

**Mirach Chag'ri Oqtosh**

**HAYOT YUTQAZGAN  
JOYINGDAN  
BOSHLANAR**

*“Yutqazganingda emas,  
voz kechganingda yengilasan”.*

Mirach Chag'ri Oqtosh

Hayot yutqazgan joyingdan boshlanar



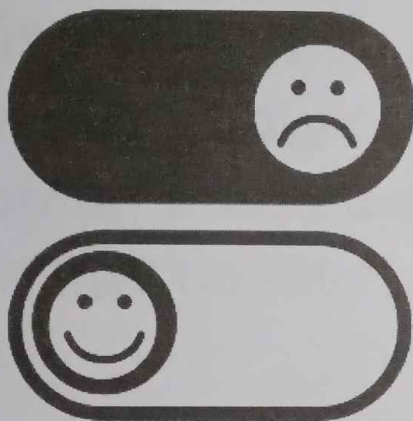
Darveshdan so'radilar:

“Hamma narsamizni yo‘qotdik,  
endi nima qilamiz?”

Darvesh javob berdi:

“Choy qo‘y, yangidan boshlaymiz...”

Mirach Chag'ri Oqtosh  
Hayot yutqazgan joyingdan boshlanar



*Kun tavsiyasi:*

*Peyami Safo*

*so'zlarini tinglaymiz:*

*"Bugun baxtli bo'l, chunki birov  
sening qayg'ungni aritmaydi.*

Mirach Chag'ri Oqtosh

Hayot yutqazgan joyingdan boshlanar



Yutqazdim deb o'ylaganingda shu  
so'zlar senga taskin bo'lsin:  
"Qalbi go'zal odam yutqazsa ham  
g'olib bo'ladi"





Do'stim, aslo ortingga o'girilma.  
Oxiri nima bo'ladi, deb ichingni  
kemirmasdan, o'zingni tinimsiz  
aybdor his qilmasdan, hech  
to'xtamay oldinga yur. Sen o'ylasang  
ham, o'ylamasang ham, yashagan  
hayoting shu yerda tugaydi. Va shu  
nuqtadan yana yangisi boshlanadi.  
Ortda qolgan umringning bir  
soniyasini o'zgartira olasanmi?!  
Yo'q. Biroq endi yashaydiganlaringni  
go'zallashtirishing mumkin.

Nil Donald Uolsh

## Yo'qotganlar bekati

Hayot bir yo'l kabidir. Bu yo'l kapalak umrichalik: qisqa ham, uzun ham emas. Har soniya qayergadir boramiz, yo'lovchiga aylanamiz. Masalan, sen ham hozir bir yo'lchisan. Bu kitob esa yo'llaringda hamrohing va do'stingga aylansin.

Qani endi orqangni devorga ber, qahvangdan ho'pla va sahifalarni varaqlashni boshla!

Keyingisi – yo'qotganlar bekati.

Yo'qotishni hayotning unashtirilgan qaylig'i desa ham bo'ladi, sababi, hammamiz hayotda nimanidir, kimnidir yo'qotganmiz yoki bir kun, albatta, yo'qotamiz. Yo'qotish o'limga o'xshaydi. Undan qochib qutulolmay-san. O'limdan farqi – azoblanasan, biroq jon berolmay-san. O'ldirmagan azob esa insonni yana ham kuchli qiladi.

Kel, yo'qotib ko'rgan va hali yo'qotishga ulgurmaganlarni ikki guruhga ajratamiz. Birinchi yo'qotganlardan boshlaymizmi? Qo'rqdingmi? Qo'rqma, aslo qo'rqma! Oldin nimanidir yo'qotgan bo'lsang, bu sen uchun hammasi tugaganini anglatmaydi va bu sening hayotdagi so'nggi bekating ham emas. Yo'lning davomi bor. Bunda joning azoblanishi, o'zing parcha-parcha bo'lib ketishing,

charchashing ham mumkin. Biroq ishonaver, har bir chekkan azobing natijaga arziydi. Chunki bu bekat senga noyob tajriba beradi.

Ba'zan yo'qotmoq ham go'zal. Chunki yo'qotishlar ortidan ajoyib zafarlar keladi. Bugun nimalarnidir yo'qotishing, yiqilishing mumkin, ba'zan ehtiyoj sezgan yaqinlaring yoningda bo'lmay, muammolar ichida yolg'iz qolib ketishing ham ehtimol.

Bularni aslo dard sanama. Yo'qotishlarning azobi og'ir, jafosi achchiq. Ammo shunchasiga qaramasdan, qaytadan oyoqda tik tura olish hissi go'zal. Buni so'z bilan ifodalab his qildirolmasam kerak. Bular tushuntirilmaydi, his qilinadi. Ba'zan biror narsaga erishish uchun nimalardandir voz kechish lozim.

Tajriba deganlari osonlikcha qo'lga kiritilmaydi. Pishish uchun biroz yonmoq kerak. Vaqti kelganda shu olovda yonishga ham rozi bo'lish kerak. Shularga tayyor bo'lsang, bu o'tdan eson-omon va kuchli bo'lib chiqasan.

Ikkinchisi hali yo'qotishlar bilan to'qnashmaganlar guruhi. Sizlar omadlisiz. Eng kamida, hozircha omadlisiz. Chunki bir kun yo'qotib qo'yishingiz mumkin bo'lgan narsalarga hozir egasiz. Balki shu gaplarni o'qiyotib, mendan jahlingiz chiqar. Biroq do'st achitib gapiradi.



Bilaman, bu gap og'ir, ammo kun kelib sen ham yo'qotganlar bekatidan o'tasan. Yaxshisi, bekatga yetmasdan unga tayyor bo'lish kerak. Shunda og'riqni kamroq his qilasan. Yo'qotishdan qo'rqma! Yuqorida aytganimdek, nimagadir erishishni istasang, yo'qotishlar senga yordam beradi. Odimlashing uchun ba'zi narsalarni ortda qoldirmoqqa to'g'ri keladi. Bugun yutqazganingni ertaga, kerak bo'lsa, yana ham chiroyliroq shaklda qaytarib olasan. Ba'zi urushlarda yutqazib zafar quchiladi, sening kurashingda ham shunday bo'ladi.

"Xo'sh, o'zing qaysi guruhga kirasan?" deb so'ramoqchi bo'lsangiz, men boshidan kechirganlar guruhidanman, deyman. Ko'rib turganingizdek, azoblar menga tanish.

Bora-bora biror qayg'uga botganimda, jonim yonganida o'zimni oldingidan ham tez qo'lga oladigan bo'ldim. Inson zoti yo'qota-yo'qota hayotdagi barcha musibatlariga chidamli bo'lib boraverar ekan.

Bugun yutqazadi, ertaga shu yutqazgan joyidan qaytadan boshlaydi.

Chunki hayotning o'zi hech narsaga qaramay, davom etyapti.

**Tushkunlikka tushma, hayot davom etadi...**

Bu jumlaning qanday holatda bo'lishingdan qat'i nazar, aqlingning bir burchagiga

yozishingni va yomon vaziyatlarga tushib qolganingda uni takrorlashingni xohlayman:

**Hayot davom etyapti...**

Hayot seni aynan yiqilgan joyingdan turg'azib qo'ymasligi mumkin, lekin yordam qo'lini cho'zadi. Sen esa o'zingdagi kuch bilan oyoqqa turasan. Balki, bu dard va azoblarni unutilmassan, biroq ko'nikasan. Yo'qotgan va yo'qligiga ko'nikkan har bir narsa battar joningni azoblashi mumkin, bu senga faqat va faqat iroda va kuch beradi. Necha yoshda va qay holatda bo'lishingdan qat'i nazar, Alber Kamyuning gaplarini esingdan chiqarma!

**"Inson oxir-oqibat hammasiga ko'nikadi".**

Yo'qotganlarimiz uchun juda ezilamiz. Biroq yo'qotganlarimiz bizga bergan tajriba va kuchni hech nima bilan sotib olib bo'lmaydi.

\* Ba'zan ayrim narsalarga, insonlarga shunday bog'lanib qolamizki, ular yo'qolib qolganda bu yo'qotishni qabul qilishni xohlamaymiz. Chunki ularga qattiq bog'lanib bo'lganmiz. Borligiga ko'nikkan har bir narsaning yo'qligini qabul qila olmaymiz. Ba'zan xuddi ilgari ularsiz yashamagandek bo'lamiz, tirikligimizga ham ular sababdek his qilamiz.

Aslida, o'zimizga nisbatan qilgan katta adolatsizligimiz shu. Birov bilan bor bo'lmadikki, uning yo'qligida yo'q bo'lib qolsak. Bi-

rov birovning yo'qligiga sabab bo'lib qolmaydi. Biroz azob chekishi mumkin, ammo o'lmaydi. Qara, Tezer O'zlu nima demoqda:

**“Birovsiz yashash hammaning ham qo'lidan keladi”.**

Ha, bir inson ikkinchi bir inson hayotiga mazmun kiritishi mumkin, ammo bu yolg'iz yashash ma'nosiz, degani emas. Bir o'ylab ko'r-chi, yo'qligiga ko'nika olmayman, degan insonlarning o'tmishga aylanmadimi? Bir paytlar hayotingning borini baxshida etganing, qadrlaganing va saqlab qolishga intilgan insoningni yo'qotganingda qanchalar azoblanganding.

Hatto “Endi usiz qanday yashayman”, degan vaqtlaring ham bo'ldi. Ammo usiz ham yaxshi o'tgan kunlaring bo'lmadimi? Bo'ldi. Yo'qligiga ko'nikmadimmi? Ko'nikding.

Yiqilding va endi oyoqqa tura olmayman, deding. Tura olmadingmi? Turding.

Birov bilan bor bo'lmading, uning yo'qligi bilan ham yo'q bo'lib qolmaysan.

Bir zamonlar ichidan chiqa olmayman, yengib o'tolmayman, degan azoblarning bari-ni ortda qoldirding.

**Tugamaydi, deb o'ylagan azoblaring ustidan g'alaba qilding.**

Yo'qotdim deya xafa bo'lgan insonlaringni uchratmasdan oldin o'tgan hayotingni xotirla. Axir ulardan oldin ham go'zal yashagansan-ku. Bundan keyin ham shunday yashaysan. Ayrim azoblardan qocha olmasliging mumkin. U musibatlarni chetlab ham o'tolmaysan. Aksincha, ularni boshdan o'tkazishga majbursan. Mayli, azoblarni his qil, biroq sira taslim bo'lma. Ilgari ham yiqilganingda tura olgansan.

Shu jummalarni tez-tez takrorlab tur:

**“Yiqilgan bo'lsam, bu birinchisi emas, yana oyoqqa turaman”.**

Bir paytlar seni azoblagan og'riqlar uchun kurashganingda sen g'alaba qilding.

Ba'zan juda qattiq yiqilding, ammo yana oyoqdasan.

Aslo birovga “Men sensiz yashay olmayman”, dema, aslo aytma! Yashay olasan.

Senga berilgan azoblarning hech birini unutilmasliging mumkin, ammo ular bilan birga yashashni o'rganasan.

**Yiqilishdan qo'rqma! Yiqil.  
Yana oyoqqa turasan.**



**“Sen Allohga ishon.  
Umidlar hech kutmagan  
vaqtingda gullaydi”.**

Hazrati Mavlono

Hech qachon umidsizlikka tushmal Eng yomon paytingda ham kichik bir umiding bo'lsin. Muammolar har birimizning hayotimizda bor. Yiqilganingda qayta oyoqqa tura olishing, ranjiganingda baxtni his eta bilishing, tashlab ketilganingda qaytadan kurasha olishing uchun, imkonsiz ishga qo'l urganingda, bir imkon eshigini ko'rsatadigan umiding bo'lsin. Bu umidni shunday asraki, undan hech kim xabar topmasin. Hamma narsani yo'qotsang-da, shu umidni asrab yur. Uni ham qo'ldan chiqarsang, yo'qotadigan hech narsang qolmaydi.

Tirik bo'la turib, nafas olayotib umidini yo'qotgan, hayotdan uzoqlashgan insonlarni ko'rsam, ranjiyman. Shu sabab ham qayerda umidsizlikka tushgan biror jonni uchratsam, unga yordam qilishga urinaman.

Suvsizlikdan tinkasi qurib, so'lib borayotgan bir gulga suv berib hayotga qaytargandek yon-atrofingdagi umidsiz insonlarning hayot-

ga muhabbati ortishiga ko'maklash. Umid ber.

Ko'ra bila turib umidsizlik kasalligi senga yuqishiga aslo va aslo izn berma. Yashab turib, hayotda bo'la turib, undan alamzada bo'lish nimasi? Umidsizlikka tushish nimasi?

Shuni ikkala qulog'ingga ham qo'rg'oshindek quyib ol. Hamma narsaga ruxsat berish mumkin, lekin umidsizlikka emas. Tayfun Topalo'g'li shunday deydi:

**“Aslida hech bir mo'jizaga ehtiyojning yo'q. Asl ehtiyoj – mo'jizani o'zing ekanligingni tushunish. Uni uzoqdan izlama”.**

“Bir kuni o'rmonda qurbaqalar to'dasi ketayotgan ekan. Shunda ikkita qurbaqa chuqurga tushib ketibdi. Buni ko'rgan boshqa qurbaqalar chuqur atrofida to'planib, nima qilishni bilishmasmish. Qurbaqalar tushgan joy bir qaraganda uncha chuqurga o'xshamas edi. Ammo tepadan qaragan qurbaqalarga u yerdan chiqish imkonsizdek tuyilardi. Shuning uchun chuqurdagi do'stlariga bekorga ovora bo'lmaslikni aytishibdi. Haligi ikki qurbaqa esa ularning gapiga e'tibor qilmay, chiqish uchun kurashda davom etaverishibdi. Tepadagilar esa hali ham bekorga urinishayotganini, bu yerdan faqatgina o'lib qutilish mumkinligini aytaverishibdi. Nihoyat qurbaqalarning biri to'xtab, taqdirga tan beribdi. Narigisi esa harakatda davom etibdi. Maqsadidan voz kechmay, harakatdan to'xtamay,

atrofidagilarning gapiga quloq solmay, oxirgi urinishida bir sakrab, yuqoriga otilib chiqibdi. Qurbaqa boshqalarning gapini eshitmagandi, chunki uning quloqlari kar ekan.

Biz ham hayotda ko'p chuqurlarga tushamiz, qiyin sinovlardan o'tamiz. Odamlar esa bizga voz kechishni, behuda harakat qilmasligimizni aytishadi. Va ichimizdagi umid chirog'ini so'ndirishga urinadilar. Lekin biz aslo ularga quloq solmay, ichimizdagi umidni mahkam quchishimiz kerak. Shams Tabriziy umidsizlikka tushgan insonlarga shunday deydi:

“Qani, o'ringdan tur, o'zingga kel. Umidsizlikka berilma, umid Allohdan, umidsizlik esa shaytondandir. Ichingdagi umidga ishon, bu umidni so'ndirishga uringan insonlar uchun quloqlaringni berkit. Bu yo'l seniki, umid seniki. Umidni mahkam quch”.

Hayot yutqazgan joyingdan boshlanar



“Biz hech kimni yo'qotganimiz yo'q!  
Boshqa ranjimasin, deya Alloh ba'zi  
insonlarni hayotimizdan oldi.  
Bor gap shu”.



## O'zingga yaxshilik qil. O'zingni kashf et

Hali hech narsaga kechikmading. Boshingni yerdan ko'tarib, oldinga qarasang, hech narsaga kech qolmaganingga guvoh bo'lasan. Sen shunchaki o'zingni kashf qilishing kerak, xolos va senda buning uddasidan chiqa oladigan kuch bor. Senga biroz ilhom manbayi kerak. Aslida u ham sendan yiroqda emas.

Masalan, Eynshteynning aql-zakovatini masxara qilganlar, aqli zaif deganlar ham bo'lgan. Biroq u o'zini kashf etdi, atomni parchaladi va unga ishonchsizlik bildirgan odamlarga murojaat qilib: "Seni aqli zaif, qo'lidan ish kelmaydi deyishsa, aslo xafa bo'lma! Menga ham yillar davomida toshlar otib kelishgan. Men esa atomni parchalab, ularning qo'lga tutqazdim".

Senga kechikmaganingni isbotlovchi bir narsa aytaman. Hali ham yuraging urib turibdi, yashamoqdasan, chuqur nafas ol va tirikliging senga berilgan imkon ekanini anglab yet. Keyin esa o'zingni kashf qilish uchun harakatni boshla. Kerak bo'lsa, o'zingga yangi sahifa och. Hatto borib yangi bir daftar sotib

ol. Odamlarning gap-so'ziga qulog'ingni berkit. Barini yangidan boshla va bundan aslo qo'rqma!

Endi insonlarning emas, aksincha, orzularing ortidan yugur. Ro'yobga chiqishini istagan nimang bo'lsa, barini haqiqatga aylantir. Ko'ngling tusagan nima bo'lsa, barchasini qil. Mark Tven bizga shunday xitob qiladi:

**"Oradan 20 yil o'tib, qilganlaring uchun emas, qila olmaganlaring uchun ezilasan. Iloji boricha xatolaringni tuzat. Mustahkam kemada uzoqlarga yelkan och. Shamolni izla, uni tut va his qil"**.

Oradan yillar o'tgach, ushalmagan biror orzung uchun pushaymon bo'lma. Bu hikoyaning qahramoni sensan. Qalam o'z qo'lingda. Sen shu asarni eng chiroyli va zavqli yo'sinda yoz. Hikoyang shunday chiroyli bo'lsinki, boshqalar ham undan ilhom olsin.

**Hayot seniki. Yashash go'zal. Sen chiroyli umr kechirishga qodirsan.**

## Muammo va tushkunlikni qanday yengib o'tamiz?

Hayotda har bir inson muammoga duch kelishi bor gap. Va yana ko'pincha xohlama-gan narsalarimiz bilan ham tez-tez duch bo'lishimizga to'g'ri kelishi mumkin.

Hozir aytmoqchi bo'lganlarimni hayotga isyon deb emas, bir tahlil deb tushun. Yo'qsa, "Yana isyonkor va qo'pol odam gapirishni boshladi", deb meni koyib yurma. Ha, nima deyotgandik? Tushkunlik...

"Men muammo va tushkunliklarsiz ya-shayapman", deydigan kishi bormi?

Bor deyishsa, ishonmayman. Bugun barchamizda bir xil bo'lmasa ham, yechimi-ni topishga harakat qilayotgan muammo-lar bor. Endi shunday o'ylashingizni xohlay-man: hammasi chiroyli bo'lsa, har kun baxtli bo'lsak, hech qachon azob chekmasak, dilim-iz og'rimasa, uqubatlar hayotimiz eshigini qoqmasa, umrimizning mazmuni bo'larmi-di? Mendan so'rasang, yo'q, deb javob bera-

man. Men bu hayotni tanga misoli qurilgan deb bilaman. Baxtli bo'lganimiz qadar baxtsiz bo'lishimiz ham mumkin.

Ko'proq baxtli bo'lish yoki ozroq baxtsiz bo'lish o'zimga ham biroz bog'liq. Senga bir gap aytaymi? Ba'zan chekkan aziyatlarimiz, muammo va tushkunliklarimiz biz uchun bir chipta. Eshityapman, "Qanaqa chipta?" deb so'rayapsan.

Bu – tajriba. Tajribani qo'lga kiritish qi-yin va ko'p vaqt talab qiladi. Tajribani pulga sotib olib bo'lmaydi, uni yutib olish mumkin.

Tajriba ba'zi dardlarni boshdan o'tkazish evaziga keladi. O'sha dardlar qatoriga o'tda yonish, umidsizlikka tushish ham kiradi. Aminmanki, sen ham bir vaqtlar ko'p badal to'lading. Va natijada tajriba orttirding. Qiyin bo'lgandir, balki joning yongandir. Ammo ud-dalagansan.

Chunki sen kuchli insonsan. Qaniydi kuchli insonlarning qalbini ko'ra olishimiz mumkin bo'lganida! Ular yuragida saqlagan bitmas yaralarni, chekkan azoblarini ham ko'ra olgan bo'lar edik.

**Xo'sh, azob-uqubat va tushkunliklar-dan qanday qutulamiz?** Ishonch orqali qutu-lamiz. Balki, bu senga g'alati eshitilar. Xo'sh, nega ishonch bilan, dedik? Kel, yaxshisi, bu savolning javobini darvesh bersin.



Darveshdan so'rashibdi:  
"Qiyin paytlarni boshdan kechirayot-  
ganda nima qilish kerak?"  
Darvesh debdi:

"Qiyinchiliklar umringning oxirigacha davom etmasligini bilishing, bu bir sinov ekanini anglashing kerak. Bundan battari bo'lmagani uchun shukur qilishing, yomon kunlaringda yoningda bo'lmagan insonlarni tark etishing lozim".

Eng avvalo, ishon. Sababi, har bir ish ishonch bilan boshlanadi. Ham o'zingga, ham boshingdan o'tkazgan muammolar umring oxiriga qadar davom etmasligiga ishonishing kerak. Hammasi aynan shu nuqtadan boshlanadi. Ishonch, ishonch va yana ishonch.

Ishonmagan insonlarning orqasidan ergashib ketavermaysan-ku, to'g'rimi? Oldin ishonch hosil qilasan.

O'zingni bunga ishontirmasang yoki qochadigan bo'lsang, quvishadi. Tan ol. Azoblar, qiyinchiliklar, hayotingda bo'lib o'tgan har bir yomon kunlarni qabul qil, tan ol. Ularga kuchingni ko'rsatib qo'y. Har birini qabul qilganingdan keyin o'zingda yanada ko'proq kuchni his qila boshlaysan. Endi hammasi faqat shu bilan tugab qoladimi? Yo'q. Asl maqsad endi boshlanadi. Qara, Pol Braun shunday deydi:

**"G'olib bo'lish kaliti stressga qarshi tura olishingdir".**

Balki, eng qiyin nuqta shu bo'lishi ham mumkin. Hatto shunday vaqt keladiki, hammasini orqaga tashlab, qo'l siltashni, voz kechishni xohlaysan. Kimdir voz kechib ketadi, kimdir davom etadi.

Endi senga savol beraman: "Tugatanmi? Davom etasanmi?"

Bu kitob hali qo'lingda ekanligiga qaraganda, davom etaman, deb javob bermoqchisan.

Kalitni senga birov bermaydi. Sen muhtoj bo'lgan kalit o'z qo'lingda. Uning nomi – sabr. Bu yerda chekayotgan azob va qiyinchiliklarindan seni rohat qayig'iga olib chiqadigan narsa – sabring.

Hech qanday dard seni tiz cho'ktirmasligiga, bu azoblar bir umr davom etmasligiga o'zingni ishontirsang, o'yin g'olibi sen bo'lasan. Nima bo'lgan taqdirda ham, o'zingga bo'lgan ishonch va sabrni qo'ldan boy berma. Ana shunda hech narsaga yengilmaysan.

Luiza Mey Olkottga quloq tut:

**"Bo'ronlardan qo'rqmayman.  
Chunki shu bahona kemani qanday boshqarishni o'rganib olaman".**



Shu sabr hayotni saqlab qoladi. Sabr inson va hayot o'rtasidagi eng kuchli quroldir. Boshimizga bir kulfat kelganda, qayg'uga botganimizda, azoblanganimizda, dilimiz og'riganda, hammasi ostin-ustun bo'lib ketganda Anfol surasining 46-oyati bizga shunday deydi:

**“Sabrli bo‘l, Alloh sabrlilar bilan birgadir”.**

Sabr qilish, iztiroblarga chidamli bo'lish haqida gapirganda xayolimga qisqichbaqa hikoyasi keladi. Bu – hayotimda muhim o'ringa ega hikoyalardan biri. Chunki azob-uqubatlar meni yeb bitirayotganda bu hikoyadan o'zimga kuch olgan edim. Buni sening ham hayotingga olib kirishni xohladim.

Bu hikoya bir tomondan dardlardan qachon va qanday xalos bo'lishni o'rgatsa, boshqa tomondan inson o'z hayotini qanday boshlashi haqida so'zlaydi. Qisqichbaqalar qiyinchiliklardan shunday ustalik bilan chiqib ketadilarki, ta'sirlanmaslikning iloji yo'q.

Amerikalik ruhshunos shifokor Abraham Tverskiy tushkunlik va uni qanday yengib o'tish kerakligi haqida bizga ikki og'iz maslahat beradi:

“Bir kun meni tish shifokoriga jo'natishdi. U yerda “Qisqichbaqalar qanday katta bo'ladi?” nomli maqolaga ko'zim tushib qoldi.

Tavba, qisqichbaqalar qanday katta bo'lishining menga nima qizig'i bor, deb o'yladim. Lekin bu e'tiborimni tortgan edi. Maqola qisqichbaqa qattiq qobiq ostida bo'lishiga qaramasdan, o'zi juda yumshoq jonzot ekani haqida hikoya qilar edi.

Kengaymaydigan qattiq qobiq ichida qisqichbaqaning qanday ulg'ayishi hayratlanarli tuyiladi. Qisqichbaqa kattalashavergani sari qobiq unga torayib boraveradi. Natijada u eski qobig'ini tashlab, o'ziga yangi qobiq tayyorlaydi. Yangi qobiq paydo qilguncha qisqichbaqa qoyalarda jon saqlashga majbur. Yo'qsa, yirtqichlardan omon qolishi dargumon.

Vaqt o'tib, yangi qobiq ham tor kelib, qisqichbaqa kengroq qobiqqa ehtiyoj sezadi. Xullas, bu holat bir necha bor takrorlanadi.

Qisqichbaqa tor qobiqda o'zini noqulay his qilgani va kengroq qobiq xohlagani uchun ham ulg'ayadi. Agarda qisqichbaqalarning ham o'z shifokori bo'lganida edi, ular hech qachon rivojlana olmasdi. Sababi, o'zlarini behuzur sezishlari bilanoq shifokor huzuriga yugurishardi. Shifokor ularga tinchlantiruvchi dori berar va shu bilan qisqichbaqalar o'zini yaxshi his qilardi. Eski qobiqdan xalos bo'lish aqllariga ham kelmasdi. Xuddi shunday tushkunlik ham insonga yangi imkoniyatlarni kashf qilish uchun bir belgidir.

Muammolar ichida qolganingda Hazrati Mavlononing shu gapini yodga ol:

**“Muammolar misoli bir tun.  
Dam ol, qayg'uga botma.  
Tong, albatta, otadi”.**

## ***Omadga emas, o'zingga ishon***

Bu hayotda qoqilishing tabiiy hol. Seni tashlab ketishlari hech gapmas. Qo'lingda borini yo'qotishing, hatto bularni boshdan o'tkazganing uchun o'zingni dunyoning eng omadsiz odamidek his qilishing ham mumkin. Ammo shuni unutma:

**“Qo'li cho'ntagida bo'la turib, hech kim omad zinasidan tirmashib chiqa olmaydi”.**

Bu hayotda hech kim yiqilmasdan davom etolmaydi. Rivoyatlarga ko'ra, Napoleonning armiyasi dushman bilan yuzma-yuz kelgan paytda general “Dushman bizdan uch marta ortiq, g'alaba imkonsiz”, deya xabar keltiradi. Napoleon esa shunday deydi: “Jang qanchalik qiyin bo'lsa, zafar shunchalik muqaddas bo'ladi”.

To'g'ri, kurashing qiyin kechadi. Ha, sabring bilan birga kuching ham tugab boradi. Ammo shunday bir kun keladiki, uddalay olishingga ishonmaganlarga qarata shunday deysan: “Uddaladim. Chunki eng boshidan beri o'zimga ishongan edim. Siz oldim-



ga qo'yan toshlar menga kuch berdi. Shuni unutmang: Hayot ba'zilar uchun boy berilgan joyidan boshlanadi".

Viktor Hyugo aytganidek:

**"Hatto eng zimiston tun ham tugab bitadi va quyosh yana takror chiqaveradi".**

## **Ba'zi to'fonlar insonlar uchun yaxshilik olib keladi**

Bizning hamma narsa ostin-ustun bo'lib ketgan, g'amga botgan kunlarimiz bo'lgan, to'g'rimi? O'shanda xuddi butun olam baxtiyordek, barcha hayotidan mamnundek, "Faqat men dard chekishim kerakmi?" deb o'ylaganmiz. Vaqti kelib "Yoningdaman", deya ishontirganlarning asli yoningda bo'lmagani ni juda yaxshi sezib turibsan.

Bu ham yetmagandek, o'nlab muammolar bilan yolg'iz o'zing kurashib kelmoqdasan. Quyoshli kunlarda hamma yoningda, to'fonli damlaringni esa yolg'iz o'zing o'tkazishingga to'g'ri keladi. Bularni o'gir vaziyatga tushganingda, qiyinchiliklarga bitta o'zing qarshi chiqqaningda, yoningda yelkadoshing yo'qligida ich-ichingdan anglab yetasan. Bu – hayotning eng chiroyli o'yinlaridan biri.

Bu o'yin senga ancha narsani o'rgatadi. Ammo buniyam fahmlagan fahmlaydi. Ichingda tinmay seni kemirayotgan o'sha iztiroblarga shunday de:

**“Bundan battar ham bo‘lishi mumkin edi...”**

Ba’zida payqamay qolamiz. Balki, boshimizdan o‘tayotgan azob va dardlar bizni bundan battaridan himoya qilishi uchun yuborilgandir.

Ikarusning shu jumlasini keltirmasdan, yozishda davom etolmadim:

**“Ba’zan to‘fonlarning ham insonga foydasi bor.**

**Ular qayiqni biroz eskirtirishi mumkin, lekin yaroqsiz qilib qo‘ymaydi”.**

Muammolarsiz hayot yo‘q.

**Dardni bergan Alloh darmonsiz qoldirmaydi!**

Hayot yutqazgan joyingdan boshlanar



*Ba’zilar sodir bo‘lishi tabiatan aniq bo‘lgan narsani o‘zlaricha muqovalab sizga baxt deb hadya etishadi.*

## **Hayotimdan birovning ketganini payqamaydigan nuqtadaman**

Bir vaqtlar qancha qadrlab, mendan voz kechmasin, deb qarshisida g'ururimni oyoq-osti qilgan insonlarim uchun kurashganman. Munosabatimiz yakun topmasin, deya o'zimni yerga urganlarim, haq bo'lsam ham ovozimni chiqarmagan vaqtlarim... O'zimga qancha hurmatsizlik qilibman-a?! Asli bular hech nimaga arzimasa ekan.

Endi hayotimdan ketib qolgan odamlarni payqamaydigan, yuragim ham his qilmaydigan bir joydaman. Na birining men bilan qolishi uchun kurashaman va na xohlamaganga tushuntirish uchun og'iz juftlayman. Hayotimda bo'lishni istagan inson, qanday bo'lmasin yo'lini topib, yonimda qoladi.

Tushunishni xohlagan inson gapirishimdan oldin tushunib oladi. Hech kimga nimanidir isbotlashga ham yoki meni tinglashlariga ham majbur emasman. Yolg'iz boshimga kurashgan kunlarim ortda qolgan. Yo'qotish-

dan qo'rqadigan nimam bo'lsa, hammasini o'z holiga qo'ydim. Istagan ayrilib ketar, istagan yo'limda men bilan davom etar.

**Hayotga meni tark etishni xohlaganlarni, qolishga majburlash uchun kelmaganman. Siz qadrli bo'lsangiz, mening ham o'zimga yarasha qadr-qimmatim bor.**



**Koshki ba'zi insonlar  
oxirigacha ilk  
uchratganimizdagidek  
qolsalar. Yoki  
ayrimlar bilan hech  
tanishmasaydik**

Ba'zan hurmat qilgan insonlaring ilk uchratgan kuningdagi kabi bo'lmasliklari, vaqt o'tishi bilan o'zgarishlari sening aybing emas. Ko'rsatgan har bir hurmatingga hurmat bilan javob qaytadi, deb o'ylaysanmi? Bunday o'ylama, ranjib qolasan...

Vaqtivaqti bilan men ham ayrim insonlarni uchratganim, taniganim o'zimga nohaqlikmikan, deya o'ylab qolaman. Keyin o'zimga o'zim nima deyman, bilasanmi? "Nimayam qilardim, o'zimga jahl qilishimning foydasi yo'q. Ayrimlarning pastkashligini er-taroq fahmlaganim hayotimni qutqardi", dey-man. Va shu xulosani chiqaraman:

**"Salom-alikdan uyog'iga o'tilmaydigan  
insonlar uchun kurashgan ekanman. Meni  
xafa qiladigan yagona narsa shu".**

**Kel, o'zingga bir  
yaxshilik qila qol. Seni  
ranjitganlarning barini  
kechir**

Faqat sevgan va sevilgan qalbdagi bo'lish orzusi, birovlarini hech ham kechira olmasliging seni charchatadigan juda katta yuk bo'ladi, to'g'rimi? Bu yukdan xalos bo'lish vaqti kelmadimikan? Kechirib yuborish va oxirida yengil tortish vaqti bo'lmadimikan?

Qani kel-chi, senda bir kichik muolaja o'tkazib ko'ramiz. Hozir esa shu vaqtgacha senga qilingan haqsizliklarni, azoblarni, to'kkan yoshlaringni va boshingga kelgan har bir omadsizliklarni ko'z oldingga keltir.

Nimalarni ko'ryapsan? Senga shularni ravo ko'rgan insonlarni, to'g'rimi? Oralarida kechirmaganing va "aslo kechirmayman" deganlar ham bor, shundaymi? Hatto bir vaqtlar shu insonlar bilan et va tirnoq kabi eding. Nimalardir bo'ldi-yu, seni mensimadi, ishonchingni sindirdi, xafa qilib, o'z ismini kechirilmaydiganlar qatoriga yozdirdi. Bekorga aytishmagan ekan:

**“Unutma, dushman ko‘r mergandir, do‘st esa qayeringni nishonga olishni juda yaxshi biladi”.**

Axir bizga eng achchiq azoblarni eng yaqinlarimiz bermadimi? Ishonib, boshimizni yelkalariga qo‘yib, dardlarimizni bo‘lishgan insonlarimiz bizni aynan o‘sha azob bilan takror yaralamadimi? Yaraladi. Tanimagan insonlarimiz bizga aslo zarar bermaydi. Bizni ranjitmaydi. Ranjitsa-da, tanigan insonlarimizchalik emas. O‘zing o‘yla, tanimagan insoning to‘satdan seni xafa qilsa, shu yerda mavzuni yopasan. Tanigan va ishongan insoning qalbingni yaralasa, azobini unutishga yillar yetmaydi. Chunki “U menga zarar qilmaydi”, deya ishongansan. “U bunchalikka bormaydi, borolmaydi”, degansan. Ammo qarabsanki, senga eng katta azobni u bergan bo‘ladi. Undan battarini qilgan bo‘ladi.

Gapning po‘stkallasini aytadigan bo‘lsam, bir paytlar yegan, ichganimizni ham baham ko‘radigan, hayotimizdan joy bergan va samimiyatiga ishongan insonlarimiz vaqt o‘tishi bilan o‘zlarini “Kechirilmaydiganlar” ro‘yxatiga qo‘shib qo‘yishmoqda. Nimayam qilardik, kel, biz muolajamizga qayta qolaylik.

Muolaja mavzusi: “Kechirish”. Menga qolsa, nomini “Yengil tortish” degan bo‘lar edim.

“Buni qanday qilish mumkin?” deyapsanmi? “Yetti jahon bir bo‘lsa ham kechirmayman!” degan insonlarning borligini ham. Ba‘zilarning ba‘zilarga bo‘lgan nafrati tandirdan uzilgan non kabi yangi ekanligini ham. Oradan kun, oy va yillar o‘tsa ham, bu nafrat, bu alamlar seni zarracha tark etmaganini ham bilib turibman.

Chunki yaralangan qalbingiz tuzalmadi yoki unga malham bo‘lishga hech kim harakat qilmadi. Har kim nimalardandir va kimlardandir alamzada, qalbi vayron. Zolim odam birovning dilini ranjitganini fahmlab tursa-da, ko‘nglini olay demaydi. Bu yana bir boshqa dard. Xato qilmaydigan va adashmaydigan insonning o‘zi yo‘q.

Ko‘ngilga yo‘l, biroz shirin so‘z va o‘zgina e‘tibor kerak edi, xolos. Shuni ham eplay olishmadi. Hatto ba‘zilar hayotingda bo‘lmasalar ham, ko‘nglingning ko‘chasi-ga yo‘l topib, unda iz qoldirishni xohlaydilar. Ranjitganlar esa ularni kechirish-ga harakat ham qilmaydilar. Kel, sen shu o‘ylardan voz kech, darddoshim. Qayg‘u va nafratingni arzimas insonlarga sarf qilma!

Nafrat hammaga ham berilaveradigan bir tuyg‘u emas. O‘zingga ziyon qilma. Kechirmasdan hayotingning bir burchagida saqlab yurgan insonlarning endi senga yo‘ldosh bo‘lmasinlar. Ularni hayoting va xayolingdan



o'chir. G'azab va nafratdan xalos bo'l. Yo'qsa, kechirib yubormagan har insoning senga bir yuk bo'ladi. Seni ranjitganlarning barini afv qil va yo'lingda davom et. Ertangi tonging hammani kechirgan va yengil tortgan holingda otsin. O'zingga erkinlik hadya qil. Shu paytgacha ko'tarib kelayotgan bu yuklaring bilan vidolashaqol endi.

Oylab, yillab bularni sudrab yurishga majbur emassan-ku. Kechirib, yengil tortganingda shunday huzurni his qilasaniki, "Pol Boesen haq ekan", deysan:

**"Kechirish, balki, o'tmishni o'zgartirmas, biroq kelajagingga yo'l ochishi aniq".**

Mayli, joning yondi, xomxayollar bilan yashading. Xafa bo'lding. Ammo bulardan yashab o'tding va tugadi. Intiqom olishni xohlayapsanmi? Intiqom oddiy kishilarning ishi. Sen esa oddiy inson emassan. Mahatma Gandi to'g'ri aytgan edi:

**"Zaiflar kechira olmaydi. Kechirib yuborish kuchlilarning ishidir".**

Sen kechirmagan har narsa va har kim seni ranjitishdan, joningga ozor berishdan boshqasini bilmaydi. Hali oldinda yashashing kerak bo'lgan qancha go'zal kunlaring bor. Bu kunlarni keraksiz odamlar bilan yashagandan hech bir ma'no yo'q. Kechirib yubor-maguningcha, qayerda bo'lsang bo'l, qayerga

ketsang ket, bu yuk yelkalarida turaveradi. Kechirib yuborsam, o'zimga hurmatimni yo'qotaman, deb o'ylashing mumkin.

Ishon, afv qilsang, o'z kelajagingni yangidan boshlay olasan. Baribir kimdir orqangda qolishi kerak. Sen esa faqat o'z kelajaging tomon intilishing lozim. Kechirish bilan kechirganlaringga emas, o'zingga yaxshilik hadya qilgan bo'lasan. Shuni aslo unutma!

**Qancha harakat qilmay, kechirish qo'limdan kelmayapti. Qanday kechiray?**

Kechirsak, g'ururimiz oyoqosti bo'ladi, deb o'ylaymiz. Lekin kechirish keraksiz yuklardan xalos bo'lish uchun o'zimizga qilgan eng katta yaxshiligimizdir. Hozir esa kechirish haqida yozilgan va kechirishingga ko'mak bo'ladigan bir hikoyani aytib beraman:

"Bir kuni litsey o'qituvchisi xonaga kirar-kirmas, nafasini rostlashga ham ulgurmay o'quvchilarga savol berdi: "Bolalar, bir hayot tajribasi o'tkazsak, nima deysizlar?" O'quvchilar hech ikkilanmay qabul qilishdi.

O'qituvchi: "Unday bo'lsa, men nima desam, shuni bajarishga so'z berasizlarmi?" dedi. Bolalardan ijobiy javob olgan o'qituvchi ularga yuzlanib: "Endi ertangi bo'ladigan darsimizga hozirlik ko'ring. Ertaga barchangiz bittadan polietilen paket va 5 kilogrammdan kartoshka olib kelinglar", dedi.

Buni eshitgan o'quvchilar hayron

bo'lishibdi. Ertasi kuni hammaning qo'lida bittadan paket va 5 kilogrammdan kartoshka bor edi.

O'qituvchi bolalarga qaradi va: "Bugunga qadar kechirishni xohlamagan har bir insoningiz uchun bittadan kartoshka olinglar. U insonning ismini shu kartoshkaga yozib, paketning ichiga solinglar". O'quvchilarning ba'zilari paketlariga uchtadan, beshtadan kartoshkalarni solishgan, ayrimlari esa paketni og'zigacha to'ldirishgan edi.

Hayrat to'la ko'zlar bilan boqayotgan o'quvchilarni ko'rgan o'qituvchi bolalarga shunday debdi: "Qayerga borishingizdan qat'i nazar, bu kartoshka paketlarini bir hafta o'zingiz bilan olib yurasizlar. Yotog'ingizda, mingan avtobusingizda, litseyda va partangiz ustida, xullas, qayerda bo'lmang, paket yoningizda bo'lsin".

Aytilgan muddat tugab, hafta oxiri yetib keladi. O'qituvchi xonaga kirib ulgurmasidanoq o'quvchilar shikoyat qilishga tushib ketishibdi: "Ustoz, bu og'ir paketni hamma joyga o'zimiz bilan birga olib yurish juda ham qiyin, bu ham kamdek, bular o'zidan badbo'y hid chiqaryapti. Insonlar bizga g'alati qarashni boshladi. Ham charchadik, ham zerikdik".

O'qituvchi nim tabassum bilan shunday debdi: "Ko'rdingizmi, birovni kechirmay yurish bilan faqat va faqat o'zingizni jazolaysiz.

O'zingiz va ruhingizni og'ir yuklarni tashib yurishga mahkum etasizlar.

Birovni kechirib, shu odamga yaxshilik qildim, deb o'ylaysizlar. Aslida kechirib yuborish o'zingizga qilgan yaxshiligingizdir".

Endi o'zingga bir yaxshilik qil va ko'tarib yurgan shu xaltangni yerga tashla. Yelkangdagi og'ir yuklardan xalos bo'l. Qara, ozodsan...



## **La Tahzan Innallaha ma'ana**

**“Mahzun bo'lma, shubhasiz,**

**Alloh biz bilan birgadir”**

Mening ham dilimni ancha vayron qilishdi. Ko'p aziyat yetkazdilar. Hayotdan ancha sovutdilar. Hatto bora-bora hech narsadan zavqlanmaydigan bo'ldim. Hayotdan to'ygan va muammolar ichida yolg'iz qolib, shu kunim tezroq o'tsaydi, deganlarim ham bo'ldi.

O'rni kelganda bu azoblar hatto nafas olishimga ham to'sqinlik qilgan. O'zimni va atrofimdagilarni yo'qotdim. Soniya sayin hayotimni qo'ldan boy berayotganimga ham guvoh bo'lib boraverdim. Va chorasizlik botqog'iga g'arq bo'ldim. Ularga qarshi kurashish uchun zarracha kuch topa olmadim.

Oldimda ikkita yo'l bor edi: biri – bari-ga yengilib, hayot meni tepkilashiga ruxsat berib qo'yish, ikkinchisi – sabr qilib, kurashib, o'zimni bu botqoqdan qutqarish.

Sizningcha yengildimmi? Yo'q, aslo!

Suyaklarim ichidagi iliklarimgacha his qilgan azoblarim ustidan g'alaba qildim. Dardlar meni tubsiz jarlikka otganida doim xayolimga Tavba surasining 40-oyati kelardi.

**La Tahzan Innallaha ma'ana:** “Mahzun bo'lma, shubhasiz, Alloh biz bilan birgadir”.

**Kun kelib o'tmishga aylanmaydigan dard yo'q, sabr qilmaydigan inson bor.**

## **Ba'zan o'z qobig'ingga bekinib olish ham foydali**

Baltasar Grasian aytadi:

**“Insonlar senga osonlikcha erishadigan bo'lsa, qardsizlanasan. Qo'yib ber, ular ham sening yo'qliging bilan sinalsin. Biror narsaning qadri u yo'qligida bilinadi. Ba'zan chetroqda turish kerak”.**

O'rni kelsa, o'z qobig'ingga berkinish o'zingga qilgan yaxshiliging bo'ladi. Har kimning yoniga yugurmaslik, birovga yetishish uchun harakat ham qilmaslik, o'zingga kech qolmaslik, birovni mamnun qilishga urinmaslik, tushunmaganga tushuntirmaslik, o'zingga yetmayotgan quvvingni keraksiz odamlarga sarf qilmaslik muhimdir.

Kerak bo'lsa, jim bo'lish, faqat jim bo'lib, o'zingni tinglash ham foydali. Ba'zan qobig'ingga berkinish ham senga yaxshilik olib keladi. Bu mag'lubiyating va yolg'izligingni qabul qilish emas. Shunchaki, o'z-o'zing bilan yashab ko'rishdir. Ichida zarracha sof tuyg'ular bo'lmagan “seni sevaman”lardan, soxtaliklar-

dan ko'ra haqiqiy va sokin yolg'izlik yaxshidir. Inson yolg'izlikdan bo'g'ilib ketganida va hayotida kimdir bo'lishini xohlaganida, obdan o'ylashi kerak. Charlz Bukovskiy gaplari yodga olinsa, zarar qilmaydi:

**“Yolg'iz bo'lish – yanglish joyda va yanglish qalbdan bo'lgandan ko'ra yaxshiroqdir. Yolg'izlik soxta va shubhalarga to'la sevgidan ko'ra afzalroqdir”.**



**Omadsiz  
inson**

**XATO  
XATO**



**Omadli  
inson**

**XATO  
XATO  
XATO  
XATO**



**“Umuman qoqilmaslik  
omadli bo‘lish degani  
emas. Eng katta omad  
yiqilganda qayta  
turmoqdir”.**

Konfutsiy

Bajarishni xohlagan ishlarini uddalolmayman, deya o‘zingni zaharlashni bas qill  
O‘ziga ishonmagan birovga ishonarmidi?!  
Sen o‘zingga ishon, qarabsanki, barcha orzularing sen tomon qadam tashlab kelaveradi.

O‘zingga ishonib, atrofdagilarning gapiga qulog‘ingni yopib olmaguningcha hech narsani uddalay olmaysan. Bilasanmi, nimani uddalayasan? Sen eplay olmaysan, degan kishilarning gapini haqiqatga aylantirasan.

O‘zingga ishonching bo‘lsa, rejalaringga yetishish yo‘lidagi hamma to‘siqlarni yengasan, ishtiyoqingni so‘ndirmoqchi bo‘lgan har kim bilan kurashishga kuch topasan. Imkonsiz narsaning o‘zi yo‘q.



“Qila olaman, deganingda tanangdagi yuz milliard hujayra maqsadlaring uchun harakatga tushadi”.

Sen o‘zingga ishon. Boshqalar ham senga ishonishni boshlaydi. Paulo Koeloning mashhur jumlasini eshitganmisan?

**“Sen biror narsani chindan xohlasang, butun olam sening xohishing ijobat bo‘lishi uchun harakatga keladi”.**

Xuddi shunday o‘ylashni boshla, shuni o‘zingga singdir. Sen istagan har narsa senga bir nafaschalik yaqin. Mag‘lubiyatga yuz tutib, qayta oyoqqa turganingda sen istagan narsalar sen tomon harakatlanayotganiga guvoh bo‘lasan. Insonni qaror qilgan yo‘lidan birov qaytara olmaydi. Bajarishni xohlaganlariga hech kim to‘sqin bo‘lolmaydi. Odamlar doim gapiraveradi. Sen ularni eshitmay, davom etaver.

Seni tushunadigan inson hech qachon yo‘lingga to‘siq bo‘lmaydi. Ammo o‘zing o‘zingga to‘siq bo‘lishing mumkin. Qilishing kerakligida o‘zingga ishonmaysan. O‘z qarshingga o‘zing chiqasan va qo‘rquvga mag‘lub bo‘lasan.

O‘zingga ishonsang, hech narsa uni uddalamaguningcha tugab qolmaydi.

**“Sendan hech kim chiqmaydi!”**

Bu gapni eshitmagan odam yo‘qdir deb o‘ylayman. Ba‘zilarning hikoyasi shu gapni eshitgandan keyin boshlanadi, yana boshqa birlari bu gapga e‘tibor qilmay yo‘lida davom etadi. Kimdir esa shu gapni aytganlarni o‘zi uchun belgilab qo‘yib, yuqori marralarni egalaganda o‘sha odamlarga munosib javob qaytaradi. Qo‘shiqlari ko‘p tinglangan bir xonanda yodimga tushdi.

Unga “Sendan xonanda chiqmaydi”, deya yuziga eshiklarni yopishgan edi. Hatto 1995-yilda yozilgan “Omadim” nomli ashulalar to‘plami atigi 50 dona sotilgan. Xo‘sh, u nima qildi? Yengildimi? Voz kechdimi? Odamlarning gapiga quloq tutdimi?

Yo‘q, to‘xtamadi, yengilmadi, voz kechmadi va davom etdi. Faqat o‘ziga ishondi. Hozir uning qo‘shiqlari millionlar qalbini zabt etgan. Xo‘sh, u kim ekan, deb hayron bo‘layotgandirsan? U **“Meni unutma. Bilasan, unutilmoq azoblagay har insonni”**, deya kuylagan Sezen Aksudir.

Shunga o‘xshash yana bir hikoya qahramoni bor. U yirik avtomobil kompaniyasi egasi.

U 1903-yilda bankdan kredit so‘ragani-



da, rad javobini olgan. Bank mudiriga: "Qanday qilib shunday katta loyihani qo'ldan boy berishingiz mumkin?" deganida, mudir unga shunday deydi: "Avtomobil o'tkinchi bir moda bo'lishi mumkin".

Mudirning gapidan ta'sirlangan korxonaga egasi: "Bir kun bu yo'llarda ot aravalar o'rnini avtomobillar egallaydi", deydi. Kompaniya egasi maqsadiga erishish uchun naq besh marotaba kasodga uchragan. Son-sanoqsiz to'siqlarga duch kelganda yengilmadi, ichidagi ovozga quloq soldi. O'ziga ishondi va u asos solgan avtomobil hozir ko'pchilikning uyi oldida turadi.

"Xo'sh, kim ekan u?" deyapsan. U **"Uddalay olmasliging haqida o'ylayotgan bo'lsang, sen haqsan. Uddalay olmaysan"**, degan "Ford" kompaniyasi asoschisi Genri Ford edi.

Tanishtirmoqchi bo'layotgan navbatdagi qahramon ham senga begona emas.

Ota-onasi uning kichikligida ajrashgan, shu sabab unda havas qilarli bolalik bo'lmagan. Ulg'aygach, dardlarini yengillatish uchun qo'lga qalam oldi. Yozishni boshladi. Bolakayning yozishga tutingani oila a'zolari ni quvontirmagan. Aniqrog'i, undan omadli odam chiqishiga ishonishmagan. Hatto yozi shi atrofdagilarni xavotirga sola boshladi. Barcha qoramalarini to'plab, bosmaxonaga

olib borganida "Sening kitobing sotilmaydi, buni kim ham o'qirdi?" degan javobni oldi. Keyin u nima qildi? Yengildimi? Voz kechdimi? Odamlarning gapiga quloq tutdimi? Yo'q. Ichi-dagi ovozni tingladi. Yengilmadi ham, voz ham kechmadi. Insonlarning gapiga e'tibor ham bermadi.

Chiqargan kitoblari millionlab nusxada sotildi. Faqatgina oxirgi yozgan kitobi 680 ming dona sotildi, xolos. Natijada unga ishonmaganlar ham undan dastxat olishga kelishdi. Uning kimligiga qiziqyapsiz, shundaymi? Har kimning uyida kamida bitta kitobi joy olgan va shu on qo'lingda turgan kitob muallifi, Yaratganning bir bandasi - Mirach Chag'ri Oqtosh...

### **Kishanlarni parchala!**

Ko'pincha ketma-ket kelgan muvaffaqiyatsizliklar, o'zimizga bo'lgan ishonchning yo'qolishi, ruhiyatimizga salbiy ta'sir qilganlar sabab oyog'idan kishanlangan fil bolasidek bo'lib qolamiz. Hammasi tugab, o'zini chorasiz sezadigan kishilar qolgan hayotida xuddi fil bolasi kabi biror ishni eplay olishiga ishonmaydi.

Fillar kichkinaligida qochib ketmasin deb oyog'idan zanjir bilan bog'lab qo'yishadi. Fil bolasi zanjirni yechishga qancha harakat qilmasin, eplay olmaydi. Vaqt o'tishi bilan filcha katta bo'ladi. Va oyog'idagi zanjirdan



xalos bo'la olmasligiga ko'nikadi.

Endi qochishga harakat ham qilmaydigan filning oyog'idan temir zanjirlar bo'shatilib, o'rniga taxta tushovlar taqiladi. Mana endi qochishga qulay bir fursat. Biroq filda ozod bo'lish istagi allaqachon yo'qolgan. Chunki oyog'idagi tushovdan qutila olmasligiga o'zini ishontirgan. Keyin oyog'idagi tushov ham yechiladi. Bu safar fil turgan joyidan tashqariga chiqishga harakat ham qilmaydi.

Psixologiyada buning nomini "O'rgatilgan chorasizlik" deyishadi. Eplay o'lmadim, deb yana urinib ko'rishdan voz kechma. Charchasang, nafas rostla, hech qachon yengilma. Oyog'ingga zanjir bog'lashsa ham, harakatdan to'xtama. Sinab ko'raverishdan voz kechma.

Sen oyog'ingdagi kishanlardan, qarshingdagi to'siqlardan, omadsizliklardan kuchliroqsan. Endi esa shu zanjir-u kishanlarni parchalab tashla. Qilolmayman dema, eplaysan, uddalaysan. Robin Sharmaning "Ferrarisini sotgan olim" kitobini o'qiganimda shunday jumlaning tagiga chizgandim:

**"Bir tog'ning eng baland cho'qqisidagi huzurni o'sha tog'ning etaklarida yurmagan bo'lsang, qanday his qila olishing mumkin?"**

Yiqilmasdan, omadsizlikka yo'liqmas-

dan erishaman degan muvaffaqiyatlarning gashkini qanday sura olasan? Kris Gardnerning hayoti ochib berilgan "Baxt izlab" filmidagi bir sahnada ota rolini gavdalantirgan Uill Smit o'g'liga shunday deydi:

**"Kimdir kelib, senga bu ishni qila ol-maysan, deyishiga aslo izn berma. Hatto bu men bo'lsam ham. Xayolingdagi rejani mahkam qo'riqlashing kerak. Odamlar udalaysan, sabab sen ham bajara olmasligingni aytishadi. Nimadir qilmoqchi bo'lsang, uni qiyin bo'lsa ham bajar".**

Endi senga savol: "Qila ol-maysan, qo'lingdan kelmaydi, sendan hech kim chiqmaydi", deganlarning niyatini amalga oshirasanmi? Yoki ichingdagi sasni tinglab, o'zingga ishonib, harakatda davom etasanmi? Menga eplol-maysan, degan o'nlarча inson shu ishni uddalaganimda "Zotan, men senga ishonar edim, uddalashingni bilar edim", deyishgan...

Bunday holatning ko'piga guvoh bo'lganman. Insonlar o'zi doim shunday. Uddalay olmasliging uchun qo'lidan kelganini qiladi. Omadga erishganingda, yuzsizlarcha yoningga kelib, "Uddalashingni bilardim", deydi.

**Shuning uchun bor, uddala va odamlar orzularingni mahv etishiga yo'l qo'yma. Bu yo'l seniki, doim oldinga qadam tashla.**



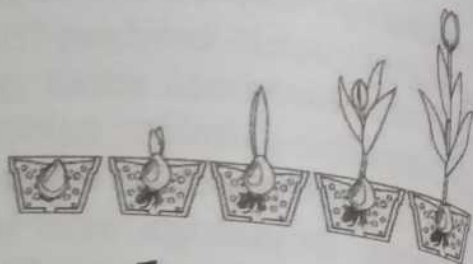
MIRACH CHAG'RI OQTOSH

*Hayot yutqazgan  
joyingdan  
boshlanar*

*Yutqazganingda emas, voz kechganingda yengilasan*

Hayrli\_umidlar





## “Sabr qil, gul vaqtidan oldin ochilmas”.

Shayx Adabali

Yomon lahzalarni boshdan kechirganingni bilaman. Qadrlaganlaringdan javob qaytmaganini ham bilaman. Hatto bir vaqtlar qilgan yaxshiliging evaziga orqangdan pichoq urganlarini ham tushunaman.

Mehmet Akif Ersoʻy ham bekorga shunday demagan:

**“Inson bolasi yuzsiz, haddin bilmaydi chindan,**

**Kimga qilsang yaxshilik, asra oʻzingni undan”.**

Sabr, sabr, deyaverib sabr toshiga aylandim, demoqdasan, bilaman. Ammo sen ham unutmaki, duch kelgan qiyinchiliklarga sabr qilishing yengilganingni anglatmaydi. Bu – boʻyin egding degani emas. Boshingdan oʻtganlarga qarshi kurashing davom etavera-

di. Bu hayotda hamma narsa oʻz vaqtini kutadi. Vaqtidan oldin na quyosh chiqadi va na gul ochiladi.

Inson zoti har bir koʻrgilikdan keyin endi sevmayman, deydi-da, sevib telba boʻlgan va uyqusiz qolgan tunlari ogʻriqlarini seva-seva chiqarib tashlaydi.

Noumid boʻlma, sening hikoyang eng goʻzal Yozuvchi tomonidan yozilgan. Bugun baxtsiz boʻlishing mumkin, lekin hayot sen uchun hali qanday chiroyli lahzalarni tayyorlab qoʻygan.

Sabr qil, gul ham vaqtidan oldin ochilmaydi...

**Biroz shoshma, goʻzal kunlaring yoʻlda emish, ular sen tomon kelmoqda.**



## Senga ko'tara olmaydigan yuk berilmadi

Boshimga kelgan hech bir azobga isyon qilmadim. Muammolarim ba'zan meni yura olmas holga keltirdi, ammo yengilmadim. Chunki menga kelgan har bir dard, azob va muammolar ularni yengib o'ta olishim uchun berildi.

Hozirgi azoblarimni yengib o'tish uchun yashamoqdaman. Nima deb o'ylagan edingiz? Hamma dard-u alam faqat bizning boshimizga kelmoqda, faqat biz kurashib yashamoqdamiz, deb o'ylaysizmi? Yo'q. Alloh bizga bu kurashda yordam beradi.

Robbimiz shunday amr qildi:

**"Albatta, bir qiyinchilik bilan bir osonchilik bordir. Noumid bo'lma. Alloh ham imtihon qiladi, ham shu imtihonda yordam qo'lini cho'zadi".**

O'zingni kuchsiz his qilib, yengib o'ta olmayman, degan o'nlab muammolarni ortda qoldirganingga guvohsan. Yiqilasan, ma'lum vaqt oyoqqa qayta turolmasliging ham mumkin. Muammolar bo'g'zinggacha kelsa, yengib

o'tolmasligingni o'ylarsan, ehtimol. Biroq vaqti kelib, hammasining ustidan arslon kabi sakrab o'tgan bo'lasan.

Senga yengib o'tilmaydigan sinov berilmadi. Kishini hech qanday dard o'ldirmaydi, aksincha, kuchli va sabrli qiladi.

Sabohiddin Ali aytganidek:

**"Hech bir azob boqiy emas. Bir puflasang, uchib ketar.**

**Ba'zilar sal qattiqroq puflashingni talab etar".**

Sabr – dardi bo'lgan odamga yozib beriladigan birinchi dori.

Baqara surasida **"Alloh sabr qilganlar bilan birgadir"**, deyiladi. Sabr deguncha aqlimga sabr bilan sinalgan Hazrati payg'ambar Ayyub keladi. Anbiyo surasida shunday deyiladi: "Ayyubni esla. U Robbisiga: "To'g'ri, dardga duchor bo'ldim, Sen esa marhamatlilarning eng marhamatlisisan", degan edi. Biz ham uning duosini qabul qildik va nima dardi bo'lsa, undan oldik. Duo va ibodatda bo'lganlar uchun bir ibrat bo'lsin, deya unga oilasi va undan ortig'ini berdik".

Men esa boshimga nima dard yoki sinov kelsa, "Allohim, menga Ayyubning sabri qadar sabr ato qil", deya duo qiladigan bo'ldim. Ayyubning qanday sabrli ekani haqida eshitganmisan?

Hazrati Ayyub juda axloqli inson bo'lgan.

U ko'p mulk sohibi bo'lsa ham kibrlanmasdan, bularning bari Alloh in'omi ekanini aslo unutmagan. Shu bilan birga, boshqalarga sadaqani ham kanda qilmagan.

Imtihon deyotgan edim-a? Ayyub hazratlari kunlarning birida bor mol-mulkidan ayrilibdi. Atrofidagi insonlar unga o'zidan ko'p achinishibdi. Biroq u har doim "Beradigan ham Alloh, oladigan ham Alloh", der edi. Sinovi borgan sari qiyinlashib, bolalaridan ham ayriladi.

Yonida faqat yolg'iz ayoli qoladi. Alloh endi Ayyub hazratlarini sog'ligi bilan sinadi. Qalbi va tilidan tashqari, tanasining hamma joyini yara bosib ketadi. Yaralar uni tanib bo'lmas holga keltiradi.

Shuncha azob-uqubatlarga qaramay, u biron marta ham Robbisiga isyon ko'tarmadi, noshukurlik qilmadi. "Allohim, endi bu yaralar meni battar qiynamoqda, men ibodatlarimni to'la-to'kis bajara olmayapman. Seni zikr qilmasdan, Senga ibodatda bo'lmasdan qanday yashayman?" deya yolvorardi.

Mehribon Alloh nihoyat uning duolarini qabul qiladi. Oyog'i bilan yerni tepishi va shu yerdan chiqqan suv bilan butun badanini yuvib, o'sha suvdan ichishi bilan Ayyub payg'ambar butun darddan xalos bo'ladi. Yo'qotganlarining bari unga qaytadi.

Bu Sod surasida shunday izohlanadi:  
**"Biz uni haqiqatan ham sabr qilishini bilgan edik.**

**U juda yaxshi banda edi. Doimo Allohga sajdada edi".**

Alloh sabr qilgan bandasini sevadi. Ba'zan sabring ham holdan toyadi, ammo taslim bo'lmasliging kerak. Senga dard bergan Robbim shifosini ham o'zi berishini unutmama.

Qish o'tadi, yoz keladi. Eng zimiston tun o'rnini quyoshli kun egallaydi. Sen sabrni bil. Boshingga bir musibat kelganida, dardlar seni kemirishni boshlaganda Allohga yuzlan:

**"Allohim, menga hazrati Ayyubning sabrini ber".**

**Alloh senga Ayyub payg'ambar sabrini ato qilsin.**



**Mashaqqatlarga duch kelganingda:**

“Biror musibat boshingga kelganida sabr qil. Chunki hech bir qiyinchilik yo‘qki, ortidan osonchiligi bo‘lmasa”.

Hazrati Usmon

**Kingadir suyanish uchun ehtiyoj sezsang:**

“Kim sabrda sobit tursa, Alloh unga kurashish uchun kuch ato qiladi.

Hech kimga sabrdan xayrli va ulkan hadya berilmas”.

Muhammad (s.a.v)

**Yengil tortmoq uchun bir kalitga ehtiyoj bo‘lsa:**

“Sabr – yengillashish kalitidir”.

Hazrati Mavlono

**Umidsizlik ichida qolsang:**

“Vaqt kelib Robbing senga ko‘ngling-dagilarni ato etadi va seni xushnud qiladi”.

Toha surasi 5-oyat

**Yaxshilik qilganingga afsuslansang:**

“Sabr qil! Chunki Alloh yaxshilik qilganlarni mukofotisiz qoldirmas!”

Hud surasi 115-oyat

**Muhabbatga oshno qalbing bo‘lsa:**

“Alloh sabrlilarni sevar”.

Oli Imron surasi 146-oyat

**Qachon yaxshilik ko‘rar ekanman, desang:**

“Barcha yaxshiliklar sabr ortidan keladi”.

Hazrati Mavlono

**Shifo izlayotgan bo‘lsang:**

“Sabr – dardlaring shifosini Allohdan kutishdir”.

Hazrati Mavlono

## **Yopilmoqchi bo'lgan eshikka oyoq tirash – yangi eshik ochilishidan mosuvo bo'lishdir**

Yopilishi kerak bo'lgan eshikni tutib qolma. Qo'y, yopilaversin. Bugun sen uchun bir eshik yopilsa, buni hikmatga yo'y. Alloh barcha eshiklarni yuzingga yopgan bo'lsa, buni seni sevmagani yoki yolg'iz qolishingni istagani uchun qildi, deb o'ylaysanmi?

Aslo bunday o'ylama. Aslo yolg'izman dema, Robbingni ranjitan. To'g'ri, ba'zan ishlarimiz orqaga ketadi, hamma omad eshiklari yopiladi. Alloh bularni seni sevmagani yoki o'ylamagani uchun emas, o'rniga yaxshiroq eshikni ochish, seni ba'zi to'fonlardan himoya qilish uchun qildi.

Bundan fojia yasama.

Shunday hayot iskanjasiga tushib qolganingda, Shuaro surasi 78-oyati yuraging otashiga suv sepsin:

**“U meni yaratgan va menga to'g'ri yo'lni ko'rsatgandir”.**

**Osmondagi qushlarning uchish yo'lini belgilagan Robbim seni yo'lsiz va chorasiz qoldirmas.**

## Sevgi uni his qilganingda va his qildira olganingda go'zal bo'ladi

Insonlar bir-birini sevadi, ammo buni his qildirolmaydi. His qilinmagan sevgining qadri bo'ladimi? Xatti-harakatlarda ifodalanmagan sevgi izhorlarining ahamiyati bormikan?!

Bu holatga Turgut Uyarining gaplari juda mos keladi:

**"Men uchun yashirin, ko'rsatilmagan, his etilmagan sevgining zarracha qiymati yo'q.**

**Balki, shu devorlar ham meni juda qattiq sevishi mumkin, to'g'rimi?"**

Hayotingda his qilinmagan sevgi bo'lmasin. Ehtiroslardan ma'no yo'q. His-tuyg'uga asoslangan munosabatlar bir kun tugashi, ular senga charchoqdan boshqa narsa bermaganini qalbing huzurini yo'qotganda anglab yetasan.

"Seni sevaman", deyishdan oldin hayotingda buni senga his qildiradigan inson bo'lsin. Seni har soniya xavotir olib izlaydigan, kunning qanday o'tgani bilan qiziqadigan, joning nimadandir siqilganda sen bilan

bunga yechim izlaydigan, xafa bo'lsang, sunchalik xafa bo'ladigan, baxtiyorligingda baxtli bo'ladigan, vaqti bo'lmasa ham, senga vaqt topa oladigan inson bilan hayotingni boshla. Sevgi shunday kishilar bilan go'zal. Ana shunday insonni bir kun uchratasan.

Endi o'zingni qiynayverma. Juda charchab ketding.

Qalbing ham charchadi.

"Qabrison odamlarga to'la. Hamma bir mozor boshida to'plangan. Bir kekxa kishi tobutni quchoqlab: "Seni yaxshi ko'raman, seni sevaman", deya yig'layapti. Ma'lumki, tobut ichida yotgan shu odamning ayoli - yillar davomida bir yostiqa bosh qo'yan sevimli turmush o'rtog'i.

Bu kishining farzandlari va atrofdagilar unga juda achinishar, yig'lab, taskin topishini kutishar edi. U har safar tobutni quchganida sevlashini aytishdan charchamas edi. Tobutni tuproqqa qo'yish vaqti keldi. Farzandlari otasini tobutdan zo'rg'a ayirib olishdi. Ota esa haligacha marhumaga sevgi izhor qilayotgandi.

Bolalarining to'ng'ichi otasini mahkam quchoqlab: "Dadajon, bo'ldi endi. Hammamiz bilamiz, onamni juda sevar edingiz. Biz ham uni juda yaxshi ko'ramiz. Lekin Allohning marhamati shu ekan, undan ayrilib qoldik", dedi.



Haligi odam: "Meni tushunmayapsizlar, hech biringiz bilmaysizlar, men uni juda sevar edim", dedi. O'g'li esa: "Biz ham yaxshi ko'rar edik, lekin na iloj, qo'limizdan hech nima kelmaydi, dada", deb javob qaytardi.

Qariya: "Tushunmaysizlar, men uni juda yaxshi ko'rar edim. Faqat bu gaplarni unga hayotligida hech ayta olmadim. Uni qanchalik yaxshi ko'rishimni, sevishimni o'ziga bir marta bo'lsa ham ayta olmadim", deya qaytib og'iz ochmadi.

Sevganimizga uni sevishimizni aytish yoki his qildirish uchun uning o'limini kutish yoki dil izhori qilish uchun kasalxonaga tushishini poylash shart emas. Vaqtida qadrash kerak.

Stefan Sveyg shunday deydi:

**"Kimdir seni sevishini his qilishing dunyoni go'zallashtirib yuborgan bo'lar edi".**

## **G'oliblar ulashishni bilganlardir**

Onam doim yolg'iz yegan yolg'iz o'lar, derdilar. Bu gapni har safar eshitganimda biroz cho'chirdim, ammo bu so'zda hikmat bor. Qayerga bormay, necha yoshimda bo'lmay o'zini o'ylaydigan, boshqalar bilan baham ko'rishni bilmaydigan odamni ko'rsam, unga onamning o'sha gapini aytib qo'yardim.

Men na o'zimda bo'lganini boshqasidan bekitar edim va na o'zimda yo'q narsa birovda bo'lsa, hasad qilardim. Bolaligimda do'kondan o'zimga qo'shib ukamga ham shirinlik olardim. Bizga shunday tarbiya berildi. Negaligini bilmayman-u, ulashishni juda yaxshi ko'raman. O'zida borini baham ko'rmagan, faqat o'zini o'ylagan kimsalarni hayotimdan bittama-bitta chiqarib tashladim. Bunday insonlarga hech toqatim yo'q.

Oshoning men eng yoqtirgan bir gapini bor:

**"Maqsading saqlash emas, ulashish bo'lsin. Xatolarni takrorlash emas, yechim izlash bo'lsin. Yiqitish emas, suyash bo'lsin. Zarba berish emas, bag'ringga boshish bo'lsin".**



Hayotni yanada go'zal va ma'noli qiladigan bu baham ko'rishdir. Ulashish va yana ulashish. Ulashmagan nimang bo'lsa, u seniki emas.

Yunus Emro' to'laligicha haq:

**"Ulashganing senikidir, to'plab, saqlaganing emas".**

O'zingni o'ylamasdan, go'zal narsalarni boshqalar bilan baham ko'rganing sayin hayotning ajoyibligini ko'rib boraverasan. Ulashganing sari Alloh senga yana ham ko'prog'ini nasib qilaveradi.

Aynan shu mavzuda sizga ibrat bo'ladigan "Darvesh qoshiqlari" hikoyasini aytib beraman.

"Kunlarning birida Darveshdan: "Sevgisi faqat tilda bo'lganlar bilan chindan sevganlar orasida qanday farq bor", deb so'rashibdi.

Darvesh farqni ko'rsatish uchun sevgisini tilidan qalbiga ko'chira olmaganlarni yig'ib, ularga bir dasturxon hozirlatibdi. Mehmonlarga sho'rva tortilibdi. O'tirganlar dasturxonida qoshiq yo'qligini sezishganda darvesh bir metr uzunlikdagi qoshiqlarni olib kelibdi.

Darvesh mehmonlarga sho'rvani qoshiqning uchidan ushlab ichasizlar, deya shart qo'yibdi. Kelganlar qancha urinishmasin, qoshiqlar juda uzun bo'lgani uchun sho'rvani eplab icha olishmaydi. Sho'rva to'kilib, mehmonlar kuyib qoladi. Ham qorni

to'ymay, ham kuyib, dasturxondan qo'zg'alishadi.

Darvesh birozdan keyin sevgisi haqiqatda qalbida bo'lganlarni taklif qilibdi. Yuzida muhabbat ufurib turgan insonlar dasturxon atrofiga joylashishibdi. Darvesh bularga ham xuddi o'sha shartni qo'yibdi. Ular uzun qoshiqlarni sho'rvaga botirib, qarshisidagining og'ziga tuta boshlabdi. Shunday qilib, biri ikkinchisini to'ydirib mehmondorchilikdan qaytishibdi. So'ngra darvesh chin oshiqlar farqini so'rganlarga shunday debdi:

"Mana, kimki hayot dasturxonida yolg'iz o'zi to'yishni o'ylasa, och qoladi. Va kimki do'stini o'ylab, uni to'ydirsa, do'sti ham uni to'ydiradi. Hayot bozorida har doim olgan emas, bergan g'olib bo'ladi".

**Ulashish sevgidir va hayot ulashishlar bilan go'zaldir.**

## Eng foydali muolaja - shukr qilish

Qo'limizda boriga shukr qilmasdan, qadrini bilmasdan, ko'prog'ini xohlayveramiz. To'g'ri, ko'p bo'lsin, kam bo'lmasin. Aslida, qo'limizdagilar eng qadrlisidir. Nafs-da, bu - nafs. Doim xayolimiz o'zimizda bo'lmaganida qoladi. Lekin umrimiz sohib bo'lganlarimiz bilan chiroyli, biz esa xom sut emganligimizga borib, buning qadrini bilmaymiz. Asl boylik bir dunyo boyligi bo'lsa ham, shukrni bilganlarda emas, ega bo'lganiga doim shukrda bo'lganlar qo'lidadir.

Hozir esa o'zingda bor bo'lgan hamma-sini ko'z oldingga keltir va o'zingdan so'ra:

**Xo'sh, shular ham bo'lmaganida-chi?**

Eskilar to'g'ri aytishgan ekan:

**"Oziga qanoat qilmagan ko'piga erisha olmas".**

Sen oziga qanoat qil, ko'pi o'zi seni topadi. Hayotda shukr qilishimiz kerak bo'lgan qancha-qancha narsa bor. Eng ko'p shukr qilishimiz kerak bo'lgani yangi bir tongni qarshi olganimizdir.

Hayotdan to'yib ketdingmi? Kechqurun uxlab, qaytib tongni ko'rolmaganlar bor. Foy-

dalanayotgan telefoningni yoqtirmayapsanmi? Telefoni bo'lmaganlar bor. Yashayotgan uyingdan ko'ngling to'lmayaptimi? Boshini suqadigan bir boshpanasi bo'lmaganlar bor. Yegan ovqatingning tuzi past bo'lgani senga yoqmadi, to'g'rimi? Oramizda yeyishga ovqat topa olmay yurganlar bor. Ko'zlaringning rangi yoqmay qoldimi? Atrofingda ko'zi ojizlar bor.

Sog'lig'ing qadrini bilmayapsanmi? Hayotda qolish uchun o'lim bilan kurashayotgan qancha inson bor.

Qara, Hazrati Mavlono nima demoqda:

**"Dardlar faqat mening boshimda, deb o'ylama, sendagi dardni ne'mat hisoblaydiganlar bor".**

"Qadim zamonlarda juda badavlat, ammo o'zini baxtsiz his qiladigan bir qirol bo'lgan ekan. Baxtli bo'lish uchun qancha harakat qilsa ham, hech baxtga yetisha olmas-mish. Shu o'lkaning donishmandini huzuriga chaqirtirib: "Qanday qilib, xursand va baxtli bo'la olaman?" deb so'rabdi.

Donishmand: "Qirolim, baxtsizlikdan xalos bo'lishni xohlasangiz, baxtli bir insonni topib, uning kiyimini kiyishingiz kerak", - debdi.

Qirol darhol xizmatkorlariga baxtli odamni topib keltirishni amr etibdi. Shaharda izlamagan joylari qolmabdi, ammo



baxtli odamni topib kela olishmabdi. Kimdir turmush o'rtog'idan, kimdir kambag'alligidan yana kimdir notavon farzandidan nolir ekan. Hech bir baxtli odam topolmagan xizmatchilar saroyga qaytayotganda, saroy yaqinidagi uydan shunday duoni eshitib qolishibdi:

"Tangrim, senga shukrlar bo'lsin. Sog'lig'im joyida, qornim to'q, bugunga qadar rizqimni kam qilmading. Men baxtiyor bo'lmay kim baxtiyor bo'lsin?"

Xizmatchilar va nihoyat baxtli insonni topdik, shu odamning ko'ylagini qirolimizga olib boramiz, deb o'ylashibdi. Ichkariga kirib, ne ko'z bilan ko'rishsinki, u odamning egnida kiyimi yo'q ekan".

Inson doim baxt izlayveradi. Qo'lida shuncha narsasi bo'lsa ham, doim ko'prog'ini xohlayveradi. Istagani oldiga kelmaguncha o'zini baxtli va xotirjam his qilolmaydi. Baxtni o'zidan izlagan va boridan mamnun bo'lib, shukr qilgan insongina haqiqiy baxtni topadi.

**Har narsani bilish shart emas. Boriga shukr qilsak va ularning qadrini bilsak, shuning o'zi yetarli.**

## **Meni ranjitganlarga salom berishdan to'xtamadim**

Jonimizni yoqdilar, ezdilar, parchaladilar, ammo biz shunda ham ular kabi bo'lmadik. Bizni ranjitganlarni biz ham xafa qilganimizda, ulardan hech ham farqimiz qolmas edi. Biz nima qildik? Ularga Allohning salomini berishdan to'xtamadik. Ko'rindiki, har kim o'ziga yarashadigan ish tutarkan.

Ularning tanlovi ranjitib, dil yaralash bo'lsa, bu – ularning muammosi, bizniki emas. Buni e'tiborga olmaslik kerak. Biz ham shunday qildik.

Shu vaqtgacha meni ranjitganlardan intiqom olmadim. Oldinga bunday maqsad ham qo'ymadim. Xayolimning bir chekkasiga ham keltirmaganman. Biri meni xafa qilsa: "Buning hisobini Alloh so'rasin", dedim.

Menga qilingan har bir zulmni, nohaqlikni, azob-uqubatlarni o'zlariga his qildirishga fursatim bo'lmadi. Intiqom zaif insonlarning ishidir. Men har safar Allohga havola qilaverdim. Meni yaralashdi, bunga javoban ularga salomimni kanda qilmadim. Qaniydi

berganim faqat salom bo'lsaydi. Ularga vijdonimning sadaqasini ham qo'shib berdim. Alloh qabul qilsin...

**"Agar sizni ranjitganlarga hali ham salom bera olayotgan bo'lsangiz, bu vijdoningiz sadaqasidir".**

Hazrati Mavlono

## **Kechagi kunni tuproqqa ko'ma olmaymiz-u, ertamiz gullar ochsin, deya kutmoqdamiz**

Haliyam kechani o'ylayotgan ekansan, buguningdan zavq olishni kutmay qo'yaver. O'tgan kuningni qaytara olmaysan, ammo buguningni yashay olasan. Yashagan shuncha ko'rgiliklaring ortidan yig'laganing, o'zingni azoblarga qo'yganing yetmadimi?

Nega kechani tuproqqa ko'mish o'rniga o'zingni kechaga ko'mmoqdasan? Ertangi kuning gullab-yashnashini xohlamaysanmi? Sen yashashing kerak bo'lgan uqubatlarni yashab bo'lding.

O'tishing kerak bo'lgan sinovlardan yolg'iz boshing bilan o'tding. Yashalgani yashaldi, tugashi keragi tugadi, ketgan ketib bo'ldi. Qayta-qayta ortingga nazar solaverma. O'tib ketgan azoblar seni kemirishiga nuqta qo'ya qol. Ortingga emas, doim oldinga intilishni odatga aylantir.

Bilib turibman, senga qilingan adolatsiz-



liklarni bir burchakka otish, iliklaringgacha o'tib ketgan azoblaringni unutib yuborish oson emas. Ammo bu hayotda arzimasi insonlarni va voqealarni butun umr yashab o'ta olmayсан.

Nima bo'lsa ham, doim oldinga qadam tashla. Sen bilan kelishni xohlagan kelaversin. Xohlamaganga eshikni ko'rsatib qo'y. Bemalol ketaversin.

Kechani o'ylab emas, o'zingni bugunga bag'ishlab yasha.

**Hayot – bir dars. Dono o'quvchi o'tmishidan dars olgan va xulosa chiqargan kishidir.**

“Bir kuni litseydagi bir o'qituvchi laboratoriyaga qo'lida bir idish sut bilan kirib keldi. U sut idishini hammaga ko'rinadigan qilib stol ustiga qo'ydi. O'quvchilar buni ko'rib dars bilan nima aloqasi borligiga hayron bo'lishdi. Shu payt o'qituvchi birdan qo'lidagi sut to'la idishni rakovinadan oqizib yubordi. Va “Oqib ketgan sut uchun kuyunmang!” – dedi.

O'qituvchi sut oqib ketayotganini barcha ko'rishi uchun hammani birma-bir yoniga chaqirdi va shunday dedi: “Yaxshilab qaranglar. Chunki bu darsni hayotingiz oxiriga qadar xotirlashingizni xohlayman. Sut oqib ketdi. Endi uning bir tomchisini ham ortga qaytara olmayسiz. Bu yog'iga qiladigan

ishimiz uni unutish va keyingi safar bugungi darsdan xulosa chiqargan holda harakat qilish hisoblanadi”.

**Ba'zi insonlar ketdi, ba'zi vaziyatlar yashaldi va tugadi. Endi o'tmishingdan qayta tug'ilish vaqti keldi.**

## Qarama, ko'r. Tinglama, tushun!

O'ylashimcha, har doim qaramoq va ko'rmoq, eshitmoq va anglamoq o'rtasida qandaydir farq bo'lishi kerak. Ko'zlarimiz nuri Alloh istaganicha masofaga qarashga yetadi, to'g'rimi? Menimcha, ko'rish bilan ko'rishning farqi bor. Qulog'imiz hamma narsani eshitadiku-ya, lekin barini ham anglolmaydi. Ko'rish va tushuna olish qalbdan chiqadigan bir harakatdir.

Buning nimaligini his qilganlar biladilar. Tushunilmoq insonning eng katta ehtiyoji. Aslo va aslo hech kimni tashqi ko'rinishiga qarab baholama, oldin uni o'rgan.

Avval aytganimdek, inson nimani ko'rsa, mohiyat o'shandadir. Boshqacha aytganda, nimani qanday tasavvur qilsak, u ko'zimizga shunday ko'rinadi.

"Hindistondagi baland bir tog'ning tepasiga shishadan bir maqbara qurilgan ekan. Kunlarning birida bir it tog'ga tirmashib chiqib, shisha maqbaraning ichiga kiradi. Maqbaraning ming ko'zguli mehmonxonasiga kirganida qarshisida mingta itni ko'radi.

Qo'rqqanidan etlari junjikib ketib, hura boshlaydi. Ko'rib turgan itlari ham uning holatini takrorlashar edi.

It qo'rqib, o'zini panaga oladi va darhol bu yerdan juftakni rostlaydi. Sababi, u hayotini shunday yirtqich va yovvoyi itlarga to'la deb o'ylamagandi.

Birozdan keyin shu saroyga chiqqan boshqa bir it ham ko'zguda mingta itni ko'radi. U juda xursand bo'lib, u yoqdan bu yoqqa chopa boshlaydi va boshqa itlarni ham bu yerga boshlab keladi. Qarabsizki, u shod-xurram saroydan chiqadi".

**Inson tasavvurida aks etgan narsalarni ko'radi. O'ylarimiz go'zal bo'lsinki, faqat go'zallikni ko'raylik...**



## **Ba'zilar axloqsiz bo'lsa, senda ayb yo'q**

Boshingga kelgan kulfatlar uchun o'zingni ayblashni to'xtat. Ayblab, biror narsaga erisha olmayсан. O'zingga jahl qilaverish o'rniga, xatolaringdan dars ol.

Sen boshingga kelganini yashading. Yaxshi niyatli degan insonlaring sen uchun xom xayol bo'lib chiqishi, seni pisand qilmasligi sening aybing emas. Har kim o'zining darajasiga mos ish qiladi, asl haqiqat shu.

Sen qo'lingdan kelganicha mehr va sevgi berding va ularni o'zingga qaytishini kutding. Biroq unday bo'lmadi.

Mahatma Gandi shunday degandi:

**“Qo'rqoqlar sevgisini oshkor qilolmaydi, dil izhori – mardlarning ishi”.**

Sevgingni oshkor etib, jasoratingni namoyon qilding. Ular qochib, qo'rqoqligini ko'rsatdi.

Endi esa o'zingga kel. Xatolar uchun o'zingni ayblamasdan, ulardan saboq chiqarib, yo'lingda davom et.

Unutma, sen ularni emas, ular seni yo'qotdi.

**Sen hech kimni yo'qotmading. Arzon insonlarga qimmatlik qilding, xolos.**

**Bori shu.**

## **Men chekkan azobni boshdan o'tkazmagan bo'lsang, meni qaydan tushunarding?**

“Seni tushunyapman” jumlasini yoningda ekanligini his ettirish uchun aytiladigan an'anaviy tasallidir. Bu gap endi menga yordam bermasligini yaxshi bilasan.

Menga “Seni tushunib turibman”, degan odamga qarab: “Sen ham mening azobimni totdingmi?” degim keladi

Endi men yashagan dardlarni boshidan o'tkazmagan kishining “Seni juda yaxshi tushunib turibman”, deganiga ishonmayman. Boshimga kelganlarni hamma his qilishi shartmi? Albatta, yo'q. Forobiy shunday degan ekan:

**“Har bir qalb o'z dardini o'zi biladi.  
Birov seni tushunishini kutma!”**

Insonni haqiqatan ham tushunadigan odam shu dardlarni boshdan kechirgan kimsadir. Qolganlari quruq tasalli, xolos. Nasriddin afandi bekorga aytmagan:

**“Menga daraxtdan yiqilib tushganini olib keling”.**

Nasriddin afandi bir kuni daraxtdan yiqilib tushib, xunob bo'libdi. Yoniga kelgan odamlar: “Ozgina chidamli bo'l, afandi. Yiqilganing uchun namuncha ayollardek nozlanib o'tiribsan?” deyishibdi. Nasriddin afandining battar jahli chiqib, “Hech daraxtdan yiqilib tushganmisizlar?” deb so'rabdi. Atrofidagilar bir og'izdan “Yo'q”, deya javob berishibdi. “U holda mening yonimga daraxtdan yiqilib tushgan birontasini olib kelinglar, o'sha meni tushunishi mumkin”, – debdi afandi.

“Seni tushunaman”larga hech e'tibor qilma. Hamma yoningdaligini bildirish uchun shunday deydi. Hayotning qonuni shu: seni tushuna oladigani sen bilan bir dardni yashaganidir.

Biz bilan bir xil vaziyatda yashamagan va faqat quruq gap bilan seni tushunyapman, deganlarga Uilyam Shekspirning shu gaplarini eslatish vaqti keldi:

**“O'zing his qilmagan narsani tushuna olmaysan”.**

Mavlono qanday purma'no hikmatlar aytgan:

**“G'aribning dardini tinglash uchun  
bir g'aribning qulog'i kerak”.**



**“Men sotib olib bo‘lmaydigan narsalarni sevaman. Dengiz kabi, osmon kabi, Oy va Quyosh kabi va yana sevgi kabi”.**

Sabohiddin Ali

Azizlarim, hammasi yaxshi bo‘lib ketishi, yaxshiliklar sodir bo‘lishini kutib yashaymiz. Biz kutayotgan, yaxshiliklar yuz beradigan o‘sha vaqt, afsus, kelmas ekan. Nega deysanmi? Ishi chiqib qolibdi-da. Ishi chiqmaganda, balki kelardi.

Kunlab, oylab va hatto yillab bajarishni xohlagan ko‘plab ishlarimizni amalga oshirish uchun payt poyladik. Natija nima bo‘ldi - ixtiyorimizdagi bor vaqtni ham boy berdik.

Bundan bir yil oldingi hayotingni bir o‘yla! Hali erta, vaqti kelmadi degan ishlaringning qaysi birini qila olding?

Ehtimol, hozir bir xil narsalarni o‘ylayotgandirmiz.

Bir vaqtlar men ham xuddi shunday o‘ylaganman. Qilishim kerak bo‘lgan ishlarni orqaga tashlab, kechiktirar edim, inkor qilmayman. Vaqti kelmaganligi bilan o‘zimni ba-

honalar botqog‘iga otaverar edim. So‘ngrasini so‘rasang, quruq qo‘l bilan qoldim. Kechiktirgan ishlarim mendan tobora uzoqlashaverdi.

Vaqti kelmadi, deganimda ayni vaqti bo‘lgan ekan. Ming afsuski, imkonim yo‘q, deya qo‘limda bor imkoniyatni ishga solmabman. Aslida qo‘limda turgan hayotimni o‘z qo‘llarim bilan qochirib yuboribman. Lekin kech qolmadim, deb o‘ylayman, chunki hali yashayapman.

Qaranglar, “Munosib vaqt keladi”, degan gap yo‘q! Faqat hozir bor. Shu on bor. Eng to‘g‘ri vaqt shu. Imkoniyatlarni kutadigan bo‘lsang, ular hech qachon qarshingga chiqmaydi.

Sen o‘z qo‘lingdagi imkonlardan o‘zingga imkon yaratasan. “Vaqtimas” degan gap yo‘q. Harakat qilmay o‘tirgan sen bor. Qo‘lidagi imkonlardan foydalanmay yurganlar bor. Yomon hayot yo‘q. Yaxshini anglab yetmagan inson bor. Paulo Koeloning “Alkimyogar” asarida shunday jumla bor:

**“Men na o‘tmishda, na kelajakda yashayapman. Mening faqat hozirim bor va meni yolg‘iz u qiziqtiradi. Doim hozirda yashashni o‘rganib olsang, baxtli inson sen bo‘lasan”.**

“Ikki kekxa bemorni kasalxonaning yangi xonasiga olib o‘tishibdi. Ikkalasingning

ham ahvoli jiddiy ekan. Bemorlarning biri deraza yonida, boshqasi narigi tomonda yotgan emish. Derazadan uzoqda yotgan xasta hech gapirmas, ko'zlari ojiz va o'pka kasalligidan azob chekardi.

Deraza yonida yotgan bemor ancha urinishdan keyin sherigini suhbatlashishga majbur qilibdi. Ikki bemor oldiniga oila va farzandlaridan gap ochishibdi. Xonadoshi bilan suhbatlashar ekan, ko'zi ojiz bemor tushkunlik kayfiyatidan xalos bo'la boshlabdi. Deraza yonidagi bemor hamshiradan deraza va pardani ochishini va ochiq havoga yaqin o'tirishni so'rabdi. Hamshira faqat bir soatga ruxsat beribdi.

Bu odam har kuni derazadan qarab, atrofdagi go'zalliklarni ko'zi ojiz insonga aytib beradigan bo'libdi. "Yo Allohim, juda go'zal tabiat va daraxtlar. Hatto uzoqdagi ko'lni ham ko'ryapman. Ajabo, katta ko'l ekan, yonida esa bog' bor. Ishonasanmi, bu ko'lda juda ko'p o'rdaklar suzib ketyapti, havo ham ajoyib", - debdi.

Ko'zi ojiz bemor esa uni katta hayrat va qiziqish bilan tinglarmish. Har kun shunday davom etibdi. Bir kun deraza yonida yotgan bemor vafot etibdi. Oradan vaqt o'tib, ko'zi ojizning yoniga boshqa bemorni olib kelishibdi.

"Qanchalik omadlisan, derazadan ajoyib manzarani, ko'lmakni ko'ryapsanmi", - deb so'rabdi ko'zi ojiz yangi bemordan.

"Qanaqa manzara, do'stim. Yonimda ulkan devor bor, xolos", - debdi yangi bemor.

Hayot bizga ortida ajoyib manzarasi bor deraza bermasligi mumkin. Ammo go'zal aql va xayol kuchi bergan. Insonlarni qanchalik xursand qilsang, o'zing ham shuncha baxtli yashaysan. Faqat o'z baxting uchun harakat qilsang, qayg'u ichida yashay boshlaysan. Agar baxtli bo'lishni xohlasang, pul bilan sotib olinmaydigan narsalarga oshno bo'l. Tabassum qil! Eng muhimi, senga berilgan imkoniyatlardan to'g'ri foydalan. Senga berilgan eng katta hadya yashashdir, qadrini bil, his qil va shu onni qo'lingdan chiqarma.

**Jorj Herberning ajoyib gapi bor:**

**"Kutma, to'g'ri vaqt kelmas. Kelgan joyingdan davom etaver.**

**Qo'lingda bo'lgan har imkondan foydalan. Odimlaganing sayin oldingda ko'p imkon paydo bo'laveradi".**



## Yo'qotishdan qo'rqadigan insonlaring seni yo'qotishdan qo'rqmaydi

Atrofingdagilarni sening baxtli yoki baxtsizliging qiziqtiradimi? Kim sendan xavotir olyapti? Oxirgi marta seni kim tushungandi? Yaxshilab o'ylab ko'rsang, yonimda deb o'ylagan insonlaring, aslida og'izda yoningda bo'lganlarini fahmlab yetasan.

Birovlar xursandchiligi uchun o'zingni o'qqa-cho'qqa uraverding. Yetmaganiga, o'tmishida o'rning bo'lmagan insonlarni o'tmishim deding. Endi ularni yo'qotishdan ham qo'rqyapsan. Mendan so'rasang, juda katta xato qilmoqdasan. Sen haqingda o'ylamagan insonlar uchun boringni berishdan toliqmadingmi? Faqat o'zini o'ylaydigan insonlar uchun o'zingni yerga uraverishdan-chi?

Yo'qotishdan qo'rqqanlaring seni yo'qotishdan qo'rqmayapti. Afsus, haqiqatni ko'zlaring ko'rmayapti. Bu o'zingga qilgan eng katta adolatsizliging.

Ko'zlaringni och endi! O'tmishida bo'lmaganing u insonlar uchun qimmatli vaqtingni sarflama! Seni mensimayotganlar uchun nimadir qilishga urinma. Seni yo'qotishdan bir on bo'lsa ham qo'rqmaydigan odamni yo'qotishdan qo'rqma!

Yo'qotishdan qo'rqqan nimang bo'lsa, barini qo'yib yubor. Hurmat qilganlaringga sening hatto xafaliging qiziqmas.

Endi ular bilan sening ham ishing bo'lmaydi!!!

**Yo'qotmaslik uchun kurashgandan ko'ra, yo'qotishdan qo'rqayotgan narsangni o'z holiga qo'y!**

## **Yo'qotish g'olib bo'lishni o'rgatgani uchun ham go'zaldir**

Yutqazganingdan so'ng ham o'zingni topadigan bo'lsang, bu zafar quchganingni anglatadi.

Bekordan bekorga yo'qotmagan bo'lasan. Yo'qotsang-da, g'olib sen bo'lasan. "Yo'qotdim" deya bir burchakka bekinib olmasan. Insonlar va hayot sendan nimalarni tortib olgan bo'lsa, qanday yiqitishgan bo'lsa, oyoqqa turib barini bir-bir qaytarib olasan.

Yo'qotib yiqilganingda oyoqqa turish uchun harakat qiladigan bo'lsang, ishonaver, sen hech narsani yo'qotmagansan.

Hammasi ostin-ustun bo'lib ketishi mumkin. Botgan botqog'ingdan qaytib chiqqan olmasliging ham ehtimol. Ammo sen o'zingni mendan ham yaxshi bilasan-ku. Qani, qad-dingni rostla. Seni yiqitganlardan intiqomni takroran oyoqqa turish bilan olasan. Sen mag'lubiyatni tan oladigan insonlardan emas-san. Buni mendan ham yaxshi bilasan.

**Yiqilib, oyoqqa qayta tura olmasli-  
gingni istaganlar bor.  
Ularga qanday javob qaytarishni juda  
yaxshi bilasan!**



## **Tushunmaganga tushuntirishga urinish ham bir kasallik**

Hazrati Mavlononing bir gapini juda yaxshi ko'raman:

**“Sen nima desang deyaver, so'zlaganing qarshingdagining anglagani qadardir”.**

Tushunishni xohlaganlar sukunatimdan ham meni anglashi mumkin bo'lgan bu hayotda o'zimni tushuntirish uchun aytmagan gapim qolmadi.

Birovlarga o'zimni anglatish uchun bo'g'zim bo'g'ilib harakat qilgan kunlarim, sizlarni hech ham sog'inmayman. Sog'inish niyatim ham yo'q. Inson o'ziga qilgan eng katta isyoni - tushunmaganga tushuntirishga urinishdir.

Koshki, deyman ba'zida. Koshki vaqtni ortga qaytara olish imkonim bo'lsa, meni tushunmaganlarning yuzlariga aslo qaramagan bo'lar edim. Ba'zan shunday bo'larkan, yashamaguncha hech narsani bilmas ekansan. Narsalar doim ham ko'rganingdek bo'lib chiqmaydi.

Ug'ur Ko'kbulut aytgan edi:

**“Yiqilganingda kulib, turib ketishni o'rgan.**

**So'zingni tushunmaganga tushuntirishing, ayrim narsalarni o'zgartirish uchun chiranishlaring, insoniy tuyg'usi bo'lmaganlar uchun harakat qilishing seni battar holdan toydiradi”.**

Shu narsani anglanimdan beri birovga tushuntirishga harakat ham qilmaydigan bo'ldim. Jim bo'ldim. Uzoqlashdim. Bu vaziyatda o'zlarini haq deb bilganlarga ham e'tibor qilmadim. Mayli, ular o'zlarini haq deb bilaverishsin. Tushunmaganga tushuntirmayman. Dostoyevskiy shunday degan edi:

**“Dilini og'ritmaslik, o'zimga yarashmagan ishni qilmaslik uchun kimga javob qaytarmagan bo'lsam, ular o'zini haq deb o'yladi”.**

## Hammasiga aybdor o'zimm

Ba'zan hech kim meni ranjitmagan, qadrsiz qilmaganday his qilaman. Meni yaralagan va ranjitganlardan xafa emasman.

Hayotining bir soniyasiga ham aylanmagan odamlarga hayotimga kirishga o'zim izn berdim, ranjitishlariga qo'yib berdim. Ularning hech aybi yo'q. Imkon bergan – men. Ular esa fursatdan unumli foydalanib qolishdi.

Yaxshi niyatlarim suiiste'mol qilindi. Hech kim menga zarar bermadi. Qarshimga kelgan hammani o'zim kabi qabul qildim. Yiqilishsa, birinchi chopgan o'zim, meni qadrlamaganlarni qadrlagan ham o'zim bo'ldim. Hech kechirilmaydigan ishlarni menga qilishganda, kechirib yuborgan ham men bo'ldim. Ular shunday bo'lgani uchun men ham ulardek bo'lishga majbur emasman.

Xafa bo'ldingmi? Ha.

Ranjidingmi? Ha.

Ammo bular uchun o'zimni doim ayblab yurmayman.

Meni hech kim xafa qilmadi. O'zim izn

berdim bariga. Buni tan olaman. Hammasiga aybdor o'zim.

Eleonora Ruzvelt to'laqonli haq gapni aytgan ekan:

**“Hech kim o'zing izn bermaguningcha seni senga qadrsiz his qildirmas”.**



## **Biz biroz bo'rttirib yubordik**

Biz xohlaganimiz uchungina yonimizda bo'ladiganlar sabab o'zimizni ancha azobladik. Masalan, shu haqiqatni ham unutib qo'ydik: hayotimizda o'zini voz kechib bo'lmas deb o'ylaydigan, butun dunyo mening atrofidamda aylanadi, shu kichkina tog'larni men yaratdim, deydigan insonlar bor-ku, ana o'shalar biz istasak – bor, istamasak – yo'q. Hammasi aslida juda oddiy. O'sha noloyiq kimsalar o'zlari loyiq bo'lmagan hayotga kirdilar va yetmaganiga, yelkamizga ortiqcha yuk bo'ldilar. Chunki bunga biz izn berdik. Ularni juda yaxshi ko'rganimizdan hamma narsa ular xohlagandek bo'lsin dedik, osmonlarga ko'tardik. Xo'sh, keyin-chi? Ularni ko'klarga ko'targan sari o'zimizni yerga urib boraverdik. Ular arzidimi, shunga loyiq bo'lishdimi? Aslo. Kech bo'lsa ham shu achchiq haqiqatni tushunib yetdik. Ulardan voz kechish qiyin emas ekan, voz kechmagan biz edik. Ularni porlasin deya o'zimiz so'nib borayotgan ekanmiz.

Jan Yujel aytganidek:  
**“Qarshingizdagi inson sizni hayotining qaysi o'rniga munosib bilsa, siz ham uni hayotingizdagi shunday joyga qo'ying”.**

## Vaqting emas, ko'ngling yo'q, ko'ngil bo'lsa ham, hafsalang yo'q

Ancha payt qobig'ingga o'ralib, o'zingni tinglab bo'lgach, hayotingda seni sen kabi tushuna oladigan bir kishiga ehtiyoj sezasan. Sevoladigan demadim, tushuna oladigan, deyaрман.

Menga qo'yib bersangiz, tushunish sevishdan ham ko'ra muhimroqdir. Seni tushunmagan insonni seva olmaysan. Tushunmagan insondan sevgi ham kuta olmaysan. Zehnida zarracha tushunish tuyg'usi bo'lmagan tanadagi qalbdan senga iliq muhabbat ham chiqmaydi.

Masalan, men hayotimda dadam bilan hech ham dardlashmadim. Bu bo'shliq sabab paydo bo'lgan muhabbatsizlik menga yanglish qarorlar berdi. Yanglish insonlarni tanitdi. Oldinlari tushunishdan ko'ra sevishga ko'p e'tibor qaratgan ekanman. Ammo hozir unday emas.

Birdan hayoting shunday ko'z oldingda namoyon bo'ladiki, hayot haqiqatlari birinchi

o'ringa chiqib oladi. Vaqt o'tib, ana-mana deguncha yolg'iz qolasan va seni tushuna oladigan bir insonni xohlashni boshlaysan.

Yoningdaligini his qilishing, yoningdaligini his qildiradigan, birga kulib, birga yig'laydigan odam istaydi qalbing. Boshqacha aytganda, huzurni izlaysan.

Har safar qaysi gulga qo'l cho'zsam, qurib qolaverdi. Har safar o'qiganimda ichimni yaralaydigan bir jumla bor:

**"Inson o'zini tushunadigan va o'zi ham tushunadigan odam bilan gullaydi".**

Shunday insonni izlayotganimda bittasini uchratdim. U boshqa birov bilan olti, yetti oy oldin munosabatlarini tugatgan ekan. Shu paytgacha eng sof tuyg'ularini bir kishiga isrof qilgan ekan. U o'zini bir bo'shliqda yashayotgandek his qilardi. Tushunish, tushunilish, sevish va sevilishdan tamoman yiroqlashgan, hayot oqimida suzayotgan bir inson edi. Bir shaharda yashasak-da, deyarli ko'risholmasdik. Chunki vaqti yo'qligini aytar edi. Rosti, uchrashuvlarimizni sanasam, barmoqlarim ko'plik qiladi. Biroz vaqt jim-jit bo'lib ketdik. Men o'zimni sevdirishga harakat qilmadim.

Chunki endi men boshqalarga o'zimni sevdiradigan daftarimni yopgan edim. O'zimni majburlab sevdira olmasdim. Faqat boshida o'zi xohlayotgandek talpinib, keyin mendan o'zini olib qochganiga ko'nika olmas edim.



Men ham oldingidek kimsaga talpinmaydigan bo'lib qolganman. Ustiga-ustak, u ham men tomon qadam tashlamas edi. Hayotda hech ko'nika olmaganim va meni holdan toydirgan narsa noaniqlik edi. Bu noaniqlik ichida yana ham ko'p qolib ketmaslik uchun yuzma-yuz ko'rishib, gaplashib olaylik, dedim.

Xuddi menga bir kunda yigirma to'rt soat, unga o'n besh soat berilgandek, yana vaqti yo'qligini pesh qildi. Ayni o'sha paytda Bob Marliy menga shunday dedi:

**“Sen uchun harakat qilmagan inson ketishingni kutayotgan bo'ladi”.**

Men ham ketdim. Na u Layli bo'ldi, na men Majnun. Bu hikoya biz uchun boshlanmasdan oldin tugagan edi. Hayron bo'ldimmi? Aslo yo'q!

Bir kun do'stim bilan bir restoranga boranimda, bilasizlarmi kimni ko'rdim? Menga doimiy vaqti bo'lmayotganini bahona qilgan - uni. Yetmaganiga, yonida boshqasi ham bor edi.

Do'stim ham sezdi, shekilli: “Istasang, boshqa joyga borib o'tiramiz”, - dedi. “Yo'q, muammo yo'q. Shu yer yaxshi”, - dedim. U meni ko'rmadi, ammo men uni juda yaxshi ko'rib turar edim.

G'oyatda baxtli, qarshisidagi insonga juda iliq munosabatda edi. Keyin do'stinga qarab: “Vaqtim yo'q degan gap yo'q, do'stim,

ko'nglim yo'q degan narsa bor. Ko'nglim bo'lsa ham hafsala va xohishim yo'q, degan narsa bor”, dedim. Va kim aytgani aniq esimda yo'q, ammo juda sevaman mana bu jumlaning:

**“Hatto bir buta ham o'ziga talpingan qushni itarib tashlamaydi, biz uchratgan shu qalblarga qara”.**

Vaqtim yo'q bahonasi bilan qochgan insonning hayotida eshik tutqichini tutib turma. U hayotida bo'lishing uchun senga bo'sh vaqtini topishini ham kutib ovora bo'lma. Sevmoq va qadrlamoq vaqt ajratishdir. Bo'sh vaqtlarni to'ldirish emas.

Ayrimlar shularni hech anglab yetmadi-da. Bu hayotda senga kaktus, boshqalarga moychechak bo'lgan kimsalar bor. Ana o'shalardan uzoq bo'l.

O'zimizni o'zimiz ovutmaylik. Hammaning vaqti bor. Faqat qiziqayotgani biz emas-miz. Ko'nglidagi biz emasmiz.

Shunday ekan, bizni xohlamagan qalbdan qoladigan darajada g'urursiz emasmiz. Ular ham voz kechilmas emas.

Uchrashmay qo'yganimizdan bir oy o'tib, koronavirus yuqtirib oldim. Buni eshitgach, menga xabar yozibdi.

“Kasal bo'lib qolibsan, hozir xabar topdim. Umid qilamanki, ahvoling yaxshi. Nimagadir ehtiyoj bo'lsa, darhol menga qo'ng'iroq qil. Sen kuchli insonsan. Hammasi-

ni yengganing kabi buni ham yengib o'tasan", deyilgan maktubda.

Bu xabarga nima deb ham javob yozar edim. Albatta, hech nima. Javob ham qaytar-madim.

"Qasoskormisan?" deyapsizmi? Aslo. Sog'ligimda ko'rishga kelmagan bemorligim-da kelarmidi? Xuddi birovdan qadr va e'tibor ko'rishimiz uchun o'lishimiz kerakdek. Yoki eng kamida kasal bo'lishimiz kerakmi. Essiz...

Qo'lidagini yo'qotganidan keyin to'kil-gan ko'z yoshlar timsohning ko'z yoshlari-ga o'xshaydi. Keyin kirgan aqling, g'ururga berilib javob berilmagan qo'ng'iroqlar menga Livanelining shu so'zlarini eslatadi:

**"Salomatligimda kelmagan eding, o'ldim, azamga keldingmi?"**

## **Sen hech kimning o'rnini bosuvchi emassan**

Ko'ngillari tusaganda kelishadi, xohla-ganda ketishadi. Seni ikkinchi o'ringa qo'yishadi. Atrofida sendan-da yaqini bo'lsa, seni eslamaydi. Hech kimi qolmaganda yana senga qaytadi va sen yana uni qabul qilasan, shundaymi?

Shuni tushunsang-chi: sen kimningdir bo'sh vaqtini to'ldiradigan, ikkinchi va uchin-chi o'rinda turadigan, xohlaganida qo'ng'iroq qiladigan, xohlamasa, eslamaydigan insoni emassan. Sen boshqa birovlarining o'rnini bo-suvchi emassan.

Hazrati Mavlono aytgan ekan:

**"O'zingni kichik hisoblashni bas qil. Sen bir koinotsan".**

Senga ko'ngli tusaganida qo'ng'iroq qilib, izlab qolishlariga izn berma. Chunki sen o'zing uchun qadrlisan. O'zi nima xohlayot-ganini bilmaydigan manman insonlar uchun quvvatingni sarf qilma!

Bundan keyin kim seni qanchalik qadr-lab, hurmatingni joyiga qo'ysa, ana o'shalarga



o'zidek javob qaytarasan. Bundan ortig'i yo'q. Keragidan ortiq qadrlash ham isrof ekan. Tuyg'ularingni isrof qilmaysan. Mo'jizani ni insonlardan izlamay qo'yaver. Mo'jizani o'zingda, mo'jizani sensan!!!

**“Hayotda nima bo'lsang bo'lgin-u, aslo birovning o'rnini bosuvchi bo'lma!”**

## **Senga tegishli bo'lsa, qo'yib yuborsang ham seni sevadi**

Bir paytlar hayotimga kirgan odam mendan ketmasin deya rosa harakat qilganman. Uni yo'qotishdan qo'rqqanman. Bildimki, o'rinsiz xavotir olganman.

Ketishni xohlagan sening qo'rquvingga qarab turmaydi. Qancha bog'lansang bog'lan, qanchalik sevsang sev, odam o'ziga loyig'ini sevadi. Yo'qotishdan qo'rqadigan darajada sevsang ham, bu qolishlari uchun asos bo'lmaydi. Vaqti kelib yo'qotishni qo'rqqanlarimizni qo'yib yuboramiz. Men ham ularni qo'yib yubordim.

Ketish yoki qolish o'zlariga havola. Qadrlab sevganim uchun oldingi xatolariga ko'zyungan insonlarim bor edi. Anchadan keyin sevilganini his qilgan insonning nonko'rliги bilan kurashish juda qiyin ekanligini anglab yetdim.

O'zini voz kechilmas deb biladiganlar bilan ortiq ishim yo'q!

“Ilgari yo‘qotishdan qo‘rqanlarim etagiga mahkam yopishar edim, hozir esa hammasini qo‘yib yubordim”.

## Salomga yarasha alik oldik

Zigmund Freyd deydi:

**“Insonlar sendan oldingidek foydalanolmasa, o‘zgaribsana, deyishadi”.**

Qadrdonlarim iltimoslarini so‘zsiz bajari-shimga shunday o‘rganib qolishganidan hatto meni mensimay qo‘yishdi. Men ham ularning istagani kabi emas, qanday bo‘lsam, shunday bo‘lishga qaror qildim. Ulardan uzoqlashdim.

Yaralarimiz sababchisi shular, deyish-ni bas qilaylik. Ularga pichoqni biz tutqazdik. Na iloj, sevish va qadrlashga javob bunday bo‘lmasligi kerak edi.

Har safar meni oldingidek o‘yinchoq qila olmayotgan insonlarning sen o‘zgarding, deyishlari endi meni hayron qoldirmaydi.

Eh azizlarim, men o‘zgarmadim, faqat salomga yarasha alik olmoqdaman, xolos.

O‘zgarganimni pesh qilib, hayotimda bo‘lishni xohlamaganlarga eshikni ko‘rsatdim.



Men bo'lmasam ham hayotida hech narsa o'zgarmaydigan insonlarning yo'qligi mening hayotimni ham o'zgartirmaydi.

Hozir bularni aytishdan hech ham charchamaydigan ahvoldaman:

**Mayli, siz meni o'zgardi, deb o'ylang, men aslida o'zingizga yarasha javob qaytaryapman.**