

Mirach Chag'ri Oqtosh

***HAYOT YUTQAZGAN
JOYINGDAN
BOSHLANAR***

*“Yutqazganingda emas,
voz kechganingda yengilasan”.*

@Hayrli_umidlar

Mirach Chag'ri Oqtosh

Hayot yutqazgan joyingdan boshlanar



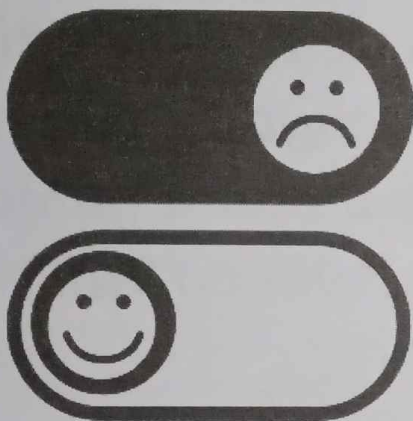
Darveshdan so'radilar:

“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 musibatlarga 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 unutmassan, 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'nikmadingmi? 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 qolmayman.

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'tolmayman. 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 aytna! 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.

Suvsizlikdantinkasiqurib, 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'rningdan 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".



*"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'liga 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'zinga 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 bosh-
lanadi. Ishonch, ishonch va yana ishonch.

Ishonmagan insonlaring orqasidan er-
gashib ketavermaysan-ku, to'g'rimi? Oldin
ishonch hosil qilasan.

O'zingni bunga ishontirmasang yoki qo-
chadigan bo'lsang, quvishadi. Tan ol. Azoblar,
qiyinchiliklar, hayotingda bo'lib o'tgan har
bir yomon kunlarni qabul qil, tan ol. Ular-
ga kuchingni ko'rsatib qo'y. Har birini qabul
qilganingdan keyin o'zingda yanada ko'proq
kuchni his qila boshlaysan. Endi hamma-
si 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, ham-
masini orqaga tashlab, qo'l siltashni, voz ke-
chishni xohlaysan. Kimdir voz kechib ketadi,
kimdir davom etadi.

Endi senga savol beraman: "Tuga-
tasanmi? Davom etasanmi?"

Bu kitob hali qo'lingda ekanligiga qa-
raganda, davom etaman, deb javob bermoq-
chisan.

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

Hech qanday dard seni tiz cho'ktirmasli-
giga, bu azoblar bir umr davom etmasligiga
o'zingni ishontirsang, o'yin g'olibi sen bo'la-
san. 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 ularni 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:

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 arziyas 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'lmashliklari, 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 olmasli-ging seni charchatadigan juda katta yuk bo'la-di, 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 sen-ga qilingan haqsizliklarni, azoblarni, to'kkan yoshlaringni va boshingga kelgan har bir omad-sizliklarni ko'z oldingga keltir.

Nimalarni ko'ryapsan? Senga shularni ravo ko'rgan insonlarni, to'g'rimi? Oralarida ke-chirmaganing va "aslo kechirmayman" deganla-ring ham bor, shundaymi? Hatto bir vaqtlar shu insonlar bilan et va tirnoq kabi eding. Nimalardir bo'ldi-yu, seni mensimadi, ishonchingni sindir-di, xafa qilib, o'z ismini kechirilmaydiganlar qa-toriga 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 kechirishiga 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 holda 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 qilasanki, "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 yelkalariningda 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'zilar paketlariga uchtdan, 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, ozod-san...

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 quvvatingni 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 keldi. 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-

Hayot yutqazgan joyingdan boshlanar

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 ishlaringni 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 biron 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 ashular 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 yozishi atrofdagilarni xavotirga sola boshladi. Barcha qoralamalarini 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. Ichidagi 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 gashtini qanday sura olasan? Kris Gardnerning hayoti ochib berilgan "Baxt izlab" filmidagi bir sahnada ota rolini gavdalandirgan 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 uddalay olmagani sabab sen ham bajara olmasligingni aytishadi. Nimadir qilmoqchi bo'lsang, uni qiyin bo'lsa ham bajar".

Endi senga savol: "Qila olmayman, qo'lingdan kelmaydi, sendan hech kim chiqmaydi", deganlarning niyatini amalga oshirasanmi? Yoki ichingdagi sasni tinglab, o'zingga ishonib, harakatda davom etasanmi?

Menga eplolmayman, 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 yoninga 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.