

SHAXSNI RIVOJLANTIRUVCHI JANRNING SHAKLLANISHIDA ILK AXLOQIY QARASHLAR VA O‘ZBEK ADABIY MEROSINING O‘RNI

Berdiyeva Nasiba Rustamovna,

*Buxoro davlat pedagogika instituti o‘qituvchisi va
Buxoro davlat universiteti 2-bosqich doktoranti*

berdiyevanasiba@buxdpi.uz

<https://orcid.org/0009-0009-5756-5006>

Annotatsiya. Ushbu tadqiqot qadimgi Misr, Hindiston, Islom va Markaziy Osiyo manbalarini qiyosiy tahlil qilish orqali shaxsni rivojlantiruvchi (self-help) janrning axloqiy va didaktik asoslarini o‘rganadi. Tadqiqotda Ptahhotep o‘g‘itlari, Upanishadlar, Qur‘on oyatlari, “Temur tuzuklari” va Alisher Navoiy asarlari zamonaviy G‘arb adabiyoti bilan qiyoslanadi. Natijalar ilk hikmat an‘analari va zamonaviy matnlar o‘rtasidagi tarkibiy hamda falsafiy uzviylikni ochib beradi. Maqola shaxsiy kamolot tizimlarining umumbashariy xarakterini isbotlab, janr tadqiqiga g‘arbga mansub bo‘lmagan qarashlarni kiritish zarurligini asoslaydi.

Kalit so‘zlar: o‘z-o‘ziga yordam berish adabiyoti, axloqiy yo‘l-yo‘riq, “Temur tuzuklari”, Alisher Navoiy, Ptah-Xotep, Vedalar, Qur‘on, Deyl Karnegi, shaxsiy rivojlanish, axloqiy yo‘riqnom.

Аннотация. В данном исследовании путем сравнительного анализа древних, средневековых и восточных источников изучаются этические и дидактические основы жанра саморазвития (self-help). В работе поучения Птаххотепа, Упанишады, аяты Корана, «Уложения Тимура» и труды Алишера Навои сопоставляются с современной западной литературой. Результаты раскрывают структурную и философскую преемственность между ранними традициями мудрости и современными текстами. Статья доказывает универсальный характер систем личностного роста и обосновывает необходимость включения неформатных восточных концепций в исследования данного жанра.

Ключевые слова: литература по самопомощи, этическое руководство, Уложения Тимура, Алишер Навои, Птаххотеп, Веды, Коран, Дейл Карнеги, личностное развитие, моральное наставление.

Abstract. This study explores the ethical and didactic foundations of the self-help genre through a comparative analysis of ancient Egyptian, Indian, Islamic, and Central Asian sources. The research compares the Instructions of Ptahhotep, the Upanishads, Quranic verses, “Tuzuk-i Timur,” and the works of Alisher Navai with modern Western literature. The results reveal structural and philosophical continuities between early wisdom traditions and contemporary texts. The article demonstrates the universal nature of personal development systems, emphasizing the need to integrate non-Western perspectives into self-help scholarship.

Keywords: self-help literature, ethical guidance, Tuzuk-i Timur, Alisher Nava‘i, Ptah-Hotep, Vedas, Qur‘an, Dale Carnegie, personal development, moral instruction.

Kirish. Shaxsni rivojlantiruvchi janr o‘n to‘qqizinchi asrda adabiyotning alohida shakli sifatida namoyon bo‘ldi va bu atamaning o‘zi esa Samuel Smailsning (Samuel Smiles) shaxsiy fazilatlarni shakllantirish, o‘z-o‘ziga tayanish va axloqiy yuksalishni alohida ta‘kidlagan “Shaxsni rivojlantirish” (*Self-Help*, 1859) nomli fundamental asari tufayli ommalashdi. Shaxsni rivojlantiruvchi yo‘nalish adabiy janr sifatida o‘zining pand-nasihatga oid (didaktik) maqsadi bilan ajralib turadi va u kitobxonlarga amaliy yo‘l-yo‘riqlar hamda axloqiy namunalar orqali shaxsiy, ijtimoiy va kasbiy hayotni qanday yaxshilashni o‘rgatishni maqsad qiladi. Uning mohiyati falsafiy g‘oyalarni kundalik amaliyot bilan bog‘lagan holda, axloqiy mushohada va amaliy maslahatlarni o‘zida

mujassam etishidan iboratdir. Ushbu janr sof falsafiy yoki diniy matnlardan shaxsiy rivojlanish uchun aniq va tizimli strategiyalar bilan bevosita individual kitobxonga murojaat qilishi bilan farq qiladi. Bu esa uni kitobxon uchun ham tushunarli, ham tatbiq etish uchun qulay qiladi. Ilmiy nuqtai nazardan, shaxsni rivojlantiruvchi adabiyot o'zining ta'limiy amaliyotga, madaniy me'yorlarga hamda individual mas'uliyat va muvaffaqiyatga oid ijtimoiy talablarga ko'rsatgan uzoq muddatli ta'siri bilan e'tirof etilib kelingan.

Garchi Samuel Smails XIX asrda "shaxsni rivojlantirish" atamasini ommalashtirgan bo'lsa-da, ushbu janrning ilk shakllanish jarayoni uning asaridan ko'p asrlar oldinga borib taqaladi. Uning intellektual ildizlarini qadimgi sivilizatsiyalarga, jumladan, Misrning "Ptahxotep o'g'itlari"da aks etgan axloqiy ta'limotlariga, shuningdek, Vedalar va Qur'onda mavjud bo'lgan ma'naviy va falsafiy yo'l-yo'riqlarga bog'lash mumkin. Ushbu ilk matnlar o'z jamiyatlari uchun ham axloqiy, ham amaliy vazifalarni bajarib, fazilatlarni shakllantirish, shaxsiy intizom va ideal xarakter yaratishni birinchi o'ringa qo'ygan. Mazkur tadqiqotni boshqalaridan ajratib turadigan jihat shundaki, unda avvalgi tadqiqotlarda nisbatan kam e'tibor qaratilgan Markaziy Osiyo mutafakkirlarining hissasiga diqqat qaratiladi. Xususan, Amir Temur nomi bilan bog'liq bo'lgan "Temur tuzuklari" asarida yetakchilik, ma'naviy mas'uliyat va shaxsiy rivojlanish tamoyillarini aks ettirgan holda, komil inson fazilatlari haqidagi fundamental g'oyalarni taqdim etadi. Xuddi shuningdek, Alisher Navoiyning XV asrdagi asarlari, jumladan, uning axloqiy va ma'naviy yo'l-yo'riqlarga qaratgan e'tibori shaxsni rivojlantiruvchi janrga mos keladigan dastlabki qarashlarni ochib beradi va Markaziy Osiyo tafakkuri keyinchalik shaxsni rivojlantiruvchi adabiyotida aks etgan inson kamoloti ideallarini shakllantirishga qanday hissa qo'shganini namoyon etadi.

Ushbu ilk axloqiy asoslarga tayangan holda, XX asrdagi zamonaviy shaxsni rivojlantiruvchi adabiyot qadimgi va o'rta asrlar matnlarida belgilangan shaxsiy yuksalish va axloqiy yo'l-yo'riq tamoyillarini yanada rivojlantirdi. Deyl Karnegining (Dale Carnegie) "Do'st orttirish va odamlarga ta'sir ko'rsatish qoidalari" (*How to Win Friends and Influence People*) va Napoleon Hillning "O'yla va boy bo'l" (*Think and Grow Rich*) kabi taniqli asarlari janrning amaliy strategiyalar, shaxsiy intizom hamda shaxsiy va kasbiy muvaffaqiyatni shakllantirishga bo'lgan e'tiborini ifodalaydi. Tarixiy hikmat an'analari yoki G'arbning shaxsni rivojlantiruvchi adabiyoti bo'yicha keng ko'lamlil ilmiy tadqiqotlar mavjud bo'lishiga qaramay, har ikkala qarashni birlashtiruvchi tadqiqotlarda hamon jiddiy bo'shliq (gap) ko'zga tashlanmoqda. Ushbu maqola turli madaniy kontekstlar, jumladan, Misr, Veda, Qur'on va Markaziy Osiyo manbalariga oid ilk g'oyalarning zamonaviy Amerika shaxsni rivojlantiruvchi matnlarida qo'llanilgan didaktik metodlar bilan qanday tutashishini o'rganish orqali mazkur bo'shliqni to'ldiradi hamda janrning uzoq muddatli jozibasi va madaniyatlararo ahamiyati haqida mukammal tushuncha beradi.

Tadqiqot metodologiyasi. Ushbu tadqiqot tarixiy va madaniy kontekstlarda shaxsni rivojlantiruvchi janrning didaktik (pand-nasihati) va axloqiy xususiyatlarini o'rganish uchun qiyosiy va sifat (kvalitativ) yondashuvlardan foydalanadi. Tadqiqot dizayni matnli va adabiy tahlilga asoslangan bo'lib, asosiy e'tibor shaxsni rivojlantiruvchi adabiyotda mavjud bo'lgan mazmun va o'rgatish strategiyalariga qaratilgan.

Adabiyotlar tahlili. Axloqiy yo'l-yo'riqlar, amaliy maslahatlar va shaxsiy fazilatlarni shakllantirish qanday yetkazilishini tahlil qilish orqali ushbu tadqiqot ilk hikmat an'analari va zamonaviy Amerika matnlari o'rtasidagi uzviylik hamda tafovutlarni aniqlashni maqsad qiladi. Mazkur yondashuv shaxsni mukammallashtirish adabiyotiga oid avvalgi tadqiqotlarda o'rnatilgan metodologiyalarga, xususan, Koay Dong Liang (2015) tomonidan taklif etilgan janr tahlili tizimiga asoslanadi [6]; bu tizim shaxsni rivojlantiruvchi matnlar ichidagi tematik qonuniyatlar, ritorik strategiyalar va o'rgatuvchi elementlarni tizimli ravishda o'rganishni ta'kidlaydi. Bundan tashqari, tadqiqotda Merse Mur Effing (Mercè Mur Effing, 2011) tomonidan bayon etilgan metodologiyaga tayaniladi [4]. Ushbu metodologiya zamonaviy shaxsni rivojlantiruvchi adabiyotda Sharq g'oyalarining madaniyatlashuvini (akkulturatsiyasini) va madaniyatlararo ta'sirlarning qiyosiy baholanishini yoritib beradi. Qolaversa, "mazkur tadqiqot muallifning Markaziy Osiyo adabiy merosidagi shaxsni rivojlantirish (self-help) tamoyillarini o'rgangan dastlabki izlanishlariga [1] asoslanadi hamda ushbu kontseptsyani qadimgi dunyo va zamonaviy G'arb adabiyoti kontekstida kengaytirilgan qiyosiy-metodologik tahlil darajasiga olib chiqadi."

Matnlar korpusi zamonaviy Amerikaning shaxsni rivojlantiruvchi fundamental asarlarini, xususan, Deyl Karnegining (Dale Carnegie) "Do'st orttirish va odamlarga ta'sir ko'rsatish qoidalari" (*How to Win Friends and Influence People*) hamda Napoleon Hillning "O'yla va boy bo'l" (*Think and Grow Rich*) asarlarini, shuningdek, "Temur tuzuklari" va Alisher Navoiy bitiklari kabi tanlangan Markaziy Osiyo manbalarini o'z ichiga oladi. Bundan tashqari, tahlil jarayonida qadimgi fundamental matnlar, jumladan, Misrning axloqiy o'g'itlari (Ptahxotep), Vedalar va Qur'ondan olingan muayyan parchalar ko'rib chiqiladi. Ushbu manbalar janrning intellektual ildizlari haqida mukammal tasavvur hosil qilish hamda o'rgatish metodlari va axloqiy tamoyillarni madaniyatlararo qiyoslash imkoniyatini yaratish maqsadida tanlab olingan.

Tahlil va natijalar. Ma'lumotlar tahlili sifatli kontent-analiz yondashuviga asoslanadi va u kitobxonlarning shaxsiy rivojlanishini yo'naltirish uchun qo'llaniladigan, takrorlanib turuvchi didaktik strategiyalar, axloqiy ta'limotlar va tarkibiy asoslarni aniqlab beradi. Tadqiqot ushbu xususiyatlarni turli davrlar va madaniy kontekstlar kesimida tizimli ravishda qiyoslab, umumiy tamoyillarni hamda o'ziga xos yondashuvlarni yuzaga chiqaradi. Mazkur metod ilk axloqiy va ta'limiy g'oyalar zamonaviy shaxsni rivojlantiruvchi janrning shakllanishiga qanday ta'sir ko'rsatganini chuqur anglash imkonini beradi.

Qiyosiy va madaniyatlararo metodologiya ushbu tadqiqot uchun juda mos keladi, chunki u turli tarixiy qarashlarni birlashtirish bilan birga, ilk hikmat an'analarining zamonaviy shaxsni rivojlantiruvchi adabiyot uchun dolzarbligini ko'rsatib beradi. Zamonaviy matnlarni mana shunday kengroq intellektual silsila ichiga joylashtirish orqali ushbu tadqiqot fundamental axloqiy ta'limotlarning yigirmanchi asr shaxsni rivojlantiruvchi asarlarida qo'llanilgan strategiyalarga bo'lgan uzoq muddatli ta'sirini isbotlaydi.

Markaziy Osiyo matnlarining zamonaviy G'arb shaxsni rivojlantiruvchi adabiyoti bilan birgalikda tahlil qilinishi, ilk axloqiy bitiklar va bugungi kun shaxsni rivojlantirish amaliyoti o'rtasidagi tarixiy hamda falsafiy ko'prikn ko'rsatuvchi takrorlanuvchi mavzular va o'rgatish strategiyalarini ochib beradi. Markaziy Osiyo manbalari, xususan, "Temur tuzuklari" va Alisher Navoiy asarlari adolat, donolik, jasorat va axloqiy yetakchilik kabi shaxsiy fazilatlarni shakllantirishga alohida e'tibor qaratadi. Temur ta'kidlaganidek: "Adolat tarozisini qo'limga olib, (hech kimning nasibasini) ko'paytirmadim ham, kamaytirmadim ham, balki hammaga teng o'lchadim" [8, b. 6]. Adolat va axloqiy xulq-atvorga qaratilgan ushbu e'tibor mazkur matnlarning didaktik (pand-nasihat) xarakterini ko'rsatadi; bular hukmdorlar va alohida shaxslarni komil hayot kechirishga yo'naltirishni maqsad qilib, zamonaviy shaxsni rivojlantiruvchi adabiyotda uchraydigan ko'rsatma va motivatsiya berish yondashuvlari bilan hamohanglik kasb etadi. Ham shaxsiy kamolotga, ham ijtimoiy mas'uliyatga qaratilgan ushbu ma'naviy asoslar zamonaviy G'arb shaxsni rivojlantiruvchi adabiyoti bilan ham uzviy bog'liqdir, chunki u ham muvaffaqiyatning dastlabki shartlari sifatida shaxsiy soflik, halollik va shaxsiy intizomning muhimligini xuddi shunday ta'kidlaydi. Deyl Karnegi (Dale Carnegie) urg'u berganidek: "Boshqa odamlarga qiziqish bildirish orqali ikki oy ichida, odamlarni o'zingizga qiziqtirishga urinish bilan ikki yil davomida orttirishingiz mumkin bo'lganidan ko'ra ko'proq do'st orttirishingiz mumkin" [2, b. 35]. Deyl Karnegi boshqalarga nisbatan samimiy qiziqish ko'rsatish, faqat o'ziga e'tibor qaratish yoki boshqalarda taassurot qoldirishga urinishdan ko'ra kuchliroq va tezroq munosabatlar shakllantirishini alohida qayd etadi. Ushbu uzviylik axloqiy xulq-atvor turli madaniy va tarixiy kontekstlarda shaxsni rivojlantiruvchi matnlarning bosh maqsadi bo'lib qolayotganidan dalolat beradi.

Axloqiy yo'l-yo'riqlardan tashqari, shaxsni rivojlantiruvchi adabiyotning ilk manbalari fazilat va shaxsiy mukammallikni shakllantirish uchun amaliy yordam beruvchi, self-help g'oyaviy ildizlari bilan yo'g'rilgan ekanligini guvohi bo'lamiz. Masalan, Hindistonning Veda an'analarida, taxminan miloddan avvalgi VII va V asrlar oralig'ida yaratilgan Veda korpusining bir qismi bo'lgan Upanishadlarda shunday deyiladi: "Kimki barcha mavjudotlarni O'zlikda va O'zlikni barcha mavjudotlarda ko'rsa, u hech qachon azob chekmaydi; chunki u barcha maxluqotlarni o'zining haqiqiy O'zligi ichida ko'rganida, hasad, qayg'u va nafrat yo'qoladi" [3, b. 23]. Ushbu parcha butun hayotning birligini anglash va o'zini haqiqiy O'zlik bilan tenglashtirish ko'rish, hasad va g'am-gussa

kabi salbiy tuyg'ularni yo'q qilib, rahmdillik, ichki xotirjamlik va axloqiy soflikni shakllantirishini ta'kidlaydi.

Xuddi shuningdek, Qadimgi Misr ilmiy an'anasi tarkibiga Beshinchi sulola fir'avni Izosi (Isôsi) davrida (taxminan m.av. 3580–3536 yillar) vazir bo'lgan Ptahxotep tomonidan yozilgan "Ptahxotep o'g'itlari" kabi matnlar kiradi. Katta ehtimol bilan XI yoki XII sulola davrida (taxminan m.av. 2000–1800 yillar) Priss papirusiga ko'chirilgan ushbu asar ijtimoiy xulq-atvor, yetakchilik va shaxsiy fazilatlar bo'yicha amaliy va axloqiy yo'l-yo'riqlarni o'zida aks ettirgan. Ptahxotep maslahat berganidek: "Bilgan narsang tufayli mutakabbir bo'lma; johil bilan ham olim bilan bo'lgandek muomala qil... Yaxshi so'z zumraddan ham nodirroqdir" [7, b. 27]. Otaning o'z o'g'liga o'g'itlari sifatida yozilgan ushbu matn axloqiy tarbiyani adolat, kamtarlik va to'g'ri xulq-atvor haqidagi mulohazalar bilan birlashtiradi hamda donolik, fazilat va ijtimoiy farovonlikni shakllantirishga qaratilgan didaktik adabiyotning eng qadimgi namunalaridan biri bo'lib xizmat qiladi.

Shu bilan birga, Islom an'anasining markaziy muqaddas kitobi bo'lgan Qur'on (milodiy VII asr) axloqiy qoidalar va ijtimoiy ko'rsatmalarni aniq, takrorlanuvchi va tizimli shaklda taqdim etadi va bu esa uning axloqiy ta'limotlarini turli kontekstlarda tushunarli va izchil tatbiq etilishiga yordam beradi. "Albatta, Alloh adolatga, chiroyli amallar qilishga va qarindoshlarga ehson qilishga buyuradi hamda buzuqlik, yomonlik va zulmdan qaytaradi" (Qur'on, 16:90) [8]. Bu oyat adolat, yaxshilik va saxovatdan iborat qisqa axloqiy kodeksni taqdim etib, shaxsni rivojlantirishning axloqiy hayot va ijtimoiy mas'uliyatga qaratilgan urg'usini aks ettiradi. Garchi uning davri va madaniy foni Veda yoki Misr matnlaridan sezilarli darajada farq qilsa-da, uning axloqiy va ijtimoiy yo'l-boshchi sifatidagi roli tizimli ma'naviy yo'l-yo'riqlarning sivilizatsiyalar davomida qanday rivojlanganini ko'rsatadi.

Shunday qilib, biz ushbu turli xil manbalardan — Veda, Misr, Islom manbalaridan xulosa chiqarganimizda, shaxsiy va ijtimoiy etika uchun tizimli, tashkil etilgan yo'l-yo'riqlar faqat birgina madaniyat yoki davrga xos emasligini kuzatamiz. Aksincha, bu axloqiy qadriyatlarni, ma'naviy tushunchalarni va amaliy maslahatlarni o'rgatsa bo'ladigan, izchil tizimlarga aylantirish borasidagi umuminsoniy harakatni aks ettiradi: bu esa keyinchalik shaxsni rivojlantiruvchi janrga aylangan yo'nalishning fundamental xususiyatidir. Umuman olganda, natijalar Markaziy Osiyo axloqiy adabiyoti zamonaviy shaxsni rivojlantirish amaliyotiga zamin bo'ladigan tarixiy poydevor yaratishini isbotlaydi. Sharq va G'arb qarashlarini birlashtirish orqali ushbu tahlil shaxsiy fazilat, amaliy yo'l-yo'riq, tizimli o'rganish va madaniy moslashuvchanlikning vaqt va makonlar osha shaxsni rivojlantiruvchi janrni belgilashda davom etayotgan o'zgarmas tamoyillarini yuzaga chiqaradi. O'tkazilgan tahlillar madaniyatlararo didaktik (pand-nasihati) strategiyalar va axloqiy yo'l-yo'riqlarda aniq bir uzviylik mavjudligini ko'rsatib, shaxsni rivojlantiruvchi janrning chuqur tarixiy ildizlarini ochib beradi. Qadimgi Misr matnlari, xususan, "Ptahxotep o'g'itlari" yetakchilik, kamtarlik va ijtimoiy xulq-atvor bo'yicha amaliy

maslahatlarni taklif etsa, Upanishadlar ichki xotirjamlik, axloqiy soflik va barcha mavjudotlarning birligini anglashni birinchi o‘ringa qo‘yadi. Shuningdek, Qur‘on ko‘rsatmalari ham adolat, yaxshilik va saxovatni targ‘ib qilib, turli kontekstlarda tatbiq etilishi mumkin bo‘lgan tizimli yo‘l-yo‘riqlarni taqdim etadi.

Ushbu ilk matnlarni Markaziy Osiyo merosi namunalari, jumladan, “Temur tuzuklari” va Alisher Navoiy bitiklari bilan qiyoslash shaxsiy fazilatlarini shakllantirish, axloqiy yetakchilik va ijtimoiy mas‘uliyat borasidagi parallel jihatlarni ko‘rsatadi — bu tamoyillar Deyl Karnegi (Dale Carnegie) va Napoleon Hill kabi zamonaviy G‘arb shaxsni rivojlantiruvchi adabiyotida ham o‘z aksini topgan. Madaniy yondashuv, uslub va miqyosdagi farqlar shundan dalolat beradiki, axloqiy xulq-atvorni yo‘naltirish maqsadi umumbashariy xarakterga ega bo‘lsa-da, uning ifodalanish shakli tarixiy va ijtimoiy kontekstga qarab o‘zgarib turadi.

Markaziy Osiyo manbalarining tadqiqotga kiritilishi ilmiy doiralardagi mavjud bo‘shliqni to‘ldiradi va shaxsiy rivojlanish uchun tizimli yo‘l-yo‘riqlar nafaqat G‘arb an‘analarida, balki undan tashqarida ham mavjud bo‘lganini isbotlaydi. Ushbu matnlar qadimgi va zamonaviy asarlar bilan bir qatorda, axloqiy hikmatlarni amaliy, o‘rgatsa bo‘ladigan shakllarga keltirish borasidagi uzluksiz insoniy harakatni namoyon etadi.

Matnlarning cheklanganligi va asosan tarjimalarga tayanilgani kabi muayyan kamchiliklar mavjud bo‘lsa-da, mazkur tadqiqot shaxsni rivojlantiruvchi adabiyot vaqt va makondan qat‘iy nazar, shaxsiy va ijtimoiy farovonlikni oshirish uchun axloqiy mushohadani amaliy ko‘rsatmalar bilan izchil ravishda birlashtirib kelganini tasdiqlaydi.

Xulosa. Ushbu tadqiqot shaxsni rivojlantiruvchi janrning Qadimgi Misr va Hindistondan tortib, Islom va Markaziy Osiyo matnlarigacha bo‘lgan turli xil madaniy an‘analarda chuqur ildizlarga ega ekanligini ko‘rsatadi. Garchi ularning didaktik ahamiyati turlichaligi bilan farq qilsada, ammo adabiyotning asosiy vazifasi bo‘lmish ma‘naviy ozuqa berib shaxsni o‘stirish rivojlantirish elementlarini o‘zida mujassam etadi. Mazkur manbalarining barchasida axloqiy mushohada shaxsiy fazilat, ijtimoiy mas‘uliyat va yetakchilikni shakllantirish uchun amaliy yo‘l-yo‘riqlar bilan doimiy ravishda birga olib boriladi va zamonaviy g‘arb shaxsni rivojlantiruvchi adabiyoti esa vaqt sinovidan o‘tgan ushbu tamoyillarni bugungi kun kontekstiga moslashtirgan holda mazkur merosni davom ettirmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Berdiyeva, N. R. (2025). The early ethical foundations of the self-help genre in Central Asian literary heritage. *International Journal of Literature and Languages*, 5(12), 21–24.
2. Carnegie, D. (2009). *How to Win Friends and Influence People*. Simon & Schuster.
3. Easwaran, E. (Trans.). (2007). *The Upanishads* (2nd ed.). Nilgiri Press.
4. Effing, M. M. (2011). *US self-help literature and the call of the East: The acculturation of Eastern ideas and practices with special attention to the period from the 1980s onwards* [Doctoral dissertation, Universitat Autònoma de Barcelona]. TDX.
5. Hill, N. (2016). *Think and Grow Rich: The Original, an Official Publication of the Napoleon Hill Foundation*. Sound Wisdom.

6. Koay, D. L. (2015). Self-improvement books: A genre analysis [Doctoral dissertation, Victoria University of Wellington]. Victoria University of Wellington ResearchArchive.
7. Ptah-hotep. (2006). The Instruction of Ptah-Hotep and the Instruction of Ke'Gemni (B. G. Gunn, Trans.). Project Gutenberg.
8. Temur, A. (2018). Temur tuzuklari. G'afur G'ulom nomidagi nashriyot-matbaa ijodiy uyi.
9. The Qur'an. (2010). (M. A. S. Abdel Haleem, Trans.). Oxford University Press.

