлган инсон бу саноқсиз неъматларни ўзи хоҳлаган куйга солиш қудратига эга. Масалан, сувни олайлик: табиат сувни уч хил кўринишда яратган, бу фасллар билан боғлиқ табиий ҳолат воқеаси; инсон боласи эса бунинг аксини ҳам қила олади.

Масалан, ёзнинг иссиқ жазирамасида ўз манфаати учун сувнинг муз ҳолатини истаб уни музга айлантиради, сувни буглантириб ҳамомда фойдаланади, иссиқ кунларда сувнинг суюқ ҳолатидан фойдаланиб фаввора-ю, фавворачалар орқали сувни нуркаш ҳолатига солиб, баҳорий муҳит яратади. Айтаверсак гап кўп, ҳуллас, инсон ҳамма нарсага қодир. Фақат, назаримизда, аклли инсон осмон сиридан, ўлим сиридан ва аёл муҳаббати сиридан вофиқ эмас. Учинчиси, яъни аёл муҳаббати сиридан деганимиз сизга кўп маъқул эмасдай туюлди, шекилли. Менга ҳам шундай. “Аёл муҳаббати сирли” деган иборани “Шайтанат” романи муаллифи Ўзбекистон халқ ёзувчиси Тохир Маликнинг “Меҳмон туйғулар” китобидан ўқиган эдим. Ўзимча уни шарҳлашга ҳаракат қиламан. Бу муаммони сиз ҳам тафаккурингиз маҳсули билан тўлдирасиз, деган умиддаман. Бахсингизни қабул қиламан. Ҳақиқат бахсларда очилади-ку. Тўғрими! Бу ҳолатни аниқроқ тасаввур қилишингиз учун аёлни баҳор фаслига қиёслаб кўринг, масала бироз ойдинлашади: чунки баҳорнинг чарақлаган қуёши, майин ёмғири, жалали кунлари, табиий офат олиб келадиган, сойлар тўлиб оқадиган селлари ҳам бор. Ҳеч қачон баҳорнинг ўзгармас муътадил кунлари бўлмайди; бир куннинг ўзида ҳам қуёш илиқлиги, мамоқалдиروқ ваҳимаси, чақмоқ чақини каби ҳодисалар бўлиб ўтиши мумкин. Буни одам боласи олдинроқ техник аппаратлар кўрсатмасисиз била олмайди. Аёл муҳаббатини техник аппаратлар билан аниқлаб бўладими? Асло! Лекин барибир қандай ҳолатда бўлсада баҳорни ҳам, аёлни ҳам севамиз. Улар гўзаллик рамзи.

Аёл қалби ҳамиша баҳор,
Мумтоз куйни куйловчи дутор.
У кўкдаги иймак камалак,
Заминдаги ягона малак. (Б.Н.)

Аршда малаклар сон-саноксиз. Замин учун ягона малак бу – аёл. Аёл онамиз, аёл жуфти ҳалолимиз, аёл опамиз, синглимиз ва қизалоқ ва қизларимиз. Аёли бор уйда фаришта бўлади, фаришта бу – ўша аёлнинг ўзи. Арши аълодан келадиган

фарингталарни биз кўзимиз билан кўрмаймиз. Аммо заминдаги малакни ҳар доим кўрамыз, оиргамиз. Унинг меҳнати чексиз, мақтовларга молик, аммо кўнгли эса гул япроғидек нозик.

Аёл кўнгли нозик гул япроғидан,

Аёл қалби юксак Помир тоғидан.

Аёл қалби билан ҳазиллашманг, сиз

Аёл қаҳри каттиқ қиш аёзидан. (Ж.Жабборов)

Осмонга тунурманг юзингизга тушади, улим билан олишманг, енголмайсиз, Аёл билан тортинсанг, обруйингиз тукилади. Аёлга юмшоқ оҳангда тушунтиринг, кўлингиздан келса.

Осмон чексизлигини кузатинг, кўзингиз қувонади, улимдан сабр тиланг, умрингиз узаяди, аёл билан малакка муомала қилгандек муносабатда бўлинг, муродга етасиз. У ширин сўзнинг гадоси, аёл қулоғи билан севади. Аёл учун бисотингиздаги энг сара, ёқимли, мулойим, асалдай ширин сўзларингизни ишлатинг, гарчи кўркингиз хунук бўлса ҳам у сизни яхши кўриб, жонига жойлайди. Зинҳор ёмон, дағал, қупол, заҳардай сўзларни ишлата кўрманг, ахир у замин малағи, буни эсда тутинг! “Эрни, эр қиладиган ҳам хотин, қора ер қиладиган ҳам хотин” - деган мақолни эшитгандирсиз. Гапимиз либос ҳақида бораётган эди. Қолаверса, аёл эркакнинг либоси. Яхши муомалада бўлсангиз айбингизни бекитади, сизни тоза кийинтириб, оч-наҳор қолдирмайди, бошқаларга сизни чиройли кўрсатади ва ҳамиша кўнглингизнинг хотиржам бўлишини таъминлайди.

Инсон либосида ҳам туртта ҳислат бор: биринчидан, либосимиз айбимизни бекитади, иккинчидан у иссиқ-совуқдан асрайди, учинчидан, либосимиз бизни чиройли кўрсатади (ўзимизга мосини топиб кийсак), тўртинчидан устимизда либосимиз борлиги учун кўнгли хотиржам.

Хўш, сўзнинг либоси нима? Уни кўз билан кўрса бўладими? Йўқ, кўз билан кўриб бўлмайди. Сўзни кўриб бўлмага-нимиз каби унинг либосини ҳам кўз билан илғаш мумкин эмас. Сўз либосининг ҳам туртта ҳислати бор: биринчиси, суҳбатдошингизга мулойим, юмшоқ, ширин сўзларни ёқимли оҳангда

айтсангиз, тингловчингиз қалбидан сизга меҳр олиб қайтади. Иккинчиси, агар суҳбатдошингизга қупол, дагал, вульгар сўзларни ёқимсиз оҳангда ишлатсангиз, унинг қалбидан қаҳр олиб келади. Учинчиси, агар ёқимли, асалдай ширин, ипақдай майин ва силлиқ сўзларни ишлатаётган бўлсангиз, юзингизда табассум жилолари пайдо бўлиб, сизни янада гўзаллаштиради ва бу ҳолат ҳамсуҳбатингиз юзига ҳам кучади. Туртинчидан, ҳар икки томоннинг гаплари бир-бирига қовушяптими, сизнинг ҳам, суҳбатдошингизнинг ҳам қўнгилларингиз ёришиб хотиржамлик бахш этади. Қисқача айтадиган бўлсак, сўз либоси – юмшоқ оҳанг, табассумли ишора, очиқ чеҳра, қўл ва қўл панжаларининг ёйилган ҳолатдаги хотиржамлик ишораси. Буюк рус танқидчиси В.Г.Белинский “Тап сўзда эмас, оҳангда” деганида бекорга оҳангга урғу бермаяпти. Мақсуд Шайхзода ҳам хатто товушларнинг кичик, улуғи, ҳиди ва бўйи, ранг ва рўйи, ширин-аччиғи ҳақида шеър битмаган бўларди. Товушлардан ташкил топган сўзда шунчалар сир бор. Сўз либоси “оҳанг” десак ҳам бўлади. Унда оҳангнинг ички олами очилмай қоларди. Сўз либосининг ҳислати деганда, “оҳанг”нинг турли ижросини назарда тутдик. Буни ҳар биримиз ўзимизда синаб кўришимиз мумкин. Мақсад, ширин сўзли бўлинг!

МУАЛЛИМГА 38 МАСЛАҲАТ

1. Муаллим аудиторияга қиришдан олдин нима ҳақида гапириши лозимлигини ўйлаб пишиштиб олмаса, режалаштирмаса омма олдида ўзини дадил тута олмайди.

2. Муаллимда тингловчилар олдида саросимага тушиш ҳолати содир бўлса, ундан қутилиш учун столни у ёқ бу ёққа суриши, қўлига ручкани олиши, доскага ниманидир ёзиши, дераза ёки эшикни очиб ёпиши, китоб ёки варақларни саранжом этишга бўлган ҳаракатлар оёқ панжаларини гижимлаши саросимадан чиқишга ёрдам беради.

3. Нутқ сўзлашда дадиллик муҳим ўрин тутади. Нотиқ шундай ҳаракат қилиши лозимки, тингловчилар уни дадил деб қарашсин. Албатта бунинг учун мавзуни яхши эгаллаш муҳим. Агар мавзуни чуқур билмаса, барча ҳаракатлар фойда бермайди. Мавзуни яхши эгаллаш эса, қўрқув хуружидан нотиқни асрайди ва мардлик шижоатини юзага келтиради. Мавзуни яхши эгаллаган нотиқ, минбарга чиқишдан олдин чуқур нафас олиб дадил гапира олади. Чуқур олинган нафас ҳаяжонланишни тўхтатади.

4. Нутққа тайёргарлик кўриш қоғозга ёзиш, уни ёд олиш, ёдланган ҳолатда таъаввур этиш эмас, бу – ўйлаш, фикрларни каллада обдон пиширмоқ, эслаб қолиш, ундан саралаш, силлиқлаш, тартиб билан мавзуга хос тарзда тизиб чиқишдир.

5. Муаллим шоир ва ёзувчи каби синчков бўлиши керак. Масалан Мақсуд Шайхзода “Тошкентнома” достонини ёзишда фикр келганда, “Қазбек” папириси қутисининг четларига ёзиб юрган. Ўткир Ҳошимовнинг “Дафтар ҳошиясидаги битиклар (ёзувлар)” ҳам шундай синчковлик самарасидир. Нотиқ ҳам ўзида бирор савол туғилса, уни ён дафтарига, ёки чўтагидаги бир қоғозгами ёзиб юрадида бирор папкага солиб қўяди. Ёки кимдандир бирор янги гап ёки сўзни эшитиб қолса уни ҳам ёзиб қўяди. Саволларига жавоб ҳам баъзида кўча-кўйдан топилади. Қисқача қилиб айтганда одамларнинг гап сўзларидан ўзига керакли дурларни йиғиб юради. Бу йиллаб ҳатто ундан ҳам кўп

вақтда йиғилган ёзувли қоғоз парчалари вақти келиб, нутққа тайёрланиш пайтида ёйилиб, сараланиб, уларга нимадир қўшиб, ниманидир олиб мавзуга мос фикрларни халқона фикр билан бойитади.

Эркин Воҳидов сўзлари билан айтганда:

Эл устозим, мен эсам толиб,

Сўз дурларни термоқдир ишим.

Одамларнинг ўзидан олиб,

Одамларга бермоқдир ишим.

6. Бу санъатни ўрганишнинг яна бир усули маърузага тайёргарлик кўриш асносида видео дискига ўзини ёзиб олган нотик, ўзини-ўзи кўриб, эшитса янада яхши самара беради. Албатта бу бироз вақтни олиши мумкин, лекин бундан эринмаслик керак. Бу маслаҳат бошловчи нотиклардан ўзларини шакллантириш жараёнида узлуксиз 1-2 ой шундай машқни талаб қилади. Ўзини тутиб олган нотиклар ҳам жиддий давраларда, ҳукумат аҳамиятига эга бўлган катта йиғинларда сўзга чиқишларидан олдин шу усулни қўллашса фойдадан ҳоли бўлмайди. Бундай машқ нотик танланган мавзу хусусидаги фикр-ўйларини бойитиб, хотирага ўткирлик, тафаккурга изчиллик бахш этади.

7. Қоғозга қараб ўқиб бериш, маърузага тингловчиларнинг қизиқишини пасайтиради. Аудитория билан нотик ўртасидаги алоқа ришталарига зарар келтиради. Иложи борица қоғозга қарамаслик керак. Жуда бўлмаса маърузанинг кичик режасини чўнтакка солиб қўйилса, кўнгил тўқ бўлади.

Жуда қўрққан нотик мавзуга оид далил, мулоҳаза ва чақириқни катта қоғозга катта ҳарфларда ёзиб, китобнинг орасига солиб кириши ва гапиришни бошлашдан олдин, тингловчиларга сездирмаган ҳолда кўзингизга ташланадиган жойга қўйинг. Сал мавзудан четлашиш ҳолати содир бўлса, токи ўша режадан фойдаланиш қулай бўлсин.

8. Қисқаси матнни қоғозга қараб ўқиш ва уни сўзма-сўз ёдлашга одатланмаслик керак. Бу нотикдан кўп вақт талаб

қилади ва фикрланишга ҳалақит беради. Нотиқ таърифлаганда ёд олган ибораларни уйлаб, маъруза мавзуси ва мазмунини ҳақида уйлаш керак. Бу жараёнда нотиқ ўзига ўзи буйруқ беради: ушбу мавзу борасида мен шундай таклифни ўртага ташлайман, қалон сабабларга кура, шундай қилиш лозим дейман.

9. Нутққа тайёрланиш ва сўзга чиқиш сафарга тайёрланиш ва чиқиш каби диққатни жамлашга яқин туради. Ўзингиз олдин билган ёки билмаган шаҳарга бормоқчи бўлганингизда керакли нарсаларингизни жамадонга тартиб билан жойлаб кўнгли хотиржам бўлгач, йўлга чиқилади. Сўзга чиқишда ҳам фикрларни жамлаб, режага солинмаса фикрларингиз чалкашиб кетиши мумкин. Энг муҳими, ўз нутқларингизни ўқиб берманг, у тингловчилар қизиқишини сўндиради. Маърузадаги далилларни эсда сақлашнинг йўли далилларни ўрганаётганда бутун диққат-эътиборни жамлаб бутун вужуд билан киришишни талаб қилади. Бундай пайтда атрофдаги ҳар қандай шовқинлар ҳам эътиборингизни тортиб ололмайди. Нотиқ руҳий жиҳатдан ўзини ана шунга ўргатсагина, у ўқиётган нарса хотирасидан мустаҳкам ўрин олади.

10. Нотиқ ўзи ёзган маърузасини овоз чиқариб ўқиса қулоқлари орқали ҳам миёга ўтади. Ёзувни эса кўзи билан кўриб миёга ўтказди. Бундай машқ хотирада икки томонлама мустаҳкамланади. Яъни у ҳам эшитади ҳам кўради.

11. Муаллим учун энг муҳими, ифодали ўқишга амал қилиш. Нутқда энг керакли сўзлар ва ибораларни алоҳида амалда ифодали, тиниқ ва ишонарли тарзда ажратиш шароитга қараб етказиш жуда муҳим. Тингловчиларни ром этадиган амал, усул ҳам шундай ҳолат билан боғлиқ. Бу каби амаллар маърузага табиийлик ҳам бахш этади.

12. Табиийлик эса самимийликка, кўтаринкиликка, теран ишончга чирой бахш этади. Чунки бундай вазиятда нотиқ маърузасига қалбини бағишлаган бўлади. Бу ҳар бир нотиқнинг ўз услубига боғлиқ ҳодиса. Ер юзидан олти миллиарддан зиёд одам яшаётган бўлса, улар ҳеч қачон бир-бирига ўхшамайди.

Уларнинг ҳар бири “тирик сайёра”. Чунки улар ҳар бири фақат ўзи ўзига ўхшайди. Шунинг учун бир нотик иккинчи нотикқа тақлид қилиши мумкин. Лекин ўзидаги табиийликни ўз маърузаларида юзага олиб чиқолмас экан, у ютуққа эриша олмайди. Ҳеч бир ёзувчи ёки шоир ёхуд актёр ва рассом бир-бирига ўхшамаган ўзигагина хос усулда ижод қилгани каби, ҳар бир нотик ҳам ўзига хосдир.

Шунинг учун ҳам ҳар бир нотик ўзига хос характерга эга. Улар орасида ўта маданиятли, хатти-ҳаракатлари жуда нафис, назокатли, юморга унчалик майли йўқроқ, такаббур, ёрқин ақлга эга, шижоати тез, ўзини бошқалардан юқорироқ қўювчи кишиларга мансублари ҳам бўлиши мумкин. Бунга қарши ўлароқ, кескин гапирувчи, қўпол, юморга бой, латифа ва ривоятларни ўрнига қўйиб, таққослашларга ўта, ҳеч кимга тақлид қилмайдиган, ўзининг табиатига мос, ўзига оро бермайдиган, вазмин ва андиша билан гапирадиган, фикрлаш жараёни бироз сустроқ, хотиржам ва эҳтиёткор киши ҳам бўлиши мумкин. Нотиклар турли-туман кишилар бўлсада, ўзларига ишонадиган ўзиларига хос соғлом фикрловчи бўлишлиги билан нотиклик санъатини яхши эгаллаган кишилар сирасига киради. Чунки, уларда истёъдодини тўлиқ намоёиш этиш қобилияти шаклланган бўлади. Бу ишга улар ўзларини қалбон бағишлаган бўладилар.

13. Муаллим ўзини табиий тутиши, муҳим бўлган сўзларни баланд оҳангда таъкидлаб, қайтариб гапириши, гапириш тезлигини узлуксиз тарзда ўзгартириб туриши лозим. Ана ўшунда, нутқда ишончлилиқ руҳи намоён бўлади. Бундай усул тинглавчилар билан нотик ўртасидаги алоқа ришталарини мустаҳкамлаб боради. Бирор муҳим фикр айтишдан олдин аудиторияга қараб: “Менга қаранг!” деб ораликни сақлаш, сўнгра фикрни салмоқлаб етказиб бўлгач яна пауза билан “Тушундингизми?” дея савол билан мурожаат қилиш ҳам яхши фойда беради.

14. Бундай ўйлаб қарасак, ҳамма одам ҳам таъсирли гапира олади. Масалан, мен кўнчилиқ олдида гапира олмайман деган одамнинг ёки ҳаминча жим юрадиган, куп гапирмайдиган фақат савол берсангиз қисқа жавоб берадиган ёхуд доимо қарахт юрадиган гарантнома кишига, узоққа борманг ўз жуфти ҳалолиқизга, оидангиздаги яқин кишиларга бир қўполлик ишлатиб кўрсак, турткилаб ёки тилимиз билан чақиб олсак, ана ўшанда кўрасиз уларнинг нотиқлигини. Улар ўйламай-нетмай шундай таъсирли гапирадиларки, ана энди уларни тўхтатиш амри маҳол. Айниқса одам жаҳли чиққанда ўткир нотиққа айланади. Ҳаётда нотиқларнинг бундан тоифалари ҳам бор.

15. Муаллим аудитория тинглавчилари билан алоқани мустаҳкамлашда, “Бу гаплар менинг гапим эмас, буни фалон инсон айтган?”, “Ишонмайсизми? Унда фалон китобнинг фалон бетини ўқиб кўринг!”, “Ишончнингиз комил бўлсин, мен ёлгон айтаётганим йўқ!” деган таъкид гаплар тинглавчиларнинг ишончини ва қизиқишини оширади. Бу албатта нотиққа муваффақият олиб келади. Нотиқ учун такрор бўлсада, таъкид, овознинг тебраниб туриши, талаффузда сўзларни ажратиб кўрсатиш, зарур гап олдида тўхтаб, у гап тинглавчи онгига синггандан кейин ҳам аудиторияга тикилиб қараб туриш каби ҳолатлар нотиқ учун ўта муҳим саналади, унинг обрўсини оширади. Бу ўринда нотиқ гапирган сўзлар эмас, унинг нутқ, услуби пешқадамлик қилади ва нутқнинг безагига айланади.

16. Инсон ҳаёти – ақлий, жисмоний, маънавий, руҳий, афзаллик, мойиллик, жўшқинлик, куч-қувват, тажриба маълумотлардан атроф-муҳитга боғланишдан иборат. Маъруза қилаётган нотиқ буни эсда тутмоғи лозим. Шунга қараб фикр юритиш нотиқ учун қони фойда. Чунки ҳар бир одам “Нисбийлик назарияси” каби чигал уни тушуниш эса мураккаб жараён ҳисобланади.

17. Муаллим эртага маъруза ўқиши керак бўлса, албатта яхши дам олмоғи керак. Чарчаган ҳолатда сўзланган нутқ, нотиқни ҳам, тинглавчини ҳам қониқтирмайди. Маъруза

уқийдиган нотиқ елгилгина овқатланиши, жисмоний ва ақлий дам олгани маъқул. Ўзини зўриқтирган нотиқнинг жисмида зарарли моддалар йиғилиб, мия чарчайди, ланжлик ҳукмрон бўлиб, дармонсизлантириб, асаб ва мия тизимини заифлаштиради. Хатто машҳур кушикчилар ҳам кечқурун концертга чиқадиган кун и тушлик қилмасдан, чиқишига икки соатлар қолганда енгил хазм бўладиган овқат танаввул қилиб, устида 150 грамм сув ичишар экан. Шундай қилинса овоз тиниқ ва жарандор чиқаркан. Бекорга дутор ва рубоб, танбур каби мусиқа асбобларининг бош қисмидаги дарахтдан кесиб олинган ёғочнинг ичи ғоввоқ қилиб кавлаб олинмас эканда, агар кавлаб олинмаса овоз тиниқ ёқимли чиқмагани каби одамнинг қорни тўқ бўлса ҳам овози жарандор бўлиб, ёқимли овозда чиқмайди. Бу гап нотиққа ҳам дахлдор. Агар қорни тўқ бўлса, мияда айланиши керак бўлган қон ошқозонга тушиб, ундаги овқатларнинг хазм бўлишига хизмат қилади. Мияда эса қон яхши айланмайди, натижада фикрлар туман орасида қолиб, нотиқ мақсадига эришолмайди. Нотиқ агар дам олиш ва овқатланиш қондасига амал қилса, ғайрат, шижоатли ҳаётини кучи нурланиб, ҳиссиётлар билан сўзлайди.

18. Муаллим учун шинам, ярашиқли кийиниш ҳам муҳим. Шилвираган кийим кийган нотиққа тингловчилар ҳурмат билан боқмайди. Нотиқнинг ташқи шакли ҳам таъсирчан нутқига мос бўлиши керак. Шеърда шакл ва мазмун мослиги уни қандай жозибали кўрсатса, нотиқ учун ҳам ташқи қиёфа ва маънавият шундай аҳамият касб этади.

19. Муаллим тунд бўлиб минбарга чиқса, тингловчилар ҳам тунд ҳолатни бошидан кечиради. Нотиқ ёқимли қиёфада, кулимсираб минбарда нутқ сўзласа, у тингловчиларга ҳам жозоба улашади. Ҳадисларда қайд этилишича, суҳбатдошга табассум билан боқиб гапириш энг катта савоб экан. Модомики, инсон чеҳрасидаги табассум бошқаларнинг юзида ҳам табассумла меҳр нурини таратади.

20. Муаллим учун ёруғ хона, тоза ҳавога гула аудитория бўлса, унга ҳам тингловчиларга ҳам ёрқин кайфият бағишланди. Шунинг учун ҳам жуфтлик соатлар оралигида ун дақиқа тапаф-фус берилди ва хонани тоза ҳаво эгаллайди. Аудиториядаги тала-партиялик, ортиқча стол, стуллар айниқса, саҳна тарафда бўлса саҳна мусоффолигини бўғди ва ўз навбатида нотикни ҳам тиник қурсатмайдди. Тингловчилар эса маърузачини буйи-басги билан қўришни, эшитишни истайдилар.

21. Нотикдаги имо-ишорали хатти-ҳаракатлар, ҳар кимнинг ўзига хос табиийлик касб этиши, чин дилдан ва нотикнинг ҳиссиётларидан ҳосил бўлмоғи лозим. Имо-ишоралар самимий ички ҳолатининг ташқи хатти-ҳаракатларда ифодаси бўлиши керак. Уни эргалабқи гимнастика машғулотларига ўхшатиб, тартибга солиб бўлмайди. У табиий бўлиши нотикқа чирой бахш этади, худди ўзига муносиб дибос каби ярашади.

22. Маърузачи нутқининг кириш ва хулоса қисмини жиддий тайёрлаши, керак бўлса сўзма-сўз ёддан билиши муҳим. Хулосага келганда, шеър ёки юмор билан, ҳар доим шу мавзу бўйича ўйга чўмдирадиган фикр билан якунлашда хулосангиз кириш билан узвий боғлиқ бўлсин.

23. Нутқда асосий фикр муҳим ўрин тутди. Уни такрор-такрор таъкидлаганда, бир хил сўзлардан эмас, балки унга мос муқобил иборалардан фойдаланилса, такрорлаганингиз сезилмайди. М: Математикада ўнга масалани бир хил усулда ечгандан кўра, битта масалани ўн хил усулда ечиб, исботлаб берилгани каби.

24. Инсон ўз-ўзидан вужудга келадиган хоҳиш-истаклари билан яшайди. Унга нима ёқади, нима ёқмайди, нимадандир нафратланади, нимадандир аччиқланади. Одам ўзининг ўй-хаёлларини назорат қилмаса, ўзининг “Мен”и ҳукмида қолади. Яъни кўнгил хоҳишига бўйсинмасин. Бундай ҳолатда ақл устун бўлмоғи даркор. Табиийки, инсоннинг ўзини ҳақли деб билиши, ўз-ўзини улуглаши, унинг асосий мақсади бўлиб, барча ўй-хаёлларига таъсир қилади. Мадомики шундай экан нотик ўз

тингловчиларига нутқ сузлаётганда, узини ҳақли деб, мен билимдонман динидан, ўз-ўзини улуғлашдан узоқроқ бўлмоғи жуда муҳим. Нотик билиб айтган бирор воқеа, дейлик фалон жойда катта юк кемаси фалон тонналик нефт билан сувга чуқиб кетгани ҳақида гапирсада, тингловчинини бу воқеадан кура уйидаги ваннасига жумракдан сизиб турган сув кўпроқ ташвишга солади. Ваҳимали воқеа ҳақида эса, ҳа, шунақа бўлибди-да деган фикр ўтади холос. Шунинг учун нотик ўз тингловчиларини қизиқтирадиган касби-кори ва мансабига хос мавзулар ҳақида гапиришга узини тайёрлашни керак.

25. Муаллим ўз тингловчиларига мурожаат қилаётганда, уларнинг “ўзлари ўзларини қизиқтиришини” ҳисобга олиши жуда муҳим. Умумий йўналишда мушоҳада қилиб кўрсак, инсониятни ўзига тинимсиз чорловчи учта энг қизиқ нарса бор: 1. Нафс туйғуси. Бу ҳар бир одамдаги бош миянинг неча фоизи ишга тушган бўлса, тахминий шундан 80 %игача ҳаётни банд этади. 2. Бойлик, яъни хусусий мулк. Бу ишлаб турган мия фаолиятининг 10 %ига тенг деб тахмин қилсак, қолганичи деган савол туғилади, бу учинчи нарсага тегишли. 3. Динга эътиқод масаласи. Динга ҳам одам мия фаолиятининг 10 %и ишляпти деб фараз қилайлик. Агар шу уч қизиқарли масалалар орасидаги фоизлар мувозанати қайси нарсага қараб ошиб борса, ўша қизиқарли нарса голибликни қўлга ола бошлайди. Борди-ю биринчи ва иккинчи нарса учинчи нарсадаги фоизига кўз олайтирса, қалб кўзи хиралашиб, ҳатто кўрмай ҳам қолиши мумкин. Шунинг учун нотик тингловчиларига гапираётганда юқоридаги мувозанатни ҳам меъёрида сақлашни улар онгига усталик билан, санъаткорона йўсинда сингдиришини уддалай билиши керак. Бу қизиқарли нарсалар шахснинг иш фаолиятига қараб фоизлари ўзгариши мумкин. Масалан, ақлий меҳнат кишиларида биринчи қизиқарли нарсага нисбатан, кейинги иккитасига интилиш кучлироқ бўлиши мумкин.

26. Муаллим энг аввало, она тилидан изчил ва фаол фойдалана олиши муҳим. Бунинг учун кўпроқ бадий

асарларни ўқишга тўғри келади. Мабода ўқийётган китобида янги сўз учраб қолса, эринмасдан лўғатдан ўша сўзнинг маъносини билиб олиш керак.

27. Одамлар нотикнинг сўзларига қараб баҳо беради. Биз инсон сифатида бошқа бирор одамни билмоқчи бўлсак, албатта, унинг қасби-корига қараймиз. У одам нималарга қодир, нима ишлари билан бошқалардан фарқланади. Қандай лавозимда ишлайди. Лавозим жихатдан биздан юқори бўлса, камтарлик ва юмшоқлик билан муомала қиламиз. Агар у одам пулдор ёки бой бўлса ҳам қандайдир қимтиниб муомалада бўламиз. Нима бу? Мансабдор ёки бойдан қўрқанимиздан шундай қиламиз-ми ёки бирор жойда менга ҳам ёрдами тегиб қолар деб, ўз манфаатимизни ўйлаймизми? Баъзида кимлардан-дир қўрқиб ҳурмат қиламизми? “Қўрқиб ҳурмат қилгандан кўра, ҳурмат қилиб қўрққан яхши эмасми?” Ота-оналаримиздан эса доимо ҳурмат қилиб қўрқамиз. Ҳаммамиз ҳам қилаётган меҳнатимиз билан одамлар эътиборига кирамиз. Энг муҳими, одамларга қилаётган муомаламиз жуда эътибор талаб қилади.

28. Инсон табиати қизиқ. Ў нимани хоҳласа шу ишни қилгиси келаверади. У биринчи галда қилаётган ишидан келадиган ўз манфаатини ўйлайди.

Йўлдами, чўлдами, тоғда

Роҳатижон сўлимли богда.

Шахсий манфаатни ўйларкан кимдир,

Хатто жойномозда ўтирган чоғда. (Н.Б.)

Масалан, Оллоҳ йўлига эҳсон чиқармоқчи бўлсангиз ҳам, хайр-эҳсондан кейин сизга яратган томонидан келадиган бойлик, соғлиқ, ёки ота-она ризолиги, қолаверса, мансаб-мартаба ҳақида, Ҳажни ният қилиш ёки Оллоҳ насиб этиб, Ҳаж амалларини бажариш ҳам барча қилган гуноҳлардан фориғ бўлиш йўлидаги ҳаракатлар эмасми? Албатта, шундай. Ҳаж амалларини бажариш эса Оллоҳ менинг катта кичик гуноҳларимни кечирди, деб кўнгил хотиржамликни, руҳ поклигини таъкидлайди. Бордию, Оллоҳ уйи бўлган Кавбани тавоб қилаётганимизда ҳам

Яратгандан гуноҳларингизни кечириш билан узоқ умр, соғлиқ ва бойлик ҳам сўрайсиз. Қисқаси барча яхши ниятларингизнинг амалга ошишини истайсиз. Кўраяписизми, Оллоҳ уйига ҳам харажат қилиб бекорга бормаяписиз. Бекорга хайр-эҳсон қилмаяписиз, уша эҳсон ортидан келадиган ютуқлар, покланиш бизни шу йўлга бошляпти. Хатто бошқа жонзотлар ҳам ўз хоҳиши бўйича ҳаракат қилади. М: Зўрлаб қўйни етаклаб бўлмайди, оёғини тираб туриб олади ёки ётиб олади. Қўйга эса ё ҳамроҳ керак, ё бирор емишни кўрсатиб эргаштириш лозим бўлади.

29. Одамлар билан муомала-муносабатда ҳушомадгўйлик ёки лаганбардонлик санъати ҳам учрайди. Бу кўпроқ жазманларга қўл келиши мумкин. Агар эркакнинг суҳбатдоши енгилтак аёллардан бўлса. Бундайлар ҳушомадни ёқтиради. Ҳушомадгўй-лик ҳам санъат. Бу ҳам ҳамманинг қўлидан келавермайди. Ҳушомадгўйлик – бу сохталиқнинг ўзи. Яқиндаги фойдани кўриб, узоқдаги зарарни кўра билмаслик. Бирор одамнинг яхши фазилатларини эътироф этиш самимийлик ҳисобланса, ҳушомад мунофиқлик саналади. Самимийлик юракдан чиқади, уни гапираётган одамнинг чеҳраси очилиб, кўзлари чақнаб гапиради. Ҳушомад эса оғиздагина, актёр роль ижро этаётгандай айтилади. Буни зийрак одам тез фаҳмлайди. Эътирофда ҳолислик бўлса, ҳушомадда худбинлик бўлади. Очiqчасига ҳужум қиладиган одамлардан кўркмаслик керак, аксинча, ҳушомадгўйлик қиладиган дўсту яқинлардан кўрқиниш керак.

30. Одам ўзи-ўзини мақташни касб қилмаслик керак. Ҳатто бу ҳолат ички кечинмангизда содир бўлганда ҳам ўзингизни босишга ҳаракат қилинг, бу кибр ва манманликка олиб келади. Кибр ва манманлик эса катта гуноҳ эканлигини унутмайлик.

Одам ўзи шахсий ютуқларини, обрў эътиборини мақташдан кўра, бошқаларнинг ютуқларини, ижобий хислатларини ҳолисона баҳолангани маъқул. Бошқаларга ижобий баҳо беришда виждон амрига амал қилиб, самимий гапларни эсда

қоладиган тарзда баён этиши фойдали. Бундай ҳолларда мақтовга саҳий бўлиб ширин ва шароб сузлардан фойдаланиш жуда муҳим. Ана ушандагина сизни тингловчилар сузларингизни қадрлаб хотираларида узоқ сақлайдилар.

31. Сиз нутқ сузлаётган аудиториядаги тингловчилар ёки суҳбатдошингизни нимани хоҳлашига қараб гапирсангиз, улар сизни яхши кайфият билан тинглайдилар. Умуман, инсоннинг хоҳиши ҳаётда яшаши учун керак бўладиган нарсалар: уй-жой, бола-чақа, озиқ-овқат, узининг ва болаларнинг соғлиги, тинчлик ва хотиржамликлар билан бирга буюк бўлиш ва жинсий майилликни ҳамда пул ва пулга сотиб олиши мумкин бўлган буюмларни, шахсий эътиборни ҳам ич-ичидан истайди. Баъзи одамларда эса иззатталаблик касали ҳам учрайди. Нотик юқоридаги кабиларни қисман бўлсада, кўра билиши ва нутқида ўрни-ўрни билан тингловчиларнинг хоҳиш ва истакларига мос мисолларни ҳам ишлатиши лозим. Ҳозир ҳам учрайди. Туман ва вилоятларда бир вақтлар директор, раис ёки ҳоким бўлган одамларни “Директор бува”, “Раис бува”, “Ҳоким бува” дейишади. Ўша одамлар энди “унақа деманг” дейишмайди, демак, шундай аташларини ўзлари ҳам хоҳлар эканда. Бу гап бошқа соҳада раҳбар бўлиб ўтганларга ҳам таалуқли. Айниқса, шифокорларда “фалончи фалончиевич”, деб мурожаат қилиш урфга айланган, улар шундай хурсанд, шуни хоҳлашади ва ҳақозо.

32. Муаллим ўз нутқида инсон ақл-заковатининг ҳали кашф қилинмаган сир-асрорларига ҳам шама қилиб, тингловчиларни бардош ва изланишга, ноумид бўлмаслик, интилиш, самғимий муомала ва мулоқотларда бағрикенглик ва мардликка ундовчи фикрлари билан улар қалбида яшириниб ётган жўшқинликни, имкониятларини, куч-қувватларини, нималарга қодир эканликларини эслатиб, улар руҳиятига таъсир этиши муҳим. Уларда эртанги кунга, келажакка умид билан боқишларига хавас уйғота олиши зарур.

33. Муаллим суҳбатдошининг райига қараб гапирмоғи, куниндагини топиб сўзламоғи жуда муҳим. Шундагина, суҳбатдошида яхши таассурот уйғотади. Борди-ю, суҳбатдошингиз иззатгалаб касалига йўлиққан бўлса, эҳтиётлик билан ёндошмоқ ва уйлаб гапирмоқ лозим. Бу ўринда дошинманд Конфуций: “Зиқна, иззатгалаб, майдагап кишиларнинг турган битгани захар” деб бекорга айтмаган. Захарга эса эҳтиётлик билан ёндошмоқ даркор. Бизга замондошлар орасида бундайлар учрайди. Улар гўё жамоатчи бўлиб, ҳамма ишни қойил қиладиган, ҳамиша ўзларини ҳақ деб билувчилар сифатида шахсий манфаатларини уйлайдилар. Бундай кишилар яхшиликни тез унутиб, гўё одамлар унга бурчдор деб тасаввур қиладилар. Зинҳор бу кабиларга ёмон фикр билан ёндошсангиз балога қоласиз, тинимсиз ўч олишдан чарчамайди, аксинча қилаётган ишидан роҳатланади. Озгина яхшилик қилиб қўйса борми, бошингиз миннатдан аримайди.

Ҳар биримизнинг характеримиз хусусияти табиатимизга боғлиқ. Бу ўринда Аристотелнинг фикрига таянган маъқул: “Ақли расо инсон, ўзгаларга беғараз қувонч бахш этиш билан шодланади. У бошқаларга хайрихоҳлик кўрсатиб, ўзи учун миннатдорчилик билдиришларидан хижолат чекади. Олий туйғули кишилар ҳамиша яхшиликни раво кўрадилар.” Юқоридаги каби нокаслардан қутилиш чораси, улардан узоқроқ бўлиш, иложи бўлса алоқа қилмаслик.

34. Муаллим маъруза қилаётган аудиторияда ҳаётдан норози, тушкун кайфиятдаги одамлар ҳам бўлиши мумкин. Баъзан эса ундайлардан ҳаётдан нолиш ҳақидаги саволлар ҳам берилади. Бундайларга Ҳазрат Мир Алишер Навоийнинг “Одам бўлиб туғилганингга шукур қилсангчи, Оллоҳ кўрт ёки қумурсқа қилиб яратганда нима қилардинг” деган жавобни берган маъқул. Ёки Дейл Карнегининг қаҳрамонларидан бирининг қуйидаги жавобини эслатиш ҳам фойда беради: “Мен ғам-ҳасратга гарқ бўлгандим. Оёғимда пойафзалим йўқ эди. Мен икки оёғидан жуда бўлган кишини учратганимдан сўнг ўзимнинг

ялангоёқ эканимга минг бор шукрлар қилдим” дейл Карнеги. (Иқрорлик. Мағлубият эмас. Т., 2009 й. 41-бет)

Ёки замонавий қилиб ҳазил тариқасида: “Сизу бизга иккита нарсa етишмайди, бири кийишга кийим етишмайди (кийимимиз йўқ эмас, бор), иккинчиси кийимларимизни илиб қуйишга шифанер етишмайди” – деб жавоб бериш лозим.

Дейл Карнеги “Иқрорлик мағлубият эмас” китобида: “Сизу биз... Нега мен безовта бўлишим керак?!” деган саволни бериб кўрайлик. Аҳамиятсиз нарсаларга ҳам эътибор беравериb ўзимизни дабдала қилаётганимиз етмаганидек, ута бачкана ва майдакаш бўлиб кетаётганимизни, атрофдагиларга маломат уйғотишимизни фахмлаймиз.

Ҳаётимизнинг 90 фоизи яхшилик билан муҳофаза қилинган. 10 фоизгина ёмонликка дуч келиш эҳтимоли бор. Мадомики, шундай экан, бахтиёр бўлиш учун ниятимизни ҳамиша яхшиламоғимизга қаратишимиз керак. Кўнгилсизликлардан, бизни ранжитадиган ҳар қандай ҳаракатлардан сақланмоғимиз лозим.

“Дунёда уч нафар доктор бор – бири доктор Парҳез, иккинчиси доктор Осойишталик, учинчиси доктор Шодликдир”. Сизу биз бу докторлардан бепул фойдаланишимиз мумкин. Булар бизнинг бебаҳо бойлигимиз эканини тўғри ҳис қила олсак, эртақдаги Али бобо хазинасидан минг чандан давлатга эга эканимизни тушуниб етардик.

Ахир, сиз икки кўрар кўзингизни миллиард долларга сотармидиниз?! Икки оёғингизнинг нархи қанча? Икки қўл ва кулоқларингизнингчи?! Фарзандларингиз, оилангиз сиз учун қанча туради? Сиз Рокфеллер, Форд, Морганларнинг сармоясидан кўра минг бора бой эканингизни ҳеч мулоҳаза қилиб кўрганмисиз?

“Биз ўзимизда йўқ нарсалар ҳақида қайғуравериb, ихтиёримиздаги нақд, мавжуд нарсалар тўғрисида жуда кам ўйлаймиз.” (Гулливернинг саёҳатлари 42 бет).

35. Нотиқ инсонлар билан муомала қилиш, уларнинг кўнглини олиш, марҳаматли бўлиш кабиларни юксак маданият билан амалга оширмоғи керак. Бунга осонлик билан эришиб бўлмайди. Бунга ҳаётий тажрибалар, ибратли кузатишлар ҳамда нотиқлик ва муомала маданиятини ўргатадиган китобларни ўқиш, айниқса, бадиий асарларни кўп ўқиш, ўздан олдинги нотиқлар тажрибаларидан ўрганиш орқали эришиш мумкин. Нотиқ бугунги кун ҳақида ўйлаб гапириши ва тингловчиларнинг фикрини ҳам шунга қаратмоғи керак. Тингловчиларни бугунги кун нафаси билан яшашга ундамоғи лозим. Ҳар бир одам қалбий осойишталикда, сабр-қаноат билан яшаб, одамларга меҳр-мухаббат билан хайрихоҳлик кўрсатиб бугунни байрамона кайфиятда ўтказсагина бахтли одам ҳисобланади. “Кейинги пушаймон, ўзингга душман”, “Эртага ҳам, Худо подшо” деган мақолларга таяниб иш қилинса, бугунинг иши унумли, баракали ва хатарсиз бўлиши табиий. Ёш бир жойга борганда, ҳар биримиз ҳаёт йўлимизга назар солсак, қачон катта бўламан? Қачон уйланаман? Қачон болали чақали бўламин? каби ҳаёллар билан кун ўтказиб, қалбимизни ўзимиз безовта қилганимиз эсимизда, баъзан ўзимизни қай биримиз ҳар нарса ўз вақти-соатида бўлишига нафақага чиққанимизда ақлимиз етганини англаймиз. Халқимизда “болам-болам бахти бор, ҳар ишларининг вақти бор” деган мақол маъзига ёшимиз бир жойга боргандагина тушунамиз. Ёшлиқда ҳар бир ишнинг тезроқ бўлишини хоҳлаймиз, сабримиз етишмай ўзимизни қийнаб, баъзан касаллик орттириб олишимиз ҳам мумкин. Ана шундай нотинчликдан қутилиш йўли эса фақат бугунни гўзал ва хотиржамлик билан ўтказишга боғлиқ экан.

Ҳар қандай огир ҳолатларда ҳам одам ўзини қўлга ола билиши қалбий осойишталикни, тинчлик-хотиржамликни, саломатликни таъминлайди. Қўрқув ва ҳаёжонланишнинг олдини олади.

36. Нотиқ раҳбар ҳодимларга маъруза қилаётганда уларга эҳтиёткорлик билан ёндошмоғи, ҳар бир сўзни ўйлаб

ганирмоғи, улар шахсига тегадиган гаплардан узини тиймоғи муҳим. Уларга иложи борича ўз йиниларида ҳал бўлиши қийин кечадиган масалаларни бир мажлисга тикиштириб ташламаслиқни маслаҳат берган маъқул. Чунки 4-5 та муҳим масалани ҳал этаман деб, барча масалалар ечимини топа олмаслиғи мумкин. Шунинг учун бундай масалаларнинг ҳар бирини алоҳида мажлисларда биттадан ҳал этиш самара беради. Йиғилиш ҳам чузулиб кетиб, ҳодимларни безиллатиб қўймайди. Чузилган мажлисларда утирганлар “жавоб” деган сўзни кутиб утиришади. Акс ҳолда ҳодимлар масалани ҳал этиш борасида бир-бирларига ташланиши, баҳс мунозарада хафаланиб қолишлари мумкин. Вақт, асабузарлик, танамаломатлар, уринсиз танқид ва баҳслашувлар мажлис бошқарувчисини яъни раҳбарни ҳам гангитиб қўяди.

Баъзи раҳбарлар эса, ҳамма ишга бошларини тикавериб, ҳодимларнинг ишларига ҳалақит берадилар. Раҳбар ҳар бир ҳодимга ўз соҳаси бўйича ишни топшириб, уни зимдан назорат қилиши, ҳодимлар кўнглида норозилик туғдирмасдан улар қилаётган ишларига ижодий ёндошишларига имкон бериши, яхши бажараётган бўлса рағбатлантириши, чала бажараётганларга маслаҳат бериши ёки маслаҳат олишига ундаши керак. Раҳбар – бошда, бош билан қўл ёки оёқ бажарадиган ишни ҳеч биримиз қила олмаймиз, фақат коптокни бош билан қайтариш мумкин, бироқ амалий иш копток эмасда.

Раҳбар беҳуда безовталиқдан узини асраши керак. Қўндалик ишини албатта режалаштириши, режалаштирганда ҳам, аввал биринчи даражали ишларини бажариб, кейин иккинчи, учинчи даражали ишларга ўтиши яхши самара беради. Мабода улгурмай қолса, сиқилиши, безовталаниб, узини қийнаш ўрнига ишнинг онсонроқ ҳал бўладиган йўлларини излаган маъқул. Масалан, ҳодимлар бўлимида барча ишчи ҳодимларнинг алоҳида шахсий хужжатлар жамланган папкалар мавжуд. Юқори идоралардан ҳодимлар ҳақида тўлиқ хужжат сўрови бўлиб қолди, ёки бўлимнинг (кафедра, деканат, бўлим) ўзида

ҳам шундай папка бўлиши талаб этилди дейлик. Хар бир ҳодим яна алоҳида диплом ва бошқа паспорт каби ҳужжатларни ўзи кўчириб нусхалар туғилиши шарт эмас, унга бошлиқнинг безовта бўлиши ўринсиз. Бундоқ ўйлаб кўрилса, бу ишларни оддий лаборант ёки котиба бажарса ҳам бўлади. Шундай бориб ишчи-ҳодимлар бўлимидаги тайёр ҳужжатлардан нусха олиб қўя қолади. Ана марҳамат текширувчи келиб, ўша ҳужжатларни текшириб кетаверсин.

Яна бир ҳолат. Раҳбарнинг иш столида ортиқча қоғозлар бўлмаслиги, фақат бугун эрта бажарилиши лозим бўлган қоғозлар бўлиши, бажарилганлари керакли папкаларга жойлаш-тирили керак. Яна ишни ташкил қилишда аввал энг зарурини саралаб бажаришга киришган маъқул. Баъзан тезкорлик билан қилиниши лозим бўлган ишларга жиддий ёндоши, барча ҳодимларнинг ёрдамида, хар ишни ўз устасига топширган ҳолатда ҳал этиш бошлиқни безовталиқдан қутқаради. Ақлли раҳбар ўзини қийнамайди. Ҳодимларининг қобилиятига қараб ишни тақсимлаб уларни ишлатади, шунинг учун у бошлиқ. Баъзи раҳбарлар гўё ишга ўзлари бош бўлиб наъмуна кўрсатгандек бўладилар-у, бироқ ўзларини койитиб ишламайди-лар, гап билан уларга илҳом беради ва ҳодимлар уртасида обрўга эга бўладилар. Бундай раҳбарлардан ҳодимлари ундан кўрқиб эмас, ўзлари билан бирга бўлгани учун ҳурмат қилиб кўрқадилар. Бюрократ раҳбарлардан Худо асрасин. Уларнинг ишлари юришгандек бўладилар-у, бироқ русча қилиб айтганда “на месте шагом марш” дан нарига ўта олмайдилар.

Ҳар қандай шароитда ҳам ҳузур ҳаловатининг йўқолиши ҳушёр бўлмаслигимиз ёки эътиборсизлигимиз оқибатида содир бўлади.

37. Ҳар бир нарсанинг бошланиши қийинроқ кечгани каби нотиқнинг ҳам аудиторияни ўзига жалб қилиши унинг нутқини бошлашига боғлиқ ходиса. Бу борада нотиқлар турли усуллардан фойдаланадилар. Усуллардан фойдаланиш эса бевосита мавзу билан мос бўлмоғи шарт. Нотиқни қийнайдиган ҳолат

унинг айтмоқчи бўлган дастлабки сўзи ва жумласи. Баъзи нотиклар салом аликдан сўнг, мавзунинг эълон қилиб “шу хусусда суҳбатлашамиз” деб мавзуга утади. Агар мавзу сиёсий-ижтимоий йўналишда бўлса, нотик жиддий қиёфада давлат ва жамият аҳамиятига эга бўлган қўчирмани ўқиб ёки ёддан айтиб ундан келиб чиқадиган мулоҳазаларни тушунарли тилда нутқини давом эттиради. Агар лозим бўлса унга қиёсий мисоллар келтириш орқали тингловчилар қалбини ром этади. Масалан, мавзу она тили ва миллат билан боғлиқ бўлса, Ўзбекистон Республикаси Президенти Ислам Каримовнинг қуйидаги сўзларини келтиради: “Жамики эзгу фазилатлар инсон қалбига, аввало, она алласи, она тилининг бетақдор жозибаси билан сингади. Она тили – бу миллатнинг руҳидир. Ўз тилини йўқотган ҳар қандай миллат ўзлигидан жудо бўлиши муқаррар” (Миллий истиқлол ғояси: асосий тушунча ва тамойиллар. Тошкент: Ўзбекистон, 2000, 49- бет). Ҳеч шубҳасиз, миллатнинг борлиги ва бирлигининг бош белгиси тил эканлиги таъкидланмоқда, миллий ғоя тарғиботида “миллатнинг ўлмас руҳи бўлган она тилига муҳаббат” тарбияси биринчи ўринга қўйилмоқда.

Иккинчи усул нотик ўз нутқини, қизиқарли, фавкулотда содир бўлган воқеадан бошлаши мумкин. Бу воқеадаги драматизм тингловчиларни нотик билан боғлайди. Мисол учун кеча “Бир жиноят изидан” кўрсатувини кўрдингизми? “Фалон жойда ўғил ўз отасини ўлдириб, оғилхонага қўмиб қўйган экан” – дея фикрини давом эттириб тингловчиларни ўзига ром этади.

Учинчи ҳолатдаги усул, нотик дастлабки сўзни тингловчиларга ўз ҳаётида содир бўлган бирор воқеани айтиб, савол-жавоб асосида суҳбатни эркин давом эттиради, яъни ўзи билан аудитория ришталарини боғлайди. Ўзига яқинлаштиради. Суҳбат қизиқарли савол-жавоблар асосида кечади.

Тўртинчи усул юмор ёки ҳазил-мутойиба билан илк сўзини бошлаб аудиторияга қувноқлик, яхши кайфиятни синдириш орқали тингловчилар билан кадрдонлардай дўстона вазиятни

вужудга келтирди. Нотик шу ҳолатда ўзининг дилканлиги, ҳазилканлиги билан тингловчилар ёқиб қолади.

Бешинчи усулда нотик таниши бирор ривоят айғиши ёки шеърят ёки насрий парча ўқиб билан бошлаб (албатта нотик ўқиган ривоят ёки шеър), мавзу кўлами билан уйғуллаштириб юборади. Бу усул ҳам нотикқа тингловчилар хурматини қозонишга кумак беради.

Умуман олганда, нотиқнинг нутқини бошлаш усуллари ҳолат, вазият ва тингловчиларининг билим савияси билан боғлиқ сўзлар орқали амалга ошади.

38. Муаллим ўз нутқининг таъсирчанлигини таъминлашда нутқ аппарати ва нутқ товушларига жиддий қарамоғи лозим. Бу ўринда нутқ техникаси – овознинг паст-баландлиги,

Нафас олиш ва чиқариш, пауза ва интонация, дикция ва урғуга эътибор бериш ҳамда нутқ техникаси билан боғлиқ машқларни амалга оширишдан эринмаслиги керак. Булар барчаси овоз техникаси билан бажарилади. Овоз ингичка чиқса бадгумонлик, ваҳималиқдан дарак, овознинг ёқимли бўлиши тадбиркорлик белгиси, овознинг димоғдан чиқиши кибру-ҳаво ва камфаҳмлиқ бўлса, овоз охисталиқ, юмшоқлик билан чиқса гўзаллик ва яхшилиқдан нишона. Иккинчидан, нутқнинг асосий коммуникатив хусусиятлари яъни, нутқнинг тўғрилиги, аниқлиги, мантиқийлиги, софлиги, бойлиги, жўялилиги, ифодалилиги, содда ва қисқалиги ҳамда равон, гўзал, лўндалиги кабилар нутқнинг сифатини оширади.

Юқоридаги қоидалардан келиб чиқадиган хулоса шулки, нотик нутқи ҳам одамлар ишлатадиган сўзларда, сўзлар эса алфавитда мавжуд бўлган ҳарф ва товушлардан иборат. Ҳамма тили бор одам гапиради, хатто “Мен гапга йўқман, довдираб қоламан, ҳаяжон босади” – деган одамнинг бир жаҳлининг чиқариб кўринг қарғишу, сўкишлар билан нотик, ўз дунёқарашида тўхтатмай сўзлайди. Бундоқ ўйлаб кўрайлик ҳамма нарса сўз билан амалга ошади. Инсоннинг нима

дейишдан кура, нима демасликни билиши унинг донолиги ҳисобланади.

Найранг ва ёлғонни фош этиш сирлари

Инсон зоти бошқа жонзотлардан учта хусусияти билан фарқланади. Инсонга ақл, нутқ, ва қалб берилган. Бошқа жонли мавжудотда бу неъматлар йўқ. Шу боис уларга ёлғон, алдов бегона. Биз инсонлар эса кўпгина ҳолларда ҳамиша ўзимизни ҳақ, бошқаларни ноҳақ ҳисоблаймиз. Натижада нутқимизда бир-биримизни алдаймиз ва алданамиз. Албатта алдаётган одам ўз манфаатини кўзлаб алдайди, алданаётган одам суҳбатдошига ишониб ўсал бўлиши мумкин. Нима қилиш керак? Суҳбатдошни зимдан кузатган одамни алдаш қийин. Агар сизни суҳбатдошингиз алдаётган экан, ундаги хатти-ҳаракатларга диққат кўзи билан боксангиз, нутқнинг самимий ёки ёлғонлигини аниқлаш мумкин. Бу биринчи галда кўз, юз ва қўл ҳаракатларига қараб аниқланади: Бошқарувда нутқ ва мулоқат жараёнида ёлғонни ўрганиш жуда муҳим. Айниқса, ҳарбий ва махфий учрашувларда, бизнес билан боғлиқ мулоқотларда, тергов ва суриштирув ишларида ҳақиқатни билиш ва аниқлашда ўша соҳа ходимларидан ўта синчковлик талаб этилади. Бунинг учун ўша масъул шахсларда сезиш, кўриш, кузатувчанлик ривожланган бўлиши керак. Терговчи, бизнесмен, шифокор, педагоглар ўзларидаги сезгирликни ошириш мақсадида ҳамсуҳбатларини танлаган жойнинг ёруғроқ жойига ўтказиб ўзи сояроқ жойга ўрнашмоғи лозим. Ана ўшанда суҳбатдоши юзидаги ранг ўзгариши-ю, юз мушакларидаги ҳаракатни аниқроқ кузатиши ва таҳлил қилиши мумкин. Қизиқ, баъзи одамлар ҳаёт тажрибаси ортган сари, билим даражаси ортиб борган сайин, аниқроғи одам турли вазиятларни ўтаган бўлса, кўплаб мулоқотларда иштирок этишига қараб ёлғон гапириш тажрибаси ҳам ортиб бораркан.

Ёлгон нутк сўзлаш борасида санъаткорлар, савдогарлар оғир жисмоний меҳнат кишиларига қараганда ёлгонни ишлатишда устаси паранг бўлади. Чунки уларда сўз бойлиги кўп. Шунингдек, киракаш хайдовчилар, сартарошлар, бозорчилар доимий равишда ташки шакллар ва маънавиятдаги ҳолатларни ўзларига сингдириб олишга (ўзлари учун ибратли ҳисобланган жиҳатларни) ҳаракат қиладилар.

Сўхбатдошининг ёлгон ёки рост гапираётганларини аниқлашда касб нуқтаи назаридан терговчилар, шифокорлар, педагоглар анча сезгир бўлишлари лозим. Бу касбдаги шахсларнинг кўплари онгли равишда сўхбатдошларини алдашга моҳир бўладилар. Моҳир ёлгончилар гапираётганда сўхбатдошининг онгини ўз нутқлари билан эгаллаб, ўзларига оғдириб оладилар. Айниқса, нутқини шакар ва шароб сўзлар билан мулоким тарзда ўқтириб, сўхбатдош ҳиссиётларини эгаллаб оладилар.

Эркакларга нисбатан аёлларнинг ёлгон ишлатишини аниқлаш қийинроқ кечади. Зимдан кузатилса, эркакларнинг кўз ва юзларидаги ўзгаришлар ёлгон ишлатаётганини сездириб қўяди. Бу ҳолат аёл зотида мураккаброқ кечади. Аёллар ёшлиқдан юз ифодаси (мимика) ва мушаклар парваришига эътиборлироқ бўлиб, кўзига эркакларга нисбатан кўпроқ мурожаат қиладилар. Эркаклар ёлгон гапирганларида кўзларини олиб қочадилар. Аёллар эса сўхбатдошининг кўзига тик қараб алдашни эплайдилар. Эркакнинг алдаётганини атрофдагилар сезиб қолса, у кўпинча асабийлашиб гапини исботлашга ҳаракат қилиши мумкин. Аёллар эса одатда ўзини беморликка солиш билан вазиятни юмшатишга интилади. Ёлгон гапирган эркакнинг юзидарҳол қизариб кетса, аёллар юзида бироз қизиллик зохир бўлиши мумкин.

Ўз навбатида аёлларни алдаш (улар майда-чуйдаларга кўпроқ эътибор берганлари учун) эркакларни алдашдан кўра қийинроқдир¹.

¹ Ф.М.Мустафоев, Ш.Ф.Мустафоева. Муомалада ёлгон. Т., “Давр пресс”, 2009, 11-бет.

Рухшунос олимлар ёлгондан кўзланган мақсадни икки турга бўлиб урганадилар:

1. Шахсий мақсадлари учун (ўз моддий маънавий эҳтиёжларини қондириш учун, сиёсий ва иқтисодий ютуқларга эришиш учун, ўзи ҳақидаги тушунчаларни ижобийлаштириш учун, қўрқитиш учун, мақтаниш учун) ишлатадилар.

2. Суҳбатдош манфаатлари учун эса (бемор соғайиб кетишини кўзлаб, шахснинг эмоционал ҳолатини сақлаш ва суҳбатдош муаммоларини ечишга йўналтирилган) ёлгонни ишлатадилар¹.

Ҳар бир инсон боласи ёлгон гапираётганда ўзини ноқулай ҳис этади ва шу сабабдан кўз қорачиғи торайиб, кўз оқининг ранги ўзгаради. Бу ҳолатни зимдан кузатган одам англайди. Шу боисдан фирибгарлар, қиморбозлар кўзидаги ўзгаришни бекитиш мақсадида қора кўзойнақдан фойдаланишади. Инсон юзидан ва кўзидан ўқиш санъати инсоният тарихида қадимдан мавжуд. Ҳар бир шахснинг юзидан унинг ички туйғуларини аниқлаш мумкин.

Масалан, кўз ва юздаги ҳаракатларни кузатайлик:

1. Қўрқув, уят, ҳижолатда кўзнинг беихтиёр ҳаракати кузатилади. Мабодо суҳбатдошингиз ўз ёлгонларига сизни ишонтирса, унинг кўз қорачиғлари бир оз кенгайди.

2. Суҳбатдошингиз ўз нутқидаги ёлгоннинг ошкор бўлишидан қўрқиб кўзларини пирпиратади.

3. Сизни алдаётган шахс ўзини айбдор ҳис этиб, кўзини олиб қочади ёки нигоҳини пастга йўналтиради.

4. Суҳбатдошингиз жаҳлини ёки уялганини сездирмасликка ҳаракат қилса, унинг юзи қизаради.

5. Мабодо суҳбатдошингиз ўзидаги қўрқувни, айбдорлигини ҳис этса, унинг юзи оқаради.

6. Суҳбатдошининг хаяжонланиши, қўрқуви ва уялиш жараёнида қўл ва бўйин томирларининг уриши тезлашади.

¹ Ўша китоб. 9-10-бетлар.

7. Сухбатдошининг ҳижолат чекиши ва ҳаяжонланишидан нафас олишида ўзгариш содир бўлиб, сурункали ютиниш содир бўлади.

8. Ўз нутқидаги ёлгоннинг ошкор бўлишидан ҳадиксираган одамнинг оғзи қуруқшиб, лабларини ялаш ҳолати кузатилади.

9. Ёлгоннинг ички ҳаяжонланишидан қўл панжаларида, юзининг бирор қисмида қалтираш содир бўлади.

10. Сухбатдошингиз ёлгон нутқ ишлатаётган бўлса, қўл ва оёқ учларида ихтиёрсиз ҳаракат қўпаяди, қўл ва оёқ панжаларининг бирлаштирилиши, қўл билан танасининг маълум қисмини беркитиш ҳолати сезилади.

11. Кийимидан, бадандан кўзга кўп чалинмайдиган майда нарсаларни чанг-чунглари қоқиб туриш, бармоқлари билан бирор нарсани таққиллатиб туриш ҳам ёлгон нутқдан нишона.

12. Ўтирганда жойлаша олмаслик, сўзлаётган нутқи билан ҳаракатларнинг бир-бирига мос келмаслик ҳолати ҳам сухбатдошингизнинг ёлгон сўзлаётганидан дарак беради.

Умуман олганда юзимиз ва кўзимиз ички туйғуларимизни акс эттириш ва бекитиш билан узлуксиз банд бўлади, яъни юзимиз ва кўзимиз ҳар бир шахс ички кечинмаларининг ойнаси ҳисобланади. Қадимги хитой олимларининг кузатишларича, хайрли ва яхши кечинмалар одам юзини ичдан нурлантиради. Ёвуз ва ёлгон фикрлар инсон юзини нурсизлантиради.

Хитой файласуфларининг фикрига қўра юз ва кўздан ўқиш санъатини қисмларга бўлиб ўрганиш тавсия этилади. Пешона-қош, қош-кўз, бурун, лаб-оғиз, лаб ва жағ мушаклари ҳаракатланади, лекин кўз, қош ва пешона атрофидаги мушаклар ҳаракати сезилмайди. Нотиқнинг нутқи юз, қўл ҳаракатларига мос бўлмаса, унда чуқур ички рухий ҳолат бўлиб, нутқдаги ишончсизликни намоён этади. Нотиқ нутқи ва рухий ҳолатини чап ва ўнг мия ярим шарлари бошқаради. Яъни, нутқни чап мия ярим шарлари бошқарса, нотиқ ҳиссиётларини ўнг мия ярим шари бошқаради. Ўнг мия одам вужудининг чап тарафидаги аъзоларини, чап мия эса ўнг тарафда жойлашган аъзоларга подшо.

Одам зурма-зўраки кулганда, юзнинг ўнг тарафидан билинади. Ростакам кулганда эса юз-кўз, жағ, лабдаги барча мушаклар ҳаракатга келади. Бу унинг ич-ичидан қувонганини билдиради. Ростакам кулги одамга саломатлик бахш этади. Бундай ҳолат ёш гўдакларда ёрқин кўзга ташланади ва уни кузатиб турган бўлсангиз сиз ҳам ясама кулги қилолмайсиз ич-ичингиздан қувониб қуласиз. Яъни, қувончли кулги, қувончли кулгуни келтириб чиқаради.

Нотиқ нутқ сўзлаётганда, ўнг қўли кўпроқ ҳаракатга келса, у ўз нутқини тингловчиларга сотмоқчи халос, бироқ ўзи нутқидан роҳатланмайди. Нотиқ ёниб гапирса, ундан тингловчи ҳам, ўзи ҳам роҳатланади. Ёки суҳбатдошингиз чап томонидаги тана қисмларини, қўлини ҳаракатлантириб нутқ сўзласа, сизни ёқтирмайроқ гапираётганидан дарак беради.

Сиз бирор шахсга баҳо бераётганингизда унинг ташқи кўри-нишига ва хатти-ҳаракатига қараб муносабат билдирасиз. Бу сизнинг овозсиз ташқаридан берган баҳонгиз. Бу ҳолат билан одамни билиш қийин. Айтадилар-ку “кийинишингизга қараб кутиб оладилар, гап сўзларингизга қараб кузатиб қўядилар”. Психологларнинг фикрига кўра инсондаги хатти-ҳаракатлар “очиқ” ва “ёпиқ” ёки “берк” ҳаракатларга бўлинади. Суҳбат жараёнидаги қўл, кафт очиқлиги суҳбатдошга нисбатан самимийлик, очиқлик, ҳурмат ва ижобий муносабатни белгилайди. Қадимдан шундай бир нақл юради. Доялик қилган момоларимиз чақалоқнинг “қўли очиқ туғилди”, “очиқ кўнгил” бўлади деб, агар чақалоқнинг қўллари ёпиқ мушт бўлса “қайсар, ўзига пишиқ” бўлади деб баҳолашган. Очиқ кўнгил ёки нияти бузуқ одамларни гаплашаётган оралиқ масофа билан ҳам белгилаш мумкинлигини психолог олимлар қуйидагича таъкидлайдилар:

1. Суҳбатдошлар ўртасидаги масофа 15-40 см бўлса, ишончсизлик, тажовузкорлик ҳамда интим кайфиятдан дарак бериб “бежо туриш” ҳисобланади.

2. Агар суҳбатдошлар оралиғи 70-80 см бўлса, бу ҳолатни дустана оралиғ дейиш мумкин, яъни суҳбатдошларнинг ўзаро ижобий муносабатдалигидан дарак беради.

3. Суҳбатдошлар оралиғи 120-150 см бўлса, бу ҳурмат оралиғи ҳисобланиб, улар бир-бирларини ҳурмат қилишларидан нишона.

4. Агар суҳбатдошингиз гапириш жараёнида сизга бир неча сантиметртга яқинлашса, сунг айтмоқчи бўлган сўзларини айтиб танасини биров ортга тортса, хунёр бўлинг у сизга ишончсиз ва ёлғон сўзларни айтган бўлади. Суҳбат пайтида оралиқни назорат қилинг, бу сизга юқоридаги каби ҳолатларни англади.

Берк ёки ёпиқ ҳаракатлар суҳбатдошнинг суҳбатдошига бўлган ишончсизлигини, мулоқатни тутатишни истаётганини англади. Масалан, бирон қўшнингизга ишингиз тушиб, нимадир сўрагани борасиз. Қўшнингиз яхши кутиб олиб, турга ўтказди, фотиҳадан сунг ҳол-аҳвол сўрашиб бўлгач асосий илтимосга ўтасиз. Қўшнингизда сизга зарур бўлган нарсанинг борлигига шубҳангиз йўқ. Бироқ қўшнингиз ёлғон гапиришдан олдин чуқур нафас олади ва олдинги ҳаракатларини бир неча сонияга тўхтатиб, беихтиёр икки қўлини чалиштиради, сунг ўша сиз сўраган нарсани кимгадир берганини, ўзи ҳам излаб топа олмаётганини айтиб ёлғон гапирди. Сунгра елкасини қисиб, берк ҳаракат билан танасини биров эгиброк “чиқиб туринг” ёки “келиб туринг” деб сизни кузатади. Ёлғонни намоёйиш этувчи қўйидаги хатти-ҳаракатлар ҳам тез-тез содир бўлиб туради.

а) суҳбатдош ёлғон ишлатган бўлса, уни сездирмаслик учун кўз қовоғини қашлаб беркитади;

б) ёлғон гапирётган одам бурун ва унинг атрофини силаши ёки қашлаши ҳам мумкин, ёки галстугини, кийими ёқасини тўғрилаши, бўйин ва юзини қашлашга ўтади.

в) сизнинг нутқингизни тинглаётган суҳбатдошингиз бурнини, қулоқ атрофини қашласа, билингки сизнинг гапларингизга у ҳайрихоҳ эмас, унда бунга шубҳа ёки сизнинг гапларингиздан хабардор ёхуд сал бошқачароқ эканидан нишона. Ёки сиз

нутқ сўзлаётиб юқоридаги ҳаракатларни ишлатсангиз бераётган хабарингизни яхши билмаган ҳолатда ишонмасдан гапиряпсиз, яъни алдаяпсиз.

Хагги-ҳаракатларимизда қуйидаги маъноларни англасак бўлади:

1. Бошимизни қўтарилиб ва юқорига қарасак – “*Бир дақиқа сабр қилинг, ўйлаб кўраман*” деган ҳолат кузатилади.

2. Кулги ёки бошни эгиш – “*тушундим*” деганимиз.

3. Каллани бир меъёрда қимирлатиш – “*Сизга нима кераклигини тушундим*” дегани.

4. Сухбатдошга узоқ тикилиб қолиш – “*Менга иқрор бўлишингизни истайман*” дегани.

5. Ён-атрофга қараш – “*эҳтиёткорлик*” белгиси.

6. Кузлар пастга қараса – “*қўрқув ёки сухбатдош ёнидан кетишига мойиллик*”.

7. Бошни буриб, қошни чимириш – “*Тушунмадим, такрорла*” дегани бўлади.

Моҳир нотиқ сухбат давомида ҳамсуҳбатини билиш мақсадида тез-тез қулдириб, кулгидаги 4 та ҳолат орқали унинг ички кечинмасини аниқлайди:

1. **Ҳа-ҳа-ҳа** -- бунда хурсандчилик ва самимийлик юзага чиқади.

2. **Ҳе-ҳе-ҳе** – кибр, манманлик, сир бой бермаслик.

3. **Ҳи-ҳи-ҳи** – муғомбирлик, сир бой бермаслик.

4. **Ҳо-ҳо-ҳо** – оз бўлсада, сухбатдошини камситиб қараш.

Йиғлашдаги бақириб, дод-вой солиб йиғлаш – бошқалар эътиборини ўзига қаратиш бўлса, минғирлаб йиғлаш – бошқалар раҳмини келтириш ва муғомбирликдан дарак.

Агар одам хурсанд бўлиб йиғласа кўз ёшининг таъми ширин, ғам ташвишдан йиғлаётган бўлса, кўз ёшининг таъми шўр бўлади. Бу ҳол кўпроқ узатилаётган қизларда кузатилади. Куёвга кўнгли бўлмаса аччиқ кўз ёш тўкади, ёки аксинча.

Нотиқнинг сўз бойлиги – унинг эгаллаб тургана мавқеи ҳамда касби-корига ҳам боғлиқ. Масалан, оддий деҳқон нутқи

хайдовчилар нутқидан, ўқитувчи нутқи шифокор нутқидан, санъаткор нутқи қишлоқ ҳўжалик ходимлари нутқидан фарқланади. Нутқда яхши-ёмон сўзларнинг ишлатилиши олган тарбия ва муҳитга боғлиқ бўлади. Масалан, қурувчи нутқи билан ижодкор нутқини тенглаштириб бўлмайди. Ёлгонни қўп ишлатадиган одамлар нутқида “боплабди”, “синдирибди”, “лўх қилиб кетибди”, “ухлатибди”, аферист каби сўзлар (от, сифат, феъллар) қўп учрайди. Нотиқ ўзидаги ҳаяжонланиш ҳолатини нутқи орқали намойиш этади. Нотиқ ҳаяжонланганда, узлуксиз тез гапиради. Ўзида манманлик ва кибрни туйган нотиқ эса чўзиб, секин гапиради. Нотиқ нутқи сохта бўлса, тўхталиб-тўхталиб сўзлайди. Нотиқнинг ички кечинмалари фаоллашганда равон ва баланпарвоз нутқ сўзлайди. Фикрини қатъий ишонч билан равон, лўнда ва гўзал баён этган нотиқ сўзига қаттиқ ишонади. Нотиқдаги ўзига ишонмаслик дудуқланишга олиб келади. Нотиқ нутқи бир метёрда бўлса, тингловчи зерикади. Нотиқ ўз нутқидан мавзу мазмунига қараб баланд, паст овозда, тез, секин, баландроқ, пастроқ оҳангда, нутққа мос ҳаракатлар қилиш, овозни аудиториянинг турли тарафига йўналтириб туриши тингловчини зериктирмайди, уларнинг маърузага қизиқишини оширади.

Инсоният пайдо бўлибдики, у яшашган замон ва маконда ҳамиша алдов ва ҳақиқат, эзгулик ва ёвузлик худди кеча ва кундуз каби курашиб келади. Агар улардан бирортаси тамоман енгилиб ўз ўрнини жуфтига бўшатиб берса, инсондаги ҳаракат мувозанати бузилади. Қора ранг бўлгани учун оқ рангни қадрлаймиз. Бемор бўлсак соғлиқни, саҳрода юриб чанқасак, сувни, пиёда юриб чарчасак оёқ-уловни, совуқдан қалтирасак, оловни, қорнимиз оч қолса, емоқни, хўрлансак меҳрни, қариганда ёшлиқни, ота ёки она бўлсак, ота-онамизни, агар кимдир алдаса, ҳақиқатни қўмсаймиз. Ҳозирги тезкор замонда ҳар бирчиздан сезгирлик талаб этилади. Ўтиборсиз бўлсак бирор товламачи тузоғига илиниш ҳеч гап эмас (чет элга алданиб кетганларни, террорчилар тузоғига илинганларни эсланг). Эзгулик ва ёвузлик

курани ҳақида А.Дюма қаҳрамони Граф Монте Крестю: “Ёвузликни енгиб бўлмайди” деган хулосага келади. Ҳамон ёвузлик яшаётган экан ҳар биримиз ўзимизга хушёрликни пиор қилиб яшамогимиз даркор. Бу эса ҳам ваганга, миллатга ва онламузу жамиятга бефарқ бўлмасликка чақиради.

НОТИҚЛИК САНЪАТИ ТУРЛАРИ ВА ШАКЛЛАРИ

Жамиятда турли касб эгалари ҳамкорликда иш олиб бораётгани ва уларнинг узаро бир-бирлари билан чамбарчас боглик эканлиги тараққиётимизни таъминлайдиган омиллардан саналади. Шунга қўра турли соҳа ва касб эгалари ва гуруҳларига қараб уларга мўлжаллаб тузилиши лозим бўлган нутқ ҳам турлича кўринишга эга бўлади. Шу боис нотиқлик санъатида нотиқликнинг бир неча турлари мавжуд. Жумладан: **ижтимоий-сиёсий нотиқлик** бунга давлат ва жамият аҳамиятига эга бўлган йиғинларда, мажлисларда ўқиладиган маърузалар киради. **Академик нотиқлик** бу барча турдаги илмий конференциялардаги, номзодлик ва докторлик диссертацияси ҳимояларидаги маърузалар, бакалавр талабалари учун битирув малакавий иш ҳамда магистр талабалари учун магистрлик диссертациялари юзасидан қилинадиган маъруза (ахборот)ларни қамраб олади. Аудитория нотиқлигига эса – университет, институт, коллеж талабалари, ҳамда лицей ва мактаб ўқувчилари учун дарс-маърузаларни ўз ичига олади.

Ижтимоий-маиший нотиқлик – бунга турли тадбир ва йиғинларда, юбилей тантаналарида сўзланадиган қисқа ва лўнда нутқ ёки суҳан сўзлар киради. **Саҳна нотиқлиги** (кино, театр актёрлари, концерт бошловчилари ёки концертни олиб боровчи актёрлар нутқи) – бу оғзаки нотиқликнинг алоҳида тури ҳисобланиб, тингловчи томошабинлар учун умумтушунарли бўлган адабий тилда, чиройли талаффуз орқали амалга ошириладиган нутқдир. У яна бошқа нутқлардан диологик характери билан ҳам фарқланади. **Телерадио журналистлари нотиқлиги** – бунда

кўрсатув ёки эшитириш олиб бораётган журналист адабий тилда омма учун тушунарли бўлган зайлда нутқ сўзлаши, сўзларни аниқ ва равшан оҳанг билан талаффуз қилиши муҳим. Шунингдек факт ва воқеаларни баён этишда ўз нутқида қайтарикларга йўл қўймаслиги учун олдидаги матндан фойдаланиши ёки уни мукаммал ўзлаштирган бўлиши лозим. **Диний ваъз-хонлик (нотиқлик)** – Бунга номоз жумада, амри маъруфларда имом томонидан қилинадиган маърузалар киради. Тўй, "уртакаш"лари **нотиқлиги** – бу ҳолатда "уртакаш"нинг нотиқлиги унинг билим савияси билан боғлиқ. Баъзиларининг гаплари тутруқсиз, баъзилари маънили нотиқлик билан тўйни бошқаради. Улар орасида билимсизлари бўлса нотиқлиги ҳам бачкана-лашиб бораверади. Улар сўзларининг оҳангги билан, баланд овози билан тўй йиғинни бошқаради. Бундай нўноқ уртакашларни нотиқ дейиш қийин. Кўпинча обрўли тўйларни актёрлар бошқармоқда. Уларнинг нутқида "уртакаш"лар нотиқлигини кузатиш мумкин.

Буларга қўшимча нотиқликнинг яна бир қанча майда турларига оғзаки суҳбат, баҳс-мунозара, суҳбат-семенар, оилада ва дўст тенгқурлар ўртасидаги нотиқлик ҳам киради.

Нотиқлик санъатининг шакллари ҳам мавжуд бўлиб, булар **монологик** ва **диологик** нотиқлик ҳисобланади. **Монологик нотиқликка** маъруза, музоқора кабилар кирса, **диологик нотиқлик** – баҳс-мунозара, суҳбат кабиларни қамраб олади. Нотиқ монологик нутқида тайёр матндан фойдаланиш имкониятига эга. Бироқ диологик нотиқлик бундан мустасно. Бунинг устига мунозара ва баҳс жараёнида амал қилиниш: лозим бўлган омилларга қатъий амал қилиш талаб этилади. Булар қуйидагилар: Миллий-маданий қоидаларга амал қилиш, миллий этикага риоя қилиш, рақибининг гапини бўлмаслик, суҳбатдошга ҳурмат, регламентга риоя қилиш, энг муҳими сабрли бардошли бўлиш, ўзини туга билиш, тилига тўғри келган ҳар бир сўзни айтишдан ўзини тийиш, ҳар бир сўзни ўйлаб гапириш, яъни, "етти ўлчаб, бир кесиш", кесганда ҳам А.Орипов айтганидек:

Мана, ўтиб олдинг асал ойдан,
Энди сув ичгайсан турмуш сойдан.
Етти ўлчаб бир кес, етмиш ўлчаб кес.
Лекин кес, ёшулли айтган жойдан.

Музокораларда юмшоқ, ширин муомала ва ёқимли сўзларни қўллашнинг муҳимлигини ҳис этиш зарур.

Матн асосида нутқ сўзлашнинг ижобий ва салбий томонлари бор. Ижобий томон деганда, нотик ўз фикрларини олдиндан ўйлаб тайёрлаган матнни асос қилиб олади, фикрларининг манتيқан бирлигини таъминлайди. Фактик ва фикрий хатоларга йўл қўймайди. Салбий томони эса тингловчилар назарида билимсиздай, нотиклик санъатини эплай олмайдигандай қўринади. Нотик ва тингловчилар ўртасидаги ўзаро боғлиқлик анча сусаяди.

Матнсиз нутқ сўзлаш, нотикнинг хотираси ўткирлигидан, матн мазмунини чуқур ўзлаштириб олганини кўрсатади. Ўзига ишонган нотикгина матнсиз нутқ сўзлай олади. Бу нотикнинг мазкур санъатни мукамал эгаллаб олганлигидан, бу соҳада у эришган маҳоратдан дарак беради.

Муаллимнинг инсонийлик фазилати ва нотиклик маҳорати

Аввало, муаллим тарбиячи ва таълим берувчи инсон. Шу маънода муаллим маънавий-ахлоқий жиҳатдан қалби пок, илми етук инсон бўлиши керак. Муаллимнинг тили ва дили бир-бирига мутаносиб бўлмоғи, сўзи ва амалий фаолиятида мунтазам мувофиқлик бўлмоғи жуда муҳим. Ташқи қўриниши ёқимли, истараси иссиқ, юзида ним табассум сезилиб туриши лозим. Ҳар бир сўзида майинлик, гапирган гапларида мулойимлик ва ширинлик сезилиб турмоғи даркор. У доимо озода ва шиnam кийиниши муҳимки, пала-партиш кийиниш, соч-соқолларини ўстириб юриши муаллимга ярашмайди. Чунки ундан таълим ва

тарбия олаётган шогирдлари унга катта ишонч билан қараб, унинг кўп жиҳатларига ҳавас билан қарайди ва унга тақлид қила бошлайди. Ўз навбатида муаллим ҳам ўзи таълим-тарбия бераётган шогирдларига меҳрибон ва талабчан бўлиши керак. Агар муаллимнинг шогирдлари қизлар бўлса, ўзининг қизидай кўриши, шогирдлари ўғил болалар бўлса, ўзининг ўғилларидай кўриб муомала қилиши, шогирдларига ҳеч қачон таъмагирлик кўзи билан ёки қиз шогирдларига ногўғри кўз билан қарамаслиги муаллим қалбининг поқлигидан дарак беради. Муаллимнинг бойлиги шу шогирдлари эканлигини эсдан чиқармаслиги керак. Наинки, у шу шогирдларига маънавий озиқ бермоқда, келажак авлод учун улардан ҳосил кутмоқда. Шогирдларини биридан-бирини камситмасин, дилини оғритмасин. "Тойни той дема-той ҳам бир кун от бўлади", - дейди халқимиз.

Дехқон учун даласи, даласида ўстираётган пахтаси унинг ризқи-рўзи, бойлиги. Дехқон даласидаги пахтасининг ҳамма ниҳоллари, навлари бир ҳилда ўсмаслиги мумкин. Баъзи бирлари эгри ёки нимжон ўсиши мумкин, бунда дехқон ҳеч қачон нимжон ёки эгри пахта ниҳолни сутириб отиб юбормайди, уни қўлидан келганича парваришлайди, ундан ҳосил кутади. Муаллим шогирдларининг ҳам зехни бир хил бўлмайди, зехни пастлари, тарбияси сал чатоқлари ҳам бўлади. Уларни сенинг зехнинг паст, ўзлаштиролмаёпсан - деб даврадан чиқариб ҳайдаб юбориши инсоний инсофдан эмас, у билан қаттиқ, астойдил ишлаш керак. Дехқон ўзининг пайкалидаги нимжон ёки ҳосили кам ниҳолга муомала-меҳнат қилгандай муносабатда бўлиш муаллимнинг инсоний бурчи. Чунки муаллим ҳам шу шогирдларига таълим тарбия бериш ҳисобидан ҳақ олиб ўз бола-чақасини боқади, рўзгорини тебратади. Ўйлаши керак, "шу шогирдлар бўлмаса, унинг муаллимлиги кимга керак. Демак, шулар унинг ризқи, обрўси, келажаги. Бу йўлда хатога йўл қўйган муаллимни Аллоҳ кечирмайди. Муаллим ўзи ўқитадиган фанини яхши билиши, ўз халқининг миллий мафқурасини англаши, ўз миллатининг тилини ва адабиётини, тарихини яхши билиши

зарур. Дунёқараши, феъл-атвори кенг бўлиб, ўз она тилида равон ва аниқ нутқ сўзлаши, катта сўз бойлигига эга бўлиши керак. Ўзи таълим ва тарбия бераётган ўқувчиларни, талабаларни ҳар тарафлама яхши билиши муҳим. Улар билан муомала-муносабатда чегара оралиқ сақлай олиши зарур. Муаллим нутқий камчиликлардан мутлақо ҳоли бўлиши, босиқ, оғир, айниқса салобатли бўлиши керак. Агар муаллимда ҳайбат ва салобат бўлмаса Сайфи Сароий айтганидек:

Ҳайбатли бўлмаса, эй муаллим ёр,

Сақолиндин тортқилаб ўғлонлар уйнар – ҳолати содир бўлиши мумкин.

Қадимги ота боболаримиз устоз-муаллимга катта ишонч ва умид билан қарашиб, иззат ва ҳурматларини жойига қўйишган. Улар қўлига фарзандларини олиб бориб топширганларида "Эти сизники, суяги бизники" дейишлари бежиз эмас. Ана шундай улугъ эҳтиром ва ҳурматни жойига қўйолмаган муаллим бу номга лойиқ эмас.

Муқаддас китоб саналган "Авесто"да ёмон муаллим ҳақида шундай дейилган: "Ростини айтсам, ёмон устоз ҳаётни ғамгин қилади, жоҳилларни улугъ санаб, буюк аёлу эркакларни Яздон неъматларига етишишдан маҳрум эгади. Бундай устозлар ўз нодурист таълими билан халқни энг яхши юмушлардан бездирадилар, нотўғри пандлар билан халқни тирикчилик йўлидан уриб, ёмон йўлга бошлайдилар... Ҳаёт чирогини сўндирадилар. Жоҳилларни буюк билиб, энг муътабар аёлу эркакларни Тангри йўлидан қайтарадилар.

Ўз нодонликлари билан халқни энг яхши хислатлардан юз ўгиртирадилар, жаҳон халқлари ҳаётини ёлғон гаплар билан паришон қиладилар". Китобнинг бошқа бир ўрнида Зардуштнинг мана шу тарздаги илтижоси ҳам бор: "Ношуд, ёмон муаллим ўқувчи қалбида хирадмандликни йўқотар экан, эй Яздон, ёмон устоддан ўзинг асра!".

Профессор Жўра Йўлдошев Мирзо Улуғбекнинг бу борадаги қарашларини ўрганар экан қуйидагиларни ёзади: "Улуғбек

мударрисларнинг инсоний хислатларига, билими ва маҳоратига катта аҳамият берган... Талабаларнинг ўқишдан совиб кетишига ўқитувчининг разолати сабаб деб ҳисоблаган. У давлат ишлари билан ўта банд бўлишига қарамай, мударрисларнинг дарсларини таҳлил қилишга, илмий мунозараларда иштирок этишга доимо вақт ажрата олган. У Қозизода Румий, Мавлоно Коший, Али Қўшчи, Аваз Кирмонийларнинг дарсларидаги маҳоратларини юксак қадрлаган. Айни пайтда у мударрисларнинг дарс беришдан ташқари илмий тадқиқотларда фаол иштирок этишларини талаб этган. Илмий изланишлар, тадқиқотлар олиб боришга ўқувсиз мударрисларни ишдан бўшатган"¹.

Ўқитувчининг асосий қуроли унинг нутқидир. Агар муаллимда нотиклик қобилияти суст ва паст бўлса, у ўз фани соҳасидаги билимини шогирдлари онгига сингдиролмайди. Икки ўртада ҳам устоз, ҳам шогирд қийналади. Агар муаллим нотик бўлса барча билганларини талабалар ва ўқувчилар қалбига йўналтиради ва бундан ўзи ҳам тингловчилар ҳам роҳатланади.

Баъзи бир ўқитувчилар дарсга кириб чарчаб чиқдим деса, баъзи бир ўқитувчилар дарс ўтиб дам олиб чиқдим, дейди. Дам олиб чиқдим деган муаллим, ўз билимини ўз она тилида, нотиклик маҳоратини ишга солиб меҳнатидан роҳатланган. Чарчаб чиққани эса бунинг акси сифатида нотикликда нўноқ. У албатта чарчайди-да, чунки тингловчилар уни яхши қабул қилмаган, фикрларини кўнгилдагидек қилиб етказолмаган. Унинг нутқ қуроли носоз, уни чарҳлаш ва мойлаш керак. Буни ўша муаллимнинг ўзи ҳам яхши билади.

¹ Н.Маҳмудов. "Маърифат манзиллари" китобидан олинди. Т.: "Маънавият" 1999, 24-бет.

Амалий таклиф ва тафсиялар:
Муаллим суҳбат жараёнида қуйидагиларга амал қилиши керак:

1. Суҳбатдошининг касбини, ёшини ва маънавиятини ҳисобга олиши;
2. Суҳбатни мулоҳим оҳангда баён этиш ва уни ёлғиз олиб бориши;
3. Фикрни баён этишда битта далил билан кифояланмаслиги;
4. Насиҳатга берилиб кетмаслиги;
5. Уқтирмоқчи бўлган фикрини қўпол оҳангда бермаслиги;
6. Бераётган саволлари исботли далилларга эга бўлиши;
7. Асабга берилмаслиги, ўзини вазмин тута билиши жуда муҳим, акс ҳолда мақсадга эришиши оғир кечади.

Асабийлашишга олиб келадиган 6 сабаб:

1. Ҳаётнинг мураккаблиги, серқирралиги, техника тараққиё-ти, шовқин-суроннинг қўплиги, муаммоларнинг қўплиги.
2. Экологиянинг бузилиши ва танаввул этилаётган овқатларнинг кимёлашуви.
3. Нутқимизда қўпол, шалоқ, заҳар сўзларнинг (мулоқотда: кўчада, бозорда, тўйда, оилада, ишхонада, дам оладиган жойларда) ишлатилиши.
4. Қоврилган, шўр, ёғли овқатларни, қазии кабобларни ҳар куни истеъмол қилиш.
5. Кам ўқиш – маърифатсизлик.
6. Ичкилик ва оғуға берилиш.

Асабдан сақланишнинг 10 йўли:

1. Ҳар ким ҳар қандай вазиятда ва шароитда инсон эканлигини унутмаслиги, ўзини-ўзи бошқара олиши керак.
 2. Асабни даволашда энг муҳим шиғо – буюк алломаларнинг ҳадису ҳикматли сўзларини мунтазам ўқиб, унга амал қилишдир.
 3. Кибру-ҳаводан тийилиш.
 4. Ўзини бошқалардан юқори қўймаслик.
 5. Камтарликни одат қилиш.
 6. Эшитаётган одамни ёмон кўрмаслик.
 7. Асабийлашиш тананинг соғлигига ҳам боғлиқ. Соғлом одам асабийлашмайди. Соғлик руҳиятни кўтариб туради.
 8. Асабийлашиш иқлим шароитига, ойнинг қайси кунлигига, мавсумга, юлдузлар ҳаракатига, одамнинг мучали билан ҳам боғлиқ.
 9. Энг муҳими, асаб бузилишининг олдини олиш, унга шароит туғдириб бермаслик керак.
 10. Инсон ташқи кўринишини чиройли қилгани каби, ўз ички аъзоларини ҳам бошқара билса, у асабийлашмайди.
- Асабни асранг дўстлар! Ҳамма касаллик асабийлашишдан келиб чиқади.

Асабни мустаҳкамлашнинг 8 йўли:

1. Ҳар куни 21 дақиқа секин югуриш ёки 2 соат тўхтамай юриш.
 2. Мунтазам жисмоний иш ёки бадантарбия билан шуғулланиш.
 3. Ҳафтада бир марта ҳамомда узоқ терлаш.
 4. Ётишдан олдин оёқни иссиқ сувда буғлатиш.
 5. Ўз вақтида ухлаш, ишлаш, дам олиш, овқатланиш.
- Кечаси яхши ухлаш учун кундузи ухлмаслик керак.

Олтимиш ёшга кирган одам ёз кунлари бир оз мизғиб олса бўлади.

6. Маданий ҳордиқ – театр, кино, концертга бориб туриш.
7. Ёзда 3 ой кулоб сувда соат 5⁰⁰дан 8⁰⁰гача сузиб чумилиш (ховузда) лозим.
8. Уқалатиш (массаж) айниқса, ҳаммодаги ҳадми фойдали.
- 9.

Одам одамлар томонидан 4 ҳолатда кузатилади:

1. Сизни одамларга бўлган муносабатингизга қараб баҳолайди.
2. Одамлар сизнинг қилаётган ишингизга қараб баҳо беради.
3. Сизнинг нимани гапиришингизга қараб ҳукм чиқаради.
4. Фикрингизни қай оҳангда гапиришингизга қараб кузатишади.

Нутқдаги 4 нуқсон:

1. Ножоииз (паразит) сўзлар (*и-и-и, хўш-хўш, дейлик, нима десам экан, ана шу* каби).
2. Варваризм (рус тилидан кириб келган сўзлар: *обще, кароче, просто, давай* каби).
3. Вульгаризм (қўпол, дағал, шалок сўзлар).
4. Концеляризм (идоравий сўзлар).

Нотиқ бўлишнинг 4 йўли:

Сўз бойлигин (луғат бойлигини) муттасил ошириб бориш.

1. Сўзларнинг маъно ўзгаришларига эътибор бериш.
2. Сўзларни адабий тилда тўғри талаффуз қилиш.
3. Сийқаси чиққан сўзлардан қочиш, ишлатмаслик.
- 4.

Нутқимизда сўзлар 3 ҳолатда ишлатилади:

1. Шакар сўз қилиб;
2. Захар сўз қилиб;
3. Шароб сўз қилиб.
- 4.

Сўзларимиз ўзига либос танлайди. Сўз либоси оҳангдир. Сўз либосида эса 4 та хислат бор:

1. Мехрлилик.
2. Қаҳрлилик.
3. Майинлилик.
4. Ёгдай ёқимлилик.

Ҳаяжонни босишдаги 9 ҳолат:

1. Режа.
2. Қўлда ручкани ўйнаб туриш.
3. Ўзини дадилдай кўрсатиш.
4. Сўзга чиқишдан олдин ярим дақиқа чуқур-чуқур нафас олиш.
5. Қоматни тик тутиб тингловчилар кўзларига тик боқиш.
6. Гапираётиб ўйламаслик, ўйлаб гапириш (гапираётиб ўйласангиз *и-и-и, нима дисам экан, ҳуш, значит* каби сўзлар келиб қолади).
7. Костюмнинг тушмасини ечиб-ўтказиб овунмаслик.
8. Ҳаяжон тажрибасизлик ва ўзига ишонмасликдан келади.
9. Уйда машқ қилиш, машқ, машқ.

ХУЛОСА

Биз ҳамиша чиройли кийинишни хоҳлаймиз ва бу ташқи шаклга мойилликдир. Лекин маънавий оламимиз учун чиройли гапириш ва ширин муомала ҳам муҳим аҳамиятга эга эканлигини, яъни инсоннинг мазмунан чиройли бўлишлигини таъминлайдиган омил эканини унутамиз. Ширин сўз, хушмуомала билан одамлар кўнглига йўл топайлик. Ҳеч қачон инсон дилини оғритмасликка ҳаракат қилайлик. Бу қўлимиздан келади.

Ширин муомалада бўлиш ҳам катта санъат. Одамзоддан қоладиган энг улуғ мерос – битга яхши ва ширин сўздир. Инсонни ўрганиш қийин, унинг қалбига йўл топиш қийин. Йўл топилганда ҳам ҳар қандай тезликда юрадиган техника билан етиб бўлмайди, кириб боролмайсиз. Бунга эришувимизга кўмак берадиган бир неъмат бор.

Бу – Аллоҳ берган “сўз” неъматидир.

Инсон – очилмаган қўриқ, тирик сайёра. Унинг қалбига сўзни шундайлигича ялангоч киритиб бўлмайди. Сўзга аввал либос танланг. Гуёки, ўзингизга либос танлаган каби. Ахир, сиз ўзингизга ярашмайдиган, сизни чиройли қоматли қилиб кўрсатмайдиган либос ёки кийимни киймасликка ҳаракат қиласиз. Сўзингизга либос сифатида “оҳанг”ни кийдилинг. Гапингизнинг либоси ҳам оҳангдан ташкил топсин. Ана шунда тингловчи ўша “очилмаган қўриқ” сўзингизни, гапингизни қабул қилади, бағрига олади.

МУҲДАРИЖА

Сўз боши	3
Кириш	4
Муомала вазиятга мосланса таъсир қилади	11
Жаҳлнинг бос, сабр қил, мақтаб қур	12
Сўз либоси ҳақида	16
Муаллимга 38 маслаҳат.....	20
Найранг ва ёлғонни фош этиш сирлари	39
Нотиқлик санъати турлари ва шакллари.....	47
Муаллимнинг инсонийлик фазилати ва нотиқлик маҳорати.....	49
Амалий таклиф ва тавсиялар.....	53
Муаллим суҳбат жараёнида қуйидагиларга амал қилиши керак.....	
Асабийлашишга олиб келадиган 6 сабаб.....	
Асабдан сақланишнинг 10 йўли.....	
Асабни мустаҳкамлашнинг 8 йўли.....	52
Одам одамлар томонидан 4 ҳолатда кузатилади.....	55
Нутқдаги 4 нуқсон.....	55
Нотиқ бўлишнинг 4 йўли.....	55
Нутқимизда сўзлар 3 ҳолатда ишлатилади.....	55
Сўзларимиз ўзига либос танлайди. Сўз либоси оҳангдир	55
Ҳаяжонни босишдаги 9 ҳолат.....	55
Хулоса	56

ДУНЁДА БЎЛМАСА
МУАЛЛИМ
АГАР...

Маънавият ва нотиклик билан
қизиқувчилар учун қўлланма

Мухаррир: Саидов Р.Т.
Техник муҳаррир: Раҳимов Ш.Х.
Компьютерда саҳифаловчи: Худайбергенова А.

Босишга рухсат этилди: 28.11.2010.
Бичими 60x84 1/32 Офсет босма. Шартли 3,75. б.т.
Адади: 1000 нусха. Буюртма: № 78/2010

Баҳоси шартнома асосида.

«АЛ-ФАБА-СЕРВИС» босмахонасида чоп этилди.
100047, Тошкент шаҳри, Бунёдкор кўчаси, 23 А уй.



084-1199/11

Норкул Бекмирзаев Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмаси аъзоси, Филология фанлари номзоди, доцент. Ўзбекистон Миллий университети (олдинги ТашДУ)да Ўзбек филологияси факултетида 1989-2003 йилларда факултет декани ўринбосари ва декан лавозимларида фаолият олиб борган.

1 тўлиқ

У «Ўзбек ҳарбий эпопеяси» (1978), «Жасорат ва адабиёт» (1980), «Ўзбек ҳарбий прозаси» (1981), «Жасоратнинг бадий талқини» (1991), «Она юрт куйчиси» (2005), «Шеърят ишқиға йўғрилган юрак» (2007) номли илмий китобларини эълон қилди. Бу орада у бадий ижод билан ҳам шуғулланиб «Тўғрига тўп ўтмас» (1991) номли ҳужжатли қиссасини чоп эттирди. У ўнга яқин ўқув-услугий қўлланмалар, 150 дан ортиқ илмий ва оммабоп мақолалар муаллифи сифатида танилди.

Унинг «Нотиклик санъати сирлари» (2006), «Нотиклик асослари» (2006), «Нотикнинг ён дафтари» (2007), «Нутқ маданияти ва нотиклик асослари» (2007), «Нотиклик санъати асослари» (2008), «Нотик , нутқ , хулқ» (2012), «Муаллимнинг ён дафтари» (2011), «Шифокорнинг шифо сўзлари» (2013 Н. Ниёзова билан ҳамкорликда), «Шифокорнинг шифо сўзлари», «Дунёда булмаса муаллим агар...»,), «Нотик ва хулқ» китоблари касб-хунар коллежлари ўқитувчиларининг ҳамда институт ва университетлар талабаларига нотиклик санъати сирларини ўрганишларида қўл келмоқда. «Нотиклик санъати асослари» ўқув қўлланмаси «Йилнинг энг яхши дарслиги ва ўқув адабиёти муаллифи – 2009» Республика кўрик танловида фахрли 2-ўринга лойиқ топилди.

Норкул Бекмирзаевга риторика йўналишида ёзган китоблари учун 2010 йилнинг декабр ойида “ХАЛҚАРО АНТИК ДУНЁ ИЛМЙ АКАДЕМИЯСИ”нинг АКАДЕМИГИ ва СОВРИНДОРИ унвони берилди.

