

**Brayan Treysi**

# **MİLYON DOLLARLIQ VƏRDİŞLƏR:**

**Gəlirlərinizi ikiqat, hətta üçqat artırmaq  
üçün sınaqmış təcrübələr**

Tərcüməçi:  
Aqil Hacıyev



qanun nəşriyyatı

**Brian Tracy**

# **MILLION DOLLAR HABITS:**

**Proven power practices to double and  
triple your income**

Xoşbəxt və uğurlu olmaq üçün öncə öz xarakterinizi formalaşdırmalısınız. Siz başqalarının rəğbətlə baxdığı insan olmaq istəyirsinizmi? Öz cəmiyyətinizdə lider və ətrafınızdakı insanlar üçün şəxsi nümunə olmaq istəyirsinizmi?

İstənilən halda, həyatımızın hər bir sahəsində bu məqsədlərin hər birinə nail olmaq üçün həlledici faktor, bizi istədiyimiz nəticələrə doğru aparacaq adətlərin formalaşdırılmasıdır. Vərdişlərin yaxşı cəhəti, onların təcrübə və daimi təkrarlanma nəticəsində mənimsənilə bilməsidir. Lazım olan istənilən vərdişi mənimsəyə – özünü aşılaya bilərsiniz. İradə və intizamınızdan istifadə etməklə xarakterinizi istədiyiniz formaya sala bilərsiniz.

**Brian Tracy**      **MILLION DOLLAR HABITS:**  
**Proven power practices to double and triple your income**  
**Brayan Treysi**    **MİLYON DOLLARLIQ VƏRDİŞLƏR:**  
**Gəlirlərinizi ikiqat, hətta üçqat artırmaq üçün**  
**sınanmış təcrübələr**

Bakı, QANUN nəşriyyatı, 2023, 288 səh.

Janr: non-fiction/özünüinkışaf

Ölçü: 120x200 mm

Cild: yumşaq

Çapa imzalandı: 16.06.2023

Nəşir:                      Şahbaz Xuduğlu

Tərcüməçi:              Aqil Hacıyev

Redaktor:                Əlisa Nicat

Texniki redaktor:      Aygül Yelmarlı

Mətn dizaynı:            Rəhilə Şamil

Qapaq dizaynı:          Rafael Qasım

QANUN nəşriyyatı

Bakı, Azərbaycan, AZ1102, Tbilisi pros., 76

Tel.: (+994 12) 431-16-62; 431-38-18

Mobil: (+994 55) 212-42-37

e-mail: [info@qanun.az](mailto:info@qanun.az)

[www.qanun.az](http://www.qanun.az)

[www.fb.com/Qanunpublishing](http://www.fb.com/Qanunpublishing)

[www.instagram.com/Qanunpublishing](http://www.instagram.com/Qanunpublishing)

ISBN 978-9952-36-674-7

© QANUN nəşriyyatı, 2019; 2023

© 1998 by Brian Tracy

Bu kitabın Azərbaycan dilinə tərcümə və yayım

hüquqları Qanun Nəşriyyatına məxsusdur.

Kitabın təkrar və hissə-hissə nəşri “Müəlliflik hüququ və əlaqəli hüquqlar haqqında” Azərbaycan Respublikasının Qanununa ziddir.

*Bu kitab, özünəməxsus şəkildə dahi olan, gözəl  
vərdişlərə malik və heyratamız həyat üçün doğulmuş  
qardaşlarım Robin, Dalmar və Pola həsr edilir.*

## **Giriş**

Siz, nə iş görürsünüzsə, osunuz

*“Vərdiş, mənim dostum, sonunda xarakterə çevrilənə-  
dək təkrar edilən işdir”.*

Evensus

Bu kitabı oxuduğunuza görə sizə minnətdaram. Qarşıdakı səhifələrdə həyatınızın hər bir sahəsində daha uğurlu və xoşbəxt olmağınızı təmin edəcək, praktiki sınaqdan keçmiş strategiya və üsullarla tanış olacaqsınız. Mən, həyatında dəyərli nəyəyə nail olmuş hər bir insanın istifadə etdiyi “Uğur sirri” adlanan “sirri” sizinlə bölüşəcəyəm. Siz onlardan istifadə etdikdə daha əvvəlki adam olmayacaqsınız.

## **Böyük sual**

Çox illər öncə mən özümə sual verməyə başladım: “Nə üçün bəzi insanlar digərlərindən daha uğurludur?” Bu sual, məni 80-dən artıq ölkəyə aparən, fəlsəfə, psixologiya, din, metafizika, tarix, iqtisadiyyat və biznes sahəsində minlərlə kitab və məqalə oxumağıma səbəb olan bir ömürlük araşdırmanın başlanğıc nöqtəsi oldu. Zamanla cavablar bir-bir gəldi və sonunda sadə izah şəklində formalaşdı. İzah isə belə idi: *“Harada olmağınızın və nə olmağınızın səbəbi yalnız siz özünüzsünüz. Bu gün nəsinizsə və ya gələcəkdə nə olacaqsınızsa, yalnız özünüzdən asılıdır. Bugünkü həyatınız, indiyə kimi verdiyiniz qərarların, etdiyiniz seçimlərin və atdığınız addımların yekun cəmidir. Rəftarınızı dəyişməklə gələcəyinizi dəyişə bilərsiniz. Olmaq istədiyiniz şəxsiyyətə və nail olmaq istədiyiniz həyata uyğun olan seçimlər edə və qərarlar verə bilərsiniz”*.

Bir düşünün! Bütünlüklə nə olmağınız və ya gələcəkdə nə olacağınız yalnız özünüzdən asılıdır. Nə ola biləcəyinizdə, nə edə biləcəyinizdə və nəyə nail ola biləcəyinizdə yeganə maneə özünüzün öz təsəvvürünüzdə qoyduğunuz maneədir. Bu gündən, öz düşüncənizə, sözlərinizə və əməllərinizə nəzarət etməyə başlamaqla həyatınızı tam nəzarətə götürə bilərsiniz.

## **Vərdeşin gücü**

Psixologiya və uğur sahəsindəki ən böyük kəşflərdən biri güman ki, düşüncənizin, hissələrinizin, fəaliyyət və nailiy-

yətlərinizin 95%-inin *vərđişin* nəticəsi olmasıdır. Uşaqlıqdan başlayaraq, istənilən situasiyada düşünmədən avtomatik şəkildə veriləcək cavab reaksiyaları formalaşdırırsınız. Sadə dildə desək, uğurlu insanlar “uğur vərđişi”nə malikdirlər, uğursuzlar isə malik deyillər. Uğurlu, xoşbəxt, sağlam və zəngin insanlar daimi olaraq avtomatik şəkildə lazım olan vaxtda, lazım olan işi və ya sözü lazım olan qaydada görür və ya deyirlər. Və nəticədə bu vərđişlərə və rəftara yiyələnmiş insanlardan dəfələrlə artıq nailiyyətlər əldə edirlər.

## **Uğurun açıqlaması**

Çox zaman insanlar məndən “uğur” sözünün açıqlamasını soruşurlar. Ən çox sevdiyim açıqlama belədir: “*Uğur, sevdiyin və hörmət etdiyən insanların əhatəsində olaraq sevdiyən işi görmək və həyatını istədiyən kimi yaşamaq bacarığıdır*”. Başqa sözlə, *uğur* – həyatın bütün əhəmiyyətli sahələrində məqsədlərinə nail olmaq, arzularını, ümidlərini və istəklərini gerçəkləşdirmək bacarığıdır.

Hər birimizin özünəməxsus olmağımıza baxmayaraq, hər birimizin nail olmaq istədiyimiz *dörd* məqsəd vardır. Birdən ona kimi qiymətləndirmə sistemi tətbiq etməklə həyatınızın bu dörd sahəsini qiymətləndirə bilərsiniz.

## **Sağlam və gümrah**

Hamımız üçün ümumi olan birinci məqsəd *sağlam və gümrah* olmaqdır. Biz hamımız sağlam və gümrah olmaq,

həyatımızı ağır acılardan azad enerjili yaşamaq istəyirik. Tibb elminin bugünkü inkişaf səviyyəsinin üstünlükləri hesabına bizim sağlamlığımız şansdan deyil, özümüzdən daha çox asılıdır. Yaxşı *sağlamlıq vərdişlərinə* malik insanlar bu vərdişlərə malik olmayan insanlardan daha sağlam, daha enerjili və daha uzun həyat yaşayırlar. Biz bu kitabda həmin vərdişləri necə əldə etmək haqda danışacağıq.

## **Yaxşı münasibətlər**

Hamımız üçün ümumi olan ikinci məqsəd – şəxsi və sosial həyatda sevdiyimiz, hörmət etdiyimiz insanlarla *yaxşı münasibətlər* qurmaqdır. Xoşbəxtliyimizin tam 85%-i həyatımızın hər bir sahəsindəki münasibətlərin keyfiyyətindən asılı olacaq. İnsanlarla nə qədər yaxşı münasibət qurduğunuz və onların sizi nə qədər çox sevməsi həyatınızın keyfiyyətinə bütün digər faktorlardan daha çox təsir edəcəkdir. Bu kitabda insanlarla yaxşı münasibətlər yaratmağa imkan verəcək ünsiyyət və davranış vərdişlərini müzakirə edəcəyik.

## **Sevdiyiniz işlə məşğul olun**

Bizim üçün ümumi olan üçüncü məqsəd, *xoşladığımız işlə məşğul olmaq, işi yüksək səviyyədə görmək və buna görə yaxşı gəlir əldə etməkdir*. Hər kəs xoşladığı işi əldə etmək, yaxşı əməkhaqqı almaq və sürətli karyera inkişafına nail olmaq istəyir. Bu kitabda siz, hər bir sahədə daha uğurlu və yüksək gəlirli insanların vərdişlərini öyrənəcəksiniz.



## **Maliyyə müstəqilliyi əldə etmək**

Hamı üçün ümumi olan dördüncü məqsəd *maliyyə müstəqilliyi əldə etməkdir*. Biz, pul üçün narahat olmayacağımız qədər pula malik olmaq, maliyyə narahatlığından tam azad olmaq istəyirik. Restoranda sifariş verərkən menyudakı qiymətlər barədə narahat olmamaq istəyirik.

## **“Milyon dollarlıq vərdiş” formalaşdırmaq**

Növbəti səhifələrdə siz, kasıblıqdan başlayıb zəngin olmuş insanların “*milyon dollarlıq vərdiş*”lərini necə formalaşdırdığı öyrənəcəksiniz. Daha effektiv düşünməyi, daha yaxşı qərarlar qəbul etməyi və digərlərindən daha effektiv addımlar atmağı öyrənəcəksiniz. Maliyyə işlərinizi, maliyyə müstəqilliyini düşündüyünüzdən daha tez əldə etməyə imkan verəcək tərzdə təşkil etməyi öyrənəcəksiniz.

Xoşbəxt və uğurlu olmaq üçün əldə etməli olduğunuz əsas məqsəd öz xarakterinizi formalaşdırmaq olmalıdır. Siz, başqalarının rəğbətlə baxdığı insan olmaq istəyirsiniz. Öz cəmiyyətinizdə lider və ətrafınızdakı insanlar üçün şəxsi nümunə olmaq istəyirsiniz.

İstənilən halda, həyatımızın hər bir sahəsində bu məqsədlərin hər birinə nail olmaq üçün həlledici faktor, bizi istədiyimiz nəticələrə doğru aparacaq vərdişlərin formalaşdırılmasıdır.

## **Bütün vərdişlər mənimsənilir**

Vərdişlərin yaxşı cəhəti onların, praktika və daimi təkrarlanma nəticəsində mənimsənilə bilməsidir. Lazım olan istənilən vərdişi mənimsəyə – özünü aşılaya bilərsiniz. İradə və intizamınızdan istifadə etməklə xarakterinizi istədiyiniz formaya sala bilərsiniz. Öz həyatınızın ssenarisini yaza bilər və hazırkı ssenari sizi qane etməsə, onu yenisi ilə əvəz edə bilərsiniz.

Yaxşı vərdişlərinizin uğur və xoşbəxtliyinizə səbəb olduğu kimi, pis vərdişləriniz də problem və narahatlıqlarınıza səbəb olur. Lakin pis vərdişlər sonradan yarandığı üçün daimi praktika və təkrarlama vasitəsilə onlardan qurtulmaq və yaxşılıqları ilə əvəz etmək də mümkündür.

Birləşmiş Ştatların ilk prezidenti və inqilab ordusunun komandanı Corc Vaşinqton haqlı olaraq “Ölkənin atası” adlandırılırdı. Ona, xarakterinə, hərəkətlərindəki alicənablıq və səlisliyə görə qibtə edirdilər. Lakin o heç də doğuşdan bu cür olmayıb. Adı bir ailədə doğulmuş adı uşaqlardan biri idi. Gənc yaşlarında ikən uğur və rifah axtarışında olduğu zaman “*Münasibət və ünsiyyətdə alicənab və sivil rəftar qaydaları*” adlı kitaba rast gəlmişdir. Kitabdakı 110 qaydanı öz qeyd dəftərçəsinə köçürmüş, bütün ömrü boyu dəftərçəni özü ilə gəzdirmiş və daimi nəzərdən keçirərək onlara riayət etmişdir. “Sivil Qaydalar”a əməl etməklə formalaşdırdığı vərdiş və rəftarı hesabına “Vətəndaşların qəlbində birinci” reputasiyası qazanmışdır. Malik olmaq istədiyi xüsusiyyətlərə, məqsədyönlü praktika və daimi təkrarlama sayəsində yiyələnən Corc Vaşinqton “öz-özünə adam olmuşdur”.

Olmaq istədiyi insan olmaq üçün lazım olan vərdişlərə yiyələnmişdir.

## **İlk milyonçu**

Eyni dövrdə, tipograf köməkçisi kimi sərbəst həyata başlamış və sonradan Amerikanın ilk milyonçusu olmuş Benjamin Franklin də eyni özünü inkişaf prosesindən istifadə etmişdir. Gənckən özünün kobud və mübahisəyə meyilli olduğunu hiss etmişdir. Kobudluğunun və pis rəftar olmasının onun üçün insanlarla münasibətdə problem yaratdığının fərqi varmışdır. Xarakterini dəyişərək özünə və ətrafdakılara daha çox faydalı olacaq bir xarakter formalaşdırmaq qərarına gəlir. İdeal insanın malik olacağı 12 xüsusiyyətin siyahısını tutur. Və hər həftə bu xüsusiyyətlərdən birini özünə aşılamaq üzrə işə başlayır. Həftə boyu hər zaman yeri gəldikcə özünü həmin xüsusiyyətə uyğun davranmağa məcbur edirdi. Zamanla bu xüsusiyyətləri vərdiş və xarakterinin ayrılmaz hissəsinə çevirdikdən sonra hər bir xüsusiyyəti iki həftə, üç həftə və bir ay boyunca təkrarlamağa başladı. Sonralar həmin bu xüsusiyyətlərə görə zamanının ən məşhur şəxsiyyətinə və dövlət xadiminə çevrildi. Vətəndaş müharibəsi dövründə Fransada ABŞ səfiri olduğu zamanlarda, Birləşmiş Ştatların Konstitusiyası müzakirə edilən zamanlarda və bütün sonrakı fəaliyyəti dövründə son dərəcə güclü nüfuzə malik oldu. Mükəmməl insan vərdişləri istiqamətində öz xarakteri üzərində çalışmaqla özünü tarixin gedişinə təsir edəcək bir insana çevirdi.

## Tam ixtiyar sahibisiniz

Məsələ burasındadır ki, yaxşı vərdişləri formalaşdırmaq çətindir, lakin onlara malik olaraq yaşamaq asandır. Digər tərəfdən isə pis vərdişlərə alışmaq asandır, lakin onlarla yaşamaq çətindir. İstənilən halda, biz seçimlərimiz, qərarlarımız və rəftarımız sayəsində yaxşı və ya pis vərdişlərə yiyələnirik. Horas Mann demişdir: *“Vərdişlər kanat kimidir. Və biz hər gün onların üzərinə bir sim əlavə edirik”*.

Həyatdakı əsas məqsədlərinizdən biri sağlamlıq, xoşbəxtlik və uğura səbəb olacaq vərdişlər formalaşdırmaq olmalıdır. Məqsədiniz, xarakterinizdə, ola biləcəyiniz ən yaxşı insan olmağa imkan verəcək vərdişlər aşılamaq olmalıdır. Tam potensialınızdan istifadə etməyə imkan verəcək vərdişlər formalaşdırmalısınız.

Qarşıdakı səhifələrdə siz, vərdişlərin necə formalaşdığını və onlardan öz xeyrinizə necə istifadə edə biləcəyinizi öyrənəcəksiniz. Qarşınıza qoyduğunuz hər bir məqsədə doğru okean dalğaları kimi aramsız olaraq irəliləyən insan xarakteri formalaşdırmağı öyrənəcəksiniz.

*“Öncə biz vərdişlərimizi formalaşdırırıq, sonra isə onlar bizi formalaşdırır”*.

Con Drayden