

ДЕЙЛ КАРНЕГИ

БЕЗОВТАЛИҚДАН ХАЛОС
БЎЛИШ ВА ЯНГИ ҲАЁТ
БОШЛАШ СИРЛАРИ

Тошкент
«Янги аср авлоди»
2009

Кундалик ҳаётда ташвишларга шунчалик ўралашиб қоламизки, у бизни безовталиқ, саросималиқ, ранж-алам ва дилгирликка дучор қилади. Оқибатда ўзимизга касаллик орттирганимизни билмай қоламиз. Кучли сиқилиш, нохуш ўй-хаёллар бизни ич-ичимиздан кемира бошлайди. Дард чекамиз, ҳатто тўшакка миҳланиб қоламиз. Ваҳоланки, безовталиқдан халос бўлишнинг ечими оддий. Бунга мазкур китобни ўқиб чиқиб, ишонч ҳосил қилишингиз шубҳасиз. Дунёга машҳур руҳшунос Дейл Карнеги қолдирган бебаҳо мерос сизни янги марралар сари ундайди, деган умиддамиз. Китобда безовталиқнинг омиллари, ечими баробарида турфа инсонлар ҳаётидаги турли ҳолатлар мисол тариқасида келтирилади. Ўқинг, уқинг, қўлланг. Ана шунда ҳаётингизда янги саҳифалар очилганига амин бўласиз.

Китоб кенг ўқувчилар оммаси учун мўлжалланган.

Таржимон
Фатҳулла НАМОЗОВ

ISBN 978-9943-08-397-4

© Дейл Карнеги «Безовталиқдан халос бўлиш ва янги ҳаёт бошлаш сирлари». «Янги аср авлоди», 2009 йил.

БУ КИТОБ ҚАЙ ТАРИҚА ВА НИМА САБАБДАН ЁЗИЛДИ

Ўттиз беш йил муқаддам мен ўзимни Нью-Йоркдаги энг бахтсиз йигитлардан бири деб ҳисоблар эдим. Мен юк машиналарини сотиш билан шуғулланар ва шундан келади-ган даромад ҳисобига кун кечирардим. Механизмлар ҳаракати билан бошқариладиган юк машиналарини мутлақо тушунмасдим, тушунишни истамас ҳам эдим, чунки ишимни кўргани кўзим йўқ эди. Сувараклар ғужғон ўйнаган, арзон мебеллар билан жиҳозланган Фарбий кўчадаги 56-уйда яшаш мен учун ўлимдан ҳам оғир эди. Ҳозиргача эсимда, хона деворида бўйинбоғларим осиглиқ турар, эрталаб тоза бўйинбоғни олмоқчи бўлсам, сувараклар ҳар томонга қараб қочарди. Жирканиб бўлса-да, сувараклар билан тўлиб-тошган арзон иркит ошхоналарда овқатланардим.

Ҳар куни кечқурун бошим қақшаб, дилгир, умидсиз ҳолда ғазаб ва аламга тўлиб кимсасиз кулбамга қайтар эдим. Қаҳр-ғазабга минишимнинг боиси шунда эдики, коллежда ўқиб юрган пайтдаги орзуларимнинг бари саробга айланганди. Шу ҳам ҳаёт бўлди-ю, деб ўйлардим. Ҳамиша интиқ бўлиб кутган музаффар кун қани? Наҳотки, ҳаётим бутун умр шундай ўтса, нега мен нафратимни қўзғатадиган ишга боришим, сувараклар билан тўла хонада яшашим, ёқимсиз овқатларни тановул қилишим керак, наҳотки келажақдан ҳеч қандай умид бўлмаса?.. Мен ўқиш ва китоб ёзиш учун бўш вақт бўлишини интизорлик билан кутардим. Бу ҳақда ҳали коллежда ўқиб юрганымда ўйлаган эдим.

Билардим, ўзимга ёқмаган ишдан воз кечсам, ҳеч нарса йўқотмайман ва аксинча кўп нарсага эга бўламан. Мени катта пуллар қизиқтирмас, ҳаётим қизиқарли бўлишини истардим, холос. Хуллас, мен Рубикон ҳузурига келдим, яъни ўзларининг ҳаёт йўларини эндигина бошлаган ёш йигит-

лар бир қарорга келган вазиятга қадам қўйдим. Шундай қарорга келдимки, у ҳаётимни тубдан ўзгартириб юборди. Кейинги ўттиз беш йиллик ҳаёлий умидвор ҳаётимни осмон баробар кўтариб, мени бахтиёр ва мамнун этди.

Қарорим шундай эди: мен нафрат қўзғайдиган ишдан воз кечишим шарт. Шу тарзда Миссури штатидаги Уорренсберг педагогика коллежида тўрт йил таҳсил олдим, кечки мактабларда катта ёшларни ўқитиш жараёнида ўзимни ҳаётга тайёрлаш мақсадини тўлиқ англадим. Шунда китоб ўқиш, маърузаларга тайёрланиш, роман ва ҳикоялар ёзиш учун бўш вақт бўлар эди. Мен "ёзиш учун яшаш, яшаш учун ёзиш"га берилиб кетдим.

Кечқурун ёши катталарга қайси фандан сабоқ берсам экан? Коллеждаги машғулотларимни эслаб, шуни тушундимки, барча дарслардан кўра иш юритишда, умуман, ҳаётда энг муҳими ва фойдалиси муомала санъати экан. Нега? Чунки шу санъатни эгаллаганим туфайли ўзимдаги журъатсизлик ва ишончсизликни енгдим, муомалада дадиллик ва маҳорат орттирдим. Шунингдек, ўз қатъий нуқтаи назарига эга одамгина бошқалар устидан раҳбарлик қила олишини англаб етдим.

Мен Колумбия ва Нью-Йорк университети кечки курсларида нотиқлик санъатидан дарс берувчи ўқитувчилик лавозимига ўтиш учун ариза бердим. Аммо бу университетлар менинг ёрдамимга асло муҳтож эмас экан.

Шунда жуда ранжидим, лекин кейинчалик маълум бўлдики, менга бахт кулиб боққан ва мен ҳеч нарса йўқотмаган эканман. Мен ўсмирлар насроний уюшмаси кечки мактабида машғулот ўта бошладим, бунда муайян натижаларга тезликда эришишим шарт эди. Олдимда мураккаб вазифа турарди! Ёши катталар менинг машғулотларимга диплом олиш ёки ижтимоий нуфуз илинжида келмасдилар, албатта. Улар фақат бир мақсад — ўз муаммоларини ҳал этиш учун келишар эди. Улар турли ишга доир мунозараларда қўрқувдан ҳушдан кетиб қолмасдан ўз нуқтаи назарини қатъий ҳимоя қилиш маҳоратини эгаллашга тиришардилар. Савдо агентлари дадил бўлиш учун квартал атрофини уч марта айланмасдан камгап мижоз билан тезда тил топиш маҳоратини эгалласам, дерди. Улар ўзларини йўқотиб қўймас-

лик ва ўзларида ишончни мустаҳкамлаш кўникмаларини ривожлантиришни истар эдилар. Ишларида олдинга силжишни хоҳлашар, кўп пул ишлаш ва оиласини бемалол таъминлаш доимий истаклари эди. Ўқигани учун улар вақти-вақти билан бадал тўлашар, агар машғулотлар кўнгилдагидек натижа бермаса, пул тўлашни бас қилишарди, лекин мен ҳеч вақт шикоят эшитганим йўқ, фақат даромаддан келадиган фоиз билан кифояланардим, очдан ўлмаслик учун кўпроқ амалиётчи бўлишга тўғри келарди.

Ўша пайтда менга офир шароитда машғулот ўтказишга тўғри келгандай туюлган эди, аммо ҳозир англасам, бебаҳо тажриба тўплаган эканман. Мендан ўқувчиларимда қизиқиш малакасини ошириш талаб этиларди. Мен уларнинг муаммоларини ечишга ёрдам беришим зарур эди. Ҳар бир машғулотни ёрқин ва таъсирчан ўтказишим шарт эди, токи бу машғулотни давом эттириш учун ўқувчиларда иштиёқ пайдо бўлсин.

Бу жуда мароқли фаолият эди. Ва мен ўз ишимни ниҳоятда ёқтириб қолдим. Мени шуниси ҳайратлантирдик, ишбилармон кишилар тезда ўзларида ишонч ҳосил қилиб, хизмат пиллапояларидан анча илгариларидилар, уларнинг моянаси ҳам анча ўсди. Муваффақият менинг кўқдаги орзуларимдан ҳам анча зиёд эди. Орадан уч ой ўтгач, илгари ҳар кечки маъруза учун беш доллар тўлашдан бош тортган уюшма энди даромаддан устама фоиз ҳисобида ўттиз доллардан тўлай бошлади. Мен дастлаб нотиклик санъатидан машғулот ўтказардим. Йиллар давомида англадимки, менинг ёши катта талабаларим ҳам дўстлар орттириш ва одамларга таъсир кўрсатишга жуда муҳтож экан. Бу борада маъқул келадиган ўқув қўлланмаси топа олмаганим сабабли жамиятда одамлар орасидаги муносабатга доир китоб ёздим. У ёзилди, йўқ, у оддий тарзда ёзилгани йўқ. Ёши катта тингловчиларимнинг ҳаётий тажрибалари асосида яратилиб, шу асосда дунёга келди. Мен уни "Қандай қилиб дўстлар орттириш ва одамларга таъсир кўрсатиш мумкин?" деб номладим. Китоб тингловчиларим учун ўқув қўлланмаси тарзида ёзилган бўлса-да, мен яна тўртта бошқа китоб ёздим, у ҳақда ҳеч ким билмасди, ўзим ҳам уларни шу қадар кенг тарқалиб кетади, деб хаёлимга келтирмаган эдим,

балки ҳозирга қадар энг кўп олқиш олишга сазовор бўлган муаллифлардан бири ҳисоблансам керак.

Йиллар ўтди ва мен тингловчиларимнинг энг асосий муаммоларидан бири безовталиқ эканини англадим. Уларнинг кўпчилиги ишбилармон кишилар — маъмурий ходимлар, савдо агентлари, муҳандислар, ҳисобчилар, турли соҳа ва касб-ҳунар мутахассислари бўлиб, аксарияти олдида муайян муаммолар кўндаланг турарди! Машгулотларда аёллар — хизматчи ва уй бекалари ҳам иштирок этарди. Уларнинг ҳам муаммолари мавжуд эди. Ўз-ўзидан аён эдики, безовталиқни қандай бартараф этиш ҳақида ўқув қўлланмаси зарур ва мен шундай китобларни топишга яна ҳаракат қилдим. Нью-Йорк марказий кутубхонасига йўл олдим ва у ерда мени "Безовталиқ" рукни остида фақат 22 номдаги китоб борлиги ҳайратга солди. Қарта ўйинига оид "Таппон" рукни остида эса 189 та китоб ҳисобда туришини билиб ҳайратим ошди. Безовталиқка нисбатан қарта ўйинига тегишли китоб деярли тўққиз марта кўп эди. Ғалати-я, шундай эмасми? Ахир безовталиқ бутун инсоният олдида турган энг катта муаммолардан бири-ку! Ўз-ўзидан маълумки, "Безовталиқни қандай бартараф этиш мумкин?" номли курс мамлакатнинг барча ўрта мактаб ва коллежларида ўтилиши шарт бўлади. Аммо мазкур масалага оид ўқув қўлланмасини мамлакатимиз ўқув юртларининг бирортасидан ҳам топа олмадим. Дэвид Сибири "Безовталиқни қандай бартараф этиш керак?" номли китобида қуйидагиларни ёзганида, ҳайрон қолмаслик керак: *"Китобни кемурувчи Ғумбак балетга тушиш учун қанчалиқ нотайёр бўлса, биз ҳам ўсмирлик пайтимизда ҳаётий ташвишларга шунчалик нотайёр ҳолда қадам қўямиз"*.

Натижада нима бўлади? Мамлакатимиз шифохоналаридаги ўринлар сонининг деярли ярмидан кўпи асаб ва руҳий дилсиёҳликдан азоб чекувчи кишилар билан банддир. Мен Нью-Йорк марказий кутубхонаси тоқчасидаги безовталиқ билан боғлиқ ана шу йигирма иккита китобни ўқиб чиқдим. Шу билан бирга мазкур масалага доир топган китобларнинг барини сотиб олдим. Лекин улар орасида ўзим машгулот ўтаётган курсга яроқли бирор қўлланмани топа олмадим. Шунда бундай китобни ўзим ёзишга қарор қилдим.

Бу китоб устида ишлаш учун етти йил муқаддам тайёр-гарлик кўрган эдим. Қай тарзда? Барча асрларда ўтган файласуфларнинг безовталиқ ҳақидаги фикрларини ўқиб чиқдим. Шу билан бирга Конфуцийдан тортиб Черчилга қадар юзлаб таржимаи ҳолларни ўргандим. Турли соҳадаги машҳур кишилар, масалан, Жек Демпси, генерал Омар Брэдли, генерал Марк Кларк, Генри Форд, Элеонора Рузвельт, Дороти Дикс билан суҳбатлашдим. Аммо булар ҳали дебоचा эди.

Бинобарин, мен суҳбат ва мутолаадан ташқари ниҳоятда муҳим бир иш билан ҳам банд бўлдим. Беш йил давомида безовталиқка алоқадор муаммоларни тадқиқ этувчи лабораторияда тер тўқдим. Лаборатория курсимиз қошида ташкил этилган эди. Менга маълум бўлишича, бу дунёда мазкур йўналишдаги биринчи ва ягона лабораториядир. Фаолиятимиз қуйидагича ташкил қилинган эди. Биз тингловчиларга безовталиқ билан курашга тегишли қатор қоидаларни бериб, уни турмушга татбиқ этишни сўрар эдик, сўнг қўлга киритилган натижалар хусусида машғулотлар пайтида ахборот бериш талаб этиларди.

Бошқа тингловчилар безовталиқ билан курашда илгари қўллаган усуллари ҳақида сўзлаб берардилар.

Бунинг натижаси ўлароқ, "Безовталиқни қандай тарқатдим?" деган мавзуда дунёда ҳеч ким мендек кўп ҳикоя тингламаган бўлса керак. Шу билан бирга мен почта орқали каминага жўнатилган шу мавзуга доир юзлаб ҳикояларни ўқиб чиққанман. Уларнинг аксарияти АҚШ ва Канаданинг бир юз етмишта шаҳрида ўтказилган курсимиз мукофотига сазовор бўлган эди. Мазкур китоб фил суягидан ясалган минора устида яратилган эмас, албатта. Шунингдек, у безовталиқка қарши курашни кўрсатувчи академик трактат ҳам ҳисобланмайди. Мен безовталиқдан халос бўлган минглаб кишиларнинг аниқ дадилларига асосланган, энгил ўқиладиган ихчам китоб ёзишга ҳаракат қилдим. Бир нарса аниқ: бу китоб амалий қўлланмадир. Сиз уни ўрганишга киришаверишингиз мумкин.

Шуни хушнудлик билан маълум қиламанки, бу китобда тасаввур қилинган хаёлий "Жаноб Б.." ёки тўқиб чиқарилган, шахсини тиклаб бўлмайдиган "Мэри ва Жон" ҳақида-

ги ҳикояларни топа олмайсиз. Китоб ҳаққоний ёзилган. У ҳужжатли манбаларга асосланган. “Фан, — деган эди француз файласуфи Валери, — ўзини оқлаган рецептлар тўпламидан иборатдир”. Менинг китобим ҳам вақт синовидан ўтган ва ҳаётимиздан безовталиқни бартараф этишга имкон берувчи, ўзини оқлаган андазалар тўпламидан иборатдир. Шу билан бирга огоҳлантириб қўяй: сиз қандайдир янги нарсани пайқамассиз, лекин унда кундалиқ турмушда қўлланмайдиган нарсани топасиз. Шундай ҳолда қандайдир янги нарсанинг ҳожати ҳам йўқ. Биз мукамал ҳаёт кечиришни тўлиқ биламиз, албатта. Бизнинг фожиамиз саводсизликда эмас, балки фаолият кўрсатмасликда. Мазкур китобнинг мақсади — қадимий ва унутилмас кўпгина ҳақиқатларни таърифлаш, мисол билан кўрсатиш, замонавийлаштириш ҳамда улуғлашдан иборатдир.

Бу китоб сизга қандай ёзилганини билиш учун учунгина керак эмас, албатта. У сизга фаолият кўрсатишингиз учун керак. Хўш, келинг, бошлаймиз. Даставвал китобнинг қирқ тўрт варағини ўқиб чиқинг, безовга бўлишга имкон берувчи ва ҳаётдан ҳузур-ҳаловат олиш учун янги куч-қувват, илҳом олмаганингизга ишонч ҳосил қилсангиз, бу китобни ахлат қутисига улоқтиринг. Бундай ҳолатда у сизга керак бўлмайди.

БИРИНЧИ ҚИСМ

БЕЗОВТАЛИК ҲАҚИДА БИЛИШ ЗАРУР БЎЛГАН АСОСИЙ ҲАҚИҚАТЛАР

Биринчи бўлим

БУГУНГИ КУННИНГ “ОРАЛИҚ, БЎШ ЖОЙИ”ДА ЯШАНГ

1871 йил баҳорида бир ўспирин китобдан ўзининг кела-жагини бутунлай ўзгартириб юборган йигирмата сўзни ўқиди. Монреалдаги умумий ихтисослик шифохонасида тиббиёт талабаси сифатида амалий машғулотларни ўтказар экан, уни қуйидаги муаммолар безовта қилар эди: битириш имтиҳонларини қандай топшириш керак, қаерга бориб ишлаш мумкин, ўз амалиётини қай тарзда ташкил этмоқ лозим, яшаш учун нима қилиш керак?

Бу ёш тиббиёт талабасини 1871 йилда ўқиган йигирмата сўз ўз даврининг энг машҳур терапевти бўлиб етишишига ёрдам берди. У Жонс Гопкинс университети қошида жаҳонга донғи кетган тиббиёт мактабини ташкил этди. У Британия империясида тиббиёт олими муяссар бўладиган энг юксак унвон — Оксфорд қиролиги тиббиёт профессори деган номга сазовор бўлди. Англия қиролиги дворяни даражасига кўтарилди. Вафотидан сўнг 1466 саҳифадан иборат каттакон икки жилдли китоби босилиб чиқди, унда ҳаёт йўли ҳикоя қилинган эди.

Уни сэр Уильям Ослер дейшарди. Қуйида унинг ҳаёти-ни безовталиқдан халос этишга ёрдам берган Томас Карлейл томонидан ёзилган йигирмата сўз келтирилади: *“Бизнинг асосий вазифамиз келажакнинг туманли йироқ жойларига нигоҳ солиш эмас, балки кўзимизга кўриниб турган томонлари сари дарҳол ҳаракат қилмоқдан иборат”*.

Орадан қирқ икки йил ўтиб, университет чорбоғида лолалар гуллаган сокин баҳор оқшомларидан бирида сэр Уиль-

ям Ослер Йель университети талабаларига мурожаат этди: *"Одамлар мени, яъни тўрт университет профессори ва оммабоп китоблар муаллифини "алоҳида хислатлар мияси"га эга бўлиши керак, деб ҳисоблашади. Бу тўғри эмас",* деб таъкидлади у. Маълум бўлишича, яқин дўстлари уни *"ўртамиёна қобилият эгаси"* деб билар эканлар.

Барибир ундаги ютуқлар сири нимада? Ўзининг айтишича, муваффақиятининг сабаби, бошқа кунлар билан ҳаддан зиёд *"зичлашиш"*дан алоҳида олинган, ажратиб ташланган бугун билан яшашга интилганида. Бунда у нимани назарда тутган? Сэр Уильям Ослер Йэл университетида маъруза ўқишдан бир неча ой муқаддам йирик океан кemasида Атлантика океанини кесиб ўтган эди. Кема капитани кўприкчада туриб тугмачани боса олар, шунда бирдан механизмлар шовқини эшитилар, кеманинг бошқа бўлма-лари сув кирмаслик учун герметик тарзда ёпилар эди. *"Сизларнинг ҳар бирингиз, — дейди доктор Ослер бу талабаларга, — катта кемадан кўра кўпроқ зарур бўлган керакли механизм каби катта ҳаёт йўлига чиқиб олгач, узоқ сафарга отланасиз. Мен шуни талаб қиламанки, ўзингизга берилган ушбу механизмларни назорат қилишни ўрганишингиз, уни турли тўфонлардан ҳимоя қилишингиз, яъни уни турли "бўлақлар"дан ўз вақтида ажратиб олишингиз керак. Шундагина саёҳатингиз беҳатарлигини таъминлаган бўласиз. Кўприкчада туринг ва ҳеч бўлмаганда кеманинг асосий сув ўтказмайдиган қисми доимий ишлаб туришини таъминланг. Тугмачани босинг ва ўшанда ҳаётингизнинг ҳар бир босқичида темир эшиклар сизни ўтмишдан — ўликка айланган кечаги кундан ажратиб турганини эшитасиз. Бошқа тугмачани босинг ва темир парда сизни ҳали туғилмаган эртанги кундан ажратади. Шунда сиз бутунлай хавф-хатардан қутилиб, бугунда бўласиз!.. Ўтмиш-ни яккалатиб қўйинг! Майли, ўлик ўтмиш ўз марҳумларини дафн этаверсин... Аҳмоқларга қабр томон йўл кўрсатган ўтган кунларни ажратиб қўйинг! Ўтмиш юки устига ортилган келажак юкини елкангизга олсангиз ҳам, бу йўл, ҳатто энг кучлиларни ҳам талай тўсиқларга дуч келишига мажбур этади. Келажакни ҳам хушдўст ўтмиш каби ажратиб ташланг... ўтмиш бугундадир... Эрта бўлмаслиги мумкин.*



Bu tanishuv parchasidir. Asarning to'liq versiyasi
<https://kitobxon.com/uz/asar/1687> saytida.

Бу танишув парчасидир. Асарнинг тўлиқ версияси
<https://kitobxon.com/uz/asar/1687> сайтида.

Это был ознакомительный отрывок. Полную версию
можно найти на сайте
<https://kitobxon.com/ru/asar/1687>