

Сирри

МУҲАББАТ

Ҷош Макдауэлл

Сирри МУҲАББАТ



Ҷош Макдауэлл

Originally published in English as
The Secret of Loving by Josh McDowell
© 1985 by Here's Life Publishers, Inc.

© 2001 for the Tajik edition.
Translated by permission. All rights reserved.

Мавзӯҳои ин китоб
ба шумо ёрӣ мерасонанд,
то ки ба таври ҳақиқонӣ
ба чунин саволҳо диҳед:

„Оё ман шахсан ба никоҳ
тайёр ҳастам?“
„Оё муҳаббати мо ба дараҷаи
кофӣ расидааст,
ки асоси никоҳи мукаммал
барои тамоми ҳаёт
ва муносибатҳои ҷинсии солим бошад?“

Агар шумо то ҳол ба худ чунин
саволҳоро надода бошед,
пас бояд ин корро кунед.

Ба Ҷим ва Дорис Юд,
хусур ва хушдоманам,
бо камоли эҳтиром,
ҳурмат ва таваҷҷӯҳи зиёд,
ки онҳо намунаи ибрати
фарзандон гардиданд,
бахшида мешавад,
ки бо шарофати намунаи
муҳаббати онҳо ману
оилаам дар давоми умри боқимондаамон
аз ҷиҳати маънавӣ бой гардидем.

Сарсухан

Аз ман тез-тез мепурсанд: „Оё саёҳатҳои зиёди Қош ба ҳаёти оилавии шумо зараре намерасонад?“ ё „Наход, ки лексияҳои бисёри Қош ба муносибатҳои шумо зиёне намерасонанд?“ Ман тайёрам иқрор шавам: Ман мехостам, ки Қош бисёртар бо мо бошад, аммо ҳар бегоҳ бо мо дар хона будани ӯ сифати оиладории моро тағйир намедихад. Қош гаштаву баргашта тарзҳои гуногуни муносибатро кашф мекунад ва нишон медиҳад, ки ману кӯдакон барои ӯ аз ҳама асосӣ ҳастем, новобаста ба он ки ӯ бо мост ё не. Мефаҳмед, Қош ҳар рӯз бо ҳамин масъаларо, ки дар ин китоб оварда шудаанд, зиндагӣ мекунад: дар бораи муҳаббат, дар бораи оила, дар бораи муносибатҳои ҷинсӣ ва дар бораи падару модарон.

Албатта, муносибатҳои зебои оилавӣ заҳматро талаб мекунанд. Аз ибтидо Қош 150 фоиз ҳаракат мекард, ки аз ҳамаи он чизе, ки ман ба худ тасаввур мекардам, муносибатҳои оилавии моро диққатҷалбкунандатар созад. Ҳайратовар нест, ки ман низ дар навбати худ бо муҳаббати 150 фоизаи худ ҷавоб мегардонам. Дар ин китоб Қош аз сидқи дил, дар асоси тадқиқотҳои худ он масъаларо ба миён мегузорад, ки шавҳар ва зани ҳақиқӣ чӣ гуна бояд бошанд. Вай инчунин 11 роҳро ба сӯи муносибатҳои маҳрамонаи комил пешниҳод мекунад. Ман медонам, ки онҳо ба шумо даркор мешаванд, барои он ки ба мо даркор шуда буданд.

Дотти Макдауэлл

Сирр — ин шумоед



Дар муносибатҳои маҳрамона чӣ хел
„худи ҳамон“ шавем

1

Андаке бештар

Боре бегоҳӣ, хангоми кор занги дуру дарози телефон баланд шуд. „Чаноби Макдауэлл?“, — ҷавонзана, ки ғамгиниаш маълум шуда меистод, қариб, ки ҷавоби маро мунтазир нашуд. „Чаноби Макдауэлл, дар давоми панҷ шаби охир ман бо панҷ марди гуногун ҳамхоба шудам. Имрӯз бегоҳӣ дар бистар танҳо нишаста, аз худ пурсидам: «Наход дар ин кор ҳамааш ҳамин бошад?»“, — бо овози ларзон ӯ гапашро ба охир расонд: „Марҳамат карда гӯед, ки боз ягон чизи дигаре ҳаст?“

„Ҳаст“, — ҷавоб додам ман, — „ин наздикӣ номида мешавад“.

Шояд шумо ҳамчун ин ҷавонзан ҳуди ҳозир аз худ мепурсед: „Наход дар ин кор ҳамааш ҳамин бошад?“ Шумо фикр кардед, ки муносибатҳоятон хуб шуда истодааст, вале дарёфтед, ки шарикӣ шумо танҳо меҳодад бо шумо шабро гузаронад. Шумо зани шавҳардор ҳастед. Шумо дар бораи хӯрдани хӯроки шом дар рӯшноии шамъҳо орзу мекардед. Вале дар ҳолати аз ҳама хуб шумо аз шавҳар, хангоме ки бозии футболро тамошо мекунад, каме ғур-ғур мешунавед. Шояд шумо аллакай ҷудо шудаед ва гузаштаре ба ёд оварда, мепурсед: „Наход ҳамааш ҳамин бошад?“

Агар шумо ҳақиқатан ҳам ин саволро ба худ диҳед, пас шумо танҳо нестед. Ҷустуҷӯи муҳаббати ҳақиқӣ мавзӯи асосии сурудҳои бисёри овозадор ва қариб ҳар як филм мебошад.

Ин асоси ҳазорон асарҳои машҳур аст, ки шумораи зиёди одамон онро мутолиа мекунанд. Миллионҳо долларҳо ба ширкатҳои рекламавӣ, ки катъиян ба хоҳиши зиёди шахвонии мо асос ёфтаанд, сарф мешавад. Мелодрамаҳо ва мазҳақаҳо низ орзуҳои моро инъикос ва фурӯзон мекунанд. Агар шумо ҳақиқатан ҳамчун сухандон муваффақиятҳо ба даст овардани бошед, семенар дар мавзӯи „Чӣ хел дар муҳаббат, оила ва алокаи ҷинсӣ муваффақиятҳо ба даст орем?“ ташкил кунед.

Хангоми ба шаҳрчаи донишҷӯён сафар кардан, агар дар эълонҳои мавзӯи „Бисёртар шахват“ бошад, ба ман анбӯҳи шунавандагон кафолат дода мешавад.

Ҳарчанд ки ман ба имондорони ҷавон оиди мавзӯи камташвиқот лексия меҳонам, ман медонам, ки дилхоҳ сӯҳбат оиди муҳаббат ва алоқаҳои ҷинсӣ анбӯҳи одамонро ҷамъ мекунанд.

Хондани ин китоб пурташвишии моро дар чустучӯи муҳаббати ҳақиқӣ, ки он асосан бенатича анҷом меёбад, нишон медиҳад. Дар бехтарин ҳолатҳо муҳаббати ҳақиқӣ дастнорас менамояд.

Нависанда ва шореҳи номдор Лео Баскаля менависад:

„Мо ҳамаашро аз сар гузаронидем. Мо то ҷудошавии оилаҳо, то даст кашидан аз арзишҳои ахлоқӣ аз ҳамаи чизҳои хуб, аз корхое, ки мо онҳоро завқи паст меномем, ба ин дараҷа омада расидем. Мо ҳамаашро таҷриба карда дидем: бесарусомонӣ дар муносибатҳои маҳрамона ё бисёрникоҳӣ. Вале ба мо маълум шуд, ки ин ҳама ба мо фақат ҳиссиёти танҳоӣ ва холигии қалбро мегузорад. Ва барои ҳамин ҳам мо боз ба арзишҳои кӯҳан рӯй меоварем барои фаҳмидани он ки шояд дар онҳо ҳақиқате бошад“.

Шаҳват кофӣ нест

Мо медонем, ки яке аз ин арзишҳои „кӯҳнашуда“ муносибатҳои маҳрамона мебошад. Нависанда Энн Лендерс ба саволи худ „Оё шумо ба ҷои алокаи ҷинсӣ оғӯшро авлотар медонед?“ ҷавоби ғайриҷашмдошт гирифт. Аз 90 ҳазор занони саволдодашуда зиёда аз 64 ҳазор нафари онҳо ҷавоби мусбат доданд. „Оғӯши навозишкорона ё навозиши меҳрубона аз алокаи ҷинсӣ авлотар аст“. Ва ҳарчанд ки ман боварӣ надорам, ки занони ба савол ҷавобдода ҳақиқатан ҳам якеро аз дигаре болотар мегузоранд, онҳо дар алокаи ҷинсӣ муносибатҳои марҳамонаро бешубҳа афзалтар медонанд.

Имрӯз ягон кас шуморо ба оғӯш гирифт? Пас шумо бо доктор Чером Шерман розӣ ҳастед, вақте ки ӯ меғӯяд „Мо, одамон, бо ҳам муносибатҳои гарм ва наздикро хеле хоҳонем, ин хоҳиши асосии одамизод аст. Шаҳват худ механикӣ аст. Вале оё ин нисбати мардон низ дуруст аст? Охир, чунин менамоянд, ки мардҳо танҳо ба фаъолияти ҷинсӣ шавқ доранд“.

Натиҷаи пурсишҳои мо аниқанд — тасдиқ мекунад д-р Чойс Бразерс, рӯхшиноси машҳур дар ШМА, ба натиҷаи пурсиши Энн Лендерс баҳо дода:

Дар давоми вақти дуру дароз — аз давраи викторианӣ, мардону занон бо алокаи ҷинсӣ барои ҳис кардани оғӯш ва навозиш машғул мешуданд. Мо ба навозиш мӯҳтоҷем ва алокаи ҷинсӣ — ин ҳамон пулест, ки одамон барои меҳрубонӣ медиҳанд.

Мо ҳақиқатан ҳам дар бораи муҳаббат ва муносибатҳои ҷинсӣ хеле кам медонем, ҳамин тавр не? Шумораи талоқ дар миқёси мамлакат танҳо яке аз нишондодҳои нест, ки мо ҳозир роҳи дуру дарозро тай мекунем, пеш аз он ки ин сиррҳо кушода мешаванд. Ҳатто ихтисосмандони соҳаи шахватшиносӣ инро тасдиқ мекунанд.

„Тадқиқотчиён дар масъалаҳои муҳаббат ва муносибатҳои ошиқона ҳатто қадамҳои нахустини худро нагузоштаанд“, — иқрор мешавад Чон Мани аз донишгоҳи Чон Хопкинс, мутахассиси машҳури соҳаи алоқаҳои ҷинсӣ. — „Дар бораи алоқаҳои ҷинсӣ гап задан осон аст. Аммо он масъалае, ки ҳақиқатан хоҳири одамонро ба ташвиш меорад — ишқ ва муносибатҳои байни одамон аст“.

Озодии муфлисшуда

Дар сӯҳбатҳоям бо садҳо оилаҳо ман пайҳас кардам, ки мушкилоти аз ҷама асосӣ маҳдудкунии викторианӣ нест. Занону шавҳарон иқрор мешаванд, ки хурсандӣ ва шавқу завқ дар ҳаёти маҳрамонои онҳо намондааст. Ин кашфиёт аз тарафи шахватшиносоне тасдиқ карда мешавад, ба монанди Ролло Мэй, ки дар китоби „Ишқ ва озодӣ“ менависад:

„Имрӯҳо духтурон кам беморонро воҷеҳӯранд, ки аз ҳисси шахватпарастии паст азоб мекашида бошанд. Дар ҳақиқат ҳам мо бо одамон воҷеҳӯрем, ки барои ҳалли масъалаҳои баръакси ин ба мо муроҷиат мекунанд. Гуфтугӯи зиёд дар бораи шахват, фаъолияти баланди алоқаҳои ҷинсӣ, ва қариб ҳеҷ кас аз манъкуниҳои маданӣ оиди тез-тез ҳамхобагӣ ва бо миқдори дилхоҳи шарикон шикоят намекунад. Анали беморони мо дар қадом бора шикоят мекунанд, ин ҳам бошад норасоии ҳиссиёт ва шавқу завқ. Лаҳзаҳои аз ҷама шавқовари ин муҳокимаронӣ дар он аст, ки ҷамаи онҳо аз эмансипатсия кам ҳаловат мебаранд. Шахвати бисёр, маънии кам ва ҳатто ҳаловати кам!“

Усул — ҷавоб нест

Маълумоти муфасссалтар дар бораи механикаи алоқаҳои ҷинсӣ ва назорат аз болои таваллуд ҷавоб ҳисоб намешавад. Олимони шахватшиносии машҳури ҷаҳон Уилям Мастерз ва Вирҷиния Чонсон ибраз медоранд:

„Аз ҳамаи мушоҳидаҳои охиринаи оиди алоқаҳои чинсӣ, ки дар солҳои охир сарвати ошкорбаёӣи гаштаанд, ягонтои онҳо аз он фикр зиёновартар нест, ки гуё алоқаҳои чинсии ба талабот ҷавоб дода наметавонистагӣ ба воситаи хондани усули иҷроӣ он аз рӯи китоб ...кадом китобе ки набошад, муолича карда мешуда бошанд. Тақия ба аҳамияти усули иҷро хислати бисёр одамонро тавсиф медиҳад ва имрӯз чун маслиҳати хуб менамояд. Дар бистар дар байни зану шавҳар ягон муносибати хуб ба амал намеояд, агар пеш аз ба бистар дармадан дар байни онҳо ягон муносибати хуб нашуда бошад. Ҳеҷ гоҳ усули хуби алоқаи чинсӣ ба муносибатҳои бади ҳиссиёт даво шуда наметавонад. Барои он ки зану шавҳар дар бистар аз ҳамдигар ҳаловат баранд, онҳо бояд ҳар ду якдигарро хоҳанд“.

Имрӯзҳо ҳақиқатан ҳам ба бисёриҳо лаёқати ба муносибатҳои худ баргардондани хурсандӣ, шавқу завқ ва ҳамдаӣ намерасад. Ба ҷои ин бисёр одамон тайёранд, ки вақт, қувват ва пули худро сарф кунанд, то ки шарикӣ бехтарин дар алоқаҳои чинсӣ бошанд ва дар бораи инкишофи малақаҳои зарури ғамхорӣ, муҳаббат ва ҳамдардӣ фаромӯш мекунанд. Вақте ки усули нав касро фиреб медиҳад, агар ба масъулияти боздихӣ вақту қувваро баробар тақсим намоем, наздикӣ ва хушбахтие, ки барои занашӯӣ бениҳоят зарур аст, барқарор шуда метавонад.

Тартиби дурусти калимаҳо

Занашӯиро ҳамчун „ишқ, никоҳ ва муносибатҳои чинсӣ“ маънидод кардан мумкин аст. Маҳз ҳамин муайянкунӣ равишро ба тартиби дуруст медарорад, ки дар он байни марду зан муносибатҳои байниҳамдигарӣ пурра инкишоф меёбанд.

Дар ин китоб мо ба сифатҳо ва қимати муносибатҳои дурударози байниҳамдигарӣ, ки ба занашӯӣ зарур ҳастанд, рӯшанӣ меандозем, то шумо тавонед ба он тақия кунед, на ба шахвати босуръат. Аз ин ҳисоб шумо метавонед аз бисёр „роҳҳои кӯтоҳ“-и васвасакунандаи сарбаста ба сӯи муҳаббат ва маҳраӣ раҳӣ ёбед. Ин ба шумо ва шарикатон имконияти фаҳмидани сифат ва қимати муносибатҳои чинсиро медиҳад, ки ба шумо ҷӣ хел аз доми нофаҳмиҳои чинсӣ ҳалос шуданро нишон медиҳад, ва агар оиладор бошед, аз ҷудошавӣ ёрӣ хоҳад дод. Омӯзиши ин китобро ҳамчун равиӣ дузинагӣ муайян кардан мумкин аст.

Аввал мо сифатҳои шахсии шуморо дида мебароем ва онро ки ба шумо ҷӣ даркор аст, то ки дар муносибатҳои (оилавӣ) байниҳамдигарӣ „ҳуди ҳамон“ бошед. Шумо мефаҳмед — сирри муҳаббат дар он аст, ки шумо барои дигаре „ҳуди ҳамон“ бошед. Дар қисми дуюми ин китоб мо хусусиятҳои муҳаббати ҳақиқӣ — қувваи ягонаи ҷовидон дар муносибатҳои байниҳамдигариро дида мебароем. Сирри муҳаббати зиёд, занашӯӣ ва муносибатҳои ҷинсӣ — муҳаббати пухтарасидааст, ки бо дарки муносибатҳои байниҳамдигарӣ ифода ёфтааст.

Ҳукмронии тарс

Ба фикрам, ду намуди тарс ба бисёр одамон барои аз сар гузаронидани муносибатҳои маҳрамона ва хушбахтии муносибатҳои дурудароз монеъ мешаванд.

Яке аз онҳо — тарси ҳеҷ гоҳ шахси дӯстдошта нашудан. Дигараш — ин тарси ҳеҷ гоҳ дӯст дошта натавоистан. Сабаби асосии вучуд доштани ин тарсҳо барҳамхӯрии муҳаббат аст, ки мо дар ҷаҳон мебинем. Одатҳои муҳаббати ҳақиқӣ дар мо ба таври автоматӣ инкишоф намеёбанд. Мо ба рафтору падару модаронамон, ки ҳар рӯз ҷӣ хел муҳаббаташонро ба якдигар нишон медиҳанд, назорат карда, онҳоро мефаҳмед. „Ғап дар сари он аст, ки муҳаббат дар айёми кӯдакӣ ҳаётан муҳим аст“, — мегӯяд д-р Бенҷамин Спок. Дар баромади худ дар Анҷумани миёнаи садсола барои кӯдакон ва наврасон дар Қасри Сафед вай исрор мекард: „Ин на танҳо сафсатафурӯшии риққатовар аст. Ин далел аст, ки кӯдакони хурд, ки мӯҳтоҷи навозиш ва муошират мебошанд, метавонанд рӯҳан ва ҷисман суст шаванд. Онҳо ҳама гуна хурсандиро аз фаъолият ва сӯҳбат бо одамон гум мекунанд. Ин хел фоҷиаҳо кам рӯй медиҳанд, вале онҳо исбот мекунанд, ки муҳаббат ҳам монанди калория зарур аст“.

Муддати дарозе д-р Лео Баскаля бо ҷавононе, ки эҳсосоташон афсурдааст, кор карда навишта буд:

„Одамоне ҳастанд, ки дар айёми кӯдакӣ айнан ба тақдир тан додаанд, барои он ки онҳо муҳаббатро ҳис накарда буданд. Онҳо намеронанд, ки ҷӣ хел муҳаббатро изҳор кардан мумкин, ҷӣ тавр ба дигарон додан лозим ва ҷӣ гуна қабул мекунанд. Агар шумо ба онҳо дастатонро дароз кунед, онҳо дод мезананд, ба шаттоҳӣ медароянд: «Ба ман даст нарасон»... Ин роҳи душвор аст ва баъзе аз онҳо ҳеҷ гоҳ аз ин роҳ барнамегарданд“.

Чунин одамон бисёр вақт эҳсосан номукамал ба воя мерасанд. Онҳо на муҳаббатро қабул карда метавонанд, на муҳаббатро додан. Онҳо он чизро, ки надоранд, дода наметавонанд. Аз тарафи дигар, чӣ қадаре ки мо аз падару модарамон муҳаббати зиёд гирифта бошем, ҳамон қадар ба дигарон муҳаббати зиёд дода метавонем. Вале пеш аз ҳама мо бояд тарафи қабулкунанда бошем.

Инчунин зарур аст, то кӯдак бовар кунад, ки „падару модарам маро дӯст медоранд“, ва ба он низ, ки „падару модарам якдигарро дӯст медоранд“. Ҳангоме ки кӯдакон дар хона муҳаббатро намебинанд, онҳо ҳақиқатан ҳам аз доду гирифти муҳаббат беҳабар ба воя мерасанд.

Имрӯз бисёри мо бе ин намунаи роҳбарикунандаи волидон ба воя расидем. Чун натиҷа мо дарк карда ва дарк накарда, метарсем, ки ба ягон хел муносибатҳои байниҳамдигарӣ ба мисли никоҳ дароём. Агар ин намунаи муҳаббат дар хона набошад, агар шумо ҳеҷ гоҳ чӣ хел дӯст доштанро наомӯхта бошед, андеша дар бораи зарурати ягон касро дӯст доштан, боз бо ӯ тамоми умр зиндагӣ қардан тарсовар ва ноором мегардад. Ҳатто агар шумо ташнаи меҳрубонӣ ва наздикии ҳиссиёти чуқури муҳаббат бошед ҳам, тез-тез пайҳас мекунад, ки дар пеши онҳо қафонишинӣ мекунад. Шумо аз дилхоҳ робитаҳои ҳиссӣ, ки никоҳро дар назар дошта бошад, метавонед „думатонро ҳода қарда“ гурезед.

Як донишҷӯ тарси худро аз муҳаббат чунин нишон дод: „Пеш аз он ки ман масеҳӣ шавам, ман метарсидам, ки ҳеҷ гоҳ маро дӯст намедоранд. Аз ин ҳам тарсовараш он буд, ки ман намедонистам, ки оё ман ягон касро дӯст дошта метавонам?...“

Ман медонистам, ки одамонро истифода мекунам. Дар ҳамаи робитаҳои ман ҳар гуна сабабҳои пӯшидае вучуд доштанд. Дар натиҷа ман ба ҳеҷ кас наздик шуда наметавонистам“.

Духтари 16-солае, ки барномаи телевизионии ман „Сирри муҳаббат“-ро тамошо кардааст, дар бораи тарси худ чунин гуфт: „Ман ба ҳулосае омадам, ки ҳеҷ гоҳ муҳаббати ҳақиқиро дарк карда наметавонам. Ман ҳис мекардам, ки ҳеҷ гоҳ аз ўҳдаи муносибатҳои баниҳамдигарӣ баромада наметавонам“.

Умед ҳаст

Ин барнома ба ӯ умеди нав дод: „Ман барномаи шуморо дидам ва он ба ман нишон дод, ки барои ман ин номумкин нест ва ягон кас метавонад маро ҳақиқатан дӯст дорад“. Ана он умеди, ки мо дар ин китоб ҷой қардем — шумо метавонед тарсро барҳам занед ва ба тайёрии нопурраи худ нигоҳ накарда, дар муҳаббат пухта расед.

Хатто дар гуфтаҳои Лео Баскаля каме ҳисси оптимизм мушоҳида карда мешавад. „Бисёри мо боз як имконият дорем. Дар асл, ҳар рӯз ба мо як имконият медиҳад“. Аммо, ин китоб ба шумо ёри медиҳад, ки онро ба таври васеъ истифода баред. Агар шумо хонандаи синфи болоӣ ё одами танҳо бошед, шумо дар ин ҷо нақшаи корро ёфта метавонед, ки ба шумо ёри медиҳад, то ки одами меҳостагиатон гардед, одаме, ки хунари додан ва гирифтани муҳаббати комилро дорад. Хатто агар шумо бовар кардед, ки алоқаи ҷинсӣ — ин суперклеӣ аст ва муносибатҳои дурударозро пайваست мекунад, ва дар ҳамин ҳолат фирефта шудед — шумо умед карда метавонед.

Мавзӯҳои ин китоб ба шумо ёри мерасонад, ки ба таври ҳаққонӣ ба чунин саволҳо ҷавоб диҳед: „Оё ман шахсан ба никоҳ тайёр ҳастам?“, „Оё муҳаббати мо ба дараҷаи кофӣ пухта расидааст, ки асоси никоҳи ҳақиқӣ ва алоқаҳои ҷинсии солим барои тамоми умр бошад?“. Агар шумо то ба ҳол ба худ чунин саволҳоро надода бошед, шумо бояд ин корро кунед.

Агар шумо аллақай дар ақди никоҳ бошед, таҳқиқ ва таҳлили дар ин ҷо овардашуда ба шумо ёри мерасонад, то фаҳмед, ки чӣ хел тарафҳои гуногуни зиндагӣ ва муносибатҳоятронро хубтар гардонед ва инкишоф диҳед, то ки сохтани никоҳи маҳрамонаи ҳақиқиро, ки қаноатмандӣ меорад, давом диҳед.

Дар охир, агар шумо падар ё модар, мушовири рӯхонӣ, муаллим ҳастед ё бо ҷавонон, ё одамони танҳо кор мекунад — ин ҳақиқатҳо ба шумо ёри мерасонанд, ки хислатҳо ва муносибатҳои шахсиро, ки барои барпо кардани муҳаббати дуру дароз ва маҳрамона, заношӯй ва алоқаҳои ҷинсӣ заруранд, ба ҳам бинед.

Шумо ба саргузашти бехтарини зиндагиатон тайёр ҳастед? Шумо метавонед ҳуди ҳозир барои зиндагӣ дар муҳаббати комил „ҳуди ҳамон“ одам шуданро сар кунед.

Саволҳо барои андеша

- Шумо аз муносибатҳо чиро интизор ҳастед?
- Бо кадом роҳҳо шумо метавонед муносибатҳои дуру дарози заношӯиро созед?
- Ба наздикдикшавии шумо чӣ ҳалал мерасонад?

2 Дар ҷустуҷӯи „ҳуди ҳамон шахс“

К адом сифатҳоро дар мард муҳимтарин меҳисобед? Чӣ гуна одам, ба фикри шумо, метавонад маҳбуби хуб бошад?

Тадқиқоти ба наздикӣ гузаронидаи „Журнали оилавӣ“ нишон дод, ки барои бисёр занон имрӯзо эҳсосотнокӣ дар мадди аввал меистад. Марди зебо, дар асл, қисми ками пурсидашудагонро ҷалб мекунад.

Баъзеи мо дар ҷустуҷӯи одаме, ки моро эҳтимолан хушбахт мегардонад, ҳақиқатан мисли муфаттиш мешаванд. Дар конфронси мучаррадон дар Санкт-Петербург ба назди ман зани тахминан сисолае омада гуфт: „Чаноби Макдауэлл, иҷозат диҳед, ман дар бораи типии марде нақл кунам, ки ба вай ба шавҳар баромаданиям“. Вай ба ман рӯйхати аз 49 сифат иборатбударо нишон дод, ки дар мард меҷуст.

„Хонум, — гуфтам ман, рӯйхати вайро дида, — ба шумо шавҳар даркор нест, ба шумо Исо даркор аст“.

Аммо на танҳо занҳо рӯйхати он чизҳоеро тартиб медиҳанд, ки дар мард меҷӯянд. Дар донишгоҳи Киев ба назди ман донишҷӯи курси дуюм омада, рӯзномаи худро баровард ва гуфт: „Ман меҳоҳам ба шумо тавсифи занеро нишон диҳам, ки ба занӣ гирифтаниям“. Аз 14 сифати рӯйхати вай ман танҳо садоқат ва боварибахширо дар ёд дорам.

Ин дафъа ман роҳи дигареро пеш гирифтам.

„Ба шумо савол додан мумкин? — пурсидам ман. — Ҳуди шумо то кадом дараҷа ба ин рӯйхат мувофиқат мекунад?“

„Шумо чиро дар назар доред?“ — пурсид вай.

„Сифатҳоеро, ки шумо дар зани ояндаатон меҷӯед, — гуфтам ман. — Онҳо дар табиати ҳуди шумо ҳастанд?“

Ман ҳис кардам, ки ўро ба фикр кардан водор намудам.

„Гап дар он нест, ки «ҳуди ҳамон» одамро ёбед, — давом додам ман, — балки дар он аст, ки «ҳуди ҳамон» бошед, — ана он чизе ки дар никоҳ аҳамият дорад. Агар ба шумо малика даркор бошад, лозим меояд, ки худатон шоҳ шавед. Агар ба шумо одаме даркор бошад, ки дӯст дошта метавонад, бояд худатон дӯст дошта тавонед“.

Ҷустуҷӯи сирри муҳаббат ба ҷустуҷӯи айнак монанд аст, ки дар саратон меёбед, ё ба ҷустуҷӯи калидҳо, ки дар охир дар дасти худ пайдо мекунад.

Аммо чӣ тавр мо „ҳуди ҳамон“ одам шавем? Муҳим аст, то мо бифаҳмем, ки ҳаёти ҳиссиётии мо ҳамеша инъикоси сифатҳои хислати мо хоҳад буд.

Шумо меъёри сарҳисоб мешавед

Вақте касе мегӯяд: „Занҳо ва мардҳои хуб нестанд“, ман ҳамеша ҷавоб медиҳам: „Шояд масъала дар ҳуди шумо бошад, на дар набудани мардҳо ё занҳои хуб“. Ман мефаҳмам, ки барои баъзеҳо ин метавонад доруи хубе бошад, аммо гап дар он аст, ки мардҳо ва занҳои хуб ба сӯи мардҳо ва занҳои хуб ҷалб мешаванд.

Инро тасдиқ карда, ҷамъиятшиносон д-р Эвелин Дювалл ва д-р Рубен Хилл менависанд:

„Вақте ки ба никоҳ медароед, бо худ чиро меоред? Сарулибоси нав? Пули зиёд дар банк? Мебел, ки ба мерос гирифтед? Як ё ду хеши туфайлихӯр? Кори хубе бо имкони пешравӣ? Моликияти ҳисшаванда ва ё қарзхоятон чӣ хеле ки набошад, чизи аз онҳо муҳимтаре ҳаст: ин шумо ҳамчун шахсият, ва он ки дар муносибат бо дигарон чӣ гуна рафтор мекунед, ва шаклҳои рафтор, ки ба никоҳатон меоред.

Чӣ гуна шудани никоҳи шумо ба он вобаста аст, ки шумо чӣ хел одамед. Агар шумо одами хандонрӯй, ботамкин бошед, эҳтимол, никоҳи шумо хушбахтона мешавад. Агар то ҳол шумо ба мувофиқшавӣ ноил нашуда бошед, ва маънос нашуда қаноатмандӣ ҳис кунед, эҳтимол, шумо мувофиқшавии ҳамсарӣ ва оилавино қаноатбахш аз сар мегузаронед. Агар шумо аз тақдири худ қаноатманд набошед ва аз он дар ғазаб бошед, шуморо лозим меояд, ки тағйир ёбед, пеш аз он ки умедвори ҳаёти хушбахтона ва «базми зиндагӣ» бошед“.

Дювалл ва Хилл ба хулоса меоянд, ки аксаран сабаби никоҳҳои бебарорро интиҳоби нодурусти ҳамсар, мушкilotи пулӣ, номувофиқати ҷинсӣ ё дин меҳисобанд. Дар асл, мегӯянд онҳо, ноқаноатмандӣ аз он ҷиз бармеояд, ки шумо ба никоҳ овардед.

Онҳо таъкид мекунанд, ки ба никоҳ „бо тайёрии барои интиҳобкардаатон аҳамияти зиёд доштан дохил шавед. Муваффақияти муносибатҳои оилавӣ ба он вобаста аст, ки ба иттиҳод одати хурсандӣ қардан, дӯст доштан ва дӯстдор буданро оварда тавонед. Ин сифатҳои шахсияти эҳсосотан барқамол беҳтарин ҷиҳозест, ки ба никоҳ оварда метавонед“.

Дар ин бора дар китоби Элоф Нелсон „Хаёти якҷояи шумо“ гуфта мешавад: „Муваффақият дар никоҳ — аз ёфтани одами дуруст зиёдтар аст. Одами дуруст будан муҳимтар аст. Ман дарёфтам, ки ҷавононе ки ман ба онҳо маслиҳат медиҳам, шарикӣ комилро меҷӯянд, ва дар фикри он нестанд, ки шарикӣ онҳо чӣ гуна одамро ба даст меорад“.

Агар шумо ба одами олиҷаноб никоҳ бастанӣ бошед, бояд худатон одами ниҳоят олиҷаноб бошед. Ва раванди аниқ қардани он ки кадом соҳаҳои шахсияти худро беҳтар кунед, ниҳоят осон аст. Рӯйхати сифатҳоеро тартиб диҳед, ки дар шарикатон дидан меҷӯед. Сипас, нукта ба нукта, бо рӯйхати сифатҳои худ муқоиса кунед.

Оиладорӣ метавонад танҳо шартномае бошад, ба мисли „ғирифтан-додан“; шумо бояд хоҳед, ки маҳз ҳамон чизеро диҳед, ки ғирифтан меҷӯед. Чуноне ки як терапевт ҳазл кардааст: „Танҳо ду чиз сабаби никоҳҳои нобарор мегарданд — мардҳо ва занҳо!“

Ба чизи меғирифтаат лоиқ бош

Мо он чизеро меғирем, ки сазовораш ҳастем. Тасвири тазоди он чи меҷӯем, ва он чи ба даст меорем, ки нависанда Боб Филлипс кардааст, ҳарчанд муболиғаомез аст, аммо аз ҳақиқат дур нест.

Зани идеалӣ: ҳар як мард чиро интизор аст?

- Ҳамеша зебо ва хандонрӯй. Ба ситораи экран ба шавҳар баромада метавонист, аммо меҳост танҳо ба шумо ба шавҳар барояд. Мӯйҳои дорад, ки ҳеҷ ба нигоҳубин эҳтиёҷ надорад.
- Латофате дорад, ки борон онро шусти намебарад. Ҳеҷ гоҳ бемор намешавад, ғайр аз аллергия ба муина ва ҷавохирот.
- Таъкид мекунад, ки мустиқилона ҷой иваз кунонидани меҳел барои фигурааш фоиданок аст.
- Оиди пухтупаз, рӯбучин қардан, таъмири мошин ё телевизор, рангубори хона ва хомӯшӣ эксперт мебошад.
- Қортҳои кредитиро ҷашми дидан надорад.
- Суханони дӯстдоштаи ӯ: „Азизам, бароят чӣ қор қарда метавонам?“
- Чунин фикр мекунад, ки шумо ақли Эйнштейн ва намуди „Мистер Америка“ доред.
- Меҷӯад, ки шумо бо дӯстатон ягон ҷо равед, то ки ӯ оромона дардӯзӣ қарда тавонад.
- Шуморо дӯст медорад, чунки шумо аз ҷиҳати шахвонӣ ҷолиб ҳастед.

Он чи вай мегирад

- Зан дар як дақиқа 140 то 180 калима гап мезанад.
- Як вақтҳо зан чун модел барои сутуни тотем хизмат мекард.
- Андаке меҳӯрад — ҳамин ки субҳ дамид, ба хӯрдан сар мекунад.
- Он ҷое ки дуд хаст, вай он ҷо хӯрок мепазад.
- Ба шумо хабар медиҳад, ки шумо танҳо ду норасой доред: ҳар он чи меғӯед ва мекунед.
- Ҳар қадар кӯшиш кунад ҳам, мӯйҳояш чун таркиш дар фабрикаи макарон метобанд.
- Агар шумо гум шавед, ҳамёнотонро кушоед — вай шуморо меёбад.

Марди идеалӣ: ҳар як зан чиро меҷӯяд?

- Ӯ ҳамсӯҳбати идеалӣ хоҳад буд.
- Ӯ марди боҳиссиёт аст — раҳмдил ва мефаҳмидагӣ, дар ҳақиқат дӯст медоштагӣ.
- Марди хеле коркун аст.
- Мардест, ки дар қору бори хона ёрӣ медиҳад, коса-табақ мешӯяд, фаршро бо чангкашак тоза мекунад ва дар участкаи назди ҳавлӣ кор мекунад.
- Одамест, ки ба занаш дар тарбияи кӯдакон ёрӣ медиҳад.
- Мардест аз ҷиҳати ҳиссиёт ва ҷисмонӣ қавӣ.
- Мардест, ки чун Эйнштейн боақл аст, аммо намудааш чун Роберт Редфорд аст.

Он чи вай ба даст меорад

- Ӯ ҳамеша занро ба ресторанҳои беҳтарин мебарад. Ягон вақт шояд вай ба даруни онҳо низ мебарад.
- Ӯ яра надорад, зеро ҳудаш сабаби дар дигарон пайдо шудани он аст.
- Ҳар гоҳе ки дар сари вай фикре пайдо шавад, он дар ӯймоқ ҷойгир мешавад ва дигар дар вай чизе боқӣ наместонад.
- Ӯ мӯъҷизакор аст — ин мӯъҷиза аст, агар ӯ ягон коре кунад.
- Ӯ занашро ҷуноне ки вай одат кардааст, дастгирӣ мекунад — ба вай имконият медиҳад, ки қарашро давом диҳад.
- Вай ҷунон хира аст, ки ҳатто вақте ки ба шумо хушсуханӣ мекунад, дилгир мешавад.
- Хеле кам мешавад, ки вай хомӯш бошад, дар он ҳолат вай ҳамсӯҳбати оличаноб аст.

Албатта, шумо мефаҳмед, ки гап дар бораи ҷист. Қоидаи тиллоӣ наҷоҳи бобарорро ҷунин тасвӣя кардан мумкин аст: агар шумо дар шарикатон ягон хел сифатхоро диданӣ бошед, онхоро дар худ таракқӣ диҳед.

Ташкил додани муносибатҳои заношӯии сермахсул, пур аз муҳаббат ва ғамхорӣ вақт ва меҳнатро металабад. Дар ҳақиқат, бунёд намудан як умрро талаб мекунад. Кӯшиши зиёде кардан лозим аст, то ки шаклҳои худпарастонаи рафторро, ки ҳангоми ишқварзӣ ба даст овардаед, ба он муҳаббати бегаразона мубаддал гардонед, ки асоси никоҳи хуб аст.

Вакте ки боби ояндаро меҳонед, оиди ду савол фикр кунед: (1) Ман бояд чӣ гуна одам бошам? ва (2) Кадом хусусиятҳоро ман дар худ бояд таракӣ диҳам, то ки ба муҳаббати комил, заношӯии комил ва муносибатҳои ҷинсии комил ноил шавам?

Савол барои фикр кардан

- Шумо чӣ фикр доред, чаро муҳим аст, ки бо он касе ки дӯст медорӣ, бояд фахр кард?

3 Автопортрети ҳақиқӣ

Шумо ба ягон кас аз даруни ҳамёнатон суратеро нишон додаед? Масалан, ҳангоми ҳӯроки нисфирузӣ дар аспирантура бештари мавзӯи сӯҳбати мо занҳо буданд. Маҳз дар ҳамин вақт ман бо хонуми ҷавону хеле ғаёл вомахӯрдам, барои ҳамин бо ғаҳр ҳамёнамро мекушодам, то расми Конниро ба ҳама намоиш диҳам. Бачаҳо ҳама „ох“ мегуфтанду „эх“... ва худам низ.

Бисёр вақт волидон, албатта, бобою бибиҳо интизор шуда наметавонанд, ки кай ёру дӯстон аз онҳо хоҳиш мекунанд, ки расмҳои фарзандон ё набераҳояшонро нишон диҳанд. Онҳо зуд бо шавқу завқӣ зиёд расмхоро бароварда нишон медиҳанд.

Яъне... Бисёрии онҳо. Одатан як расме ҳаст, ки онро шумо ба ҳеч кас нишон додан намехоҳед. Ва шумо онро бо ҳамин гуна ҷидду ҷаҳд пинҳон медоред. Пеш аз он ки ақаллан нисфи он намоён шавад, шумо ҳамёнатонро ба ҷои ҷашмнорас пинҳон мекунед. Ин расми шиноснома (паспорт) аст — аз ҳама бадафт, аз ҳама нофора аз он расмхое, ки шумо доред, дар ин расм шумо бо афти аз ҳама ғамгин, аз ҳама дилнокаш акс ёфтаед.

Бо ин ҳама мо боз расми дигаре дорем, бисёре заруртар нисбат ба он акс, ки дар шиноснома аст. Ин он аст, ки рӯҳшиносон „Ман“ меноманд — тасаввуроти ботини мо дар бораи худамон. Ҳамин як симо ҳар рӯз нишон медиҳад, ки мо худамонро дар байни дигарон чӣ хел мебинем.

Агар коре карда афту андом ва бадани мо ҷунон тағйир меёфтанд, барои он ки дигарон низ моро ҷуноне бинанд, ки дар ҳақиқат мо худамонро мебинем, хело ҳам аҷоиб мешуд, ҳамин тавр не? Фақат аз ҳуди ҳамин фикр бисёрии моро арақи хунук зер мекунанд, ҳангоме ки мо миёнаумр мешавем, афти мо (ҳатто бадани мо) инъикоси ҳайратангези он аст, ки мо дар бораи худамон чӣ фикр мекунем.

Шумо чӣ фикр мекунед, шумо кистед?

Барои ба мувоҳисаамон дар бораи „Ман“-и худ замина гузорем, иҷозат диҳед ба шумо 2 савол диҳем.

1. Шумо чӣ арзиш доред? Ман доллар ё сӯро дар назар надорам, вале шумо ҳамчун шахсият чӣ арзиш доред?
2. Оё шумо аз он касе ки ҳастед, розӣ ва хурсандед? Оё шумо дар ҳақиқат худатонро хуб ҳис мекунад, аз барои он ки ҳамин ҳел ҳастед?

Он тавре ки шумо дарк карда ё дарк накарда ҳар рӯз ба ин савол ҷавоб медиҳед, интиҳоб, арзиш, ҷавобҳои шумо ва рафтори шуморо — умуман шумо чӣ ҳел зиндагиатонро мегузаронед, муайян мекунад. Ақидаҳои мо дар бораи ҳудамон ба ҳар коре, ки мо мекунем, таъсир мерасонад.

Мисол, д-р Роберт Колодни аз Донишқадаи Мастерз ва Чонсон-и Сент Луис хабар медиҳад, ки камтар аз 10 фоизи терапия барои оилаҳо ба ҷиҳатҳои ҷисмонии муносибатҳои байниҳамдигарии онҳо равона карда шудааст, ҳарчанд ба зану шавҳарон чунин менамуд, ки ин сабаби асосии ба духтур муроҷиат кардани онҳо мебошад. Зиёда аз 90 фоизи терапия ба муносибатҳои худбаҳодиҳӣ ва байниҳамдигарӣ равона карда шудааст.

Тасаввуроти шумо дар бораи худатон на танҳо ба он таъсир мекунад, ки шумо худро чӣ ҳел мебинед, балки шумо чӣ ҳел бо падару модар, дӯстон, зан ё шавҳар ва бо Худо муносибат мекунад. Муаллифи Масалҳои Аҳди Қадим инро дар назар дошта менависад:

„Чӣ ҳел ки ботини шахс бошад, зоҳираш ҳам чунин аст“. Ба ҳамин тариқ на он ки шумо чӣ меғӯед ва чӣ гуна менамод, кирдори шуморо муайян мекунад. Шумо дар бораи худ аз сидқи дил чӣ фикр мекунад — „ботинан“ худро чӣ ҳел ҳис мекунад — асоси амалҳои шумост.

Рӯҳшиносон тез-тез дар бораи худбаҳодиҳии „баланд ё паст“ ва „хуб ё бад“ меғӯянд. Ман афзалтар медонам, ки инро худбаҳодиҳии „солим“ ва „носолим“ номам. Маънои асосии савол дар он аст, ки „Тасаввуроти солим дар бораи худ чист?“ Ва мо ҳудамонро чӣ ҳел баҳо диҳем?

Агар шумо мактубҳои ҳаввори Павлусро дар Аҳди Ҷадид хонда бошед, пас розӣ мешавед, ки ӯ худро дар пеши касе паст назадааст. Бо вучуди ин, дар мактуби худ Ба Румиён (12:3) менависад: „Дар ҳақиқи худатон бештар аз он чӣ шоён аст, фикр накунад“. Аммо масеҳиён инро чунин мефаҳманд, ки онҳо набояд ба худ баҳои баланд диҳанд. Аммо Павлус тамоман инро дар назар надошт. Вай гуфт, ки мо набояд „бештар“ аз он чӣ шоён аст, фикр кунем.

Пас мо чӣ тавр фикр кунем? Павлус дар ҳамин оят инро мефаҳмонад. Мо бояд „ҳоксорона“, яъне боақлона фикр кунем. Содда карда гӯем,

ин он маъноро дорад, ки худро аз нуктаи назари Худованд бинем — на каму зиёд. „На зиёд“, то ки ба ғурур гирифтор нашавем, „на кам“, то ки обрӯи худро нарезонем. Барои ҳамин, агар шумо хирадмандона фикр кардан хоҳед, худро аз нуктаи назари Китоби Муқаддас баҳо диҳед.

Лаҳзае таваккуф намоед, то таҳлил кунем, ки шумо худатон чӣ хел ҳис мекунед ва дар бораи худ чӣ фикр доред. Масалан, оё шумо ягон каси дигар будан наметавонед? Ин тавр бошад, ақидаҳои шумо ба тағйирот эҳтиёҷ доранд. Росташиро ғӯям, бо ин ҳама норасогиҳои ҷиддии худ ман ягон касеро дар ин дунё тасаввур карда наметавонам, ки ба ҷои худ будан метавонам. Ин далели он аст, ки чӣ тавр Худо ба ман ёрӣ дод, то ки сифат, тарафҳои мустаҳкам ва истеъдодҳои бинам, ки ӯ бар ман бахшидааст.

Сарчархзании рӯҳонӣ

Барои он ки ба ҳама ёрӣ расонем, то ки автопортрети дуруст гиранд, мо бояд якчанд принципҳои Китоби Муқаддасро дар амал истифода кунем. Барои баъзеи шумо ин ақида шояд нав бошад, вале аз ҳама ҳақиқиаш он аст, ки Худо дар бораи шумо дар Қаломи Худ — Китоби Муқаддас чӣ мегӯяд. Қайфияти шумо, маданият ва эҳсосоти шумо метавонанд ба шумо дикта кунанд, ки шумо чӣ хел одам ҳастед. Агар шумо ба онон иҷозат диҳед, ки ин корро кунанд, шумо ба осонӣ метавонед ба иштибоҳ афтед. Баъзан ман худамро ба Худо ҷунон наздик ҳис мекунам, ки боварӣ дорам: аз он наздиктар будан номумкин аст. Дар дигар лаҳзаҳо ман ба ҳиссиёти манфии худ бовар мекунам, ки онҳо мегӯянд, ки байни ман ва Худо масофаи бузургест. Ман бояд ба як хулоса биёям, ё ба ҳиссиёти худ бовар кунам, ё ба он чи Китоби Муқаддас дар бораи моҳияти Худо мегӯяд.

Боре Исои Масеҳ гуфта буд: „Ман ҳаррӯза, то охиризамон бо шумо ҳастам“ (Матто 28:20) ё „Туро тарк нахоҳам кард ва туро нахоҳам партофт“ (Ибриён 13:5). Ман нисбат ба ҳиссиёти худ ба Ӯ бовар карданро авлотар медонам.

Ин ба феномени аҷоибе хеле ҳам монанд аст, ки „вертиго“ ё „сарчархзани“ номида мешавад, ки баъзан ҳангоми парвоз аз сар мегузаронем. Ҳангоме самолёти на он қадар калон аз даруни туман ё абрҳои ғафс мегузарад ва ё ба бўрони саҳт, ки хати уфқро аз назар пинҳон медорад, меафтад, пилот инро дарк накарда, метавонад самолётро ба тарафи қач биронад. Мумкин вай ҳис кунад, ки рост парвоз мекунад. Аммо ягона роҳи бешубҳа боварӣ ҳосил кардан — ба асбобҳои, ки дуруғ намегӯянд, нигоҳ кардан аст.

Панҷ хиссиёти пилот — ҳама он чи мебинад, мешунавад, хис мекунад ва эҳсос мекунад, — ба ӯ гуфта метавонанд, ки ҳамааш хуб аст. Аммо, агар ӯ пилоти ботаҷриба бошад, медонад, ки бо эҳсосоти худ метавонад тамоман ба иштибоҳ андохта шавад ва худро мачбур месозад, ки ба асбобҳо бовар кунад. Онҳо — ягона роҳбалади ҳақиқати бебахс ҳастанд. Пилотҳое, ки аз ин тартибот саркашӣ мекунанд, кам муяссар мешавад, ки то озмоиши дуум зинда монанд.

Хар рӯз дар ҳаёти масеҳии худ ман гуногунӣ намудҳои „вертигои рӯхонӣ“ро хис мекунам. Баъзан ба ман хоб ё ба варзиш машғул шудан намерасад, мешавад, ки ягон кас маро ранҷонда ба хиссиёти ман таъсир мерасонад. Онҳо маро ба ҳулоса ва тарзи амали муайян бурда мерасонанд. Аммо Каломи Худованд ба ман дигар роҳро нишон медиҳад ва айнан дар ҳамин лаҳза ман бӯҳрони интиҳобиро аз сар мегузаронам: Дар ҳақиқат ба кадом нишондиҳанда бовар кунам.

Ҳамчун барои пилот, бечуръатӣ метавонад номади кор шавад. Вай метавонад маро дар „чарху фалак“-и рӯхонӣ чарх занонад — парвози девонавор ва баъд афтиш, парвоз — афтиш. Дар кадом як лаҳзае ман дар болоям ва боз дар поён. Аммо вақте ки ба худ меоям ва мефаҳмам, ки аз ҳама одилонааш — онест, ки Худо дар бораи ман мегӯяд, ман аз чарху фалак фаромада боз дар фаҳмиши баркамоли худ дар Масех афзун мешавам.

Дар хотир доред, ки кай охири маротиба дар тайёр кардани сурат-муаммо меҳнат карда будед. Роҳи аз ҳама хуб — аз рӯи расми болои куттӣ амал кардан аст. Дар ёдам аст, ки дӯсти наздики ман Дик Дэй дар бораи як шиносаш нақл кард, ки ба хешаш дар рӯзи таваллуд дуто сурат-муаммо харида буд. Пеш аз он ки онҳоро печонад, ӯ сарпӯши қуттихоро иваз кард. Шумо метавонед ба худ маъюсии шахси тӯҳфагирифтаро тасаввур кунед. Воқеан, бисёр масеҳиён имрӯз айнан ҳамин тавр ҳаракат мекунанд, ки муаммоҳои ҳаёти худро бо раҳнамоии сарпӯши нодурусти қуттиҳо тартиб диҳанд. Сарпӯши эҳсосот дар ҳамон ҷо ҷойгир аст, ки дар он ҷо бояд Каломи Худо — Китоби Муқаддас бошад.

Пас биёед асбобҳоро месанҷем. Биёед, боз як бор ба сарпӯши рӯхонии худ менигарем ва баъзе гуфтаҳои одилонаи Худоро нисбати худамон тақрор менамоем.

Шумо дар ҳақиқат чӣ арзише доред?

Оё шумо ягон бор гуфтаед: „Ман дар ҳақиқат ягон арзише надорам. Ман метавонам нобуд шавам ва касе инро пайхас намекунад ва

хавотир намешавад“? Бисёрии одамон дар ин ё он лаҳзаи ҳаёташон чунин фикр мекунад. Бо вучуди ин Китоби Муқаддас ба шумо мекушояд, ки Худо дар бораи мо тамоман дигар хел фикр мекунад. Дар Китоби Муқаддас Худо мегӯяд, ки Ё шуморо бениҳоят махсус меҳисобад, чунки шуморо ба сурати Худ офарид. Дар аввали Аҳди Қадим, дар китоби Ҳастӣ, қисми 1 мо меҳонем, ки Худо гуфт: „Одамро ба сурати Мо ва шабоҳати Мо биофарем“. Ҳамин тавр кард. Ин қобилиятҳои дӯст доштан, ба мақсад расидан, ҷудо карда гирифтан ва ҳулосаҳои ахлоқӣ бароварданро мефаҳмонад. Бисёрии мо ҳеҷ гоҳ фикр накардаем, ки то чӣ дараҷа ин беназир аст.

Фарз кардем, ки шумо дар кӯча назди дарахте истодаед. Гуфтан мумкин аст, ки аз бисёр ҷиҳатҳо арзиши шумо ба ин дарахт баробар аст, зеро ки ҳам шумо ва ҳам дарахт махсус аз тарафи Худо офарида шудаед. Вале як фарқияти нозук аст — Худо шуморо ба сурати Худ офарид. Худованд симои Худро дигар ба ягон офаридаи худ надодааст.

Шумо фавқуллодаед, барои он ки дар назди Худо арзиш ва аҳамияти бузург доред. Дар номаи 1-ум ба Қўринтиён, боби 6:20 Павлус гуфта буд, ки „ба нархи гарон харида шудаед“. Арзиш ё нархи объект бо маблағе муайян карда мешавад, ки ягон кас диҳад, то он чиро харад. Барои мо аз ин одилонатар шуда наметавонад. Вақте ки ягон кас маро мепурсад, ки ман чӣ арзише дорам, ман ба далелҳо таъя карда, метавонам гуям, ки он маблағеро меистам, ки Худо барои ман додааст ва ин нарх Исои Масеҳ аст.

Пеш аз он ки ман масеҳӣ шавам, дарки ин ҳақиқатан ҳам маро фурутан мегардонд. Агар ман ягона одами зинда мешудам ҳам, Исои Масеҳ барои ман шуда мемурад. Вай барои шумо чон медод, агар шумо ягона касе мебудед, ки ба ин эҳтиёҷ доред. Зани ҷавоне ба ман гуфт: „Ҷош, ман боварӣ дорам, ки ин ҳақиқат аст. Вале ин чунин маънӣ дорад, ки пас ман ягона касе мебудам, ки ба дастони Ё меҳхоро мекуфтам, то Ёро маслуб кунам“.

Бешубҳа шумо беҳамтоед ва арзиши бузурге доред. Исои Масеҳ инро дар Инҷили Матто 6:26 қайд карда буд. Шогирдони Ё масъалаи ҳалталабе доштанд: онҳо барои он ки чӣ пӯшанду чӣ хӯранд, чӣ нӯшанду дар қучо шабро гузаронанд, ба ташвиш афтада буданд. Ва Исои Масеҳ паррандагонро барои мисол интиҳоб кард, то ки фикрашро хушобуранг карда, нишон диҳад. Вай гуфт: „Падари шумо, ки дар осмон аст, ба онҳо рӯзӣ мерасонад“ оё шумо дидаед, ки гунчишк гурусна монда бошад? Ва баъд ҳулоса кард: „Оё шумо аз онҳо хеле беҳтар нестед?“

Ман аз он ба таачҷуб омадам, ки ба бисёр одамон чунин менамояд, ки ба тахмини худашон арзиши гунчишкero надоранд. Худо шуморо хеле пурарзиш офаридааст. Ва асоси худбаҳодиҳии самимии ҳақиқӣ фаҳмиш ва қабули он арзише мебошад, ки Худо дар шумо гузоштааст. Дар бораи ҳақиқат мулоҳиза карда, ҳаракат кунед, то фаҳмед, ки ин на бо сабаби ягон хизматхоятон рӯй медиҳад. Мазмун ва арзиши шумо на ба он ки шумо чӣ кор кардаед, балки ба шахсияти Исои Масеҳ ва ба он ки Ӯ барои шумо чӣ кор кард, асоснок карда шудааст. Рафторҳои пур аз муҳаббати Исои Масеҳ, ки барои шумо иҷро кард, арзиши бузургеро, ки шумо дар назди Худованд доред, то абад намоиш дод ва мустаҳкам гардонд.

Назар ба яке аз миллион беҳтар?

Боз як сабаби махсусияти шумо дар он аст, ки шумо беҳамтоед. Аз 4,5 миллиард одамони ҳозир дар рӯи замин зиндагӣ мекарда ягон кас аниқ ба шумо монанд нест. Агар аз 4,5 миллиард одамон шумо фақат якто бошед, пас барои чӣ шумо меҳостед боз ба ким-кӣ монанд шавед? Аммо бисёр одамон ба чизҳои одамон, ба қаду қомат, ба мӯйҳо ё истеъдод ё маҳорати дигарон ҳасад бурда, зиндагӣ мекунад. Шумо бояд андешаҳои худро бо он далел равшан кунед, ки Худо шуморо беҳамто офаридааст. Чӣ хеле ки як кас гуфтааст: „Худованд лашу лушро намесозад“.

Баъди яке аз лексияҳои ман дар бораи беҳамтоӣ, ҷавонмарде шеърхое навиштааст, ки ҳамту „Ман“ ном ниҳодааст. Дар онҳо маънии чуқуре ниҳон буд: Агар ман ҳамаи вақтамро барои ким-кӣ дигар шудан сарф кунам, кӣ вақти худаширо барои мисли ман шудан сарф мекунад? Акнун дар ин бора фикр кунед. Агар шумо ҳамаи вақтатонро барои ким-кӣ дигар шудан сарф кунед, пас кӣ вақти худаширо сарф мекунад, то ки шумо шавад. Худо танҳо шуморо офарид, то ки шумо мисли худатон бошед. Ва ҳеҷ кас аз шумо беҳтар шумо шуда наметавонад. Аз минуси беинтиҳой то мусбати беинтиҳой ҳеҷ гоҳ дигар ин хел одам мисли шумо набуд ва нахоҳад буд. Ва ҳамин ки шумо дарк кардед, ки ин то чӣ андоза шуморо бениҳоят беназир мегардонад, метавонед одати бади ҳалокатовари худро ҷартоед, то худро бо дигарон муқоиса накунед.

Баъзан одамон аз ман мепурсанд, барои чӣ ман чун Александр Мен ягон кор намекунам. Ё чун Владимир Соловёв таълим намедихам. Ё ин ки чаро ман чун Билли Грэм суҳанварӣ намекунам. Албатта ҷавоб хеле оддист. Худо маро Александ Мен, Владимир Соловёв ва Билли

Грэм ё каси дигаре наофаридааст. Худо маро чун худам офаридааст. Худо шуморо чун худатон офаридааст. Беҳамтоии ҳаққонии ман ва беҳамтоии ҳаққонии шумо мутлақо зарурати рақобати байни моро бекор мекунад. Ҳамин тавр ҳақиқати якуме, ки Худо барои шумо мегӯяд, аз он иборат аст, ки шумо — ғайриоддӣ ҳастед. Шумо арзиши бузург доред, барои он ки Худо шуморо ба сурати Худ офарид ва шумо тамоман беназир ҳастед.

Фаромӯш накунед, ки шуморо кӣ дӯст медорад

Оё шумо худи ҳозир ягон касро номбар карда метавонед, ки шуморо дар ҳақиқат дӯст дорад? Ҳатто агар шумо ҳеч касро ном бурда натавонед ҳам, фаромӯш накунед, ки Худо мегӯяд — шумо дӯстдоштаед! Ва мо ба Ӯ бовар мекунем. Тадқиқотҳо нишон доданд, ки кӯдаки хурд метавонад зиндагӣ қарданро нахоҳад ва мурдан хоҳад, агар ӯро аз муҳаббат маҳрум созем. Мо ҳама ба он ҷидду ҷаҳд мекунем, ки моро волидонамон, фарзандонамон, дӯстонамон — дар ҷои кор ё дар ҳамсоғӣ дӯст доранд.

Ба наздики „падари Рок“ Марвин Гей худашро парронд. Дӯстони санъаткоре, ки оҳангхояш то ба қуллаи шӯҳратмандӣ расида буд, мегӯянд, ки ӯ метавонист ҳамаи он чизи хостаашро дошта бошад, аммо якчанд ҳафта пеш аз маргаш Гей ба онҳо гуфт, ки ягона чизе, ки ӯ ҳама вақт мехост, муҳаббати падар буд.

Ман дар шаҳрчаи Мичиган ба воя расидам, намедонистам, ки чӣ хел меҳр бандам ва онро қабул кунам. Падару модарам аввалин намунаи муҳаббати ман набуданд. Онҳо якдигарро дӯст намедоштанд. Онҳо танҳо бо ҳам вучуд доштанд. Ман дар ёд надорам, ки падарам маро ё модарамро боре оғӯш карда бошад.

Бисёр одамон баъди хондани китоби аввалини ман „Шаҳодати раднопазир“ фикр мекунанд, ки ман барои он масеҳӣ шудам, ки ақлона дини масеҳиро рад карда натавонистам. Вале онҳо инро намедонанд, ки Худо аз ақли ман истифода бурд, то ки дари дили маро барои муҳаббати Худ кушояд. Ӯ диққати маро ба воситаи шаҳодатҳои ақлонаи устуворе, ки масеҳиятро дастгирӣ менамоянд, ҷалб намуд. Аммо танҳо муҳаббати ӯ қатъиян муқобилияти маро шикаст.

Дар китоби Пайғамбар Ирмиё Худо мегӯяд: „Бо муҳаббати абадӣ туро дӯст доштам, бинобар ин туро бо марҳамат ба Худ ҷалб намудам“ (Ирмиё 31:3). Маҳз муҳаббати Худо маро ба сӯи Ӯ моил кард: „Зеро Худо ҷаҳонро ҷунон дӯст дошт, ки Писари ягонаи Худро дод“ (Юҳанно 3:16).

Аммо шумо мегӯед, ки ин замонҳои пеш буд. „Худи холо чӣ?“ Дар ҳамон китоб Исо мегӯяд, ки Падар моро дӯст медорад (ин замони ҳозира аст). Дар боби 8-уми Нома ба Румиён Павлус муҳаббати Худовандро ба мо ҳамеша ва дар оянда тасвир кард, новобаста ба он ҳама душворихо ва озмоишхое, ки бо мо вомеҳӯранд ва гуфт, ки ҳеҷ чиз шуморо ва маро аз муҳаббати Худованд ҷудо карда наметавонад (оятҳои 38,39).

Бисёр одамон намефаҳманд, ки Худо онҳоро то масеҳӣ шудан ҳам дӯст медошт. Дар боби 5-уми Нома ба Румиён мо мефаҳмем, ки Худо моро он вақт низ дӯст медошт, ки мо душмани Ё будем. Худо моро дӯст медошт — ҳатто вақте ки мо ҳанӯз гунаҳкор будем (ояти 8). Агар Ё моро дар ҳамон ҳолат дӯст дошта бошад, ҳоло Ё моро хеле зиёдтар дӯст медорад, чунки фарзандони қабулкардаи Ёем.

Ҷуқурии муҳаббати Ё дар Инҷили Юҳанно 15:9 кушода мешавад, ки Исо мегӯяд: „Чунон ки Падар Маро дӯст доштааст, Ман низ шуморо дӯст доштаам; дар муҳаббати Ман бимонед“.

Билл ва Глория Гейсер суруде бо номи „Ман дӯстдоштаам“, навиштаанд. Боре ба ёди ман як сатри ҳамин суруд омад:

„Ман дӯстдоштаам, ман дӯстдоштаам... *Он касе, ки маро беш аз ҳама медонад, беш аз ҳама дӯст медорад*“ (худам ҷудо кардам, Ҷ.М.). Ва ин ҳақиқат аст.

Дар таронаи 138-уми Забур, ояти 4 гуфта шудааст: „Калимае ҳанӯз бар забонам нест, ки Ту, эй Худованд онро ба куллии медонӣ“. Бо вучуди ин Худо, ки маро дар ин ҷаҳон чунон медонад, ки ҳатто занам ё каси дигаре маро чунин намедонанд, он Худое, ки шуморо ва маро аз ҳама хубтар медонад, моро беш аз ҳама дӯст медорад.

Дотти, завҷаи ман, бо он хушбахт буд, ки дар шароити гуворои муҳаббати бегашонаи падару модар тарбия ёфта буд, ки ин барои ӯ намунаи бегуфтугӯи муҳаббати Худованд гардида буд. Вай мегӯяд: „Яке аз сабабхое, ки ман қабул кардани худамро омӯхтам, он буд, ки падару модарам маро бегуфтугӯ дӯст медоштанд. Ман медонистам, ки онҳо маро дӯст медоранд, ман медонистам, ки онҳо маро азиз медоранд. Медонистам, ки ба падару модарам хурсандӣ меорам ва онҳо бо ман фахр мекунанд. Ба таври табиӣ маро таъриф мекарданд. Бесаброна он вақтро интизор мешуданд, ки бо ман якҷоя гузаронанд. Ба шахсияти ман ҳамон баҳоеро медоданд, ки ман чунон будам. Ҳангоме одамон ҳастанд, ки ба шумо баҳо дода меҳисобанд, ки шумо бемисл ҳастед, новобаста ба он ки чӣ кор мекунад, ин ҳангоми хато кардан шуморо ба роҳи рост ҳидоят мекунад ва ба шумо дар аниқ ифода кардани ақидаҳои хуб дар бораи худатон ёрӣ мерасонад

Падару модарам беҳамтоии маро тасдиқ мекарданд. Онҳо ҳамеша мегуфтанд, ки маро дӯст медоранд, чӣ қор ки накунам — муҳим нест, мисол баҳоҳои ман то чӣ андоза хуб ҳастанд ё миёна. Ман ҳеч гоҳ ба муҳаббати онҳо шубҳа намекардам ва ҳоло ҳам шубҳа надорам. Ман фикр намекунам, ки ман қодирам қоре кунам, ки муҳаббати онҳо нисбати ман қатъ гардад. Ана чӣ хел муҳаббат ба буд, ки ман дар он ба воя расидам“.

Худро пазируфтани

Агар шуморо ягон вақт рад карда бошанд, иҷозат диҳед шуморо бовар кунонам, ки шуморо қабул мекунам. Дар ҳақиқат ҳам шуморо ба қатори „маҳбубон“ қабул мекунам.

Мо ҳама мехоҳем, ки моро ҳамин хеле, ки ҳастем — дар хона, дар қор, дар қалисо қабул кунанд. Ва дар ҳақиқат ҳам қисми зиёди қувваи мо ба он сарф мешавад, ки мо қабул шуда бошем. Ба ман дарки он ки ба шарофати марги Исои Масеҳ дар салиб, Худо ҷазои гуноҳҳои моро бекор кард ва маро ҳамин тавре ки ҳастам, қабул мекунад, хеле ёрии қалон расонд. Агар ман қоре карда метавонистам, ки ба ҳусни таваҷҷуҳи ӯ сазовор мешудам, наҷоти ман ба таври ғавқуллода на ба воситаи имон мешуд. Барои хизмати мӯъҷизаноки як худи Исои Масеҳ Худо моро чӣ хеле ки ҳастем, бе каму қост қабул менамояд. Инро беҳтар қардан мумкин нест.

Аммо агар шумо ҳамон хеле ки ман будам, бошед, ба шумо бовар қардани он ки Худо шуморо дар ҳақиқат қабул мекунад, душвор мешавад. Гарчанде ки ман медонистам, ки Худо маро барои он азобу машаққатҳо, ки Исои Масеҳ дар салиб ба манфиати ман кашида буд, қабул менамояд, ман худамро қабул карда наметавонистам. Агар ман худамро қабул карда натавонам, пас чӣ хел бовар мекунам, ки касе маро қабул мекунад? Худо, завҷаам, касе ки набошад, яқин маро рад мекард? Вақте ки ман худамро худам қабул карда наметавонам, дар атрофи „ман“-и ҳақиқии ман бегуфтугӯ девор баланд мешавад.

Ман дарёфтам, ки ду иштибоҳи маъмул ба ман ҳалал медоданд, ки худамро қабул намоям. Мумкин онҳо ба худбаҳодиҳии шумо ҳам ҳалал мерасонанд? Якумаш ин аст, ки ман фикр мекардам, ки бояд шахси барқамол бошам. На танҳо барқамол, балки аз ҳама беҳтарин бошам.

Ҳоло ин бемантиқ менамояд, аммо дар ҳақиқати ҳол ман қарор додам, ки қамолотро ба даст дарорам. Ман хеле ҷаҳд кардам, ки ғолиб бароям, ҳатто як вақте дақиқа ба дақиқа ҷудо кардам — на каму на беш! — тамоми умрамро ва он чизеро, ки мехостам ба даст оварам.

Барои чӣ? Зеро ба ман чунин менамуд, ки ягона роҳи дилпури қабул шудан он аст, ки ба худ ва ба ҳама боқимондаҳо исбот намоям, ки ман арзише дорам. Қалбан ман дар ҳақиқат бовар намекардам, ки ман сарвати даруние дорам. Иҷозат диҳед бо шумо ошкоро бошам, бо умеди он ки чизе аз он душворихое, ки ман аз сар гузаронидам, ба шумо ёрӣ диҳад, то худро чунин бинед, ки Худо мебинад ва он хатохое, ки ман кардаам, тақрор накунад.

Бисёриҳо аз ман мепурсанд, ки оё шӯҳратмандии филмҳои шумо, китобҳои шумо ва дар назди одамони бисёр баромад кардани шумо, шуморо саргаранг накардаанд. Ростагро гӯям, не, зеро ман медонам, ки ҳамаи инро Худо ба воситаи ман мекунад. Як назар ба гузаштаи ман мефаҳмонад, ки ман худамро одами на он қадар муносиб мешуморам, то он чи мекунам, бикунам.

Раҳмдилӣ ба чапдаст

Медонед, падару модари ман наметавонистанд, ки тахсилашонро баъди синфи дуюм давом диҳанд. Ман ба як мактаби хурде, ки дар Мичиган буд, мерафтам. Дар он ҷо муаллимон ба ман грамматика меомӯхтанд, вале ман на аз онҳо ва на аз падару модарам онро омӯхта натавонистам. Донишҳои ман оиди грамматика тамоман суст мемонданд. Донишҳои камтарине, ки дар бораи забон фаҳмидам, ман аз бародарам Чим гирифта будам. Вай аз ман ду сол калонтар буд — бачаи пухта буд. Ман ҳар омадани ўро аз Донишгоҳи Давлатии Мичиган бо тарсу ҳарос интизор мешудам, барои он ки ҳар бори омаданиаш вай бо ман грамматикаомӯзиро сар мекард.

Ман дар назди Чим ҳатто даҳон кушодан метарсидам, гоҳе мешуд, ки мегуфтам: „Ба ман ин даркор нест“. Вай ҷавоб медод: „инкоркунии дубораро истифода набар“. Ва ман ба ў мегуфтам, ки намедонам „инкоркунии дубора“ чист. Муаллимаи ман дар синфи дуюм кӯшиш мекард, ки ба ман бо дасти рост навиштанро ёд диҳад, гарчанде ки ман то ҳол зид нестам, ки чапдаст бошам. Ман намедонам, ки имрӯзҳо дар мактабҳо бо одамони чапдаст чӣ хел муносибат менамоянд. Дар он вақт ба ман лозим буд, ки дар як ҳафта ду маротиба бо муаллимаам ба хонаи ҷудогона рафта, бо дасти рост кор карданро ёд гирам, ҳол он ки рафиқонам дар кӯча футбол ё баскетбол бозӣ мекарданд. Вай барои ман ягон мавзӯё барои навиштан медод, ё хоҳиш мекард, ки ягон чиз созам. Ҳар гоҳе ки ман дасти чапамро истифода мекардам, ў бо хаткашак ба дастам мезад... Баҷ!

Албатта ман зуд дастамро мекашидам.

Одамон ба ин меҳанданд, аммо дар натиҷаи чунин муносибатҳо дар ман лакнати забон авҷ гирифт. Ҳар гоҳе ки ман монда мешудам, асабӣ мешудам ё метарсидам, забонам мегирифт. Дар ёд дорам, боре лозим шуд, ки дар синф ман хеста муроҷиати Геттисбургро аз ёд мегуфтам. Инак ман рост истодаам ва забонам гирифтааст, муаллима бошад мегӯяд: „Чавоб деҳ, чавоб деҳ“. Дар охири охири ман дар пеши назари рафиқонам гиря карда гурехтам. Ин лаҳзаи фаромӯшнашавандаи аввали ҳаётам буд, ки ба баромадҳои оммавиям бахшида шудааст. Бар замми ин, ҳамаи муаллимон дар бораи ин фаҳмиданд.

Мушкилоти асосӣ дар он буд, ки касе намегуфт, ки онҳо ҳаракат мекунанд, то ба ман ёрӣ диҳанд. Ман фикр мекардам, ки мани чапдаст одами носолим ва ё аз он ҳам бадтар ҳастам. Ба он нигоҳ накарда, ман қарор додам, ки онҳо маро ислоҳ карда наметавонанд, ва ин ба онҳо муяссар нашуд.

Бо вучуди ин мушкилоти худбаҳодиҳии ман дар мактаби миёна тамои нашуд. Дар курси якуми донишгоҳ профессори забони англисӣ рӯйхати донишҷӯёнро хонда истода, дар бораи як ҳамкурсамон пурсид. Ман фавран чавоб додам: „Ӯ имрӯз нотоб аст“. Профессор зуд маро масҳаракунон тақлид намуд: „Чаноби Макдауэлл, вай имрӯз нотоб аст?“ Ин аз афташ бори охир буд, ки ман дар синф гап задам. Акнун шумо мефаҳмед, ки ман барои чӣ худро номзади аз ҳама нолоиқ меҳисобам, барои иҷрои он коре, ки имрӯз мекунам. Ҳангоме ки д-р Хэмптон дар курси якуми коллеҷ ба ман маслиҳат медод, варақаи имтиҳоноти маро аз назар гузаронда гуфт: „Чош, шумо донишҷӯи хоси миёнаҳаҷм ҳастед, аммо дар шумо ким-чӣ ҳаст, ки дар дигар одамон нест“.

„Хайр ин чист?“ — пурсидам ман, — „ҳоло ман тайёрам, ки ҳар чӣ хоҳед гуш кунам“.

„Дар шумо қатъият ва устуворӣ ҳаст“, — гуфт вай, — „ва ин метавонад шуморо нисбат ба майнаи дигарон ба корҳои бузургтар хидоят кунад. Агар шумо розӣ бошед, ки аз болои ин қадре кор кунед, ман розиам, ки бо шумо кор кунам“.

Ман ин имкониятро аз даст надода, соатҳои зиёд овозамро аз навор сабт мекардам, то ки ӯ гуш карда, хатогиҳои нутқи маро ислоҳ намояд. Ҳар гоҳе ки хатоҳои маро ислоҳ мекарданд, ман меранҷидам — ва чунин фикр мекардам, ки „ҳуди ту кистӣ?“ — аммо ман медонистам, ки ба ман ёрӣ медиҳанд. Ва ман инро қадр мекардам.

Ақидаи на он қадар баланди ман дар бораи арзиши шахсии худам ҳамеша дар ҷамъомадҳои динии оилавӣ, коллеҷ, дар ҷамъомадҳои донишҷӯёни шаҳр мустаҳкам мешуд. Даъватҳо ба имон тахминан чунин садо медоданд: „Маҳорат ва истеъдодҳои худро ба назди Исо

оваред ва ба Ё бахшед. Ё меҳоҳад онҳоро гирад ва шуморо истифода барад“. Дар оянда ман ҳеҷ гоҳ баромад накардам. Ва ҳатто баъди он ки ман Исои Масеҳро чун Худованд ва Начотдиҳанда шинохтам, ман фикр намекардам, ки ин даъват ба ман ҳам дахл дорад. Мефаҳмед, ман ҳеҷ гоҳ фикр намекардам, ки ягон ҳел маҳорат ва қадру қимат дошта бошам. Албатта, ман чунин ҳосиятҳоро доро будам, аммо ҷуноне ки дар масалҳо гуфта мешавад: „Касеро ботинаш ҷунон бошад, зоҳираш ҳамон ҳел аст!“ Ман чунин меҳисобидам, ки чизе роҳи маро равшан намекунад. Бо ҳамин ақида ман зиндагӣ мекардам.

Ба Худо чизе наоварда

Дар вақти семестри тирамоҳӣ, ки ман дар курси охири коллеҷи Уитон меҳондам, даъвати д-р Ричард Халверсон, капеллани нави сенати ИМА-ро шунидам. Дар шоми охирин ӯ дар дар бораи Ҳафтаи Ҷаҳди Рӯҳонӣ суҳан ронд. Толор аз одам пур буд. Вақте ки даъват садо дод, ман фикр кардам: „Ана боз сар мешавад“. „Истеъдодҳо, қобилиятҳо ва бахшоишҳои худро ба қурбонгоҳ гузored ва ғӯед: «Худовандо, ана ман, маро истифода бар»“.

Садҳо донишҷӯён инро маъкул донистанд. Ман нишаста фикр мекардам, ки ба ман чӣ даркор аст, то ин ҳамаро боз аз нав сар аз сар гузаронам. Нохост аз ҷой хестам ва аз дари паҳлӯӣ ба кӯча баромадам. Ман тамоми роҳ то хобгоҳам давидам, ба ҷогаҳ даромада хостам хоб кунам, аммо натавонистам. Ман ба духтаре занг задам, ки номзади ман буд, аммо ӯ ба ман ёрӣ дода натавонист.

Қарибҳои соати чори пагоҳӣ ман фаҳмидам, ки дар кӯчаи Уэст Юнион Стрит дар Уитон, Штати Иллинойс меравам.

„Моҳи шикорчиён“ — моҳи пурраи октябр — шабро равшан мекард. Асабҳоям бениҳоят таранг шуда буданд ва ман дод задам: „Худоё, бас аст“. Ман намедонам, суҳанон ва рафтори ман дуруст буд ё не, ман гуфтам: „Худоё, ман намедонам, ки дар ман ягон тарафҳои «мусбат» вучуд доранд ё не. Ман намедонам, ки ман ягон маҳорате дорам ё не, ман лакнати забон дорам. Ман грамматикаро намедонам. Ман ин ё он корро карда наметавонам. Ана инҳо — камбудиву норасогихои ман ҳастанд. Ана сустиҳои ман. Агар тавонӣ, онҳоро қабул кун ва Худро машхур гардон. Ман ба Ту то нафаси охирин хизмат мекунам“.

Аз ҳамон вақт, баъди дуои ноумедона, ман дигар шудам — ман дар сатҳи ғайритабӣӣ зиндагӣ карданро сар кардам. Ба шарофати иштироки Рӯҳи Муқаддаси Худ Худо дар ҳақиқат камбудии маро гирифт ва онҳоро тарафҳои мусбати ман гардонид.

Одамони зиёде барои тарафҳои манфии ҳаёти худ ғамгинанд. Онҳо боварӣ доранд, ки Худо онҳоро барои ҳамин истифода намекунад. Ман — исботи зиндаи онам, ки Худо одамонро, ки тайёр нестанд, ҳамчунин истифода мебарад. Худо аз маҳдудияти мо болотар аст. Ва вақте ки масеҳиён аз дилсӯзӣ нисбат ба худ азоб кашиданро бас мекунанд ва софдилона ба назди Худо меоянд, дарк мекунанд, ки Исои Масеҳ дар ҳуди ҳамон ҷо бо онҳо волеҳӯрад.

Ба гумони ман, вақте ки шумо „ман“-и солим доред ва шумо чунин ба худ нигоҳ мекунад, ки Худо ба шумо менигад — на каму на зиёд — дар он вақт шумо метавонед вичдонан ба камбудии худ нигаред. Шумо метавонед камбудии худро ба пеши Исои Масеҳ биёред, то Ӯ барои онҳо меҳнат кунад — ва дар ҳуди ҳамон вақт шумо метавонед дар пеши Ӯ маҳорат ва тарафҳои мусбати худро гузоред, то ки онҳо шуморо ба ғурур оварда нарасонанд. Ба шумо ҳоҷат нест, ки комил шавед, то дар бораи худ ақидаҳои солим дошта бошед, шумо фақат бояд хурсанд шавед, ки чунин шахсияти беҳамто ҳастед, ки Худо шуморо офаридааст.

Ман ҳар гоҳ худро чун объекте тасаввур мекунам, ки дар он ҷо сохтмон давом дорад. Ман худқабулкунӣ дар ҳамон асосҳе, ки Худованд маро ба воситаи Исои Масеҳ ва марги Ӯ дар рӯи салиб қабул мекунад, омӯхтам. Солҳои зиёде лозим шуд, ки ман чун масеҳи инро фаҳмам. Ҳамин ки ман дидам, ки худамро қабул карда метавонам, ман ба он озодие соҳиб шудам, ки метавонам одамонро, ҷи хеле ки ҳастанд, қабул намуда, ба муносибатҳои ягон хел шарту шароит бор накунам.

Мефаҳмед, муҳаббати Худованд бегуфтугӯст ва қабули он бегуфтугӯ аст. Ӯ шуморо ҳуди ҳозир, ҷи хеле ки ҳастед, қабул мекунад. Ана барои ҷи Юҳанно менависад: „Муҳаббат дар ин аст, ки на мо Худоро дӯст доштем, балки Ӯ моро дӯст дошт ва Писари Худо барои кафорати гуноҳҳои мо фиристод“ (1 Юҳанно 4:10). Худо шуморо қабул мекунад, барои он ки шуморо ба воситаи он ҷи Исо барои шумо қард, бахшидааст. Ман дигар ба он иштибоҳи аввалин бовар намекунам, ки бояд комил буд, то тӯро қабул кунанд. Ман дар Исои Масеҳ комил шудам. Ва он қабулкунӣ писандидан — ҳамаи он чизест, ки ба ман даркор аст.

Беҳтаринаш кифоя аст!

Иштибоҳи дуюм дар бораи худҳурматкунӣ, ки маро ором намегузошт, он фикр буд, ки ман бояд аз ҳама беҳтарин бошам, то маро қабул кунанд. Ман бо одамони бисёре волеҳӯрдӣ, ки фикр мекунанд, ки

онҳо бояд ошпазҳои бехтарини ҷаҳон, корчалонҳои бехтарини штат ё моҳигирони бехтарин дар лигаи миллии моҳигирон бошанд. Онҳо ба ин савдо барои он гирифтोरанд, то ки худро қабул карда тавонанд ва ҳис кунанд, ки онҳоро дигарон қабул мекунанд. Албатта, масъалаи ҳалталаб дар он аст, ки агар шумо дар коратон хубтарин будан хоҳед, то ки худро қабул намоед, дар он вақт танҳо як мусиқанавоз, як донишҷӯӣ ё як фурушанда дар тамоми мамлакат метавонад ягон вақт худро қабул кунад. Зарбазани ҷавони Лигаи якуми бейсболро пурсиданд: „Чӣ ҳодиса шуд?“ Вай ҷавоб дод: „Муҳофизатгари якуме, ки имрӯз ман вохӯрдм, дар гурӯҳи «Ред Сокс», вақте ки ман дар синфи чорум меҳондам, бозиро сар карда буд. Дар зарбаи аввал ман ба ӯ тӯби аз ҷама бақувваттарин ва аз ҷама тезтаринро дар тамоми умрам фиристодам“. „Ва чӣ воқеа шуд?“ „Вай ба тӯб туф кард, вақте ки он аз наздаш парида гузашт“.

Ин ҷавони навомада ба мусибат дучор шуд. Худхурматкунии ӯ ба вазъият вобаста буд. Дар байни ҷавонон вай одами баобро буд. Муҳофизатгарон ӯро зарбазани моҳир меҳисобиданд. Бо вучуди ин, баъди тағйири шакли кор, вақте ки вай аз гурӯҳи ҷавонон ба лигаи якум гузашт, зарбаи саҳти ӯ шикаст хӯрд ва ҳуди ӯ низ.

Барои чунин зиндагӣ кардан ба шумо заруриятҳо пеш меоянд, то ки дар ҷама кор бехтарин ва ҷама вақт аз худ розӣ бошад. Ҳол он ки мо як корро хуб иҷро мекунем, дигараш ба мо муяссар намегардад. Барои ҳамин, агар мо ба вазъият вобаста бошем, лозим меояд, ки ба ақидаи худ дар бораи ҳудамон мубориза барем.

Магар Худо меҳодад мо чунин зиндагӣ кунем? Албатта не! Ҳавворӣ Павлус мегӯяд: „Бигуздор ҳар кас амали худро имтиҳон намояд“. Барои чӣ? „Ва он гоҳ фақат аз худ фахр хоҳад дошт, на дар дигаре“ (Ғалотиён 6:4). Муҳаббати Худо ва қабули Ӯ аз мо ягон ҳел шартӣ маҳсусро талаб намекунад. Ӯ меҳодад, ки ҳатман мо ҳудамонро аз ҳамин нуқтаи назар нигоҳ кунем.

Агар ман дар конфронс баромад карда, ҳамаи корҳои аз дастам меомадаро кунам ва он истеъдодҳое, ки Худо ба ман додааст, истифода барам, маро ба ташвиш намеандозад, агар боз панҷоҳ нотиқон дар он ҷо баромад кунанд, ки аз ман бехтар бошанд. Ман метавонам ба меҳмонхона омада дар оина нигоҳ карда гӯям: „Ҷаноби Макдауэлл, офарин ба шумо! Шумо ба ман маъқул ҳастед! Шумо ҳар он чизе ки ба шумо дода шудааст, гирифтед ва ба номи Худо ҳар он чӣ аз дастатон меомад, кардед“. Шумо ин корро карда метавонед, ба шарте ки худбаҳодиҳии хуб дошта бошед. Вақте ки ман оиди чизҳои муҳим кори аз дастам меомадаро накунам, он гоҳ аз худ розӣ нестам.

Аммо чӣ метавонад меъёри муҳим будан бошад? Магар он чизе, ки Худо мегӯяд, муҳим аст? Он чи оилаи шумо мегӯяд? Он чи рафикони шумо мегӯянд? Худи шумо чӣ? Мо бояд фаромӯш накунем, ки дар ҳаёт вазъиятхое кам нестанд, ки ба он тамоми қудратамонро сарф кардан он қадар шарт нест. Баъзе одамон ҳамаи қувваташонро дар тайёр кардани хӯрок сарф мекунанд. Ин ба ман маъқул аст, махсусан, агар маро ба хӯроки нисфирӯзӣ даъват кунанд. Аммо, агар онҳо дар ҳақиқат дар тайёр кардани ҳар як наҳорӣ, хӯроки нисфирӯзӣ ва ё бутерброд тамоми қувваашонро сарф кунанд, дар тайёр кардани хӯрок аз ҳол мераванд. Мо бояд тамоми қувватамонро ба он коре диҳем, ки дар ҳақиқат арзанда бошад.

Ба ман қабули ин бисёр сабук афтод, вақте ба ёд овардам, ки Худо маро чӣ хеле ки ҳастам, қабул менамояд. Вақте ки ман назди Исои Масеҳ омадам ва ба Ё ҳамчун ба Начоткор ва Худованд имон овардам, аз таълимотҳои Китоби Муқаддас фаҳмидам, ки Худо маро чуноне ки ҳастам, қабул мекунад. Худо маро бо ҳама хатоҳоям ва камбудихоям қабул мекунад. Ҳамин тавр худқабулкунии ман маънои мантиқӣ мегирад.

Вақте ки шумо беҳтарин кори метавонистаатонро мекунад, бо касе мусобиқа намекунад ва метавонед худро чунин баҳо диҳед, ки Худо шуморо чунин офаридааст.

К. С. Люис дар „Мактубҳои Баламут“ менависад: „Дар охир, Худо меҳодад одам чунон аз ақидаи нодуруст ба манфиати худ озод бошад, ки тавонад аз истеъдоди худ ба ростӣ ва хайрхоҳона шодӣ кунад, ҳамчун аз истеъдоди ҳамсоии худ — тулӯи офтоб, фил ва ё шаршара. Вай меҳодад, ки ҳар одам дар охир тамоми мавҷудотро (ҳатто худро) ҳамчун чизҳои хубу зебо қабул карда тавонад“.

Ин фаҳмиш ба ман дарero кушод, ки тавонам то дигар одамонро қабул кунам. Ман набояд онҳоро дар асоси тавоноияшон ҳукм кунам, вақте ки меҳоянд ба ман чизеро исбот намоянд. Ман метавонам дигаронро, чӣ хеле ки Худо маро қабул мекунад, қабул кунам. Азбаски ман худамро, Ҷош Макдауэллро, ҳамон хеле ки ҳастам, қабул карда метавонам, ман метавонам ба он бовар кунам, ки завҷаи ман Дотти маро чуноне ки ҳастам, қабул мекунад. Барои ҳамин ман метавонам дар назди ӯ кушоду равшан бошам, дар сухан ё амал озод бошам.

Бо ишқи ҳақиқӣ дӯст доштан

Усули дигари нигоҳи солим ба худ (Чӣ хеле ки Худо шуморо мебинад) — ин барандаи муҳаббат шудан аст. Яке аз вазифаҳои

асосии калисо имрӯзо аз он иборат аст, ки чӣ хел бояд имондорон бо махорат муҳаббати Худовандро ба якдигар, ба ҷаҳон ва атрофиён нишон диҳанд.

Боре ман дар як мубохисаи телевизионӣ бо яке аз асосгузори маҷаллаи „Плейбой“, ки сею ним (3,5) соат давом кард, иштирок кардам. Ӯ тарафдори ахлоқи вазъиятӣ буд ва мегуфт, ки хуб ё бад вучуд надорад ва ҳар вазъият ҳудаф нишон медиҳад, ки чӣ кор кунем. Бо суҳанони дигар гӯем, пеш аз он ки шумо дар ягон вазъияти муайян меафтед, чизи хубу бадаш нест, ҳамин ки бо он дучор шудед, бояд „аз рӯи муҳаббат рафтор кунед — он кореро кунед, ки дуруст мешуморед“.

Тарафдорони ин фалсафа гуфтаҳои Ба Румӣ (13:8)-ро қайд мекунанд, ки дар он гуфта мешавад: „аз касе чизе қарздор нашавед, ҷуз қарзи муҳаббат нисбат ба якдигар; зеро ҳар кӣ каси дигарро дӯст медорад, шариатро ба ҷо овардааст“. Аммо ҳеҷ гоҳ ояти 9-ро намефаҳманд, ки Павлус менависад: „Зино накун“, „Қатл накун“, „Дуздӣ накун“, „Тамаъ накун“.

Ин чӣ маъно дорад? Ин маънои онро дорад, ки Худои муҳаббат ба мо аҳком додааст. Дар тамоми Китоби Муқаддас Худо моро пешаки оғо мекунанд, то амалҳои мо ки муҳаббатро ифода мекунанд, асоси мустаҳкам дошта бошанд, ва вақте ки Ӯ мегӯяд: „Якдигарро дӯст доред“, ман донам, ки рафтори дӯстдоранда кадом аст.

Агар шумо дар ҳақиқат касеро дӯст доред, шумо уро намекушед ва аз ӯ чизеро намедуздед.

Вақте ки касе ба ман мегӯяд: „Ба ман гуфтанд, ки агар ман касеро дар ҳақиқат дӯст дорам, мо бояд ба шахват машғул шавем“, ман метавонам бовиҷдонона гӯям, ки агар ин берун аз вазифаҳои зану шавҳар бошад ва шумо дар ҳақиқат ин одамо дӯст медоред, шумо ин корро намекунед. Ин ишқи ҳақиқӣ намешавад. Худо ба шумо нагуфтааст, ки якдигарро дӯст доред ва аз рӯи вазъияти мувофиқ ихтиёран рафтор кунед. Худо ба шумо муҳаббатро дар номаи 1 Ба Қуринтиён, дар Дах Аҳком (Хурӯҷ 20), дар тамоми Китоби Муқаддас нишон додааст.

Яке аз мисолҳои дар хотир саҳт нақш мебаста оиди барандаи муҳаббат будан дар асоси ҳисси бовариноки худдарккунӣ, аз тарафи стюардессаи роҳи ҳавоии „Истерн Эрлайнз“ нишон дода шудааст. Дар давоми 18 соли охир ман қариб 5000 маротиба парвоз кардам, ҳамин тавр ман гуфта метавонам, ки ҳар он воқеае ки дар самолёт шуда мегузарад, аз сар гузарондаам. Ман ҳеҷ гоҳ он чизеро, ки ҳангоми парвоз аз Атланта ба Чикаго шуда гузашт, надида будам. Вақте ки ман ба салони классӣ 1 даромада, ба сӯи „Вағони гарми боркаш“-и худ, ки дар қафои самолёт ҷойгир аст, равон мешудам, стюардессаеро

дидам, ки ҳамаро бо табассуми фарох ва дастаи гули садбарг дар даст пешвоз мегирифт. „Ин ғайриоддист“, фикр кардам ман. Ман чун одами хушчақчақ аз назди ӯ гузашта пурсидам „Гулҳоро ошиқатон харид?“ Вай ҷавоб дод: „Не“. „Набошад, кӣ?“ „Ман худам!“ Аҷоиб, ҳамин тавр — не? Ман надонидам, ки чӣ гӯям ва рафта дар ҷоям нишастам.

Ман дар бораи ҷавоби ӯ фикр накарда натавонидам. Вақте фаҳмидам, ки ӯ масеҳӣ аст, гуфтам: „Мумкин ман ба шумо як саволи шахсӣ диҳам? Барои чӣ шумо як даста гули садбарг харидед?“

„Барои он ки ман худамро дӯст медорам“, — ҷавоб дод ӯ.

Фикр кунед: Аз муҳаббат ба худ вай рафта як даста гули садбарг харидааст.

Хушзабонии гулҳо

Акнун иҷозат диҳед, пурсам, ки шумо ягон бор як даста гул харидаед. Дар давоми солҳои зиёд ман (на як бор), на як-ду шаби танҳоиро дур аз хонаю дар, дур аз зану се духтар ва як писар гузарондам. Ҳангоме ки ман лектори Кэмпус фор Крайст будам, шаби вазнинтарин барои ман, мумкин, шаби арафои Соли нав буд. Ман аз хона дар шаби Мавлуд рафтам ва дар Штатҳои Муттаҳида дар якҷанд конфронсҳои шаби Мавлуд баромад карда, саёҳат мекардам. Ман рӯзи дароз лексия меҳондаму шабона мерафтам. Баъд рӯзи дигар ҳам тамоми рӯз меҳондаму боз роҳ мерафтам ва ҳамин тавр давом мекард ва лексияхоро одатан рӯзона пеш аз соли нав дар штати Калифорния, дар Сан-Хосе ба охир мерасонидам. Дар давоми 13–14 соли охир, баъди он ки лексияҳо тамом мешуданд, ман ба фурудгоҳи Чон Уэйн дар Оранҷ-Каунти парвоз мекардам, ки дар он ҷо ягон кас маро пешвоз мегирифт ба ҳамон меҳмонхонаи соҳили баҳр, ки ҳар сол ман он ҷо меистодам, мебурд. Зану фарзандонам дар Бостон, дар хонаи волидони занам буданд. Ман аз ҷиҳати маънавӣ, рӯҳӣ ва ҷисман монда шуда будам ва ман истироҳат мекардам.

Якҷанд сол пеш аз ин, вақте ки саёҳати лексионии ман ба охир расид, Дон-Стюарт — шахсе, ки мо ҳамроҳ якҷанд китобҳо навишта будем, маро дар фурудгоҳи „Чон Уэйн“ бо мошини хурди худ „Хонда Сивик“ пешвоз гирифт, ва мо ба роҳи автомобилгард баромадем. Дар даромадгоҳи Лагуна-Бич мо аз назди мошини боркаше ки пур аз гулҳо буд, гузаштем. Ман аз Дон хоҳиш кардам, ки мошинро нигоҳ дорад ва ӯ ин корро кард — дар ҳуди миёнаи роҳ истод. Ман хоҳиш кардам, ки мошинро ба канори роҳ барорад, ва аз мошин баромада, ба мошини боркаш наздик шуда, 60-дона гул харидам.

Оё шумо ягон маротиба ба мошини Хонда-сивик бо 60-дона гул ҳаракати савор шудан кардед? Ин осон нест махсусан, агар касе дарро бароятон накушояд. Ана ман бо ин гулҳо дар роҳ истодаам, вале Дон сухане нагуфта, танҳо ба ман менигаристу халос. Баъдтар вай ба ман нақл кард, ки дар он лаҳза чӣ фикр мекард: „Ана Қош Макдауэлл, корманди «Кэмпус Крусейд фор Крайсг», лектори масеҳӣ, зани ӯ дар Бостон, соли нав фаро мерасад ва ӯ ба номери меҳмонхона бо 60-дона гул меравад. Ин аҷоиб“.

Якчанд дақиқа ӯ хомӯш монд, дар охир фавран гуфт: „Ту гулхоро барои чӣ харидӣ?“ Мехостам гӯям: „Кори ту не“, аммо инро накардам. Ман ба ӯ гуфтам, ки монда шудаам ва ҳангоме ки ман ҳудамро чунин ҳис мекунам, шайтон ба ҳаёти ман дохил шуданро дӯст медорад. Ба ӯ маъқул аст, ки маро дилхунук кунад, чашмони маро аз Худо пӯшонад, моро аз ғалаба ба масъалаҳои ҷалталаб барад.

Ман гуфтам: „Дон, ман дар ин ҷо чор рӯзро гузаронданиам ва меҳоҳам ин гулхоро дар тамоми хона гузорам. Ман дувоздах дона гулро дар балкон, дувоздах донаашро дар болои телевизор, боз дувоздах донаашро дар болои мизи шабона мегузорам. Ва ҳар бор, ки ман ба гулҳо менигарам, Худо ба ман хоҳад гуфт: «Қош, Ман туро дӯст медорам. Ман туро қабул мекунам. Мебахшам, Қош. Чӣ хеле ки Падар Маро дӯст дошт, Ман ҳам туро ҳамин тавр дӯст медорам. Қош, ту — махсус ҳастӣ». Ман ба ҳар як гулдаста нигоҳ мекунаму мешунавам, ки чӣ хел Худо мегӯяд: «Қош, ту хеле пурқиматӣ, Ман туро ба сурати Худам офаридам. Қош, ту беҳамтоӣ»“. Медонед баъди ҳамон соли нав ман дигар ба гулҳо чун пештара нигоҳ карда наметавонистам.

Барои ҳамин ҳам ман боз аз шумо мепурсам: Оё шумо ягон маротиба барои худатон як даста гул харидаед? Барои он ки сирри муҳаббатро фаҳмед — барои он ки дараҷаи баландтарини муҳаббат, нигоҳ, муносибатҳои ҷинсиро ба даст оред — шумо бояд „худи ҳамон“ одам бошед. Ва шартӣ якум худбаҳодиҳии солим мебошад. Моҳияти ҳақиқие, ки Худо барои шумо офарид, метавонад аз он шумо шавад, агар шумо ба он бовар кардан хоҳед ва онро қабул кунед.

Саволҳо барои андеша:

- Ба шумо чӣ маъқул аст, дар он ки Худо шуморо чунин офарид?
- Шумо дар кадом соҳаҳо беҳамтоед?
- Шумо аз кучо медонед, ки Худо шуморо қабул кард?
- Шумо барои он ки барандаи муҳаббат шавед, имрӯз ё фардо чӣ кор карда метавонед?

4 Бигузор муошират поку беолоиш бошад

Оё шумо ягон маротиба дар бораи он ки ба муносибатҳои байниҳамдигарӣ чӣ меоред, андеша кардаед? Шарикатон чӣ меорад?

Вақте ки ду нафарро муносибатҳои якҷоя мепайвандад (махсусан дар никоҳ), онҳо дуяшон бо худ гузаштаи шахсӣ, маданият ва тарзи муносибатҳоро меоранд. Ду тарзи гуногуни ҳаёт, ду таҷрибаи ҳаётӣ ва ду тақдир як мешаванд. Агар ҳар яке аз шарикон одати муошират ва маҳорати фаҳмидани шарикашро надошта бошад, наздикии қаноатмандшуда ба даст намеояд. Маҳорати муошират бо баҳисобгирии хусусиятҳои хоси шарик яке аз талаботҳои асосӣ ба шумор меравад, то ки „худӣ ҳамон“ бошем.

Надоштани маҳорати муносибат — шикоятҳои аз ҳама бештари зану шавҳарон аст, ки чи аз тарафи рӯхшиносон, чи аз тарафи терапевтҳои оилавӣ шунида мешавад. Дар натиҷаи пурсиш зиёда аз 730 маслиҳатдиҳандагони касбӣ оиди никоҳ хабар доданд, ки масъалаи ҳалталабе, ки аз ҳама бисёр ба он машғул мешуданд, вайроншавии муошират буд.

„Мачаллаи хонагӣ барои хонумаҳо“ пурсиши зиёда аз 30 000 занонро гузаронд ва маълум кард, ки фақат як масъалаи ҳалталаб ҷои баландтареро нисбат ба масъалаҳои ҳалталаби пулӣ ишғол мекунад ва ин маҳз муоширати ғайриқаноатбахш аст. Тадқиқотчи Терри Шульц менависад, ки „Ҳарчанд ки бисёрии занҳо шарикашонро дар асоси намуди диққатҷалбкунандаи ҷисмонӣ шонҷу карда мегиранд, баъзеҳо мегӯянд, ки маҳорати муошират заруртар аст“. Барои ин занони боақл маҳорати муошират дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ аз шавқу рағбати ҷинсӣ, ҳолати ҷисмонӣ ва шахсият болотар меистанд.

Тадқиқотҳо нишон медиҳанд, ки никоҳҳои комил ва қобили ҳаёт дар он ҷуфтҳо ба вуҷуд меоянд, ки эҳсосоти худро бо ҳам мебинанд ва дар муносибат бо ҷуфти худ ба дараҷаи баланд ошкоро ҳастанд. Масъалаи асосии ҳалталаби никоҳҳои барҳамхӯранда на ба доираи алоқаҳои ҷинсӣ дохил мешавад. Вай ба норасоии муошират вобаста аст.

Д-р Марк Ли тадқиқотҳои ёздаҳ мамлакатро таҳлил кард, ки „нишон медиҳад, ки ҷуфтҳои аз ҳама хушбахттарин онҳое ҳастанд, ки аз

ҳама бисёр бо ҳамдигар сӯҳбат мекунад“. Ҳамчун маслиҳатгари муносибатҳои оилавӣ Ли қайд мекунад, ки „Масъалаи ҳалталаби зиёдшудаистода дар никоҳ аз ҳам дур шудан аст. Мо медонем, ки чуфти миёнаи зану шавҳар баъди як соли никоҳ 37 дақиқа дар як ҳафта барои сӯҳбатҳои муҳими шахсӣ вақт сарф мекунад — бешубҳа тамоман кам“.

Дар мусоҳиба аз Ҳимоягар Ҳерберт А.Глиberman, мутахассиси машҳур оиди ҷудошавӣ ва қонунҳои оилавӣ, бо стажи 28-сола, хоҳиш карданд, ки яке аз масъалаҳои аз ҳама асоситаринро, ки сабаби ҷудошавии зану шавҳар мегардад, номбар кунанд. Глиberman посух дод: „Сабаби якум, надостани маҳорати бо вичдон ба ҳамдигар сӯҳбат кардан — кушодани дили якдигар ва бо шарикӣ худ, чун бо дӯсти бехтарин муносибат кардан аст... Ман чунин ҳисоб мекунам, ки бисёрии одамон аз байни якдигар гап мезананд, на ба якдигар...“.

Лео Баскаля ба 1000 кас саволҳои никоҳӣ тақсим кард ва ба рӯзномаи „Ю-Эс-Эй тудей“ хабар дод, ки „камаш 85% пурсидашудагон гуфтанд, ки сифати аз ҳама заруртарин барои нигоҳ доштани муносибатҳои муошират — маҳорати сӯҳбати самимӣ кардани ду одам мебошад“.

Линн Атуотер сотсиологӣ шӯъбаи Донишгоҳи Сетон Холл меғӯяд, ки занҳо асосан барои он алоқаҳои ғайриникоҳӣ пайдо мекунад, ки онҳо наздикии бештари ҳиссиётиро меҷӯянд. Вай ба тадқиқи нав ишора мекунад, ки он ошкор месозад, ки занҳо ҳаловати ҷисмонӣ ва гуногунрангро муҳим медонанд, вале дар муқоиса бо мардон онҳо дар муҳаббати пинҳонӣ ба шахват ҳаракат намекунад. Мардҳо ҳар гоҳ аз ман дар бораи он мепурсанд, ки чӣ кор кунанд, то ки ба занҳои худ дар ёфтани муҳаббати дигар ҳалал расонанд, — меғӯяд Атуотер — Ман маслиҳат медиҳам: „Бо онҳо гап занед“. — Ба ақидаи Атуотер занҳо муоширати рӯхиро муқофоти заруртарини ҳар гуна муҳаббат ҳисоб мекунад.

Муошират — роҳи асосиест, ки бо ёрии он мо дар бораи ҳамдигар бисёртар фаҳмида мегирем. Чӣ қадаре ки одам муоширатро донанд, ҳамон қадар зиёдтар ҳаловати муносибатҳои байниҳамдигарие, ки ҳар ду шарик ҳис мекунад, зиёдтар мегардад. Дар байни ду одами якҷоя зиндагӣ мекардагӣ ҳеле ба зудӣ фарқият пайдо мешавад. Агар ин фарқиятхоро муҳокима накунем, ногузир ба печ дар печ ва муноқишаҳо оварда мерасонад. Ҳатто ҳавворӣ Павлус ва ҳамроҳаш Барнаббо инро аз сар гузаронданд. Аз афташ, онҳо ҳиссиёти худро дар бораи гурехтани Марқӯс то даме ки вақти сафари дуҷум фаро расид, муҳокима накарданд. Ва он дам маълум шуд, ки аллакай ҳеле дер шудааст, то розигиро ҷустуҷӯ кунанд.

Муоширати даҳонӣ

Муошират кардан чӣ маъно дорад? Мувофиқи луғати Рэндом Хаус ин чунин маъно дорад: „Ягон чиро хабар додан ё мубодилаи фикру ақидаҳо, хиссиёт, хабарҳои даҳонӣ, хатти ва ғайра“. Д-р. Х. Норман Райт, маслиҳатгари масъалаҳои оилавӣ, таърифи оддӣ пешниҳод мекунад: „Муошират — просесси (шифохӣ ё ғайришифохӣ) мубодилаи хабарҳо бо дигар кас буда, бо тарзе мегузарад, ки он шахс мефаҳмад, ки шумо чӣ мегӯед. *«Гуфтан»*, *«гуш кардан»* ва *«фаҳмидан»* — ҳамаи ин дар рафти муошират ба амал меояд“.

Муошират кардан — бо дигарон худро бо ҳам дидан аст. Чунин мусоҳиба имрӯз барои зану шавҳар зарурати ҳаёти аст.

„Мусоҳиба ҳамон мешавад“, — менависад Дуайт Смолл — агар ду одам маънии пурраи ҳаёти худро ба ҳамдигар хабар медиҳанд, вақте ки онҳо ба қадри тавонистанашон дар ҳаёти якдигар иштирок мекунанд“.

Дар мақолаи „Хатарнокии шарикӣ камгап“ Синтия Дойч мегӯяд:

„Барои муошират ду кас даркоранд. Агар яке аз шарикон инро нахоҳад, гуфтугӯ баргузор мегардад, на муошират. Муошират дар бораи масъалаҳои ҳалталаб — фаъолияти душворест, ки одамонро маҷбур месозад, то худро бемуҳофизат ҳис кунанд. Бо вучуди ин, муносибатҳои байниҳамдигарӣ бе мушқилот вучуд надорад ва муҳокимаи он — тарзи бартарафкунии он аст. Агар яке аз шарикон дар он иштирок накунад, масъала ҳалли худро намеёбад ва масъалаи ҳалталаб ба дигар соҳаҳои муносибатҳои байниҳамдигарӣ чуқуртар таъсир расонда, паҳн мешавад. Ин метавонад маҳсусан одилона бошад, вақте ки яке аз шарикон суботкорона ва доимо аз муҳокимаи саволи муайяншуда даст кашад.“

Вақте касе муоширатро инкор кунад, дар шарикӣ дуҷум хоҳиши саҳти гузашт накардан пайдо мешавад, ва дар давоми як вақти муайян, мумкин ин як муддати хеле кӯтоҳ бошад, шарикон метавонанд дар ғазаб шаванд, фикри якдигарро қабул накунанд ва ҳатто аз якдигар дур шаванд. Тез-тез, ҳатто баъди он ки масъалаи асосӣ ҳал шуд, дигар тарафҳои муносибатҳои байниҳамдигариро ҳам ба низом даровардан лозим мешавад. Муоширати хуб, ки одамонро ба якдигар мекушоӣ, метавонад хеле нозук бошад, ва агар вай вайрон шуда бошад, барқарории он эҳтиёткорӣ ва пурдиққати талаб мекунад.

Бисёрии одамон — бо мақсади нуқтаи назари худро тасдиқ кардан чунин меҳисобанд, ки сӯҳбат муошират аст. Аммо

муоширати маънидор аз ду қисм иборат аст: аз гап зада тавонистан ва гӯш карда тавонистан. Чихате, ки имрӯзо оилаҳо ба он безътиной мекунад, гӯш карда тавонистан аст.“

Аз он далеле ки Худованд ба мо ду гӯш ва як даҳон додааст, ирландиҳо хулосаи оқилонае баровардаанд, ки мо бояд дучандон гӯш кунем назар ба он, ки гап занем. Яъқуб навишта буд: „Бигуздор ҳар кас дар шунидан бошитоб, дар гуфтан оҳиста бошад“ (Яъқуб 1:19) ва акси садои он таълимот суханони Шекспир садо медиҳанд: „Ҳамаро гӯш кун, аммо бо кам касон сӯхбат кун“. Ибораи „дар шунидан бошитоб“ маънои „шунавандаи бодикқат будан“ аст. Аммо бисёрии одамон дар муошират худро бароҳаттар ҳис мекунад, вақте ки гап мезананд. Онҳо худро боваринок ҳис мекунад, вақте ки мавқеи шахсии худро тасдиқ мекунад, ҳиссиёт, фикру ақидаи худро баён мекунад. Инро онҳо аз он ки худӣ ҳамонро аз дигарон шунаванд, авлотар медонанд.

Гӯш карда тавонистан худ аз худ ба вучуд намеояд, барои бисёрии одамон ин яке аз чихатҳои душвори муошират мебошад.

Бедикқатон, эҳтиёт шавед!

Вақте ки дар муносибатҳои байниҳамдигарии одамон ба ягон кас қобилияти гӯш кардан намерасад, ҳисси норозигӣ ба амал меояд, ки агар онҳоро сари вақт ҳал нанамоем, ҳисси ноқаноатмандӣ пайдо мешавад, ки ба мушкилоти чиддии байни шахсиятҳо мубаддал мегардад. Бедикқатон (ба монанди ман) махсусан гунаҳкори ин мешаванд, ки бисёр мегӯянд ва кам гӯш мекунад. Ин масъаларо дар ҳаёти оилавиамон то ҳоло ман ҳал мекунам.

Баъд аз ҳафт ё ҳашт моҳи хонадоршавиам бо Дотти, ӯ бечуриятон ба назди ман омад. Ман аз ӯ пурсидам, ки аз чӣ хафа шудааст. „Ман фикр мекунам, ки ту маро дӯст намедорӣ“ — иқрор шуд вай.

„Чӣ?“ — хитоб кардам ман, — „ту аз афташ шӯхӣ мекунӣ! Ман туро аз ҳар касе, ки дар ин олам аст, бисёртар дӯст медорам“.

„Азизам“, — ҷавоб дод ӯ, — „ман фикр мекунам, ки баъзе чихатҳои «хурд»-и ҳаёти ман, ки маро ба вачд меоранд, ба ту шавқовар нестанд“.

Оҳо! — ин ба дили ман чун корд расид. Ман зуд гуфтам: „Не охир, ба ман шавқовар аст“.

Ман ба он тарзе моту мабхут мондам, ки Дотти ба ман фаҳмонд, барои чӣ чунин фикр мекунад. „Ту ҳеч гоҳ маро гӯш намекунӣ. Ҳамин ки ман мехоҳам чизеро бо ту муҳокима кунам, сухани маро мебури, ё дигар фикр мекунӣ. Тез-тез ту чунин вонамуд мекунӣ, ки маро гӯш

мекуни, амо фикран ту дар минбари Боливия хастӣ“. Хамин тарик завҷаи ман ба ман гуфт: „Азизам, вақте ки ман бо ту гап мезанам, ту дар бораи чизи дигар фикр мекуни“.

Яке аз нишондиҳандаҳои асосии муносибатҳои байниҳамдигарии солим пайдоиши ибораҳои мебошанд, ки барои зану шавҳар аҳамият доранд. Ман ба ҳама ҳар он чизеро, ки байни ману Дотти хаст, намегӯям. Аммо вақте ки ӯ ба ман фаҳмондан хоҳад, ки ман ӯро гӯш накарда истодаам, ки чӣ мегӯяд ва дар бораи чизи дигаре фикр мекунам, вай мегӯяд „Азизам, ту дар минбари Боливия хастӣ“ (ман ғайбӣро худро дар мувоҳишаҳо бо марксистон дар Америкаи Лотинӣ сар карда будам).

Медонед, ман оиди ин воқеаи ба вучудодада чиро фаҳмидам? Азбаски ман ҳеҷ гоҳ гӯш кардани одамонро наомӯхтаам, ба занам ҳам мефаҳмондам, ки ин ба ман шавқовар нест, ва вай дамдӯзд шудан гирифт.

„Дикқат додан ба он ки шарикамон чӣ мегӯяд“, — менависад Ричард Остин — „яке аз нишонаҳои ҳурмат ба ҳисоб меравад. Мо бисёр вақт суҳанҳои гуфтугӯро мешунавем, аммо онро намешунавем, ки дар ҳақиқат чӣ мегӯянд. Гӯш кардани гуфтугӯ ва шунидани гуфташуда — тамоман чизҳои гуногунанд“.

Азбаски ман ягон кӯшиши бошууруна (баъзан ҳеҷ хел кӯшиш) барои ба Дотти гӯш додан намекардам, ман ба ӯ имконият медодам, то фаҳмад, ки он чи ӯ мегӯяд, барои ман муҳим нест. Ана бо чунин роҳҳо ҷидду ҷаҳди шариконро хомӯш кардан мумкин аст! Бо диққат гӯш кардан — маънои онро дорад, ки ба ӯянда гуфтан даркор аст: „Ту ба ман даркор хастӣ! Ман тӯро қадр мекунам!“

Ҳурматкунӣ аз гӯш карда тавонистан сар мешавад. Маҳорати гӯш кардан яке аз усулҳои асосиест, ки шумо ба касе нишон дода метавонед, ки шумо ба вай ҷиддӣ рафтор менамояд, ба шумо бефарқ нест, шумо ақидаҳои ӯро қадр мекунад. Д-р Огсбургер инро чунин шарҳ медиҳад:

„Бо диққат гӯш кардан ягона нишонаи аниқӣ дили қушод аст“.

Ана чунин Огсбургер таъсириҳои гӯш карда тавонистанро бо худбаҳодиҳӣ мепайвандад:

Агар шумо маро гӯш мекунад, маълум ки маро гӯш кардан меарзад.

Агар ба ман аҳамият надихед, ман одами дилбазан ҳастам.

Агар шумо фикрҳои маро маъқул шуморед, пас ман метавонем ягон чизи арзанда пешкаш кунам. Агар шумо шарҳу

мушоҳидаҳои маро маъкул нашуморед, пас маълум мешавад, ки ман чизи гуфтани надорам.

Агар ман бо шумо буда наметавонам, аз шарҳу эзоҳҳои шумо барои худбаҳодиҳӣ истифода бурда наметавонам, дар он вақт муошират дар як сатҳ буданаш номумкин аст.

Агар ман аз он дар ташвиш бошам, ки шумо дар бораи ман чӣ фикр мекунед, пас ман шуморо аз доираи муошират баровардам.

На фақат гӯш кардан

Оё ба шумо лозим шудааст, ки гӯед: „Ту гӯш намекуни“ фақат барои он ки чунин ҷавоб шунавед: „Не, ман гӯш мекунам“ ва баъд такрори сухани охиринаи худро шунавед. Агар „ҳа“, пас шумо мефаҳмед, ки гӯш кардан дигар асту „шунидан“ тамоман чизи дигар. Д-р Норман Райт фарқияти байни инҳоро чунин шарҳ медиҳад.

„Гӯш кардан — ин асосан бо мазмун ва маълумот барои мақсадҳои худ шинос шуданро дар назар дорад. Шунидан — ҳамдардӣ кардан ва маъкул ёфтани фикри шахси гӯяндаро мефаҳмонад. Гӯш кардан — ғамхорӣ кардан дар бораи он ки дар ботини шумо ҳангоми гуфтугӯ чӣ ҳодиса рӯй медиҳад. Шунидан маънои онро дорад, ки барои ҳиссиёти одами дигарро фаҳмидан кӯшиш мекунед ва ўро ба хоҳири худаш гӯш мекунед“.

Мафҳуми „шунидан“ дар Китоби Муқаддас на танҳо қабули овозҳоро дар назар дорад, вай инчунин маънои „диққат додан“-ро низ дорад. Маънои гӯши шунаванда боз як маротиба аз тарафи ҷомеашиносон (социологҳо) Чорч Уорхайд ва Чарлз Холцер III аз Донишгоҳи Флорида тасдиқ мегардад.

Онҳо тадқиқотҳое гузаронданд, ки нишон медиҳанд: надоштани имконияти муошират бо дӯстон ва оилаҳо, ҳатто зиёда аз шумора ва намуди вазъиятҳои стрессӣ, ки шумо аз сар мегузаронед, хатари рӯҳафтодагиро зиёдтар мекунад. Тадқиқот нишон дод, ки ҳатто одамоне ки рӯҳафтодагӣ ҳамагӣ зиёдтар аз сар гузаронданд, маҳорати беҳтар аз сар гузаронидани ин стрессҳоро доранд, агар онҳо алоқаҳои наздики байни шахсиятҳоро дошта бошанд. Чӣ хеле ки пай бурдед, тадқиқот ошкор кард, ки он касоне ки зан ё шавҳар надоранд, аз ҳама бисёртар ба рӯҳафтодагӣ мубтало мебошанд.

Дарачаҳои гуногуни махорати гӯш қардан вучуд дорад. Д-р Огсбургер ҳар як дарачаро бо дилсӯзӣ дар китоби худ „Ба дарачае дилсӯз бош, ки шунавӣ ва шунида шуда бошӣ“ чунин муқоиса мекунад: Одамон барои фактҳо, далелҳо, ҳузуриёти метавонанд гӯш кунанд, то ки онҳоро дар эҳтиёҷоти худ истифода баранд, иқтибос оваранд ё барои мақсадҳои дигар, ва ҳамин тавр, ҳеҷ гуна дилсӯзӣ нишон надиҳанд.

Ё ки одам метавонад аз дилсӯзӣ бо хайрхоҳӣ ба ӯ гӯш кунад. Аз дилсӯзии шахсии худ ҳаловат бурдан — тасалли додани иззати нафси худ аз ҳисоби дарди дигарон мебошад. Гузаштан аз дилсӯзӣ ба ҳамдардӣ — тамоми қори дигар аст. Хайрхоҳии оддӣ метавонад тамоми ҳамдардӣ набошад.

Ё ин ки одам метавонад гӯш кунад, ки чӣ хел дигар қас дар бораи қим-қадом одами набуда гап мезанад ва бо ҳамин дар ҳақиқат дарду алами байни онҳоро зиёд кунад, ва дар назар дошта бошад, ки ғайбати одамони дар он ҷо набуда — шакли ғоидаовари ғуфтугӯ мебошад. Ин тамоми ҳамдардӣ нест.

Ё ин ки одам метавонад бо сабаби бепарвӣ, вазифадорӣ, одати қасбӣ ё ҳамту гӯш кунаду ягон хел ҳамдардӣ баён накунад. Ҳамдардӣ қардан — аз бо диққат гӯш қардан болотар аст. Дар охир, ҳамту гӯш қардан дилсӯзӣ нест.

Ё ин ки одам метавонад аз қунҷқобӣ аз шикойи ҷои қалид ҳаёти шахсии одамони бегонро мушоҳида қарда гӯш кунад. Ҳамдардӣ қардан нисбат ба аз ҳайрат қашмонро қалон қушодан бисёртар аст. Қашму гӯши ҳарисона метавонад нишонаи ҳамдардӣ набошад.

Ё ин ки одам метавонад бо тайёрии „ёри расондан“ гӯш кунад, қун наҷотқор бо аптеқкаи ёрии аввалин, дар ҳар як таваққуфи байни суҳан рӯҳбаланд қарда фаҳмиши ҳудро нишон дода ва дастгирии ҳудро пешниҳод кунад. Ҳамдардӣ қардан ҳам расонидан ва ҳам нигоҳ доштани ёри аст.

Ҳамдардии шумо бояд ҳамаи элементҳои дар боло зикршударо дар бар ғирад. Диққати қиддӣ додан ба он ки қи ғуфта мешавад, хайрхоҳии самимӣ ба давом додани муошират, тайёр будан ба он. Вақте ки мард ё зан дар натиҷаи стресс аз будаш зиёд меғӯянд, надоштани мақсади шахсӣ, доштани қувваи баранда ба сӯи воқеият, тайёр будан ба дидани дигарон, ки дар ҳақиқат қи хел ҳастанд, ҳамин ки имқоният пайдо шавад, қарори самимии ёри додан — ҳамаи ин ҳамдардии

хақиқиро ифода мекунад, аммо ҳамаи ин ба воситаи элементи марказии ҳамдардӣ фаҳмида ва аниқ карда мешавад.

Ҳамин тариқ, вақте ки одам шарикашро гӯш карда наметавонад, ин шарт нест, ки ба хомӯшӣ тамом шавад. Дар бисёр ҳолатҳо ин метавонад ба сӯхбати пурҷӯшу хурӯш оварда расонад, Чойс Лендорф мефаҳмонад, ки барои чӣ бисёр одамон гап назада наметавонанд. Вай аз мардҳое мепурсад, ки занҳояшон доим гап мезананд:

Оё вай ҳамеша чунин буд, то он вақте ки шумо хонадор шудед? Ё чунин тасаввурот пайдо мешавад, ки ӯ бо мурури замон чунин шуд? Баъзе занон аз хурдсолӣ сергап ҳастанд ва сели гапҳо ҳар лаҳза ва тамоми умрашон онҳоро раҳнамоӣ мекунанд, аммо дар дигар занҳо одати сергапӣ бо дигар сабабҳо ба вучуд меояд.

Одатан одами сергап дод зада гап мезанад, то ки ўро ягон кас шунавад. Чӣ қадаре ки шумо маҳзун тобед, чӣ қадаре ки шумо ҳамёза кашед, чӣ қадаре ки ба саг ё телевизор нигоҳ кунед, ҳамон қадар бисёртар гап мезанад. Вай ҳамаи инро ба сифати ҷуброн мегӯяд, барои он ки шумо гапи ўро гӯш накарда истодаед. Шумо метавонед аллакай ўро гӯш накунад, ӯ инро аз дигарон хубтар медонад.

Оё ба шумо чунин наменамояд, ки ин бо шумо ҳам рӯй доданаш мумкин. Шумо кай ба занатон чунин саволҳо додаед? „Ту дар ин бора... чӣ фикр дорӣ?“ ё ин ки „Дар хона корҳо чӣ хеланд?“ Оё чунин мулоҳизаҳоро илова мекунад, ба монанди „Мумкин ту ҳақ бошӣ, азизам?“ Агар занатон ҳис кунад, ки шумо ўро гӯш кардан намехоҳед, ба ӯ ду роҳ мекӯнад: баландтар ва боқувваттар дод гӯяд ё кам гӯяду дамдузд шавад. Дар ҳар ҳолат ин ба оиладорӣ таъсири бад мерасонад.

Зарур аст мо фаҳмем, ки ин хел ё он хел, мо муҳити муошират мекунем. Бо суханони дигар гӯем, хомӯшӣ ҳам муошират аст. Барои ҳамин муайянкунандаи ин он аст, ки онро чунон кунем, ки дар байни мо атмосфераи наздикӣ ва боварӣ ҳосил шавад. Пеш аз он ки мо баъзе усулҳои бехтар кардани маҳорати гӯш карда тавонистанамонро дида бароем, биёед ба як тарафи дигари муоширати пуртаъсир диққат диҳем.

Гуфтугӯ кардан — кам ё зиёд

Гуфтугӯ — элементи дуҷуми муошират мебошад. Аз бисёрии одамон бехтар кардани ин ё он — маҳорати гап задан ё гӯш кардан талаб

карда мешавад. Вале одамоне ҳастанд, монанди ман, ки вобаста ба хусусиятҳои шахси инкишофи ҳар ду тараф талаб карда мешавад.

Дотти бо ҳам дидани ҷузъиётро дӯст медорад ва ӯ бояд воқеаро ботафсил шунавад. Ба ман ин даркор нест. Ба ман танҳо намуни умумии воқеа лозим аст. Дар натиҷа дар давоми муддати дурудароз дар муносибатҳои мо қаноат ҳосил накардан вучуд дошт. Чунки ман намефаҳмидам, ки ӯ талаботи бо тамоми ҷузъиёташ нақл карданро дорад.

Боре Дотти ба ман гуфт: „Азизам, ту нодуруст гап мезанӣ“. Ман ҷавоб додам: „Ман тамоми умр ҳамин тавр гап мезанам“. Вай гуфт: „Хуб, аммо мо муошират намекунем“. Ман аз ӯ пурсидам, ки ӯ чиро дар назар дорад: ва ӯ ҷавоб дод, ки ман ҳеҷ гоҳ ҷузъиёти ҳодисаро ба ӯ намегӯям. — Ман ҳеҷ гоҳ ба ӯ намефаҳмонам, ки дар ҳақиқат чӣ ҳодиса рӯй медиҳад. Баъди конфронси хеле зарур ӯ аз ман мепурсад, ки воҳӯри чӣ хел гузашт ва ман танҳо ҷавоб медиҳам: „Оҳ, хеле хуб“ ва баъд ба ягон мавзӯи дигар мегузарем. Ӯ медонад, ки боз ким-чиҳои дигар шуда буд ва ӯ ана ҳамин ҷузъиётро шунидан мехост.

Мисоли дигар, ҳодисае шуда метавонад: Ҳангоме ки ман хабар медиҳам, ки ягон шинос ё дӯсти мо соҳиби фарзанд шудаанд, „Кай?“ — мепурсад ӯ. „Намедонам“, — ҷавоб медиҳам ман. „Кӯдак чӣ қадар вазн дорад?“, — ман боз намедонам. „Духтар ё писар?“, „тасаввурот надорам“ — мегӯям ман. „Кӯдакро чӣ ном монданд?“ — мепурсад ӯ ва ғ. Ба ман ҳамоно чизе, ки медонистам, басанда буд, вале ман бо зани худ қомилан мувофиқ муошират карда наметавонистам.

„Дар бораи ҷузъиёт фикр кун!“ — шиори ман гашт. Ман барои худ қайдҳои менавиштагӣ шудам: „Ҷош, ҳангоми сӯҳбат бо занат ту бояд бо тамоми ҷузъиёт гап занӣ“ (ин ба дигар муносибатҳо низ натиҷаи мусбат овард). Акнун ман бетоқатона он лаҳзаро мунтазир мешавам, ки дар бораи таваллуди кӯдаки ягон шинос хабар диҳам. „Кай?“, „Рузи якшанбе“, „Чӣ қадар вазн дорад?“, „8-фунт“, „Духтар ё писар?“, „Писар“, „Ӯро чӣ ном монданд?“, „Чим“ ва ғ. Ман ҳақиқатан ҳам он чизро, ки то ин дам дар бораи он фикр намекардам, дар хотир дорам ва ин ба муоширати оилавии мо ёрӣ расонд, барои он ки ман ба Дотти ҷузъиётро хабар медиҳам — ва бо ҳамин ба ӯ мефаҳмонам, ки ман ӯро дӯст медорам.

Барои баъзеи мо — ин қамаҳамият аст. Барои каси дигар — ин зарурати ҳиссиёти ҳудро бо дигар одам бо ҳам дидан аст, то ба ӯ фаҳмонад, ки дар ботинаш чӣ рӯй медиҳад. Ин ҷиҳати масъала низ маро ба ташвиш меовард. Ҳарчанд ман аҳамияти сӯҳбатро ҳатто дар

мавзӯҳои нӣхонӣ барои муносибатҳои байниҳамдигарӣ мефаҳмам, ба ман ин сӯҳбатҳо чун пештара бо душворӣ муяссар мегардад.

Ана барои чӣ мо ҳаракат мекунем дар бораи мавзӯҳои, ки дар ҳақиқат маъно надоранд, гуфтугӯ кунем — дар бораи обу ҳаво, аҳолии ҷисмонӣ ва ғ. Қисми ками мо фикру ақидаҳоеро, ки бо андешаҳои ботинӣ ё ҳиссиёти қалбӣ пайвастанд, бо дигарон бо ҳам мебинанд. Аммо ба ҳар ҳол наздикие ки ин тарзи муошират меорад, барои муҳаббати солим ва муносибатҳои оилавӣ тамоман зарур мебошанд.

Шояд шумо пурсед: „Муоширати беҳтарро чӣ ҳел омӯзем? Беҳтар шуниданро чӣ? Беҳтар сухан ронданро чӣ?“

Давомашро хонед.

Саволҳо барои андеша:

- Якҷанд ибораи махсусро ба хотир оред, ки муносибатҳои шумо ва шарикатонро (ҳамсаратонро) нишон медиҳанд.
- Шумо чӣ ҳел шунаванда ҳастед? Аз шарикатон хоҳиш кунед, ки чӣ ҳел гӯш кардани шуморо нақл кунад.
- Шумо бо шарик (зан, шавҳар) — атон кай вақт меёбед, то муоширати худро сифатан беҳтар гардонед?

5 Муоширатро чӣ хел омӯзем?

Акнун шояд шумо аллакай мегӯед: „Хуб, ман фаҳмидам, ки ман масъалаҳои ҳалталабе дорам. Ба ман гӯед, ки чӣ кор кунам? Чӣ хел муоширатро омӯзам, то муносибатҳои байниҳамдигариямонро беҳтар гардонам“.

Дар давоми солҳои зиёд, то даме ки ман ҳаракат мекардам муоширатро омӯзам, 11 шарт ба ман ёрӣ мерасонданд. Ман умедвор нестам, ки шумо ҳамаи онҳоро ба хотир мегиред, то ки дарҳол дар ҳаёт татбиқ намоед. Бо вучуди ин, ба шумо лозим меояд, ки он бобро якҷанд маротиба хонед ё худӣ шартҳоро рӯйнавис кунед, то дар болои миз ё дастшӯяк овехта монед.

Агар шумо танҳоед, ин шартҳо дар беҳтаршавии муоширати шумо бо ёру дӯстон ёрӣ мерасонанд. Агар шумо бо касе ишқварзӣ мекунад, пас, аз шумо бешубҳа истифодаи ин шартҳо ҳатман талаб карда мешавад.

Ба он касоне ки дар қайди никоҳанд, ин шартҳо ёрӣ мерасонанд, то ки муоширатҳо бо ҷуфти худ (зан, шавҳар) ва кӯдаконаш қатъиян беҳтар кунанд. Дар бисёр оилаҳо наздикӣ ҳеҷ гоҳ аз сатҳи муоширати байни зану шавҳар дуртар инкишоф намеёбад — ва ин, албатта ба он вобаста аст, ки шумо то чӣ дараҷа ба муоширати даҳонӣ ва ошкоро гап задан кӯшиш мекунад.

Агар шумо — волидон бошед, истифодаи ин шартҳо эҳтимолияти шикоятҳои „Ту маро гӯш намекуни“—ро кам мекунад (ин, аз афташ, калонтарин эътирозест, ки бачаҳо ба падару модари худ баён мекунад). Шумо ба амал кардан тайёред? Ана ин шартҳо:

1. Аз болои муошират кор кунед.
2. Созиш карданро омӯzed.
3. Ҳаракат кунед, то дигаронро фаҳмед.
4. Қадру қимат, шаъну эътибор ва муҳимии ҳамсаратонро эътироф кунед.
5. Фикрҳои позитивӣ ва рӯҳбаландкунанда дошта бошед.
6. Маҳрамона сухан гуфтанро омӯzed.
7. Фурсати қулайро (истифода баред) интизор шавед.
8. Ҳиссиётҳои худро бо дигарон бинед.

9. Ба хондани фикрҳои дигарон кӯшиш накунад.
10. Ҳамеша ба савол ҷавоб диҳад.
11. Бовиҷдон бошад.

Акнун биёед мебинем, ки инҳо дар ҳаёти рӯзмарраи мо чӣ хел кор мекунанд.

Дотти боз ба ман ҳамроҳ мешавад, то ки шумо дида тавонед, ки мо чӣ хел кӯшиш мекунем ин шартхоро дар ҳаёт иҷро кунем.

1. Аз болои муошират кор кунед

Кадани ҳамон коре ки хуб анҷом меёбад, мумкин шиори маданияти мо бошад, аммо маҳорати муошират худ аз худ ба вуҷуд намеояд. Мо ҳама бо равиҳои худпарастӣ дар ҳаёт вайрон карда шудаем, барои ҳамин ба мо хеле ҷидду ҷаҳд ва қатъият даркор аст, ки муоширатамонро дуруст кунем.

Вақте ки мо бо Худо муошират мекунем, Худо ҷӯбчаи сеҳрнокро дар болои сари мо ҷунбонда наменаст. Ба ҷои ин Ё ба мо майл ва кӯшишу ғайрат медиҳад ва баъд дар бораи иҷрои фикрҳои мо ёрӣ медиҳад.

Фалсафаи ман чунин аст: агар шумо хоҳед, то касе донанд, ки хуни шумо мерезад, хуни шумо бояд ҷорӣ шавад. Ба ман лозим шуд, ки кӯшишҳои бошуурона кунам, то ки Доттиро гӯш кунам ва ба вай фаҳмонам, ки он ҷиҳатҳое ки ба ӯ муҳим менамоянд, маро ба вачд меоранд. Ин худ ба худ ба вуҷуд наомад — ба ман лозим шуд, ки аз болои ин кор кунам.

Яке аз одатҳои ман ҳангоми нахорӣ хондани газета аст. Ман ин корро ҳатто дар давраҳои аввали хонадорӣ мекардам. Аммо вақте ки Дотти ба ман хотиррасон кард, ки дастурхони пагоҳӣ барои сӯҳбат ҷои хубест, ман аз ин одатам даст кашидам. Ман раҳорах ба сӯи миз ба худ чунин мегуфтам: „Акнун, Ҷош, дар хотир дор: ту занатро гӯш хоҳӣ кард“. Вақте ки Дотти ба кабинети кориам меомад, одатан мегуфтам: „Азизам, фақат ҳозир не. Ман банд ҳастам“. Аммо кор аз болои муошират ҷавоби дигарро металабад. Акнун, вақте ки Дотти медарояд, новобаста ба он ки ман чӣ кор мекунам, ман бо тамоми қувват аҳамият медиҳам, ки ӯ чӣ гуфтан мехоҳад. Барои он ки ин одати худро инкишоф диҳам, ба ман лозим омад, ки ҳатто ба худам гӯям: „Ман ҳамаи он чиро, ки занам мегӯяд, гӯш мекунам ва ба ҳамаи он чӣ ки ӯ мегӯяд, ҷавоб медиҳам“.

Ҳамеша дар сафарҳо буда, ман хеле хуб медонам, ки ба хона занг задан чӣ арзише дорад. Вале инчунин ман мефаҳмам, ки ба он касе

ки дар хона мондааст, нисбат ба шарики дар сафар будааш душвортар аст. Шояд Дотти рӯзи дароз занги маро мунтазир шуд, то ба ман дар бораи ягон кори дар хона шуда гузашта нақл кунад — ман бошам мегӯям: „Азизам ин гуфтугӯи телефонӣ нест. Вақте ки ба хона бармегардам, нақл мекуни“.

Ин ҷавоб кӯшиши Доттиро дар бораи муошират ва ошкоро гап задан барҳам мезад. Барои ҳамин ҳам ба ман лозим шуд, ки ба худ чунин гуфтанро омӯзам: „Чош, вақте ки Дотти ҷавоб медиҳад, ту пеш аз ҳама бо корҳо машғул намешавӣ. Ту мепурсӣ: «Имрӯз чӣ шуда гузашт?» ва баъд бо диққат гӯш меандозӣ, то он даме ки ӯ фикри худашро баён мекунад ва дар бораи эҳтиёҷоти худ гап мезанад“. Акнун ҳар як занг задан ба ман хеле қимат меафтад, аммо ин пулҳо — яке аз беҳтарин пулгузориҳои ман аст.

Боре, ҳангоме ки аз сафар баргаштанам, ҳанӯз аз остонаи дар надаромада, Дотти маро ба оғӯш кашида гуфт: „Азизам, раҳмати калон!“ Ман пурсидам: „Барои чӣ“, „Барои он ки ту маро гӯш мекуни“, — ҷавоб дод ӯ. Ман ҳақиқатан ҳам хеле кӯшиш мекардам гӯш кунам ва ин дар ҳамаи соҳаҳои муносибатҳои ман самарабахш буд. Акнун Дотти медонад: ҳамаи он чӣ ӯ мегӯяд, барои ман зарур аст.

Агар шумо одаме шудан хоҳед, ки барои зан ё шавҳар шудан арзанда бошед, дар байни дигар корҳо шумо бояд санъати гӯш карданро омӯzed, ки ин меҳнати ҷиддиро талаб мекунад. Ман меҳостам, ки ягон кас ин маслиҳатро ба ман барвақттар медод.

2. Созиш карданро омӯzed

Муносибатҳои самимии оилавӣ — ҳолатест, ки дар он бояд дода ва гирифта тавонӣ. Махсусан, вақте ки сухан дар бораи тарзҳои гуногуни муошират меравад, ба ҳар як одам озодии худ будан лозим аст, дар айни ҳол вай бояд ба эҳтиёҷоти каси дигар мувофиқ шавад. Як услуб шарт нест, ки аз дигараш беҳтар бошад, зеро ки одамон дар мушоракат талаботҳои гуногун доранд ва одами дар муошират таҷрибадор медонад, ки кай азнавсозӣ кунад.

Чӣ хел ки ман пештар хотиррасон кардам, ману Дотти дар мубодилаи ҷузъиёт талаботҳои муқобили якдигар дорем. Шояд ба шумо ҳиссиёти қонён нашудан, ки метавонад зиёд шавад, шинос бошад. Чӣ хеле ки Дотти мегӯяд „Чош якбора ба моҳияти қор гузаштанро дӯст медорад. Ӯ донишманди фактҳои дӯст медорад. Ба ӯ асос даркор аст. Ба ман гуфта буданд, ки ман ба саҳнабоб будан майл дорам. Ман сифатҳои шахсии худро ба назар гирифта, фикр мекунам, ки нақли ягон саргузашт

метавонад асари санъат бошад — чизе ки хеле ҳам ба офаридани расм монанд аст.

Ба назди сепояи рассомӣ бо ғалтаки рангмолӣ намеравад. Шумо чузъиётро яке болои дигаре мегузored. Барои ҳамин ҳам ман ҳикояеро нақл карда, дар ҳақиқат барои таъсири онро афзудан кӯшиш намекунам. Ман чунин ҳисоб мекунам, ки бояд сахнаро муайян кард, оҳангро кор карда баровард ва шароит фароҳам овард.

Ҳангоме ки мо бо Ҷош нав хонадор шуда будем, ба фикрам, тарзи гапзании ман ўро ба ошuftагӣ оварда расонд. Ҳамаи имою ишорати ў дод мегuftанд «Мағзи гапро гӯй». Ва дар охир вай мепурсид: «Хайр, моҳияти асосии ин ҳикоя дар чист?» ва ман ҷавоб меодам: «Медонӣ, ту бояд ҳамон тавр гӯш кунӣ, чӣ тавре ки ман меҳоҳам нақл кунам. Ин саргузашти ман аст». Бо гузашти вақт ў фаҳмид, ки чузъиёт дар нақл ба ман хеле зарур аст.

Ман бошам нақши ҳалқунандаи созишро дар никоҳ фаҳмидам. Ман фикр мекунам, ки ҳозир мо — ҳардуямон барои он меҳнат мекунем, ки эҳтиёҷоти ҳамдигарро қаноат кунонем. Вай кӯшиш мекард, ки ҳарчи зиёдтар чузъиётро ба хотир гирад ва бо ман пуртоқат бошад, вақте ки ман ба тафсил хабар медиҳам. Дар навбати худ кӯшиш мекардам ўро аз гӯшкунии тоқатфарсои чузъиёти рӯякӣ халос кунам ва мулоҳизаҳоямро умумӣ карда гӯям, ба онҳо таровати зиёд надода, ҳиссиётамро пинҳон дошта ва зуд ба асли воқеа гузарам.

Мо дар ҳақиқат ҳам услубҳои хеле гуногуни муоширатро дорем, аммо мо яққол ҳамдигарро пурра мекунем. Қувваи яке ба қувваи дигаре баробар мешавад. Ҳам ман ва ҳам Ҷош мувофиқаткуниро омӯхтем. Ин ҷаҳонбинии моро васеъ кард ва ман фикр мекунам, ки ин яке аз ҷиҳатҳои зарурӣ барои ду одаме, ки бо никоҳ муттаҳид шудаанд, мебошад. Шумо ҳар корро ҳар хел мекунад; шумо чизҳоро ҳар хел мебинед; шумо ҳар хел муошират мекунад.

Ҳомиладории ман ба кӯдаки сеюмам, Кейтӣ, метавонад намунаи хубе бошад. Баъди таваллуди Келли ва Шон, мо ҳар ду медонистем, ки боз як кӯдак меҳоҳем, вале ман каме пештар аз он мӯҳлате ки мо фикр мекардем, ҳомиладор шудам. Вақте ки ман инро пай бурдам, Ҷош дар сафар буд. Ман медонистам, ки ў ба вачд меояд, аммо намехостам, ки графикаи саҳти лексияҳои ҳамонвақтаи ўро вайрон кунам. Барои ҳамин ман ба ҳулосае омадам, ки ба ҷои он ки ба ў бо телефон гӯям, бехтараш ман мунтазир шавам, то даме ки ба ҳолати худ қатъиян боварӣ ҳосил кунам. Барои ман лозим омад, ки ҳамаи инро дар давоми якчанд рӯз дар дили худ нигоҳ дорам.

Барои он ки ин хабарӣ навро ба Ҷош расонам, ман шеърӣ хурди шавқоваре фикр карда баровардам, ки ин ба таври рамзӣ хабар меод, ки ман ҳомиладор ҳастам. Ман шеърро тавре навишта будам, ки бояд вайро то сатри охирин хонӣ ва баъд маъноӣ асосии онро мефаҳмидӣ.

Дар он вақт мо дар Техас зиндагӣ мекардем ва ҷун пештара ба хариду фурӯши чизҳои қадима машғул будем. Ҷош дар вақти воқеъ шудани ин воқеаҳо дар Калифорния буд ва ҷунин воқеа шуд, ки ман ба ӯ ба Сан-Бернардино ҳамагӣ 5 дақиқа пеш аз саршавии фурӯши калони чизҳои қадима занг задам. Ман гуфтам: «Ман бояд бо ту гуфтугӯ кунам» ва ӯ ҷавоб дод: «Хеле хуб, хеле хуб, вале ман он қадар вақти зиёд надорам». Онҳо дарро кушоданианд ва 500 нафар одам имконияти даромаданро интизоранд. Ман гуфтам, ки ман бояд як чизро хонам ва ӯ розӣ шуд, ки гӯш кунад, агар ман тез хонам.

Ман хондани шеърро сар кардам. Ӯ сухани маро бурида, дар байни шеър гуфт: «Як дақиқа, ин шеърӣ кист?» Ман аз ӯ хоҳиш кардам, ки дақиқае хомӯш истода гӯш диҳад. Боз ду маротибаи дигар вай хондани маро бурид. «Исто, ту дар бораи чӣ гап мезанӣ? Кӣ кӯдак дорад?» Ман истодагарӣ мекардам: «Чизе нагӯӣ, ту бояд ҳамаи шеърро гӯш кунӣ». Ва дар охири хониш ӯ фаҳмид, ки ман ба ӯ дар бораи он нақл мекунам, ки мо кӯдакдор мешавем. Агар ба ҷои ман Ҷош мебуд, ӯ ҳамин ҳел оддӣ карда мегуфт: «Ман ҳомиладор ҳастам, дар моҳи июн мо кӯдакдор мешавем». Аммо ба ман зарур буд, ки бо роҳи давродавр равам, онро тасвир кунам, як муҳити муайяне ба вучуд орам, ки ҳамааш диққатҷалбкунанда бошад. Ман ӯро безор кардам. (Ба фикрам, вақте ки шеърӣ ман тамом шуд, ӯ хеле хурсанд шуд.) Ин усули ман аст, ки ягон чизи муҳимро хабар диҳам ва дар ин кор бояд ман ҷунон ки ҳастам, бояд бошам. Дар муддати якҷанд дақиқа ба ӯ хеле душвор буд, аммо ӯ гӯш кард, ва ин барои ман аҳамияти калон дошт.

Баъзан мешавад, ки ман ба тарзи тафаккури ӯ монанд шуда, тез нақл карда мегузарам. Дар дигар ҳолатҳо ман мегӯям: «Ба ту лозим аст, ки ҳамаашро гӯш кунӣ. Ман ин ҳикояро ба таври худам нақл мекунам!»

Ин ҷунин маъноро дорад — қабул кардан ва додан, ва никоҳ ҳам бояд ҷунин бошад. Ин — як қисми он аст, ки онро хушбахтӣ менамояд“.

3. Ҳаракат кунед, то дигаронро фаҳмед

Оё шумо бо дугонаатон дар бораи вохӯрӣ дар назди биноӣ муайяне дар маркази шаҳр аҳду паймон кардаед, ва ӯро бефоида мунтазир шудед, дар ҳамон вақте ки ӯ шуморо дар масофаи ним квартал дуртар ҷустуҷӯ мекард. Ба шумо ҷунин менамуд, ки эзоҳи додаатон тамоман фаҳмо

буд, вале ӯ шуморо аниқ нафаҳмид. Ба наздикӣ дӯсти ман волидони занашро ба фурудгоҳи Лос-Анжелес бурда буд. Хангоме ки онҳо ба фурудгоҳ наздик шуданд, дӯстам аз занаш пурсид: „Пиракиҳоро дар зали интизорӣ фурурам?“ Дикқати ӯ ба ҳаракати кӯча буд, вай шунид, ки занаш дар бораи ба истгоҳ бурдан ким-чӣ гуфт, вай ба ҳулосае омад, ки аввал мошинро дар истгоҳ мондан лозим. Дар даромадгоҳ занаш ба истгоҳҳои гуногун ишора мекард, ки инро ӯ ҳамчун тасдиқи хоҳиши завҷааш қабул кард, ки аввал мошинро ба истгоҳ даровардан лозим аст. Аммо, вақте ки ӯ мошинро ба истгоҳ даровардани шуд, завҷааш саҳт ба ғазаб омад. „Акнун ба мо лозим меояд, ки чомадонҳои вазнинро то терминал бардошта равем“ — бо қаҳр гуфт ӯ.

Баъди каме хархаша ӯ фаҳмид, ки аз ҳама хубаш истгоҳро тарк кунад то бӯхӯрда ба зали гуселкунӣ равад, барои он ки аз қайд гузарад, то он вақте ки завҷааш мошинро дар истгоҳ монад.

Танҳо хангоми бозгашт аз фурудгоҳ ӯ дарк кард, ки вақте онҳо ба фурудгоҳ наздик мешуданд, дар истгоҳ мондани мошин суҳанони охиринаи занаш буд: „Баъди он ки мо инҳоро мефарорем, ман мошинро дар истгоҳ мегузорам“. Азбаски ӯ вақт надошт, ки дар бораи гуфтаҳои занаш фикр кунад, маънои пурраи гуфтаҳоро нодуруст фаҳмид.

Шиорчаи хурдERO ман дар ҳар як корхона мебинам, ки чунин садо медиҳад: „Ман медонам, шумо фикр мекунад, ки он чи, ба фикри шумо, ман гуфтам, фаҳмидед. Аммо ман боварӣ надорам, ки шумо ба худ ҳисобот дода тавонед, ки он чи шунидед — ман онро дар назар доштам“. Яке аз калидҳои муошират ва наздикӣ ин аст, ки одами дигар на танҳо ҳаракат мекунад, то бифаҳмад, балки инчунин самимона дилсӯзи мекунад. Чунин хайрҳои ба ҳар ду шарик имконият медиҳад, ки дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ кушоду равшан бошанд.

Аз дигар тараф, вақте шумо ҳис кунед, ки касе шуморо гӯш кардан намехоҳад, ё фаҳмидан намехоҳад, ин ба худҳурматкунии шумо таъсир мерасонад. Хеле зуд шумо дар худ баста мешавед, зеро мефаҳмед, ки он чи шумо гуфтаниед, зарур ҳисоб намешавад. Шумо дарк мекунад, ки чизе арзиш надоред ва муносибатҳо ба зонаи ҳатарнок наздик мешаванд.

Ақидаҳои кӯҳна ва интизориҳои манфиро аз худ дур кунед, то дар сӯҳбати шумо ҳалал нарасонанд. Вазифаи мо бояд ҷидду ҷаҳди ҳақиқӣ барои шунидани шахси дигар бошад, қатъи назар аз ақидаҳои гуногун ва ё норизогиҳо.

„Қабулкунӣ ҳамсӯҳбат — ба ақидаи д-р Норман Райт, — маънои онро надорад, ки шумо ба мазмуни гуфташуда розӣ ҳастед. Аниқтараш, ин маънои онро дорад, ки шумо мефаҳмед, ки ҳамсаратон ҷӣ мегӯяд —

ин он аст, ки зан (шавҳар)-атон ҳис мекунад“. Вай илова мекунад, ки „Бо диққат гӯш кардан — ба пешвози шахси дигар рафтан, фаъолона ва ӯ ба гуфтаҳои ӯ ҳамдари кардан аст“.

Эзоҳи бехтарине, ки ман оиди даъвати Исо „Ёри худро мисли худ дӯст бидор“ (Матто 22:39) шунидаам, гуфтаҳои Дэйвид Огсбургер аст, ки мегӯяд: „Туро дӯст доштан, чуноне ки худамро дӯст медорам — маънои онро дорад, ки ҳаракат мекунам туро чунон гӯш кунам, ки меҳоям маро ҳамон ҳел гӯш кунанд, туро фаҳмам, чӣ хеле ки ман меҳоям фаҳмида шавам“. Агар ҳамаи ин дар ҳар одам дар муносибатҳояш ҳамчун шиор таҷассум ёбад, ҳуқуқшиносони мо оиди никоҳ ва талоқ бекор хоҳанд монд.

„Муошират“ — қайд мекунад Ричард Стросс, — чизест, ки бо ёрии он мо шарикамонро фаҳмида ва дарк карда метавонем. Аммо Худо аллакай шарикони моро медонад; Вай онҳоро мефаҳмад. Биёед аз Худо пурсем, ки ба мо ҳам роҳи муоширати байни шахсиятҳоро кушояд ва ба мо ҳам чунон фаҳмиш диҳад, ки ҳуди Ӯ дорад, то ки муносибатҳои зановуии мо рӯз аз рӯз боз ҳам пурарзиштар гардад.

4. Қадру қимат, шаъну эътибор ва муҳимии ҳамсаратонро эътироф кунед

Ҳар одам талаботи қатъие дорад, ки ӯро шунаванд, гӯш кунанд. Ҳуди факти гӯшкунӣ ба одам дар бораи ҳисси баҳодихӣ, ҳурмат, муҳаббат ва эътибор шаҳодат медиҳад. Он ба одам имконият медиҳад, ки арзиши ҳудахро дарк кунад. Муносибатҳои байниҳамдигарӣ одатан аз муошират ва ҳурмати байниҳамдигарӣ дуртар намераванд. Ҳаракат кунед ҳамеша образи Исои Масеҳро мустаҳкам намоед.

Чорч ва Никки Келер зарурати тасдиқи арзиш ва ҳурматро ба воситаи бо диққат гӯш кардан нишон медиҳанд.

„Вақте ки мо одами дигарро гӯш мекунем, мо ба ӯ мефаҳмонем: «Ту ба ман ҳамчун шахсият муҳим ҳастӣ, он чизе ки ту муҳим мешуморӣ, ман ба назар мегирам, ман ақидаҳои туро эҳтиром мекунам, гарчанде ки бо онҳо розӣ ҳам набошам. Ман медонам, ки онҳо барои ту маъние доранд. Ман боварӣ дорам, ки ту чизи гуфтани дорӣ. Ман кӯшиш намекунам, ки туро тағйир диҳам, ё баҳо диҳам, ман ҳамту туро фаҳмидан меҳоям. Ман фикр мекунам, ки туро гӯш кардан арзанда аст ва меҳоям ту донӣ, ки — ман ҳамон одаме ҳастам, ки бо ӯ метавонӣ сӯҳбат кунӣ»“.

Одаме ки худбаҳоидиҳии паст ё носолим дорад, фикр мекунад, ки ягон чизи арзанда гуфта наметавонад. Чунин одамон аз ошкор кардани худ дар хавф ҳастанд, зеро аз он метарсанд, ки рад карда мешаванд. Дотти ба ман мегӯяд, ки барои ӯ яке аз имкониятҳои хис кардани муҳаббат ва ҳурмати ман он ҳолатҳое аст, ки ман қобилияти фикрии ӯро таъриф мекунам.

„Вай ҳамеша ба ман дар бораи он мегӯяд, ки ман чӣ хел тез мефаҳмам ва ман чӣ хел боақл ҳастам, ин гуфтаҳои Ҷош дар ҳақиқат хушгӯй ҳастанд, барои он ки ман ӯро бениҳоят боақл меҳисобам.

Роҳи дигари нишондиҳии муҳаббаташ дар ҳолатҳое буд, ки ӯ маро дар кори ихтиёриам дар синфҳои ибтидоӣ иваз мекард. Ман ба сифати ёрдмачии муаллим оид ба хониш кор мекардам. Соли гузашта ман бо ким-кадом сабабҳо рафта натавонистам ва ба ман даркор буд, ки касеро ёбам, то маро иваз намояд. Ва Ҷош рафта хонандагони синфи дуюмро хониш омӯзонд. Ин боз албатта як рафторе буд, ки ба ман мегуфт: «Ба ман шавқовар аст, он чи ту мекуни. Ман туро дӯст медорам ва меҳоҳам ба ту ёри расонам».

Ҷош ҳамеша мегӯяд, ки чӣ хел маро дӯст медорад ва ҳурмат мекунад. Ӯ ин суҳанхоро бо амалҳо мустаҳкам мегардонад. Вақте ки китобҳо, филмҳо ва лексияхоро таҳрир мекунад, фикру ақидаҳои маро мепурсад. Ӯ ҳамеша барои ман кушода аст ва ғайрирасмӣ муносибат мекунад. Вай меҳоҳад донанд, ки ман ба ашӯҳои муайян чӣ хел менигарам ва ӯ он чи ман мегӯям, кадр карда метавонад. Вақте ки ман қарор додам, ки барои фаҳмидани ӯ кӯшиш мекунам, ин «ин самар» пайдо шуд“.

Ман шуморо бовар кунанда метавонам, ки — ин мани „табӣӣ“ нест. Вақте ки ман ҳаракат кардам ӯро фаҳмам, ин „мева“ ба вучуд омад.

5. Фикрҳои позитивӣ ва рӯҳбаландкунанда дошта бошед

Позитивият — фактори ҳақиқии мусбат дар муошират аст. Ин метавонад ошкориро ба шарикатон таъмин намояд, дар ҳоле ки танқид одатан муоширати солимро бозмедорад. Ду одами аз ҷиҳати танқидӣ ҷӯркардашуда метавонанд бо ҳам сӯҳбат кунанд, аммо ин муоширати солим намешавад. Табиатан мо ҳамаамон бадиро аз будаи зиёд ҳисобида, дар хотир медорем.

Дар даври серӯзаӣ лексияҳоям дар яке аз Донишгоҳҳои Санкт-Петербург, ман бо роҳбарони ташкилоти „Ҳаёти Нав“ (Новая Жизнь) ва якчанд донишҷӯёни фаъол вохӯри гузаронида будам.

Як духтараки донишҷӯ гуфт, ки „Ман дигар таклифнома тақсим намекунам. Ҳама ба ҷамъомад бад муносибат мекунанд. Ҳамаи он чизе, ки ман пагоҳӣ шунидам — баҳодиҳӣҳои манфӣ буданд“.

Ман ҳамон дам пурсидам: „Чанд одам ба шумо имрӯз (бо шумо) бад муомила кард? Бисту панҷ нафар?“

„Не“.

„Дахто?“

„Не“.

„Мумкин, панҷ нафар?“

Вай боз гуфт, ки „Не“.

Мо маълум кардем, ки танҳо ду одам ба дусад ё сесад таклифномаҳое, ки тақсим кардааст, бепарвой зоҳир карданд. Ҳама, ғайр аз худӣ ӯ, фаҳмиданд, ки ӯ бадири муҳолиға мекунад.

Дар муоширати шахсиамон мо танҳо муносибатҳои беэътиноиро нисбати худ диққат медиҳем ва дар ёд мегирем. Мумкин дар ҳақиқи мо даҳ сухани хуб гӯяндӯ як сухани манфӣ, аммо мо танҳо худӣ ҳамон сухани манфириро нисбати дигарҳояш саҳт дар хотир мегирем. Баҳодиҳӣ дар рафти сӯҳбат байни таърифу танқид бояд чунин бошад 90:10.

Оё шумо бо одамон хайрхоҳона рафтор мекунед? Агар шумо муносибати хуб дошта бошед, бо дили кушод ба истиқболи шумо рафтани онҳо осонтар мешавад.

Ҳаввори муқаддас Павлус оиди рафтор ва тарзи зиндагии мо дастури дуруст дода менависад: „Хуллас, эй бародарон, ҳар он чи рост аст, ва ҳалол аст, ва боинсоф аст, ва пок аст, ва хушоянд аст, ва шӯёнӣ таҳсин аст, ва ҳар эҳсон ва ҳамде, ки бошад, — дар бораи онҳо фикр кунед“ (Филиппиён 4:8).

Ҳамсӯҳбататонро дастгирӣ намоед ва бигуздор сӯҳбати шумо дилкаш гузарад. Ман боварӣ дорам, агар шумо гуфтаҳои поёнро муқоиса кунед, мефаҳмед, кадоме аз онҳо муоширатро гуворо мегардонад.

„Ту ягон вақт ба ман гул тӯхфа намекуни!“

„Ман он лаҳзаҳои гувороро, ки ба ман гул тақдим мекардӣ, қадр мекардам“.

Дотти ҳамеша маро рӯҳбаланд мекард. Вақте ки ман аз сабаби графикаи вазнини рӯҳан монда мешавам, афсурдахотир мешавам ва ба чизҳои бепарвоёна менигарам, вай мегӯяд: „Ту монда шудай, азизам, аммо дар бораи он касоне фикр кун, ки ту ба онҳо ёри додай“.

Вай чиҳатҳои мусбатро ба ман нишон медиҳад.

6. Маҳрамона сухан гуфтанро омӯзед

Далели аз ҳама муҳим дар муошират он аст, ки шарикатон ба шумо бовар карда тавонад, ки шумо забонатонро нигоҳ дошта метавонед. Хоҳиши бо шумо ошкоро будан дар ӯ ба таври автоматӣ ба вучуд меояд. Агар шумо ғайбат кунед ё доимо дигаронро муҳокима кунед, — шумо бегуфтугӯ дар байни худ ва дигарон девореро мебардоред, ки онҳо дигар бо шумо аз наздик сӯхбат карда наметавонанд, аз тарси он ки шумо сирри онҳоро фош мекунед. Ман ҳамеша барои намоиш (аёният) аз ҳаёти шахсии худам истифода мебарам, барои он ки фикрҳои худамро баён кунам. Аммо ман бояд хеле эҳтиёткор бошам, вақте ки дар бораи муносибатҳоямон бо Дотти сухан ронам. Агар ман оиди муносибатҳои маҳрамонаамон бо Дотти кушоду равшан гап занам, он гоҳ ба Дотти лозим меояд, ки нисбати ман эҳтиёткор ва нобовар бошад.

Духтари чавоне аз ман хоҳиш кард, ки муносибатҳояшонро бо Сергей ном чавоне муҳокима намоям. Сергей меҳост, ки муносибаташон боз ҳам ташаккул ёфта, то ба никоҳ расад ва талаб мекард, ки Вера муносибати худро муайян кунад. Вера то охир дар ҳиссиёти худ боварӣ надошт. Дар сӯхбаташ бо Сергей вай қоил шуд, ки ба сабаби як-ду саволи шахсӣ, ки аввал вай бояд ҷавоб меод, наметавонад дар оянда масъулияти дурударозро бо худ гирад.

Сергей намедонист чӣ кор кунад ва бо одамони бисёре барои маслиҳат (ва ҳамдардӣ) муроҷиат кард. Аз онҳо маслиҳат пурсида, ҳар он чи Вера гуфта буд, нақл намуд. Вақте ки Вера инро фаҳмид, қаҳр кард. Инро ҳамчун зӯран ба ҳаёти ӯ зада даромадан ҳисобид, барои хамин ба ӯ дигар бо Сергей кушоду равшан гап задан мушқил гашт.

Шумо хомӯш буда метавонед? Ё ин ки ғайбат мекунед ва ба дигарон ба таври „маҳрамона“ мегӯед. Дар бораи ҳаёти оилавӣ ҳарзагӯӣ кардан боварино дар оила барҳам медиҳад. Вақте ки яке аз ҳамсарон ҳис мекунад, ки ӯро фурӯхтаанд, дар оянда чунин ошкор амал нахоҳад кард.

7. Фурсати қулайро интизор шавед

„Сухане ки дар мавқеаш гуфта шуда бошад, мисли себҳои заррин аст, ки кандакорҳои нуқра доранд“ — аз Масалҳо 25:11 меҳонем. Чун акси садо ояти 23, боби 15 аз Масалҳо садо медиҳад: „Шодӣ барои одам дар ҷавоби даҳони ӯст: Чӣ хуш аст сухани бомавқеъ!“ Гуфтугӯ ҳуб мешавад, агар сухани даркорӣ дар вақти даркорӣ гуфта шавад. Муҳаббат бояд роҳбари шумо бошад, ки кай, дар кучо, хабарҳои бад ё саволи душворро бо ҳам гуфтугӯ намоед.

Модарам нақл мекард, ки агар ба ӯ лозим меомад, ки бо падарам дар бораи ягон масъалаи ҷиддӣ сӯҳбат кунад, вай аввал шиками ӯро сер мекард. Дар меъдаи гурусна хабари нохуш расондан ин хатоии дағали тактикӣ мебошад. Модарам медонист, ки агар бо ӯ баъд аз сер шуданаш сӯҳбат кунад, падарам инро хубтар қабул мекунад. Дар муносибат бо ҳамкурсон, дӯстон, ҳамсарон ё бо касе ки набошад, мо бояд на танҳо ба он диққат диҳем, ки чӣ хел гап мезанем, балки бояд вақти гуфтугӯро ба назар гирем. Ҳазлҳои „хабари хуб, хабари бад“ бо ҳамин принцип асоснок карда шудаанд.

Гох, вобаста ба вазъият, лозим меояд, ки то пагоҳ оиди ҳалли ягон масъала бо ҳамсаратон сабр намоед. Ин бисёр одилона мешавад, агар имрӯз барои ӯ рӯзи вазнин бошад. Дотти интиҳоби вақташро чунин мефаҳмонад. „Ман — бисёр одами сӯҳбаторо ҳастам, ин барои ман муҳим аст. Ман ҳамеша мехоҳам, ки чунин муносибат дошта бошем, ки мо дар бораи ҳама чӣ ҳамеша сӯҳбат кунем (инро ман то ҳол мехоҳам). Дар аввали хонадоршавиамон фаҳмидам, ки агар ман бо Ҷош дар ягон масъалаи муҳиме, ки ман дар ҳалли он азоб мекашам, сӯҳбат кардани шавам, ба ман лозим аст, ки на танҳо интиҳоб намоям, ки ба ӯ чӣ хел гӯям, балки инчунин кай гӯям.

Вақтҳои мешаванд, ки ӯ ягон хел душвориро намехоҳад. Мисол, 10-дақиқа пеш аз саршавии лексия (ё мумкин, тамоми рӯз, вақте ки ӯ пурра банд аст). Ҳатто агар ягон кӯдакамон мушкilotи ҷиддӣ дорад ё ман аз чизе хафа ҳастам. Ман бо вай дар чунин лаҳзаҳо сӯҳбат намекунам. Вақте ки касеро лозим аст, ки бо 700 одам рӯ ба рӯ истода суҳан гӯяд, шумо набояд бо ӯ дар бораи чизҳои ғӯед, ки сифати суҳанронии ӯро паст кунад, ҳатто ин чизҳо ҷиддӣ бошанд ҳам. Ман ҳатто ҳаракат мекунам, ки шабона ба Ҷош ягон масъалаи душворро бор накунам, чунки ин хобашро нороҳат мегардонад. Ӯ дар ҳақиқат майнаи фаёл дорад. Барои ҳамин, агар таъҷили набошад, ман то пагоҳ сабр мекунам“.

8. Ҳиссиётҳои худро бо дигарон бинед

Бепаноҳие, ки ба шумо имконият медиҳад эҳсосот, ақидаҳои пинҳонии худ, озорҳои саҳт ва хурсандии бузургро бо ҳам бинед, барои муҳити солими маҳрамона ва наздикӣ зарур мебошад. Дар гуфтугӯ ёд гиред, ки на танҳо дар бораи он чи фикр меронед, балки дар бораи он чизе низ гап занед, ки эҳсос мекунад. Шарикон метавонанд дар бораи фикрҳо, ақидаҳо баҳс кунанд, вале эҳсосот муҳокима карда намешавад. Онҳоро танҳо эътироф кардан мумкин аст. Барои ҳамин ҳам шиносӣ бо

хиссиётҳои якдигар мисли дарест барои наздикии психологӣ. Агар байни зану шавҳарон ихори мунтазами эҳсосот набошад, онҳо берун аз муҳаббат ва наздикӣ, ки ин ганҷи онҳо мебошад, мемонанд.

Зану шавҳар Блад, ҳамкорон — терапевтҳо ва ҳаммуаллифони китоби „Занашӯӣ“, чуфти зану шавҳареро тасвир мекарданд, ки аз зиддият канораҷӯӣ мекунанд: хисси душманиро пахш карда, аз баҳсу мунозираҳои кушод гурехта, онҳо бештар гуфтугӯро бо хисси баланди озурдагӣ, бе қаноатмандӣ ва бо қаҳру ғазаб ба охир мерасонанд. Дар ботини худ нигоҳ доштани озорҳои худ метавонад асоси дар оянда зӯрварӣ, дамдудӣ, афсурдаҳои ва ҳатто вайроншавии саломатӣ (мисол, захмҳо ва астмаҳо) гардад. „Хомӯшона дарду алам дидан — огоҳ мекунанд зану шавҳар, — боварӣ, яққоягӣ ва пешравии минбаъдaro заҳролуд месозад“.

„Никоҳ барои муносибатҳои байниҳамдигарии маҳрамона, ки дар асоси ҳамдигарфаҳмии зану шавҳар сохта шудааст, баста мешавад“, — менависад рӯхшинос оиди саволҳои никоҳ ва оила д-р Аллан Петерсен, — „Барои он ки якшавии дилҳо ба амал ояд, гуфтугӯ бояд аз чорҷӯбаи хонаю кӯдакон барояд ва дар худ мубодилаи афкор ва хиссиётро барои ҳодисаҳои ҳаррӯзаи ҳаёт дошта бошад“.

Ҳамин тавр бештари вақт мо дар бораи корҳои ҳаррӯза гап мезанему эҳсосоти ниҳониамонро дар худ нигоҳ медорем. Аммо маҳорати муоширати маҳрамона барои муҳаббати комил ва муносибатҳои занашӯӣ ҳалқунанда аст.

Роҳҳои муошират бояд кушода бошанд „маҳсусан дар сатҳи эҳсосот“. Чӣ хеле ки Дейвид Мейл гуфта буд, ин розигии дутарафаро мефаҳмонад.

„Хиссиёти манфиро бо ҳам дидан, ҳар вақте ки онҳо пайдо шаванд, агар илоҷаш бошад, бе дарду алам. Масалан, шумо гуфта метавонед: «Азизам, ту коре кардай, ки маро аз худ беҳуд мекунад, вале ман аз ту ранҷидам намехоҳам. Агар ман ба ту дар ин бора нақл кунам, ту ба ман ёрӣ мерасонӣ, то фаҳмам, ки барои чӣ маҳз ман чунин оташиниро ҳис менамоям?» Ин на ҳама вақт ба кор меравад, балки гоҳ-гоҳ. Шарт он аст, ки ҳама гуна хиссиёти манфиро (ки дар шумо ба қадри кофӣ пайдо мешавад) дар муносибатҳои байниҳамдигар на фуру барою на нигоҳ дорӣ, балки фаҳмонӣ. Агар ҳамаи чуфтҳои занашӯӣ инро меомӯхтанд, пас бисёрии маслиҳатдиҳандагони оилавӣ бе кор мемонданд“.

Мардҳо одати мубодилаи эҳсосоти ҳиссиётро чун нишонаи сустӣ меҳисобанд. Онҳо чунин ҳисоб мекунанд, ки гиря қардан ва ба хатоҳо иқрор шудан — номардона аст. Мардҳо нисбат ба ифодаи ҳиссиёти худ бисёртар ба мубоҳисаҳои маънавӣ ва мулоҳизакорӣ машғул мешаванд. Рӯйи ҳолати душвореро мефаҳмонад, ки мардон ба он меафтанд ва онҳо ҳудро ноқулай ҳис мекунанд, агар нобаробарӣ ба бебарорӣ ва ноумедӣ ҳудро бо дигарон ба ҳам бинанд. Нишондодашон чунин аст: „Ман инро ҳудам қарда метавонам. Ба ман ҳеҷ гуна ёрӣ лозим нест“. Афсӯс, ки ин ба гуфта натавонистани „Ба ман ёрӣ деҳ“ оварда мерасонад, ҳангоме ки ёрӣ бениҳоят зарур аст.

9. Аз хондани фикри дигарон қанораҷӯӣ қунед

Огоҳӣ: Гумон қунед, ки ягон одами дигар қатман бояд имоӣ ишора, оҳанги гапзанӣ ё ин ки қиёфаи шуморо фаҳмад.

Дар ниқоҳ ваъзияте, ки дар он ҳар як зан ё шавҳар фикр мекунад, ки ҳамсараш медонад, ки ӯ қи фикр мекунад, қи ҳис мекунад ё қи қор қарданӣ аст, ба ҳиссиёти қуқури қаноат нақардан ва асабоният оварда меҳасонад. Шумо наметавонед шарикатонро ба ранқишҳои ҳуд, эҳтиётот ё ҳиссиёти ҳурсандӣ ё ин ки миннатдорياتон қавобгар ҳисобед, агар онро бо суҳан баён нақарда бошед. Қар қас бояд бо овоз гап занад.

„Ман қурра дар муноқишаам бо Қош дар вақти моҳи асалин гунаҳқорам“, — қоил мешавад Дотти, — „Мо дар Мексика будем ва ба Ақапулко меҳафтем, ин моро маҷбур меқард, ки якқанд соатро дар мошин гузаронем. Ман зани қавон будам ва фикр қардам:

«Ман ба ин мард ба шавҳар баромадам, аммо ӯ ҳамаи он қизеро, ки дар бораи ман бояд донад, намедонад. Ман қатто дугонаҳои наздиқе дорам, ки дар бораи ман нисбат ба шавҳарам бисёртар меҳонанд! Акнун ки зан ва шавҳар ҳастем, ӯ бояд дар бораи ман ҳама қизро донад» (қатто бар сари ман фикре наомад, ки моро ҳаёт дар пеш аст, то ки қурра шинос шавем). Барои ҳамин ман қарор додам, ки ба ӯ дар бораи ҳисси шаҳсиям оиди тамоми қизҳое, ки дар олам ҳастанд, нақл намоям, то фаҳмида қирад.

Вақти байни вохӯрии аввалини мо то тӯямон аз 6-моҳ зиёдтар буд, бинобар ин ман меҳонистам, ки ба Қош дар ин мӯҳлати қӯтоҳ, ки бо ҳам вохӯрдем, бисёр қизҳоро нақл қарда натавонистам. Ман зарурати бо ҳам дидавро ҳис меқардам ва вақте ки Қош ба аломатҳои роҳ диққат меҳод ва бо ҳарита сарсон буд, ман бе ист гап меҳадам. Ман ба ӯ қизе, ки меғуфтам, қавоб намеғирифтам. Ман боз қизе меғуфтам

ва дар ҷавоб мешунидам: «Оҳо, шавқовар». Ҳарчанд ман фикру ақидаро бештар мегуфтам, ҳамон қадар кам ҷавоб мегирифтам — ӯ бо дигар корҳо банд буд. Ман саҳт ба ғазаб меомадам, аммо натавонистам, ки ҷӣ хел онро баён кунам. «Ту маро хафа мекуни, барои он ки ман ҳис намекунам, ки ин ба ту мароқовар аст». Ман фикр мекардам, ки ҳарчанд ман гӯям, вай бояд гӯш кунад, аммо ӯ гӯш намекунад. Ман дар ғазаб шуда хомӯш мондам.

Соатҳо бо хомӯшӣ мегузаштанд ва ман бисёртар дар қаҳр мешудам. Гап дар сари он буд, ки чун пештара аз ман хеле дур буд ва ба ҳудаш тасаввур намекард, ки дар майнаи ман ҷӣ гапҳое шуда мегузаранд. Қош маҳорати бисёр хуб дорад, ки дар як вақт дар бораи якчанд чиз фикр мекунад ва аз ҳама воқеаҳои гирду атроф қанда мешавад. Рӯзҳои аввал дар ҳақиқат инро намефаҳмидам ва интизор будам, ки вақте ман гап мезанам, пурра ба ман дода мешавад.

Вақте мо ба Ақапулко расидем, ман аз ғазаб меларзидам. Ман аз мошин фаромада гуфтам, ки ман ба худ нестам. «Барои ҷӣ?» — пурсид ӯ. Ман ҷавоб додам: «Барои он ки ту бо ман тамоми роҳ то ба ин ҷо сӯхбат накардӣ». Бечора Қош тамоман тасаввурот надошт, ки ман сӯхбат қардан меҳостам ва барои ҷӣ ман дар ғазаб шудаам, чунки дар он давраи муносибатҳоямон ман намедонистам, ки ҳиссиётамро ҷӣ хел баён кунам.

Вай аз ин саргузашт чунон гаранг шуд, ки ҳатто ба ғазаб омад ва муддате мо ба якдигар доду фарёд кардем. Дар охир ӯ худро ба даст гирифт. Барои хомӯшиаш бахшиш пурсид ва гуфт, ки хеле афсӯс меҳӯрад, ки ба суҳанони ман аҳамият надодааст. Ин маро хеле мутаассир қард ва фаҳмидам, ки рафтори ношоиста қардам.

Ин аввалин ҷанҷоли ҳақиқии мо буд ва он ба ман имконият дод фаҳмам, ки то ҷӣ андоза баён қардани ақидаҳои худ заруранд. Шумо бояд ҳиссиётҳои ҳақиқии худро баён намоед, онҳоро дида бароед ва онҳоро дар дилатон нигоҳ надоред. Муҳокимаи ин воқеаи нохуш ва таҳлили ҳиссиётҳои мо ба мо ёри доданд, ки то якдигарро хубтар фаҳмем ва онро дар таҷрибаи ҳаётамон чун дарси ибрат истифода барем“.

Аз таҳминҳои хатарнок дурӣ ҷӯед. Вақте ки рафиқатон ё ҳамсаратон қоре мекунад, ки боиси ранҷиши шумо гардад, шумо бояд инро ба ӯ гӯед. Ба он интизор нашавед ва умед набандед, ки ӯ аввалин шуда назди шумо меояд. Ҳар як никоҳ хушоҳангу мустаҳкам мебуд, агар мо таҳминкуниро бас қарда, дар бораи ҳиссиётҳоямон мегуфтем.

Вақте ки Дотти ба ман чизе ҳам нагӯяд, ман тез онро мефаҳмам, чунки ман аз қиёфаи ӯ меҳонам (ва чун пештара ба душворӣ фикрҳои

ӯро дарк мекунам). Ва вақте ки ман гӯш кардан намехоҳам, одатан ӯ гап намезанад. Вақте ки ман ҳаракати тағйирёбӣ намекунам, ӯ ҳам худро дигар кардани нест.

Гӯш кунед, ки Лео Баскаля чӣ хел хатарнокии фуру нишондани ҳиссиётро тасвир мекунад: „Агар мо онҳоро дар диламон муддати дурудароз нигоҳ дорем, махсусан ҳиссиётҳои манфиро, мо албатта метаркем; онҳо албатта дар як вақти номуносиб ба берун зада мебароянд. Агар мо онҳоро дар худ нигоҳ дорем, он ба сари одами бегуноҳ мерезад, ки он қадар коре накардааст“.

Дотти нақл мекунад, ки дар давраҳои гуногуни аввали хонадориамон ба ӯ изҳори қаҳру ғазаб оиди беҳиссии ман муяссар намегашт. Вай мефаҳмонад: „Ман ба хона даромада, аз рӯи инстинкт ҳис мекунам, ки касе худро бад ҳис мекунад — ман инро аз чашмонаш маълум менаоям. Баръакс, инро Ҷош ҳудаш кам ҳис мекунад. Ҳар он чи бояд кунам — ба ӯ гӯям, ки ин барои ман дардовар аст ва фавран ҳамдардии ӯ сар мешавад. Азбаски ба ман гуфтан шарт нест, ки касеро аз зери бағалаш бардоштан лозим ва тасалло додан лозим аст, ман ба осонӣ тахмин мекунам, ки ӯ инро аз як нигоҳам фаҳмида метавонад.

Боре ман дар ғазаб шудам, чунки ба ман чунин намуд, ки ӯ нисбати ман беаҳамият аст. Ана, Ҷош аз саҳни толор ба одамон дар бораи Хушхабари Худованд оромона, вазъиятро дар зери назорат гирифта, сӯхбат мекунад. Ман аз ҳама қафо, дар қафои анбӯҳи одамон меистодам ва ин ба ман ҳам омада расид: агар ӯ ҳассос мебуд ва ба он чӯр карда мешуд, ки одамони алоҳида ҳис мекунанд, чуноне ки ин ба ман хос аст, ӯ ҳеҷ гоҳ он кореро, ки ҳоло мекунад, карда наметавонист. Ӯ ҳеҷ гоҳ ба худ роҳ намедихад, ки аз касе ранҷад, вақте ки касе дар ҳаққи ӯ ягон гапи нодуруст гӯяд ва таҳқир кунад. Худо ӯро муҳофизат кардааст, ки ӯро чунин ҳассос наофаридааст. Ман барои одамони алоҳида соз карда шудаам, ӯ бошад барои одамони бисёр, ва Худо ба ман фаҳмиши аниқ дод, ки мо чӣ хел якдигарро пур мекунем ва вақте ки якҷоя бошем, босамартар мешавем.

Агар шумо нав оиладор шудаед, ба шумо якчанд муддати вақт даркор аст, то ки одами дигарро фаҳмед, ки ӯ чӣ хел аст, Худо ӯро чӣ гуна офаридааст. Шумо бояд фаҳмед, ки хусусиятҳои беҳамтои шумо аз хусусиятҳои шарикатон на хуб аст, на бад, фақат онҳо гуногунанд. Масъалаи ҳалталаби ман дар он буд, ки ман метарсидам ба Ҷош гӯям, ки вай на он хел рафтор мекунад, ки ман интизор будам. Ба шавҳар баромада, ман метарсидам, ки ҳамаи латофати зебогӣ барҳам меҳӯрад, агар ӯ танҳо ҳамон вақте тағйир ёбад, ки ман чизеро ба ӯ ишора мекунам.

Мисол: Аз худи аввал мо қарор дода будем, ки чизе ки дорем, бо ҳам дида мебароем, ҳамчун «аз они худамон». Дар аввал ин осон набуд. Ман як «Мэйверик»-и тамоман нав доштам, ки онро худам харида будам ва фикр мекардам, ки Ҷош ба он ҳамчун падарам муносибат мекунад. Вақте ки ман калон мешудам, медидам, ки падарам чӣ хел мошинашро бениҳоят тоза нигоҳ медошт — дар оинаҳояш ягон хел изи ангуштон набуд, дар рӯи поли мошин ҳеҷ хел ифлосӣ набуд ва ҳар рӯзи шанбе онро тоза мешуст.

Ҷош ба мошинаш танҳо ҳамчун транспорт назар мекард. Ӯ бетамиз нест, аммо фикр накарда банкаи «кока-кола»-и холишударо ба замин мегузошт ва вай одати шустани мошинро дар рӯзҳои шанбе надошт.

Якчанд ҳафта баъд аз моҳи асалин ман надонистам, ки чӣ кор кунам, барои он ки ӯ ягон маротиба таклиф накард, ки мошинро шӯем. Ман чунин ҳисоб мекардам, ки шустани мошин вазифаи шавҳар аст, ва дар аввал ба услуби ӯ одат накарда будам. Ман фикркуниро давом медодам. «Падари ман ҳеҷ гоҳ мошинашро ифлос намегузорад» мулоҳиза мекардам ман оиди он ки падарам чӣ хел мошинашро бениҳоят тоза нигоҳ медошт, ва нақл мекардам, ки падарам ин ё он корро мекард. Ҷош маро бо модараш ё бо каси дигар муқоиса намекард, ман бошам ўро бо падарам муқоиса мекардам.

Марде, ки маро то Ҷош беш аз ҳама дӯст медошт, мошинашро ба таври аъло тоза нигоҳ медошт ва ба ман чунин менамуд, ки агар мард ин корро накунад, вай аз муҳаббат дида дар бораи чизи дигаре бисёртар фикр мекунад. Ман ин ҳиссиётро дар дилам нигоҳ медоштам, ва имкон медодам то он даме ки онҳо ҷӯш мезаданд. Вақте ки ман дар охир ба Ҷош гуфтам, ки ӯ мошинро чӣ хел нигоҳ медошт, ман ҳис кардам, ки Ҷош зуд тағйир ёфт ва нисбати ману ҳиссиётҳои ман бодикқаттар шуд. Ман фаҳмидам, ки ҳуб мешуд, агар ман ҳиссиётамро пештар бо ӯ мегуфтам. Ман боз фаҳмидам, ки барои одами ҳуб будан шарт нест, ки мошинро тоза, бе ягон доғ нигоҳ дорӣ!

Вақте ки одамон оиладор мешаванд, онҳо пешаки оиди масъалаҳои молия ва миқдори фарзандон маслиҳат мекунанд, то ки дар оянда бо онҳо садди роҳ нашавад. Маҳз ҳамин чизҳои назарногир, ки дар бораи онҳо ҳеҷ гоҳ фикр накардаем, муҳокима ва ҳалли худро талаб мекунанд. Вақте ки ду кас дар ҳалли ягон масъала як мешаванд, ин як қисми хушбахтии бузург аст“.

Ягон ҷуфти зану шавҳаре нест, ки аз хоб сахари барвақт бедор шуда, ба таври мӯъҷизанок ҳиссиёти ниҳони худро бо ҳам дида тавонад. Ин раванди омӯзиш аст. Ба шумо ва ҳамсаратон вақт лозим аст, то одат кунед, ки кушода шавед ва ин ҳиссиётҳоро бо ҳам бубинед.

Яке аз вазифаҳои бузурги муҳаббат — дарккунии роҳҳои ифодаи ҳиссиёт ба яқдигар мебошад.

10. Ҳамеша ба савол ҷавоб диҳед

Агар ягон чиз муоширатро ҳавасманд мекардагӣ бошад — ин боз як робитаи ҷавоб аст, ки бо қиёфа ё даҳонӣ баён шудааст. Чӣ хеле ки як зани аз тамоман набудани аксуламал озорёфта ва бағазабомеда хитоб кард: „Агар ту маро мешунавӣ, ҷавоб деҳ! Чизе ки хоҳӣ гӯӣ, фақат нишон деҳ, ки ту маро мешунавӣ!“ Вақте ки дили мо ба ягон кас кушода мешавад, вай ташнаи тасдиқ аст.

Ана якчанд маслиҳати ғоидаовар барои он ки нишон диҳед, ки суҳанони гуфтаи ҳамсӯҳбататонро қабул мекунад.

Ҷисман аксуламал кунед. Ба одам нигаред. Каме ба пеш ҳам шавед. Дар ҷавоб сар ҷунбонед. Ба ҷашмони одам нигаред. Назар ба алокаи биноӣ ягон чизе нест, ки шавқи зиёдеро ифода кунад.

Ҳарчи зиёдтар маълумот пурсед. Барои гирифтани фаҳмиш ё маълумоти иловагӣ саволҳо диҳед: „Ту чиро дар назар дорӣ?“ ё „Барои чӣ ин ба ту зарур аст?“ Саволхоро дода, гӯед: „Ин ба ман шавқовар аст — боз нақл кун“.

Ба чизи гуфташуда баҳо дода, аз ин намуди ҷумлаҳо истифода баред: „Аз афташ, воҳурӣ бо ӯ туро хеле хурсанд менамояд“. Ё „Шояд ба ту хеле душвор буд“. Натиҷаи гӯшкунӣ бодикқат муоширати боз ҳам наздиктар мебошад.

Ҷумла ё иборахоро дилсӯзона такрор кунед ё андаке тағйир дода гӯед. Такрори маънӣ ё ҳиссиёт, ки дар шакли ҷумла дароварда шудааст, якбора ҳам маъниро ифода мекунад, ҳам сабаби муоширати минбаъда мегардад.

Вақте ки ягон кас ҳикояро нақл мекунад, гапашро набуред. Ба ҷои дигарон ҷумлаҳо ба охир нарасонед ва гапи дигаронро набуред. Ин ба ман бо душворӣ муяссар мегардад. Ба ман ҳар гоҳ лозим меояд, ки ба худам такрор кунам: „Гапро набур, гапро набур“. Ғайр аз ин саросема нашавед, ки лаҳзаи хомӯшии гуфтугӯро танҳо барои он ки хомӯш наистед, пур кунед — шумо метавонед ба дигар кас дар гуфтани ягон-чизи зарур, ки меҳост бо шумо бо ҳам бинад, ҳалал расонед.

Дотти тасдиқ мекунад, ки „баъзан, вақте ки Чош ба мобайни гап медарояд, ин маро каме ба қаҳр меорад. Ман худамро тақрибан чунин ҳис мекунам: «Вай чӣ, фикр мекунад, ки ман худам ин ҳикояро нақл карда наметавонам, ё ки ман ҷузъиётро аз ҳад зиёд меорам? Шояд ягон чизи дигар?» Ман мефаҳмам, ки ин танҳо инъикоси ҷидду ҷаҳди ӯ аст. Вай аз нақли ман ба шавқу завқ меояд ва ба «ош қатик шуда», ба миёни ҳикоя медарояд — вай чунин ҳисоб намекунад, ки мудохила мекунад ё ягон чизро аз ман зада мегирад. Ман медонам, ки вай меҳоҳад, ки бо ман дар он чи мегӯям, ҳамроҳ шавад, вале ҳангоме ки ман ҳиссиёти худро нақл мекунам, беҳтараш ба ман ҳалал нарасонад“. Тоқат — файз аст.

Инкор кардан ё ҷавоб доданро то даме ки ҳамроҳатон суҳанашро тамои накунад, сар накунад — ин шуморо бетоқат мекунад, зеро ки шумо баромад кардан меҳоҳед. Ҳангоме ки шумо доимо маълумотхоро фикр карда мебароед, ё методҳои худсафедкуниро барои он чи гуфтед, қатор мекунад, шумо механизми муҳофизиро месозед. Дар натиҷа шумо бо диққат гӯш намекунад.

Маргарет Лейн дар китоби худ „Оё шумо дар ҳақиқат гӯш мекунад?“ ҳолати нобарорро нишон медиҳад, ки он натиҷаи гӯшкунӣ беаҳамиятонаи ӯ буд: „Солҳои зиёде пеш аз ин, баъди хатми коллеҷ дар мусоҳиба барои қабул ба кор дар идораи газетаи шаҳрчаи хурд ман дарси ғоиданок гирифтам. Мусоҳиба мӯътадил мегузашт ва редактор, ки димоғаш ҷоқ буд, ба ман дар бораи сайри лижаронии худ нақдро сар кард. Бо умеди он ки бо ӯ бо нақли худ дар бораи саёҳати туристӣ ба кӯҳҳо таассуроти хубе гузорам, ман гӯшкуниро бас кардам ва фикран ин саргузашти худро ба хотир меовардам. «Канӣ, — ноҳост пурсид ӯ, — шумо дар ин бора чӣ фикр доред?» Аз нақли ӯ чизе ба гӯшам надаромада ман беақлона гуфтам: «Аз афташ, рухсатии аҷоибу ғароибе буд — ҳаловатҳои зиёде». Лаҳзае ӯ бо диққат ба ман назар дӯхт. «Ҳаловат? — бо оҳанги сард пурсид ӯ, — ҳозиракам ман ба шумо нақл кардам, ки қисми зиёди рухсатиро дар беморхона бо пой шикаста гузарондам“.

Дастгирӣ ва розигии худро оиди суҳанҳои гуфтаи ҳамроҳатон иброн доред. Ҳар дуи он муоширати солиро беҳтар мегардонад. Ҳазрати Сулаймон дар Масалҳо 16:24 мегӯяд: „Суҳанони хуш шахдест, ки барои ҷон ширин ва барои устухонҳо шифобахш аст“. Гуед: „Раҳмати калон, ки ту инро ба ман нақл кардӣ. Ман медонам, ки ин осон нест ва ман ҳақиқатан ҳам ба ин баҳои баланд медиҳам“. Ё „Дар он чи ту гуфти — маънои зиёде ҳаст, ва ман боварӣ дорам, ки ин ёри мерасонад“.

Ин усулҳо — каме аз намунаҳои ғаёлона шунавандаи бехтарин шудан аст. Дар хотир нигоҳ доред, ки гӯши шумо метавонад дили одами дигарро кушояд, барои ҳамин онро напӯшед. Ба ман бовар кунед, агар шумо дар болои шунавандаи бехтарин шудан меҳнат кунед, фақат аз Дотти пурсед! Ў дид, ки ман чӣ ҳел тағйир ёфтаам.

11. Бовичдон бошед

Ҳаввори муқаддас Павлус масъаларо дуруст фаҳмида ба мо насиҳат мекунад: „ҳар яке ба ёри худ рост гӯед“ (Эфсӯсиён 4:25). Дар муҳаббат рост гуфтан маънои онро дорад, ки ҳиссиётро ба эътибор гиред. Ҳамсӯҳбати ҳақиқатан дӯстдору соҳибтаҷриба ба оқибатҳои сухану кори худ ҳассос аст.

Сулаймон ба мо насиҳати хирадмандона дода мегӯяд: „Оё шахсеро дидаӣ, ки дар сухан гуфтан шитоб мекунад? Умед аз аблаҳ назар ба вай бештар аст“ (Масалҳо 29:20). „Муҳаббат, — менависад Ричард Стросс, — ба мо ёри медиҳад, ки андешаҳои мо бо ягон пешгуфтори ситоишомез ё писандида баён намоем ва он гоҳ мо онро бо як тарзи дилкаш ва позитивӣ пешниҳод мекунем. Аниқтараш мо шарикамонро дастгирӣ мекунем назар ба он ки ўро ранҷонем“.

Дар роҳи ҳақиқат монеаҳо бисёрранд. Яке аз онҳо аз он иборат аст, ки бениҳоят хатарнок аст. „Ҳама муносибатҳои чуқур — бо салоҳиди Райт, — махсусан оилавӣ, бояд бо тамоми кушодӣ ва ростӣ асос ёбанд. Инро ба даст овардан бисёр душвор аст, зеро аз рӯи ростӣ рад карда шудан дур нест, аммо ин бениҳоят муҳим аст, то ки муносибатҳои оилавӣ мустаҳкам шаванд“.

Вақте ки мо дар ягон кор талаботи бовичдон буданро ҳис мекунем, ин метавонад ба каси дигар дардовар бошад, мо бояд на танҳо он тарзро аниқ намоем, ки ба воситаи он мо хабар медиҳем, балки инчунин мақсадҳои худро мушоҳида кунем.

Монеаи дигар он аст, ки „бовичдонӣ“ метавонад ба майдагип табдил ёбад. Ростқавлӣ метавонад одамиро фақат барои он кушояд, то ӯ фаҳмад, ки рӯйхати кунҷковонаи норасогиҳои шахси гузаронида мешавад. Муоширати бовичдононаи дар муҳаббат гуфташуда ва дар муҳаббат шунидашуда дар дил доғе намегузорад. Вақте ки „сӯҳбати дӯстона“ мегузарад — шумо метавонед хусусиятҳои асли — номукамалӣ ва дигарҳояшро бо ҳам дида бароед.

Дар муҳаббат гуфтани чунин суханҳо дурустанд:

„Раҳмат барои он ки ту — ин ту хастӣ“.

„Ман бо ту фаҳр мекунам“.

„Раҳмат барои он ки маро дӯст медорӣ“.

„Ман хеле хурсандам, ки бо ту хонадор шудам“.

„Ба ман маъқул аст, ки бо ту бошам“.

Ғайр аз ин, он суҳанони дурусте ки дар муҳаббат меғӯем, онро талаб менамояд, ки бояд фактҳоро обуранг надиханд ва бугӣ накунад. Д-р Райт саргузашти занеро нақл мекунад, „вакте ки ӯ бой шуд, хостааст дар бораи аслу насабаш китобе фармоиш диҳад. Муаллифи намоёне, ки ӯ барои ин кор мутассадӣ кардааст, мефаҳмад, ки яке аз бобоҳои ӯро дар курсии электрикӣ дар маҳбаси Синг-Синг маҳкум карда куштаанд. Вакте ӯ ба зан меғӯяд, ки бояд ин ба китоб дохил карда шавад, зан хоҳиш мекунад, ки инро тавре нависад, ки ҳақиқатро касе нафаҳмад.

Китоб чоп шуда баромад, дар он хонда мешуд: «Яке аз бобокалонҳои ӯ дар яке аз корхонаҳои номдори Амрико мансабери ишғол мекард, ки вобаста ба таҷрибаҳои қувваи барқ буд. Вай ба қору вазиҳои худ чунон дода шуда буд, ки „дар вақти қориаш сӯхта мурд“». Райт қайд мекунад, ки „дар баъзе муносибатҳо байни зану шавҳар маънии гуфташуда торик ва печдарпеч менамояд. Одатан хубаш он аст, ки ҳамаашро «чӣ хеле ки хаст», мулоим, агар зарур бошад, фаҳмотар карда гӯем“.

Дар муошират таъсирбахш ва ботачриба будан — асоси он аст, ки „худи ҳамон“ одам шавед ва шумо метавонед инро худи ҳозир сар кунед. Агар шумо мучаррад ҳастед, онро метавонед бо дӯстон дар муносибатҳоятон истифода баред. Агар оиладор бошед, бо ҳамсаратон сар кунед. Намунаи ибрат буда, муносибати бовичдононаи ботоқатона дӯст доштанро нишон диҳед. Шарикатонро барои сабазиш дар муносибатҳоятон рӯҳбаланд намоед.

Ҳамчун омӯзиши забони хориҷӣ, омӯзиши гуфтугӯи дуруст вақт, қатъият, бодикқатӣ ва таҷрибаомӯзиро талаб мекунад. Дар баъзеи мо мумкин ин аз дигарон дида хубтар ба амал ояд, барои ҳамин тоқат кардан ҳам барои онҳо ва ҳам барои шумо зарур аст. Аммо ҳар каси мо бояд барои такмили он кӯшиш кунем. Дар аввал як воқеаи ҳаётиро интихоб намоед, ки дар он муоширати каме таъсирбахш метавонад бисёр чизҳоро тағйир диҳад. Акнун нақшаи амалро тартиб диҳед ва якҷанд аз ин принципҳоро истифода баред. Вақтеро муайян намоед, ки ин нақшаро амалӣ мекунад.

Саволҳо барои андеша

- Ду ҷиҳати асосии муошират чӣ гунаанд?
- Унсурҳои асосии муоширати хуб чӣ гунаанд?

- Барои чӣ дар муошират гӯш карда тавониستان омили асосӣ ҳисобида мешавад?
- Дараҷаҳои гуногуни гӯш карда тавониستان чӣ гунаанд?

6

Ҳалли низоъ

Чӣ хел карда мо он шахсияте монем, ки Худо моро офаридааст ва дар як вақт бо дигарон созиш кунем? Ин на ба ҳамаи мо муяссар мегардад, махсусан дар ҳаёти оиладорӣ — дар муносибатҳои маҳрамона.

„Ба ман даркор аст, ки худамро ёбам, — қоиладар марде бо собиқаи 17-солаи оиладорӣ. — Системаи баҳодихии ман ҳамеша ба таври қатъӣ аз системаи баҳодихии занам фарқ мекунад, ҳатто баъди он ки мо ҳар ду масеҳӣ шудем. Барои он ки аз низоъҳо гурезам, ман ҳиссиёт, хоҳиш ва ақидаҳоямро дар худ пахш мекардам. Ман дигар ин корро карда наметавонам, гарчанде ки худро хизматгор меҳисобам“.

Зане бо 14-сола собиқаи оиладорӣ қоиладар шуд: „Ман интизор будам, ки шавҳари дуюмам ба ман он муҳаббат ва дилбастагиро медиҳад, ки инро дар оилаи якумам дида будам. Вақте ки ба ин ноил нашудам, беихтиёр кӯшиш кардам, ки инро бе низоъҳо ба даст орам. Ҳамин ки мо чудо шудем, ман фаҳмидам, ки ӯ маро сустирода ҳисобида будааст, чунки ҳамеша аз низоъҳо канораҷӯӣ мекардам“.

Чунин рафторҳо бо никоҳ маҳдуд карда намешаванд. Дар ҷамъият, дар бизнес ва калисо мо чунин рафтор мекунем, ки гӯё низоъ — ин як чизи берун аз эътидол аст. Ҳеҷ кас инро чун ҳавворӣ Павлус бо маҳорат баён накардааст. Ё ба мо сабабҳои асосии низоъҳоро дар Нома ба Румиён 12:4,5 нишон медиҳад: „Зеро, чунон ки дар як бадан андоми бисёре дорем, лекин на ҳамаи андомҳо айни як корро ба ҷо меоваранд, ҳамчунон мо, ки бисёрем, як баданро дар Масеҳ ташкил мекунем, аммо ҳар яке ба танҳои андоми якдигарем“.

Дар асоси он ки мо аз якдигар фарқ мекунем, аз низоъ ҷои гурез нест. Мо ба муносибатҳои байниҳамдигарӣ, гузаштаи гуногун, нуқтаи назар, қиёфа ва ҳатто маданиятро дохил мекунем. Ҳар гоҳе ки ду одами зинда бо ҳам волеҳуранд, дер ё зуд низоъ ба амал меояд. Барои ҳамин *гуногунақидагӣ* проблема намебошад. Санҷиши ҳақиқӣ он аст, ки шумо онро *чӣ хел ҳал карда метавонед*.

Мутаассифона, бисёриҳо то ҳол дар ҳаёти нав бо низоъҳо чун пештар, ки масеҳӣ набуданд назар меандозанд. Мо то ҳол намефаҳмем, ки Исои Масеҳ ба мо тариқи нави муносибат бо низоъҳоро нишон дод. Имондороне, ки аз қувваи Рӯҳи Муқаддас истифода мебаранд,

метавонанд бо низоъҳо рӯ ба рӯ вохӯранд ва онҳоро аз рӯи ҳақиқат ва муҳаббат ҳал кунанд.

Вақте ки ин ба амал намеояд, шаҳодати мо дар бораи Исои Масеҳ аниқ намегардад. Шумо яке аз пешвоёни ҳаракати сиёҳпӯстон Элдрич Кливерро ба хотир оварда метавонед, ки дар охирҳои солҳои шастум ва аввали солҳои ҳафтодум ба муқобили полис ва ҳукумат бисёр эътирозҳо ва ҳаракатҳои зӯрварона ташкил карда буд.

Якчанд сол пас маълумотҳо пайдо шуд, ки Э. Кливер масеҳӣ шудааст. Вале баъдтар ӯ аз масеҳӣ будан даст кашида, мормон шуд. Дар яке аз мусоҳибаҳо вай гуфт: „Ман он низоеро, ки дар байни масеҳиён давом дорад, фаҳмида натавонистам“.

Бар зарари худ

Ноӯҳдабарои мо барои бартараф кардани низоъҳои ҳаррӯза дар муносибатҳои кориамон намоён мегардад. Ман ба он дар ҳайрат мешавам, ки одамон дар ҷои корашон бо ягон душворӣ дучор шаванд, зуд ҳаракат мекунанд, корашонро иваз кунанд. Бисёриҳо мушкилиҳои ҷустуҷӯ ва қабул ба кори навро аз ҳалли муноқишаҳо дар муносибатҳои худ дида авлотар медонанд. Ин як навъи авло донишҷӯи канораҷӯӣ аз муноқишаҳо мебошад.

Вақте ки ман дар Исроил будам, ба ман муяссар шуд, ки яке аз қалъаҳои куҳантарини Қайсарияро бинам. Дар он ҷо ман ба ёд овардам, ки одамон дар давоми тамоми таърих ҳаракат мекарданд, ки худро мухофизат намоянд. Гирдогирди қалъаи Қайсария „ҳандаки хушк“-и чашмрас қанда шуда буд. Ҳар касе аз ин „ҳандак“ мегузашт, пурра ба чашм намоён мешуд. Дарвозаҳои асосии қалъа ҳам вазифаҳои мухофизатиро иҷро мекарданд. Онҳо аз бари даромадгоҳ ҷойгир буданд ва ҳар он касе ки онро кӯшиши кушодан мекард, барои ҳариф нишонаи тайёр буд. Ман қалъаро тамошокунон дар бораи миллионҳо одамон фикр мекардам, ки ҳамеша меҳоянд худро мухофизат намоянд. Онҳо ташнаи наздикии эҳсосотӣ мебошанд, аммо онро ҳеҷ гоҳ дар муносибатҳояшон бо дигарон ёфта наметавонанд, зеро онҳо қодир нестанд, ки ботинан низоъҳои бардавомашонро, ки дар муносибатҳои наздик ба амал меояд, ҳал намоянд. Ана барои ҷӣ ҳоло муносибатҳои бардавом каманд.

Барҳам задани ду тарс

Пештар ман дар бораи ду намуди тарс, ки одамонро имрӯз дунболагирӣ мекунад, хотиррасон карда будам: тарс аз он ки онҳоро ҳеҷ гоҳ дӯст

намедоранд ва тарс аз он ки худашон ҳеҷ гоҳ дӯст дошта наметавонанд. Барои масеҳиён ҳамин тарсҳо бо муносибатҳои онҳо бо Худо якҷоя мешаванд. Мо ботинан метарсем, ки Худо моро дӯст дошта наметавонад ва Ӯ муҳаббати моро қабулшаванда ҳисоб намекунад. Худо одамони дигарро истифода мебарад, то ки муҳаббати Худо барои мо ҳақиқатан ҳисшаванда кунад, то ки мо тавонем ба он бовар кунем ва онро имтиҳон кунем. Ба мо ҳар гоҳ касе даркор аст, ки тавонад муҳаббати Худоро (барои мо) ҳақиқӣ гардонад.

Бо вучуди ин, бо зиёдшавии наздикӣ дар муносибатҳои мо бо Худо имконияти муноқиша зиёд мешавад. Бо ҳам печидани шавқу завқи ду шахсият, ки дар шинохтани якдигар инкишоф меёбад, ҳатто нисбати муносибатҳои ду давлати бузург иқтидори бештареро барои муноқиша ифода мекунад. Кушодани лабиринти байни шахсиятҳо метавонад нисбати гуфтугузори байни ду халқ бо ҳам душман зиёдтар қувват талаб кунад. Барои ҳамин ҳайратовар нест, ки одамон наздикии ҳаққониро ба даст оварда, метавонанд нафаҳманд, ки масъалаҳои бо ин ҳудуди наздикӣ пайвастаро чӣ хел ҳал кунанд.

Ҳал кардан ё вайрон кардан

Ман меҳоҳам, ки шумо як чизро ба хотир гиред: ҳал кардани низоъҳо аз вайрон кардани муносибатҳо шоистатар аст. *Албатта, осонтараш он аст, ки аз низоъ дур шавӣ, назар ба он ки барои ҳалли низоъҳо қувваи худро сарф кунӣ*. Ҳар гоҳе ки шумо ягон низоъро бартараф менамоед, муқофоти шумо барои матонататон он аст, ки шумо ҳамчун шахсият тақвият меёбед ва барои ҳалли низоъҳои ҳатмие, ки ҳаёт барои шумо дар оянда тайёр мекунад, қобилиятноктар мегардед.

Гоҳо мо фаромӯш мекунем, ки муносибат қисми нақшаи азалии бузурги Худованд мебошад. Худо дар китоби Ҳастӣ 2:18 гуфтааст: „Хуб нест, ки одам танҳо бошад; пас барояш мададгоре, ки ба вай мувофиқ бошад, биофарам“. Ман фикр мекунам, ки Худо дар ин ҷо на танҳо дар бораи муносибатҳои занозӯӣ меғӯяд. Мо барои он офарида нашудаем, ки танҳо бошем, балки барои он ки бо дигарон муошират намоем. Барои он ки он баракатеро, ки Худованд барои муносибатҳо ба мо додаат, эҳсос намоем. Мо бояд ба муқобили хирадмандии бардурӯғи ин замона бароем ва низоъҳоямонро ҳал намоем.

Имрӯзо шуморо дар ирсори ҳуқуқҳои худ ва „ҳар корро бо таври дилхоҳи худ кардан“ ҳавасманд мекунад. Армия сарбозонро бо шиори „Ҳамон шав, ки меҳоҳӣ“ ҷалб мекунад; ва шиори дигари рекламавӣ он аст: „Шумо имрӯз сазовори истироҳат шудед“. Маданияти мо ба

шумо ҳамчун ба шахс така мекунад, на ба муносибатҳои шумо. Баланд бардоштани „ман“-и худ ба сар задани ақидаи „Ман — ин рақами 1“ оварда расонд, ки моро дар барпо кардани муносибатҳои дуру дароз ва ҳалли низоъҳо ёрӣ наметаҳад. Агар ғалаба барои шумо — асосӣ бошад, шумо метавонед ба якчанд мақсадҳои шахсии худ бирасед, аммо ба шумо лозим аст, ки дар муносибатҳоятон қурбониро оваред, чунки ин бо роҳи гузашт кардан ба амал меояд, на бо роҳи ғолибият. Агар хоҳем, ки муносибатҳои пурраи наздик дошта бошем, мо бояд аз маданиятамон боло шавем. Ман бовар дорам, ки инро ба воситаи Исои Масеҳ карда метавонем.

Табдилдиҳии манфӣ ба мусбат

Оё шумо ягон вақт баъди ҳал кардани низоъҳо ҳисси қаноатмандиро ҳис кардед? Агар, ҳа, пас розӣ шавед, ки аз низоъҳо ғолидае ҳаст. Ман медонам, ки дар дасти Рӯҳи Муқаддас асбоби бурротар ва ғолидовартар гаштаам, зеро ки Худованд низоъҳои маро бо дигар одамон истифода бурд. Китоби Масалҳо 27:17 моро панд медиҳад: „Оҳанро оҳан тез мекунад, ҳамчунин одам симои ёри худро пардоз медиҳад“. Дар натиҷаи низоъҳо ман ба озор ва ҳиссиёти дигар одамон таъсирпазиртар шудам. Дар Нома ба Румиён 5:3,4, фаҳмонида мешавад, ки санҷишҳо тоқат ва мустаҳкамии ҳислатро пайдо мекунад. Худо дар ҳаёти ман низоъҳоро истифода мебарад, то ки ин сифатҳоро тарбия кунад.

Аксуламалҳои бесамар (бенатиҷа)

Мо бошем, баръакс, ҳар гоҳ ба ҳар гуна аксуламалҳои манфӣ дар низоъ рӯй меорем. Баъзан онҳоро тадқиқ карда, ман фикр мекунам, ки метавонам беҳтар фаҳмам, ки чӣ тавр аз ўҳдаи муноқишаҳо ва оқибатҳои онҳо бароям.

1. Ноўҳдабароии ба эътибор гирифтани проблема ё муноқиша. Ман инро аломати „ҳамааш хуб“ меномам. Шахс ё предмети объекти муноқиша ба эътибор гирифта намешавад ва муноқиша ҳамин тавр пайҳаснашуда мемонад.

2. Аз ҳалли масъала дур шудан. Муноқиша „хомӯшона анҷом меёбад“. Шумо дар бораи он гап наметанед ва аз одам ё аз сарчашмаи муноқиша пинҳон мешавед. Аҷаб, ки аксуламали Одам ва Ҳавво

баъди гуноҳашон дар боғи биҳишт ҳамин тавр буд. Китоби Муқаддас мегӯяд, ки „(онҳо) пинҳон шуданд“. Онҳо пинҳон шуданд ва Худо маҷбур шуд, онҳоро ҷустуҷӯ кунад. Ман дарк кардам, ки ба одами ба муноқиша ҳамин тавр эътино мекардагӣ ҳарчи зиёдтар гап занӣ, ҳамон қадар ин одам хомӯштар мешавад. Ва овозамро баланд карда меҳохам, ки ақаллан ягон ҷавоб гирам, аммо натиҷаи баръакс мегирам ва муноқишаро бо ибораҳои сахтаре тезу тунд мегардонам.

3. *Мазмуни низоъро ба эътибор нагирифта*н. Шиори мо ибори „фарқ надорад“ мешавад. Дар ин ҳолат тарафи ҳафашуда фикр мекунад: „Ба ман фарқ надорад, барои он ки ӯ маро дар ҳама ҳолат гӯш намекунад“. Ё „Ба ман фарқ надорад, барои он ки ӯ тағйир намеёбад“. Ё „Ҳамааш мегузарад“. Муносибати сабукфикрона ё рӯяки ба муноқиша, онро ҳал намекунад. Баръакс, ин ба он имконияти хуби ба таркиши сахтаре табдил ёфтани меҳад.

4. *Усули „рӯҳонӣ“*. Ибори тез-тез истифодашавандаи „Худоро шукр мегӯем“ ҳамон лаҳза бо иқтибос аз Нома ба Румӣ 8:28 ҳамроҳ мешавад: „Ҳама чиз бар нафъашон ёрдам меҳад“. Вале беҳад зуд-зуд ҳақиқат аз норасоии самимият ва он иборат аст, ки ин усул — фақат гуногунии тактикаи дуршавӣ мебошад.

5. *Кинагирӣ*. Ҳиссиёти озор ва қаҳру ғазаб ҳамчун натиҷаи муноқиша дар ботин пинҳон мешавад ва таркиш ногузир аст. Нома ба Филиппӣ 1:15 муроҷиат мекунад, ки ба ҷои ин „оташхомӯшкунани рӯҳонӣ“ — ро истифода барем, то ки гузаштаре фаромӯш кунем. Ба фикри ман ҳамаи ҳамсарон бояд созишномае банданд, ки дар баҳс бояд ба ҳодисаҳои гузашта рӯй наоранд. Марде ба қабули мутахассис оиди оиладорӣ бо арзе омад: „Ҳар гоҳ, ки ман бо занам ҷанҷол мекунам, ӯ ба гузашта рӯ меорад“.

Маслиҳатчи сухани ӯро бурд: „Шумо шаттохиро дар назар доред?“

„Не, ман таърихчигиро дар назар дорам, — ҷавоб дод мард. — Ӯ ҳамеша гузаштаре ба ёд меорад!“

Ин — кинагирӣ аст.

6. *Гузаштан ба шахсият ба ҷои масъалаҳои ҳалталаб*. Намунаи ин ақсуламали зуд-зуд вохӯрандари ман ба наздикӣ дидам. Хонуме, ки бо гурӯҳи масеҳиёни инҷилии музофотӣ алоқа дошт, аз ман пурсид: „Оё шумо хондаед, ки ким-кӣ ва ким-кӣ дар бораи ким-чизе навиштааст?“ Ман гуфтам, ки хондам. Вай ҳамон лаҳза ба муаллиф дарафтод, на ба он чизе ки ӯ навиштааст. „Шумо медонед, ки ӯ 3 маротиба аз

занаш чудо шудааст?“ — пурсид ӯ. Ба ҷои он ки ба масъала рӯ оварда, муноқишаро ҳал кунад, ӯ ба шахсият гузашт.

7. Гуноҳхоро ба гардани дигар кас бор кардан. Одатан ин ноӯҳдабароии шахси айбдоркунандаро мефаҳмонад, ки бояд хатоҳои шахсии худро эътироф кунад. Ақсуламали Одам ва Ҳавво (Ҳастӣ 3:9–13) баъди он ки онҳо аз меваи дарахти маърифат чашиданд, намунаи хуби ҳамин ҳодиса аст. Худованд пурсид: „Ту чӣ кор кардӣ?“ Одам ҷавоб дод: „Ин зане, ки ба ман додай, аз меваи дарахт ба ман дод ва ман хӯрдам“. Одам аввал Худовандро гунаҳкор кард ва баъд занашро. Ҷавоби Ҳавво чунин буд: „Мор маро фирефта кард“. Ҳар ду ҳам каси дигарро гунаҳкор карданд.

8. Хоҳиши бо ҳар роҳ галаба кардан.

9. Гузашт кардан дар ҳама кор, фақат барои аз муноқиша дурӣ чустан. Ягонтои ин ҳолатҳо ягон масъаларо ҳал намекунад. Дар ҳар ду ҳолат ҳам фақат яке аз шарикон бо ҷунон ҳиссиёте меравад, ки ба даст овардани чизе муяссар шуд. Гайр аз ин, ҳар ду тактика ҳам ҳисси ранҷишро пайдо мекунад.

10. Хариди тўҳфаи махсус. Ин усули дўстдоштаи шавҳарон аст. Ба ҷои ҳалли муноқиша, он одамон ҳаракат мекунанд бо пул аз он халос шаванд.

Қарор аз ҳамин ҷо сар мешавад

Шумо метавонистед муносибати худро оиди ҳалли низоъҳо дар як ё якчанде аз ин усулҳои манфӣ шиносед. Агар ҳамин хел бошад, донишмандон он барои шумо гуворост, ки роҳҳои ҳалли позитивӣ ва конструктивии низоъҳо мавҷуданд. Ҳар кадоми ин аз он сар мешавад, ки ҳаёти худро ба Худованд Исои Масеҳ бахшидан хоҳӣ. Камолоти рӯҳонӣ на дар набудани низоъҳо, балки дар ҳалли низоъҳо аз нуқтаи назари Китоби Муқаддас бо нигоҳдории худназораткунӣ зоҳир мегардад. Хоҳиши шумо оиди ҳалли низоъ ба муносибати шумо низ вобаста аст: шумо ба ягон шахс чӣ қадар наздик бошед, ҳамон қадар ҳаракат мекунед, ки вазъияти муноқишаоварро равшан намоед.

Вақте ки ман оиладор шудам, ман „Ҳа“ гуфтам, барои ҳамин, ҳар чӣ ҳам руҳ надихад, ман қатъиян ҳама гуна низоъхоеро, ки ману Дотти вомерӯем, ҳал менамоям.

Вакте ки писари мо Шон ҳамагӣ 6-сола буд, вай ба ман савол дод: „Падар, ту модарамро мепартой?“ Ман пурсидам, ки чаро ӯ чунин мепурсад. Вай гуфт, ки падари якчанд рафикони ӯ аз занҳояшон ҷудо шудаанд.

Ман фаҳмодам, ки кӯдакони оилаҳои хуб чун кӯдакони оилаҳои вайроншуда як хел тарс хис мекунад.

Барои ҳамин ман рост ба чашмони Шон нигоҳ карда, каме овозамро баланд карда гуфтам: „Писарам, ман модари туро дӯст медорам ва ҳеҷ гоҳ ӯро намепартоям! Нуқта!“ Ӯ бо як сабуқӣ гуфт: „Раҳмат, падар“. Ӯ тасдиқи вафодории маро намечуст. Ба ӯ доништан лозим буд, ки ман ба модари ӯ вафодор ҳастам, зеро устувории муносибатҳои мо сарчашмаест, ки ҳисси беҳатарии ӯ аз он баҳра мегирад.

Ҳақиқатҳои ба ҳаёт ёрирасон

Ман мехоҳам ба шумо якчанд шартҳоеро расонам, ки аз рӯи он ҳар рӯз зиндагӣ мекунам. Ба ман на ҳамеша муяссар мегардад, ки аз рӯи он амал кунам, аммо ман аз таҳти дил мехоҳам ин ҳақиқатҳоро дар ҳаёти ҳаррӯзаам, махсусан дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ ба кор барам.

Принсипи якум ба худбаҳодиҳии шумо вобаста аст: *икрор шавед, ки шумо ҳама карда метавонед*. Тоқат қардан ба танқид ва ба гардан гирифтани хатоҳои худ — яке аз рафторҳои, ки пеш аз ҳама барои ҳалли низоҳи тараққӣ додан лозим аст. Китоби Муқаддас ба мо маслиҳати хуберо дар дар Китоби Масалҳо 13:18 пешкаш менамояд: „Бенавой ва нанг насибе касест, ки маслиҳатро рад кунад; вале касе мазамматро қабул кунад, мӯхтарам мешавад“. Барои ҳамин, вақте ки ҳақ нестед, икром шавед. Агар шумо ҳақ ҳастед, чизе нагӯед. Ин — роҳи дурусти ҳалли низоҳост.

Павлус моро бовар мекунонад, ки: „Ва яқин дорам, ки ӯ, ки дар шумо ба кори хайр шурӯъ намудааст, онро то рӯзи Исои Масеҳ ба анҷом хоҳад расонд“ (Филиппиён 1:6). Ягон хатоие, ки шумо содир мекунед, пешақӣ дар тақдиратон муайян нашудааст. Худо ҳатто хатоҳои бузурги шуморо мебахшад. Бо ёрии танқиди конструктивӣ Ӯ метавонад хатоҳои моро истифода барад, то ки мо хубтар шавем ва моро меомӯзонад, ки Ӯро ва дигаронро дӯст дорем. Ана барои чӣ мо дар Китоби Масалҳо 28:13 меҳонем: „Касе ки ҷиноятҳои худро пинҳон дорад, муваффақият намеёбад; вале касе ки икром шавад ва онҳоро тарк кунад, сазовори раҳм мегардад“.

Павлус дар Нома ба Румиён 14:13 навиштааст: „Пас, якдигарро дигар маҳкум накунем; балки бехтар аст дар он хусус муҳокима кунед, ки касе дар сари роҳи бародараш пешпое ё васвасае нагузорад“. Муносибати худамро барои ҳалли низоъҳо ман чунин ифода мекунам: „Худовандо, ман мехоҳам ин низоъро ҳал намоӣ, аз Ту хоҳиш мекунам, аз ман сар намо“.

Принсипи дуюме, ки аз рӯи он ман амал мекунам, аз он иборат аст, ки ман *ба аксуламали ҳиссиётиам ҷавобгар ҳастам*. Мо наметавонем дигаронро аз барои хислат ва алангаи қаҳру ғазаба мон гунаҳкор созем. Ғазаб бояд аксуламали мо бар вазъияти беадолатона бошад, на бар хатоии одамон. Дар китоби худ „Ба дараҷае дилсӯз бош, ки шунавӣ ва шунида шуда бошӣ“, Дэйвид Огсбургер чунин мегӯяд: „Вақте ки камбудихоӣ шумо ғазаби маро меоварад, ман медонам, ки камбудии шумо — ин камбудии ман ҳам мебошад. Агар ман ҳамон чизеро, ки дидани он маро ба ғазаб меорад, дар ботини худ хомӯш кунам, пас дидани он дар шумо маро ба ғазаб намеорад. Аммо вақте ман мешунавам, ки шумо он чизеро мегӯед, ки ҳар гоҳе ки онро ман мегӯям, худамро бад мебинам, дар қалбам тӯфонеро ҳис мекунам“. Бисёр вақт одамон бо дигарон дар ғазаб мешаванд, чунки дар он одам онҳо ҳамон сифатҳои бадеро мебинанд, ки худӣ онҳо доранд.

Боз ман мехоҳам муҳимии дар вақти сар задани низоъҳо худро ба ҷои каси дигар гузошта тавонишро қайд намоям. Ҳаввори Павлус дар Нома ба Румиён 10:2 менависад: „Зеро дар бораи он шаходат медиҳам, ки рашики Худовандро доранд, аммо на аз рӯи фаҳм“. Ё фаҳмонд, ки мавқеи онҳоро мефаҳмад, барои он ки худро ба ҷои онҳо гузошта буд. Чунин муносибатҳо „ҳамдардӣ“ ё „дилсӯзӣ“ ном доранд.

Шумо, албатта, бо маслиҳати хирадмандонаи мақоли кӯҳнаи ҳиндӣ шинос ҳастед, ки дар он гуфта мешавад: „Касеро масҳара нақун, то он даме ки бо муккиҳои ӯ як мил роҳ наравӣ“. Ба низоъҳо аз нуқтаи назари каси дигар нигоҳ кунед. Баъд ҳаракат кунед иқрор шавед, ки онро бо ақл дарк кардан дигар асту ҳис кардан ва ҳиссиёти худро баён кардан чизи дигар — шумо дармеебед, ки одами дигар барои муносибати муайян оиди низоъ асоси ҷиддӣ дорад. Барои он ки онро ҳал кунед, шумо бояд аз дилу ҷон ҳаракат кунед, ки масъаларо ҳамчуноне ки ӯ мебинад, бинед.

Чунин намуди ҳамдардӣ хеле душвор аст. Чӣ хеле ки Павлус дар Нома ба Филиппиён 2:3,4 ба мо ёдовар мекунад: „Аз рӯи рақобат ё шӯҳратпарастӣ ҳеҷ коре нақунед, балки бо фурутанӣ якдигарро аз худ авло донед. Ва ҳар яке на танҳо дар бораи худаш, балки дар бораи дигарон низ ғамхорӣ намояд“. Дигар ҳел карда гӯем, мо бояд ғаму

озори худро сарфи назар намоем, то ки дарди дигаронро фаҳмем. Барои он ки мо аз ӯҳдаи ин бароем, бояд аз Худо ёрӣ пурсем.

Як фикр ба ман ёрӣ дод, то ҳаракат кунам, ки пурра одами дигарро фаҳмам, ҳамон қадаре ки меҳостам, то ӯ маро фаҳмад. Рӯҳонӣ Франсиск Ассизский гуфта буд: „Худовандо, чуноне кун, ки зиёдтар кӯшиш кунам, то бифаҳмам, назар ба он ки фаҳмида шуда бошам“. Оё шумо тасаввур карда метавонед, агар ҳамаи мо дар муносибатҳоямон чунин рафтор кунем, чӣ мешавад? Бисёрии низоъҳо ба зудӣ ҳал мешуданд, агар қисми зиёди онҳо — натиҷаи истодагариӣ ҳар кас дар ақидаҳои худ бошад.

Агар шумо хоҳед, ки барои ҳалли низоъҳо аз рӯи Китоби Муқаддас амал намоед, бояд ба худ чунин саволро диҳед: „Дар ин низоъ Худо ба ман чиро меомӯзад?“ Ин ҳар чӣ ҳам набошад, ман аз он чизе доништа метавонам.

Формулаи ғалабаовар

Иҷозат диҳед ба шумо нақшаи аҷоибро барои ҳалли муноқишаҳо пешниҳод кунам, ки аз чор қисм иборат буда, дар панҷ ояти боби 7-уми Инҷили Матто баён карда шудааст. Оятҳои 1,2-юм мегӯянд: „Ҳукм накунад, то ки ҳукм карда нашавед; зеро ба ҳар тариқ ҳукм кунед, ба ҳамон тариқ шумо ҳукм карда хоҳед шуд; ва ба ҳар андоза, ки чен кунед, ба ҳамон андоза ба шумо чен карда хоҳад шуд“. Ин ба мо дар бораи хоксорӣ мегӯяд. Ояти 3-юм давом медиҳад: „Ва чаро ту хасеро дар чашми бародари худ мебинӣ. Вале чӯбро дар чашми худ дарнамеёбӣ?“ Дар ин ҷо ба мо аниқ гуфта мешавад, ки бояд ростқавл бошем. Ман фикр намекунам, ки ман ягон вақт ба муноқиша бе чӯбе дар чашм кашида шуда бошам.

Баъд дар ояти 4-ум меҳонем: „Ё чӣ тавр ба бародари худ мегӯй: «Иҷозат деҳ, ки хасро аз чашми ту дур кунам»; ва ҳол он ки чӯбе дар чашми туст“. Маънии ин оят — ростгӯй аст. Ва дар охир дар ояти 5-ум ба мо васият карда шудааст, ки муноқишаҳоро дар *муҳаббат* ҳал кунем: „Эй риёкор! Аввал чӯбро аз чашми худ дур кун, ва он гоҳ дуруст хоҳӣ дид, ки хасро аз чашми бародари худ дур кунӣ“. Исои Масеҳ моро ба ростқавлӣ, фурутанӣ, кӯшиш ба ҳақиқат ва изҳори муҳаббат даъват мекунад.

Дар ин ҳатаре ниҳон аст. Шуморо хисси ташнагии интиқом ва хоҳиши ҳисобро баробар кардан дар муноқиша чунон осон фуру мебарад, ки шумо пайҳас ҳам намекунад, ки Худованд дар чунин ҳолат ба шумо чиро меҳадад омӯзонад. Диққат бояд ба аниқ кардани

он чи Худованд ба *шумо* гуфтааст, равона карда шавад. Ин тайёри ба иқрор шуданро талаб мекунад, ки шумо комил нестед. Дуои мо бояд чунин бошад: „Худовандо, ба ман қувват деҳ, то ки ба норасоихои худ иқрор шавам“. Иқроршавӣ нишонаи сустӣ нест. Балки далерӣ даркор, то иқрор шавед, ки ҳақ нестед. Ҳамин ки шумо ба норасоигихои худ иқрор шудед, ҳамон замон ба шумо муросоқунӣ бо сустихои ҳаёти каси дигар осон мегардад.

Ба ислоҳшавӣ тайёр будан — боз як шартест, барои он ки дарсери, ки Худованд ба мо додааст, фаҳмем. Мо бисёр вақт бо норасоигихои худ нисбат ба норасоигихои ягон каси дигар саҳлгиронатар муносибат мекунем.

Муносибати дуруст ва ба тағйирёбӣ тайёр будан инчунин ҳаётан муҳим аст. Дар ҳар ҳолат шумо бояд хоҳиши одами бехтарин, бехтарин дар хизмат ва дӯсти бехтарин шуда баромаданро дошта бошед. Бо чунин муносибат шумо Рӯҳи Муқаддасро барои он ки кори Худошро кунад, озод мекунед.

Бо муноқишаҳо сару қор дошта, дар хотир нигоҳ доред, ки муҳаббат гуноҳҳои зиёдеро меپӯшонад. Ҳавворӣ Петрус ба мо хотиррасон мекунад: „Пеш аз ҳама чиз ба якдигар муҳаббати пурзӯр дошта бошед, чунки муҳаббат гуноҳҳои зиёдро рӯпӯш мекунад“ (1Петрус 4:8). Ман масеҳиёни зиёдеро вохӯрдам, ки фикр мекунанд бояд вичдони бадани Масеҳ бошанд. Аз ҷи сабаб бошад, ки онҳо нишон додани ҳар як норасоию хатогиҳоеро, ки мебинанд, рӯҳонӣ меҳисобанд. Павлус тарзи амали заруриро дар Нома ба Румиён 15:1 муқаррар кардааст: „Ва мо ки тавоно ҳастем, бояд сустихои нотаъвоноро бардорем ва толиби роҳати худ набошем“. Ҷӣ хел тез-тез мо кӯшиш мекунем, ки кори Рӯҳи Муқаддасро кунем!

Агар шумо дар ҳақиқат касеро дӯст медоред, шумо ба сустихои ӯ тоқат мекунед ё онҳоро ба худ мегиред. Ман одамонро вохӯрдам, ки агар ман ба кино мерафтам, имони онҳо барҳам мехӯрд. Онҳо бовар намекунанд, ки ба кинотеатр рафтан аз рӯи одоб аст. Дар чунин ҳолатҳо ман ба нишон додани сустихои онҳо саросема намешавам ва ба он исрор намекунам, ки ҳуқуқи тамошоӣ филмро дорам. Ба ҷои ин ман бо чунин шахс муддати муайяне вақт мегузаронам ва ҷӣ хел ҳайратовар аст, ки Худованд ин шахсро ба он оварда мерасонад, ки ӯ тавонад гуяд: „Ман нуқтаи назари шуморо мефаҳмам“.

Муҳаббат гуноҳҳои зиёдеро рӯпӯш мекунад ва сустихоро мебахшад. Дар Нома ба Эфсӯсиён 4:2 Павлус инро „якдигарро дар муҳаббат“ бахшидан номидааст. Шумо барои манфиати шахси дигар бояд ба созиш кӯшиш кунед. Дикқат диҳед, ки ин на ба ахлоқ, балки ба ҳосиятҳои

шахсӣ дахл дорад. Дар ин соҳаи муносибатҳои байниҳамдигарӣ муҳаббат — раҳмдӣ дар амал аст.

Қарордодҳои фаъолона

Дар баробари кор аз болои тарзҳои рафторе, ки дар борааш ман ҳозиракак гуфтам, амалҳои ба худ ҳосе вучуд доранд, ки метавонанд дар ҳалли муноқишаҳо ба шумо ёрӣ расонанд.

Аз ҳосил намудани донишҳо дар *ду соҳа* сар кунед.

Аввалан, дар ҷустуҷӯи ҳамон муноқишае, ки шумо бо он вохӯред, *Навиштаҷотро аз назар гузронед*. Ба ман тез-тез муяссар мешавад, ки дар Китоби Муқаддас ҳолатҳои ба ҳодисаҳои аз сар гузаронидаам монандро ёбам.

Дуюм, далелҳоеро кобед, ки ба ин ҳолат ва ба одами дигар дахл дорад. Ман бо китоби Масалҳо 18:13 розӣ ҳастам: „Касе ки нашунида ҷавоб гардонад, беақл аст, ва ин барои ӯ нанг аст“. Бисёр муноқишаҳо аз нофаҳмӣ ва тасаввуроти дурӯғ дар бораи чизҳои гуфташуда сар мезанад.

Чанд вақт пеш аз ин Дотти дугонаи наазидакшро ба ҷой даъват кард ва ӯ дар бораи яке аз қудаконамон ким-чизе қайд карда гузашт. Дотти инро ҳамчун таънае қабул кард. Ӯ ҷунон ранҷида моту мабхут шуда буд, ки узр хоста ба ҳонаи хоб рафт. Баъдтар ҳуди ҳамон ҳафта Дотти бояд баромадро дар мавзӯи муқобила тайёр мекард. Аз болои он кор карда ӯ фаҳмид, ки бояд эътиқоди худро дар амал татбиқ карда, бо ин зани ҷавон гуфтугӯ кунад. Ин кор осон набуд, зеро Дотти дар муносибатҳо норозғатиро дӯст наметодад. Вале то даме ки ин масъала ҳал карда намешуд, дӯстӣ давом карда наметавонист. Ҳангоми сӯҳбат Дотти дарк кард, ки гуфтаи дугонаашро нодуруст фаҳмидааст. Масъала хеле тез бо равшанӣ андохтан ба далелҳо ҳал шуд.

Дуо — боз як тарзи амал аст. Аввал дар бораи хирадмандӣ дуо кунед. Яъқуб ба мо ваъда медиҳад: „Ва агар касе аз шумо аз ҳикмат камӣ дошта бошад, бигзор талаб кунад аз Худое, ки ба ҳама бо саховат ва бесарзаниш ато менамояд, — ва ба вай ато хоҳад шуд“ (Яъқуб 1:5). Бо вучуди ин дониш ва хирадмандиро омехта накунад. Хирадмандӣ ба мо ёрӣ мерасонад, ки донишхоямонро дуруст истифода барем.

Барои одами муайян дуо гӯед, номи ӯро ба забон оред. Худованд муносибати шуморо ба ин одам тағйир медиҳад ва ёрӣ мерасонад, ки муноқишаро бехтар ҳал кунед. „Барои якдигар дуо гӯед“, — ин маслиҳати ҳуби Яъқуб аст.

Дуо бояд дар имон ба амал ояд. Дар Номаи Яъқуб 1:6 мо меҳонем: „Валекин бигзор бо имон талаб кунад ва ҳеҷ шакку шубҳа надошта бошад“. Бештар дуои ман тақрибан чунин садо медиҳад: „Падар, аз нуқтаи назари инсонӣ ман намедонам, ки умуман ин муноқиша чӣ тавр ҳал карда мешавад, вале ман медонам, ки муносибатҳоро вайрон кардан — нисбат ба Ту норавост. Барои ҳамин ман бо имон худамро ба Ту месупорам, то ки Ту маро, Каломи Худро ва дигар одамонро барои ҳалли ин муноқиша истифода барӣ“.

Дар охир барои муваффақияти одами дигар дуо кунед. Петрус ба мо хотиррасон мекунад: „Дар ивази бадӣ бадӣ накунад, ё дар ивази лаънат лаънат нагӯед; баръакс, баракаат диҳед“ (1 Петрус 3:9).

Сеюм, *маслиҳати хирадмандонаро ҷӯед*. Дар ин бора ба шумо Китоби Масалҳо 12:15 хотиррасон месозад: „Роҳи аблаҳ дар назари ҳудаш рост аст, вале касе ин машваратро шунавад, хирадманд аст“. Вале маслиҳат ҷуста эҳтиёт бошед. Одатан, вақте ки мо ба муноқиша ҷалб мешавем, тамоми ҳиссиёти мо ҷӯш мезанад ва мақсади ба мо ҳалал расондан дорад, ки ба таври объективӣ норасогиҳои худро бинем ва роли худро дар муноқиша баҳо диҳем.

Ин огоҳӣ аз тарафи таҷрибаи шахсии ман амр карда шудааст. Афсӯс, ки ман майли аз одамоне маслиҳат пурсидан дорам, ки ман медонам онҳо бо ман розӣ ҳастанд ва мавқеи маро мустаҳкам менамоянд. Барои ҳамин ба ман лозим мешавад ба худ хотиррасон кунам, ки ман маслиҳатро на барои ғалаба кардан, балки барои ҳалли муноқиша мекобам.

Аввал ба ҳиссиёти худ сарфаҳм рафтан — ин боз як қадами зарур аст, ки бояд гузошт. Нома ба Эфсӯсиён 4:26 ба мо роҳбарӣ медиҳад: „Агар хашмгин шуда бошед, хато накунад ва нагузоред, ки ғазаби шумо то гуруби офтоб боқӣ бимонад“. Ин оят қаҳру ғазабро манъ намекунад. Он моро панд медиҳад, ки ҳамон замон ба сабабҳои он сарфаҳм равем. Агар шумо қаҳру ғазаби худро идора карда натавонед, вай шуморо идора мекунад. Он ҳисси қаҳру ғазаб ва озор, ки ҳалли худро наёфтаанд, ба тасаввуроти шумо таъсир карда, бо гузашти вақт далелҳо ҳарчи бештар таҳриф карда мешаванд ва ҳисси дарду алам мустаҳкамтар мешавад. Агар шумо ҳамон замон ба ҳиссиёти худ сарфаҳм наравед, пас ба шайтон имконияти аълое дар шумо машқ карданро медиҳад.

Покиро нигоҳ доред

Ба наздикӣ хабарҳо дар бораи шумораи зиёди масеҳиёни инҷилий, ки ҳолати намоёнро ишғол мекунанд ва то хиёнат ба зан ё ҷудой

паст фаромадаанд, маро хеле ба изтироб оварданд. Ман ин изтироби худро ба Дотти ва дӯсти наздикам гуфтам. Хангоми гуфтугӯи муайян дар бораи он ки мо барои нигоҳ доштани муносибатҳои солимонаи байниҳамдигарӣ чӣ корҳо кардем, Дотти ба мавзӯи аҷоибест даст зад. Вай қайд кард, ки дар давоми ҳамаи солҳои ҳаёти якҷоямон ман ҳеҷ гоҳ, агар муноқишае дар байни мо бошад, онро ҳал накарда, аз хона набаромадам.

Ҳамин тавр ҳам шуда буд, ки ман то ба пеши мошин рафта, боз тоб хӯрда, баргашта рафтам, то ки узрҳои кунам, ва ҳодисаи дигар, вақте ки боре барфи саҳт борида буд, 3 кварталро гузашта, боз баргашта ба хона омадам. Баъд Дотти арзе кард, ки ба фикрам, хеле маъноӣ бузурге дорад. Ӯ гуфт: „Ту метавонӣ 3 моҳ дар хона набошӣ ва агар дар муносибатҳои мо ҳамааш дуруст бошад, ман ба ин тоқат қарда метавонам. Вале агар ту дар муносибатҳои мо ягон чизро ҳал накарда, мерафти, ман аз ӯҳдаи ин кор баромада наметавонистам. Қаҳру ғазаб ва озор мустаҳкам мешуданду чун сангчаи даруни туфлӣ ҳис қарда мешуданд“.

Ба фикри ман, муноқишаро ҳал накарда, пагоҳӣ ба кор рафтан хуб нест. Ману завҷаам ин қонидаро саҳт риоя мекунем. Айнан ҳамин тавр мо ҳаракат мекунем, ки агар ягон масъала ҳал нашуда монад, хоб накунем.

Ба наздики ман дар бораи занам чизеро дарқ қардам, ки то ин дам наметавонистам. Мӯйҳои ман кам-кам рехтан гирифтанд, барои ҳамин ман аз моеъ барои мӯй истифода мебардам. Як пагоҳӣ, вақте мо ҳар ду дар назди дастурӯшӯяк меистодем, ман атрошакро гирифта аз он моеъро истифода қардан гирифтам. Дотти ба ман гуфт: „Азизам, инро нақун“. Маълум шуд, ки дар давоми 14 соли хонадорӣ мо ягон маротиба моеъ барои мӯйро муҳокима накардаем ва ман наметавонистам, ки ӯ на танҳо онро бад мебинад, балки ба ҳеҷ кас дар хона иҷозат наметавонам, ки онро истифода барад.

Барои ҳамин, ба фикри он ки қарфтори хеле пурилтифот мекунам, ман аз назди дастурӯшӯяк яктарафа рафта, аз атрошак истифода қардан гирифтам. Ӯ тақрор кард: „Ман охир ба ту гуфта истодам, ки ба ман намефорад“. Ман бо қаҳру ғазаб омада, яктарафа истодаму атрошакро партофтам, ки он шишаи атри қиматбаҳои ӯро шикаст ва худам чун тир аз хона баромадам.

То даме ки ба ресторан мерафтам, то ки наҳорӣ кунам, ман дарқ қардам, ки чӣ хел бефаҳм будам ва ман аз Худованд бахшиш пурсидам. Ба ресторан расида, ба тарафи телефон рафтам ва ба хона занг задам. Хангоме ки дар хона телефон занг задааст, Дотти ба писарамон

гуфтааст: „Шон, гӯшакро бардор. Ин падарат аст“. Мо ин ходисаи ногуворро муҳокима кардем ва рафтори якдигарамонро бахшидем.

Ба фикрам, шумо аллакай фаҳмидед, ки ҳарчанд шумо бояд ҳиссиётҳои худ фавран пеш аз ҳалли муноқиша дида бароед, мачбур мешавед, ки гоҳо ба онҳо роҳ диҳед. Барои он ки ҳисси қаҳру ғазаб ва озор паст шавад, вақти муайяне талаб карда мешавад, то шумо ба ҳиссиёти худ роҳ надода муноқишаро ҳал кунед.

Боре ман аз шубони (пастор) калисои Колорадо мактубе гирифтам, ки вай дар он бо ифодаҳои қатъӣ талаб мекард, ки ман бояд омада дар бораи баромадам сӯҳбат кунам. Вай бо дяконҳо ва сардорони калисо маслиҳат кард ва онҳо ба ҳулосае омаданд, ки ман пули аз ҳад зиёд талаб мекунам. Барои ҳамин онҳо аз ман хоҳиш карданд, ки дар калисои онҳо баромад накунам. Қариб се ҳафта гузашт пеш аз он ки ман ба онҳо ҷавоб гардондам. Ин мӯҳлат ба ман барои кам шудани озорам ва кам ғам хӯрдан, инчунин барои ба ходимони калисо имконияти оромшавӣ додан даркор шуд. Мактуби ман дар 40-саҳифа навишта шуда буд ва ман 8-нусха бо почтаи таъҷили барои дяконҳо фиристодам.

Дере нагузашта баъди ин ман ба назди шубон рафтам ва аввалин сухани ӯ ин буд: „Оё шумо ягон вақт маро бахшида метавонед?“ Баъд ӯ нақл кард, ки мактуби ман тамоми идораи миссияро хеле ба ҳаяҷон овардааст, барои он ки онҳо фаҳмиданд, ки бо одамон дар давоми солҳои зиёд чӣ хел муносибати бад карданд. Агар ман фавран дар гармогармии эҳсосотам, ба онҳо ҷавоб мегардондам, мо хурсандии беҳбудшавии кор ва ҷалол додани Исои Масеҳро аз даст меодем.

Масалро ба хотир оред: „Чӣ хуш аст сухани бамавқеъ!“ (Масалҳо 15:23). Ман ба ояти 28-и ҳамин масал розӣ ҳастам: „Дили одилон барои ҷавоб додан фикру ҳаёл мекунад, вале даҳони шарирон бадихоро ифода менамояд“ (Масалҳо 15:28). Духтури ман мегӯяд, ки сабаби захм надоштани ман дар он аст, ки ман бисёр меҳандам ва бо одамон он чиро ки фикр мекунам, мегӯям. Ман ҳам ин ва ҳам онро мекунам, вале ба одамон фикри худро гуфта, ҳамеша ҳаракат мекунам, ки ором будан, сабабҳои дурусти рафтор ва вақти қулай чудо карда гирам.

Ҷиҳатҳои манфии худро санҷед

Дар шаронти мочароовар афтода, ҳамеша ҷиҳатҳои хубро қайд кардан шарт ва зарур аст. Дикқати худро ба ҷиҳатҳои позитивии низоъҳо равона кунед. Нома ба Филиппиён 4:8 таълим медиҳад: „Хуллас,

эй бародарон, ҳар он чӣ рост аст, ва ҳалол аст, ва боинсоф аст, ва пок аст, ва хушоянд, ва шоёни таҳсин аст, ва ҳар эҳсон ва ҳамде ки бошад — дар бораи онҳо фикр кунед“.

Саволҳои зеринро бо диққат фикр кунед:

1. Вақти бештари шумо ба чӣ меравад: дар танқиди одамон ё омӯзиши ҷиҳатҳои хуби онҳо?
2. Оё шумо дигаронро дар набуданашон мазаммат мекунад?
3. Оё шумо дигаронро барои ҷавоб додан ба меъёрҳои, ки худатон ба он ҷавоб дода наметавонед, муқоиса мекунад?
4. Оё шумо дигаронро барои ҷавоб додан ба меъёрҳои маҷбур мекунад, барои он ки қабули онҳо ба шумо осон гардад?

Ҷавобҳои шумо ба ин саволҳо барои ҳалли низоҳи бисёр ҷиҳатҳои ифода мекунад. Дар ҳаёти ман одамони ҳастанд, ки маро чуноне ки ҳастам, ҳамон ҳел қабул мекунам. Гарчанде ки онҳо маро водор мекунам, ки хуб шавам ва ман медонам, ки онҳо маро на каму на зиёд, ҳамон ҳел дӯст медоранд, агар ман зинҳор хуб наштавам. Онҳо ба ҷиҳатҳои мусбати ман ҷӯр карда шудаанд, на ба ҷиҳатҳои манфӣ. Мумкин ба шумо каме бисёртар ҷидду ҷаҳд даркор аст, ки ҷиҳатҳои мусбатро нишон диҳед, махсусан дар ҳолати низоҳи.

Боварӣ ҳосил кунед, ки Рӯҳи Муқаддас ҳаёти шуморо роҳбарӣ мекунад — ин маслиҳати охирин ва аз ҳама муҳими ман аст. Агар шумо бо Рӯҳулқудс пур набошед, ба шумо дар амал истифода бурдани ин принципҳои душвор мешавад, агар номумкин нагардад. Ў сарчашмаест, ки ба шумо қувва мебахшад, то ки мунтазам ҷиҳати фаҳмидаатонро истифода баред ва шуморо ба сӯи кушоишҳои нава мебарад, ки шумо дар оянда хоҳед донист.

Саволҳои барои мулоҳиза:

- Барои чӣ ҳалли низоҳи аз бас кардани муносибатҳои хубтар аст?
- Ақсуламалҳои манфӣ дар низоҳи чӣ гунаанд?
- Кадом намуди рафторро тараққӣ диҳем, то тавонем ба ҳалли низоҳи ёри расонем?
- Барои ҳалли низоҳи шумо кадом амалҳои истифода бурда метавонед?

Ба қарибӣ дар қазираҳои Гавай ман бо як марди босалобат ва зани ӯ шинос шудам. Мо сӯхбат кардем ва дар бораи кораи пурсидам. Вай гуфт, ки ӯ маслиҳатчи корпоратсияҳо дар соҳаи инкишофи ҳаёти коркунони муассиса ва ҳалли масъалаҳои проблемавӣ шуда кор мекунад. Вақте ман пурсидам, ки аз ҳама бисёртар бо кадом масъалаҳо вохӯрад, вай зуд гуфт: „Низо“.

Он гоҳ ман саволи дигар додам: „Қадам усули ҳалли низоҳо барои шумо рақами 1 ҳисоб мешавад?“ Мижааш ҳам нахӯрда ҷавоб дод: „Бахшиш“. Мушкилии аз ҳама бузург ки ӯ вохӯрад, дар он аст, ки ӯ ҳаракат мекунад, то одамон аз ҳиссиёти қаҳру қазаб баргарданд ва онҳо бахшидан ва бахшида шуданро омӯзанд. Ин одам, ки масеҳӣ набуд, қувваи оштипазири бахшишро нағз мефаҳмид.

Вақте ки Билли Грэм бо супориш дар Голлулу буд, бист рӯҳшиносонро раван карданд, ки ваъзи ӯро гӯш кунанд ва барои газета ҳисобот нависанд. Ҳамаи онҳо дар ҳисоботҳои худ ба як чиз розӣ шуданд, ки вақте Грэм одамонро барои тавба даъват мекард, то ки бахшоиши Худоро соҳиб шаванд, ҳамаи даъватҳои ӯ аз ҷиҳати психологӣ асоснок буданд.

Ба мо бахшоиш лозим аст. Директори клиникаи касалиҳои рӯҳӣ дар шаҳри Ноксвилл, штати Теннесси меғӯяд, ки 50-фоизи беморон метавонистанд ба хонаҳояшон раванд, агар медонистанд ва бовар мекарданд, ки онҳо бахшида шудаанд.

Мо дар ҷаҳоне зиндагӣ мекунем, ки аз ранҷу озор, норозигӣ, қаҳру қазаб ва дилҳои шикаста аз ҳад зиёд пур аст. Агар мо ба онҳо аҳамият надихем ва онҳоро ҳал накунем, ин мушкилот ба яғонагии Бадани Масеҳ таъсир мерасонанд, муносибатҳои барҳам медиҳанд, таъсири Рӯҳи Муқаддасро дар ҳаёти одамони алоҳида сусти менамояд ва ҳама аз оила то ҳаракатҳои донишгоҳӣ ҷудой меандозанд. Ба мо бахшоиш даркор аст!

Равғани молидани барои муносибатҳои байниҳамдигарӣ

Бахшоиш — ин барои муносибатҳои тарафайн равғани молидани аст. Вай соишро кам ва одамонро бо ҳам наздик мекунад. Агар шумо одами

дигарро ба бахшиш қодир надонед, шумо ҳеҷ гоҳ бо ӯ дар муносибатҳо кушоду равшан ва наздик буда наметавонед.

Одаме ки бахшида наметавонад, қудрати сохтани муносибатҳои чуқур ва наздик надорад. Мухим нест, ки шумо боақл ва таҷрибадор ҳастед, агар шумо бахшида натавонед, ба шумо муяссар намегардад, ки муносибатҳои наздик барқарор кунед — онҳо бо низоҳои фаромӯшнашаванда пора-пора мешаванд аз он сабаб, ки онҳо ҳал нашуда мондаанд.

Ғайр аз ин, агар шумо бахшида натавонед, бешак шуморо танҳои интизор аст, барои он ки дар ҳузури шумо одамон аз кушоду равшан будан ҳазар менамоянд. Шумо дар атрофи худ девор мебардоред. Дӯстӣ бе бахшоиш дер давом намекунад. Барои он ки дӯстӣ камол ёбад ва мустаҳкам шавад, бояд боварие ба он бошад, ки шумо наметавонед боз ва боз хато кунед ва чун пештара дӯстдошта ба бахшидашуда бошед.

Дар никоҳ шарике, ки бахшида наметавонад, имконияти наздикии потенциалиро, ки дар ин муносибатҳо, махсусан дар муошират ба вучуд меояд, вайрон мекунад. Шарикӣ дуҷамла ҳамаш дар тарси он аст, ки ӯро меранҷонад ва ҳамин тариқ ӯ ба муоширати ҳақиқӣ ҳаракат намекунад, аз тарси он ки ҳарифи набахшандааш аз беҳимоятии ӯ истифода мебарад. Дар натиҷа қаҳру ғазаб ва норозигӣ дар чунин муносибатҳо голиб мебарояд.

Аз тарафи дигар, бахшоише ки мунтазам дар муносибатҳои зановуӣ ба амал меояд, ба наздикии қарин оварда мерасонад, барои он ки муоширати ошкоро пайдо мекунонад. Агар касе шуморо бо вучуди камбудихоятон дӯст медорад ва шуморо қабул мекунад, ҳатто баъди он ки ӯро ранҷондед, пас ба ин одам бо муҳаббати ҳаққонӣ ҷавоб надода наметавонед.

Бахшиш — шишаи калонкунанда

Нуктаи назари шумо ба бахшиш ва амалҳои минбаъда дар бисёр ҳолатҳо онро муайян мекунад, ки шумо муноқишаро чӣ тавр ҳал мекунед. Аз худ пурсед:

1. Оё ман дар ҳар ҳолати бахшиш талаб мекардагӣ имконияти мустаҳкам кардани муносибатҳоямонро ва мукамал кардани хислати худро мебинам?
2. Оё ман ба эҳтиёҷоти он кас, ки маро озор додааст, шавқ дорам, ё ман кӯшиши фаҳмидани ӯро дорам ё не?
3. Оё ман мефаҳмам, ки Худованд бо озордиҳандаи ман, агар ҷазо даркор шавад, одилона рафтор мекунад, ва қасос ва подош ҷавобгарии ман нест?

4. Оё ман Худоро барои ҳамаи он чи бар ман рӯй медиҳад, шукрона мекунам ва бо ҳамин оё ман муҳаббат ва дилсӯзии Ӯро иҷозат медиҳам, ки дар ман инкишоф ёбад?

Муносибати байниҳамдигарӣ ва никоҳҳо аз барои яккаю ягона муҳлифат кам барҳам меҳӯранд. Ҳар як таркиш — одатан яке аз охири муноқишаҳои ҳалнашуда, бахшиданашуда мебошад.

Д-р Тим Лахэйи менависад:

„Қадоме аз мо таъби хира, ҳашмгинӣ, рӯҳи инкоркунӣ ва нуқтаи назари танқидӣ надорад? Умуман дар никоҳи масеҳӣён ин тавр чизҳо набояд бошад, вале онҳо ҳастанд. Чуфти зану шавҳаре нест, ки дар ҳаёти ҳаррӯзаи ҳонадорӣ «даъво»-ҳои бисёре надошта бошад. Бо вучуди ин мо мебинем, ки чуфтҳои бисёре дар муносибатҳои худ аз муҳаббат, мувофиқат ва осоштагӣ лаззат мебаранд. Сирри онҳо ҳамеша бахшиш аст“.

Ба чашмони ҳақиқат менигарем — Китоби Муқаддас дар бораи бахшиш хеле равшан мегӯяд. Ба мо бахшиданро фармудаанд. Дар Инҷили Марқӯс 11:25 Исои Масеҳ ба мо мегӯяд, ки вақте мо дуо мекунем, мо бояд ҳама чизро ба муқобили касе ки набошад, бубахшем. Баъди „Падари мо“ дар Инҷили Матто 6:14,15 Ӯ гуфтааст: „Зеро, агар шумо ба мардум хатохошонро бубахшед, Падари шумо, ки дар Осмон аст, ба шумо низ хоҳад бахшид; ва агар шумо ба мардум набахшед, Падари шумо низ хатоҳои шуморо ба шумо нахоҳад бахшид“.

Дар нигоҳи аввал метавонад чунин намояд, ки бахшиши мо дар асоси бахшидани дигарон аст, на дар ғамхории Худо, ки дар Исои Масеҳ зоҳир шудааст. Вале ин ба таълимоти боқимондаи Масеҳ муҳлифат мекард. Аммо ба фикри ман Исои Масеҳ мегӯяд, ки агар мо бахшиши одамеро, ки моро ранҷондааст, рад кунем, Худованд хоҳад донист, ки ҳар як иқроршавӣ ба гуноҳхоямон дар назди Ӯ самимӣ нест ва мо дар ҳақиқат бахшишро, ки Ӯ ба мо ройгон пешниҳод кард, нагирифтаем.

Ричард Стросс менависад: „Одаме, ки пасти гуноҳи худро вичдонан иқрор шудааст ва бахшиши Худовандро аз сар гузаронидааст, ба дигарон ба бахшиш ҷавоб надода наметавонад“. Ва чуноне ки муҳаббати Худованд ва меҳрубонии Ӯ моро ба тавбақунӣ оварданд, оё муҳаббат ё некии мо ба дигарон, ки бо бахшиш ифода ёфтааст, ёрӣ намедихад, ки онҳо низ ба тавбақунӣ биёянд?

Меъёри бахшиши мо бахшиши Масеҳ — қатъӣ ва ғавран аст. Бо вучуди ин бисёрии мо дар бораи бахшидани чунин одамоне ки Ӯ бахшидааст, орзу ҳам карда наметавонанд. Дар боби 7-уми Инҷили

Луко мо дар бораи зани гуноҳкорро бахшидани Исои Масеҳ меҳонем; дар боби 8-уми Инҷили Юҳанно Ё занеро бахшид, ки зинокорӣ мекард. Ё ҳатто одамонеро ки Ёро маслӯб карданд, бахшид! Дар он ҳолатҳое ки мо зуд аз дигарон рӯ магардонем, ё онҳоро ба шармандагӣ мебарорем, амали Исои Масеҳ — бахшиш аст.

Бахшиш чист?

Бахшишро чӣ тавр муайян кардан мумкин аст? Ман якчанд роҳи муайянкуниро медонам ва боварӣ дорам, ки ақаллан яктои он ба шумо махсусан мувофиқат мекунад.

1. Пок кардан, барҳам додани қарзҳо; аз ранчишҳо даст кашидан, тоза кардани сабтҳо, бахшидани қарзҳо, чазоро барҳам додан, баҳои оштиро ба худ гирифтани; рад кардани ҳамаи даъвоҳо ба одаме ки шуморо озурдааст ва аз ҳамаи оқибатҳои эҳсосоти чунин озор. Ин на танҳо он аст, ки гӯӣ: „Ман тӯро мебахшам“, балки аз оқибатҳои эҳсосоти ранчиш даст кашидан аст. Ин чунон маъно дорад, ки ҳама гуна ҳисси озор гум мешавад, новобаста ба он ки нигоҳ доштани озор ба мо маъқул аст.

Бахшидан — амалест, ки ба мо роҳ наметаҳад, то нигоҳ карда истем, ки кай шахси дигар тавба мекунад. Чӣ тавре ки Исои Масеҳ вақте ки мо ханӯз гунаҳкор будем, аз барои мо ҷон дод, бахшидан онро мефаҳмонад, ки қадами нахустинро барои солимгардонии муносибатҳо мо мегузорем.

2. Рад кардан ё додан. Агар касе ҳуқуқҳои шуморо вайрон кунад, бахшидан маънои онро дорад, ки шумо аз имтиёзи аксуламали саҳт ва баробар кардани ҳисобҳо даст мекашед, новобаста ба он ки хоҳиши қасосгирии шумо то чӣ дараҷа ҳақ аст. Бахшидан маънои дилсӯзиро дорад, одилро талаб накардан, балки ба ҳар он чи ҷамъияти мо меомӯзад, муқобил эътино кардано мефаҳмонад.

Вале, агар Худо ҳар гоҳе ки мо гуноҳ мекунем, ба баробар кардани ҳисобҳо ирор мекард-чӣ? Ҳамаи мо кайҳо вучуд наметоштем. Дар дуоҳоям ба Худо ман ҳеҷ гоҳ аз Ё дар муносибатҳои байниҳамдигариямон адолатро напурсидам. Ман ҳамеша бахшиш мепурсам. Ва фақат якчанд сол пеш ба сари ман дарки хоксоронаи масъалаи худ омад, ки ман аз Худо дилсӯзӣ мепурсидам, аммо дар муносибатҳои худ бо дигарон адолатро талаб мекардам.

Ҷаҳон ба мо бадбиниро меомӯзад, вале Худо ба мо дӯст доштанро мефармояд. Ҷаҳон мегӯяд, ки мо бояд қасос гирем, вале Худо мегӯяд, ки мо бояд бубахшем. Барои чӣ? Барои он ки асоси бахшиши мо он

аст, ки Исои Масеҳ дар болои салиб чон дод. Дар Нома ба Қўлассиён Павлус навиштааст: „Ки дар Ў мо фидияе ба воситаи Хуни Ў ва омурзиши гуноҳро пайдо кардем“ (1:14). Дар бораи ин муфасссалтар дар Нома ба Ибриён 10:10–12 гуфта шудааст: „Ба ҳасби ҳамин ирода мо ба василаи қурбонии якбораи ҷисми Исои Масеҳ такдис ёфтаем. Ва ҳар коҳин ҳар рӯз дар ибодат меистад ва айнаи ҳамон қурбонихоро борҳо такдим менамояд, ки онҳо ҳаргиз наметавонанд гуноҳхоро нест кунанд. Аммо Ў як қурбониро бо сурати абадӣ барои гуноҳҳо такдим намуда, ба ямини Худо бинишаст“. Ў танҳо як қурбонӣ кард, то ҳамаи моро то абад бубахшад.

Асоси бахшиши мо дар Номаи якуми Петрус 1:18,19 баён карда шудааст: „Чун медонед, ки шумо на бо фидияи нукра ё тилло харида шудаед..., балки бо хуни гаронбаҳои Масеҳ, ҳамчун барраи беайб ва пок“. Худи асоси бахшоиши Худованд барои мо на дар он аст, ки мо чӣ кардаем, балки дар он аст, ки Исои Масеҳ Кӣ аст ва Ў дар салиб чӣ кор кард. Ин намунаи бахшиши мо барои дигарон аст.

Оё ман ҳам?

Дар ҳақиқат лаҳзаи инқилобии бахшиши Худованд ва он ки бахшишҳои мо чӣ гуна бошанд, ин бузургии бахшиши Ўст. Чӣ хеле ки дар Забур 102:12 гуфта шудааст, Ў хатоҳои моро дур кард, „ба андозае, ки шарқ аз ғарб дур аст“. Масофаи байни шимол ва ҷанубро чен кардан мумкин аст, аммо байни шарқу ғарб — имконнопазир аст. Ин ҷумла аниқ дар бораи ҷовидонӣ мегӯяд. Бахшиши Худованд ба тамоми абадиёт паҳн мешавад.

Ҳалли низоъҳо дар сатҳи муносибатҳои байнишахсиятӣ аз ҳалли низоъҳо дар муносибатҳои байниҳамдигарии шумо бо Худо ва соҳибшудан ба бахшиши ӯ сар мешавад. Аммо дар давоми солҳои зиёд ман намефаҳмидам, ки ин худро бахшидани маро низ дар бар мегирад. Ман мефаҳмидам, ки Худо дар асоси он чи Исои Масеҳ кард, маро мебахшад, вале ман бошам бояд ин корро бас мекардам ва он корро сар мекардам, то ки ҳуқуқи бахшидани худро сазовор шавам. Муддати дарозе ба фикрам наомад, ки худро худ бахшидан ба он вобаста нест, ки ман бояд коре кунам, балки ба он ки Масеҳ аллакай дар салиб кардааст. Масеҳиён бояд худро бубахшанд ва ҳар гоҳ ки масеҳӣ худро намебахшад, ӯ обрӯи Худоро мерезонад.

Муддати дуру дарозе ман аз рӯи нақшаи қабулкардаи бисёр масеҳиён зиндагӣ мекардам. Ман дар назди Худо ба гуноҳҳоям иқрор мешудам, бахшиши Ўро қабул мекардам ва баъд худро гунаҳкор мекардам. Инро

карда, ман гӯё онро дар назар доштам, ки марги Исои Масеҳ дар болои салиб барои харидани ҳамаи гуноҳҳои ман кофӣ набуд.

Медонед, масъалаи асосӣ дар ҳаёти мо на он аст, ки мо чанд маротиба пешпо меҳӯрем, балки он аст, ки хангоми гуноҳ кардан чӣ тавр рафтор мекунем. Масалан, боре гурӯҳи на он қадар калон шуда дар тарабхонаи шаҳри хурде, ки ман дар он ҷо зиндагӣ мекунам, сӯхбат мекардем, ва ман ҷумлаеро гуфтам, ки бояд намегуфтам, зеро ин ҷумла як бародари дар он ҷо ҳузурдоштаро ранҷонд. Дар он лаҳза ман ҳақиқатан ҳам намефаҳмидам, ки ин қайди кардаи ман дар ҳақиқат чӣ маъное дошт, вале ин маро ҳақ намебарорад.

Дар нимароҳи хона

Ман инро нафаҳмида, баъди хӯроки нисфирӯзӣ бо ҳама хайрхуш намуда ба хона раҳсипор шудам. Ва ногоҳ, баҷ! Дар тамоми ҳаётам Рӯҳи Муқаддас ҳеҷ гоҳ маро чунин хабардор накарда буд. Боварӣ доштан ба хатогии худ, ки ман дар вақти хӯрокхӯрӣ чӣ гуфтам, маро пур кард. Ман зуд инро ба Худо иқрор шудам, аммо ба хона рафта натавонистам. Ман медонистам, ки ман бояд баргашта, дар назди бародарам ба гуноҳи худ иқрор шавам.

Ба ман баргаштам. Ман ўро ёфта гуфтам: „Ҳар он чизе, ки ман гуфтам, нодуруст буд. Ман медонистам, ки туро ранҷондам, ин гуноҳ буд. Ман дар ин бора ба Худо иқрор кардам ва ман баргашта назди ту омадам, то ки ба ту из иқрор шавам ва бахшиш пурсам, оё ту маро бахшида метавонӣ?“

Ҳайратовар он аст, ки ў гуфт: „Не!“

Ман фикр кардам, ки ўро нодуруст фаҳмидам ва боз бахшиш пурсидам. Вай гуфт: „Ту ҳеҷ гоҳ набояд инро мегуфти!“

Албатта, агар ман инро намефаҳмидам, ба тарабхона барнамегаштам! Барои ҳамин ман хостам ба ў боз як бори дигар фаҳмонам, ва ў гуфт: „Чунин одаме ба монанди ту, набояд инро мегуфт, ҳеҷ гоҳ“. (Ба ман ҳамеша чунин таъна мезананд „Чунин одаме ба монанди ту...“, ҳол он ки ман ҳам чун дигар одамон ҳастам.)

Ман боварӣ доштам, ки одамоне низ буданд, ки маро намебахшиданд, аммо рӯирист ба ман намегуфтанд. Одатан онҳо мегуфтанд: „О, ман туро мебахшам“, гарчанде ки онҳо то ҳол маро бад мебинанд. Аммо ин якум одаме буд, ки рост ба чашмони ман нигоҳ карда гуфт: „Ман туро намебахшам“.

Ба ин чӣ хел эътино кунам? Ман намедонистам, ки чӣ гӯям, ман ҳатто ба ин шарҳи теологӣ дода натавонистам. Ман худамро хеле

бад хис карда, ба мошин нишаста, ба хона рафтам. Ман худ ба худ суханони ўро такрор мекардам „Ту, аъзои идораи «Кэмпус Крусэйд фор Крайст», чӣ хел забонат гашт, ки чунин суханонро гӯӣ? Ту худатро кӣ ҳисоб мекунӣ? Худо туро чӣ хел истифода бурда метавонад?“ Ман қариб як суруде (гимн) бо номи „Вой бар ҳоли ман“ эҷод кардам, ки мо ҳама метавонистем дар калисо хонем. Вақте ки ман ба хона мерафтам, такрор ба такрор ба худ мегуфтам: „Худо туро истифода бурда наметавонад!“

Ва ногаҳон ман фаҳмидам, ки чӣ шуда истодааст. Ман ба худ гуфтам: „Канӣ, бас кун! (ман доимо бо худ гап мезанам). Ту интиҳоб карда метавонӣ. Ту метавонӣ аз Масеҳ ва Салиб рӯй гардонӣ ва ғами худро хӯрӣ ё вичдонан иқрор шавӣ, ки хато кардаӣ, ба Худо ва он одаме ки ўро ранҷондаӣ, иқрор шав (ман ҳамин корро кардам) ва зиндагии худро давом дода, омӯз, ки дигар ин хаторо такрор накунӣ“.

Мехостам гӯям, ки қарори ман бояд ҳуди ҳамон вақт ва дар ҳамон ҷо таъсир мекард, аммо ин тавр нашуд. Ман якчанд вақт ба ҳоли худ афсӯс мехӯрдм.

Дидед, ман чӣ кор кардам? Ман бахшиши он бародарро шартӣ зарурӣ барои бахшиши худ ҳисобидам. Ман боз ба касе роҳ додам, ки ба ҳаёти ман ва муносибатҳоям бо Падари Осмонӣ раҳнамоӣ кунад.

Такрибан ним соат аз ин ҳиссиёти бахшида нашудан азоб кашидам ва дар охир гуфтам: „Ҷош. Ин беақлист! Ин ба ту хуб маълум аст!“ Дар ҳамин ҷо ман фаҳмидам: асос барои бахшидани худам — марги Исои Масеҳ дар рӯи салиб аст. Ман барои худ шуда бори дигар дар бораи ҳамааш ба Худо софдилона иқрор шудам ва гуфтам: „Ҳа, Ҷош, ман туро мебахшам“.

Баъд аз ин, ман „Суруди шукрона“-ро хондам ва боз аз рӯи имон зиндагиамро сар кардам Хушбахтии ботинии ман оромии ўро вайрон кард. Чунин ҳолат қариб як сол давом кард. Дар ин муддат чун пештара якчанд бор ман корҳои аз дастам меомадагиро кардам, то ки меҳру мухаббати худро ба ин бародар нишон диҳам. Боре ман муносибатҳоро дар тарозуи ақл баркашида ба Дотти гуфтам: „Медонӣ, муносибатҳои мо ислоҳ шуданд. Дар ҳақиқат муносибатҳо чунон хубанд, ки ягон вақт ин хел набуд“. Ҳамин хел ҳам буд. Якчанд рӯз пеш, вақте ки ман аз шаҳр баромада ба сӯи фурудгоҳ мерафтам, ин бародар аз магазин давида баромада, маро нигоҳ дошт. Мо дар байни роҳ меистодем ва... қариб моро мошин зер карда буд.

Барои он ки ба ман лозим меояд бисёр парвоз кунам, ман одате дорам, ки якчанд дақиқа пеш аз парвозро истифода мебарам. Дар бораи воқеаҳои имрӯза ва он чизе, ки Худо офаридааст, фикр мекунам.

Аммо ин дафъа маро араки хунук зер кард, вақте фикр кардам, ки агар ман қарор намедодам, ки худамро бахшам ва бо имон зиндагӣ кунам, ин муносибатҳо метавонистанд ҳеҷ гоҳ барқарор нашаванд.

Дар бораи ин мулоҳиза кунед. Имрӯзҳо бисёр муносибатҳо барқарор намегарданд, барои он ки имондорон намехоҳанд худро бахшанд. Агар шумо худатонро бахшида натавонед, шумо бо низои тӯлонӣ дар муносибатҳои байниҳамдигариятон сару кор мегиред. Марги Исои Масеҳ дар салиб бахшиши мо худамонро ифода мекунад. Мо бояд диққати асосиро пурра ба рафторҳои Ӯ равона созем, на ба рафторҳои худ.

Бахшиш ба дигар одамон ҳам паҳн мешавад. Хел Линдси дар китоби „Озодшавии кураи замин“ менависад: „Агар Худо ҳамаи гуноҳҳои моро бахшида бошад, муносибати мо нисбати гуноҳ дар худамон ва дар дигарон бояд чӣ хел бошад? Барои ман бахшида натавонистани худ ва каси дигаре ки маро озурдааст, онро дар назар дорад, ки талаботҳои ман барои бахшоиш нисбат ба талаботҳои Худованд баландтар меистад, зеро он чизе ки маро озурдааст ва ман бахшида наметавонам, Худо аллакай бахшидааст“. Дар Нома ба Ибриён 10:14 Ӯ моро меомӯзад: „Зеро ки ӯ ба василаи як қурбонӣ такдисшавандагонро то абад комил гардондааст“. Ба ин ҳоҷати илова нест.

Асоси ҳар як бахшоиш, бахшоиши мо ва ё каси дигар, марги Исои Масеҳ дар рӯи салиб аст. Одаме ки дигаронро бахшидан намехоҳад, дар ҳақиқат аз бахшиши Худованд маҳрум мешавад.

Оё шумо ягон вақт дар бораи маълумоти инқилобӣ дар дуои „Падари мо“ андеша кардаед? Дар тарҷумаи озод Исо дуо гуфтаниро ба мо чунин меомӯзад: „Худоё, маро бубахш, чӣ хеле ки ман дигаронро мебахшам“. Ман „Падари мо“-ро тақрор мекардам, дуоё ки барои мо чун намуна аст, ва дар давоми 20 сол намефаҳмидам, ки аз Худо мепурсидам, то моро ба он дараҷае бахшад, ки мо дигаронро мебахшем.

Кӯпрукхоро насӯзонед

Мехостам, ки шумо ин ҷумлаҳоро дар лавҳи хотираи худ кандакорӣ кунед: „Ҳангоме ки ман бахшишро инкор мекунам, ман кӯпрукро месӯзонам, ки ягон вақт ба ман лозим меояд аз он гузарам“. Шумо касе ки набошед, бахшоиш аз тарафи дигарон ба шумо зудтар аз он ки шумо метавонед ба худ тасаввур кунед, зарур мешавад.

Шумо бояд киро бубахшед? Шумо бояд ҳар касеро, ки шуморо ба ғазаб овард ё шуморо озор дод, разилона ба шумо рафтор кард ё шуморо таҳқир кард, бубахшед. Шумо бояд аз зан (шавҳар)-и худ сар

кунед. Дар Китоби пайгамбар Ҳушаъ мо меҳонем, вақте ки зани ӯ зинокор шуд, ӯ занро дар ауксион харида ба хона овард ва ӯро бахшид. Мо на танҳо шарикони ҳозира, балки шарикони пештараамонро ҳам бояд бахшем. Чӣ қадар одамони аз ҳамдигар ҷудошуда аз муносибатҳои вайроншуда ба қаҳру ғазаб омадаанд ва намереханд якдигарро бубахшанд. На танҳо онҳо, балки фарзандони онҳо низ аз азоби эҳсосоти азоб мекашанд.

Шумо бояд инчунин фарзандони худро бахшед, вақте ки онҳо шуморо меозоранд ва бигузored, ки ин ҳодисаи ногувор аз хотираи шумо гум шавад. Одамони зиёде волидонии худро аз барои талошҳои ҷинсӣ, талок, дурушти ё майнӯшӣ бад мебинанд. Шумо аз ин падару модарон бесабаб таваллуд нашудаед — Худо онҳоро барои шумо ҷудо кардааст. Чӣ қадар вазъият бад набошад, Худованд дар ҳама ҳолат инро барои беҳбудии шумо истифода мекунад, аммо шумо бояд волидонро бубахшед. Ин на танҳо бо Китоби Муқаддас рост меояд. Ман аз таҷрибаи шахсии худам низ қадри инро медонам.

Шумо бояд дигар аъзоёни оиларо низ бубахшед. Бародари калонии ман Уилмот фарзанди дӯстдоштаи волидон буд, бо вучуди ин аз ферма рафта, ӯ волидонро ба суд дод ва талаб кард, ки 50% ҳамаи ҷизе ки доштанд, ба ӯ диҳанд. Солҳои зиёде ман ӯро шинохтан намерехостам, барои он озори сахте ки ба модарам расонд ва барои он ҳодисаи пастзананда дар байни мардум, ки ӯ аз масъалаҳои ҳалталаби оилаамон барпо карда буд.

Дере нагузашта, баъди он ки ман масеҳӣ шудам, Худо маро дар қаҳру ғазаб нисбат ба Уилмот фош кардан гирифт. Ман ба бародарам мактуб навиштам — намунаи аълои он ки чӣ тавр бахшиши касеро рад мекунад. Мактуб дар 5 саҳифа навишта шуда буд. Дар 4,9 саҳифаи мактуб фақат ҳамаи он қорхое, ки ӯ карда буд, номбар карда шуда буд. Ман ҳатто мазаммати „оличаноб“ кардам „Ту модарамро куштӣ“, барои он ки ман медонистам, ки ин ҳамин тавр буд: дар байни дуруштиҳои мастонаи падарам ва даъвои судии Уилмот монда, модари ман зиндагӣ қаранро нахост.

Дар охири саҳ. 4 ман навиштам: „Ман Исои Масеҳро шинохтам ва меҳоям ту донӣ, ки ман туро мебахшам“. Ман онро имзо кардам ва чунин илова ба хошия навиштам: „Ман дигар ҳеҷ гоҳ туро дидан намерехоям“.

Ҳамин тавр, ман фикр мекардам, ки ягон касро бахшида, одам бояд худро озод ҳис кунад, вале ман худро нафратангез ҳис мекардам. Дар охир ман бояд иқро мешудам, ки ҳамаро вайрон кардам ва маълум шуд, ки ман барои он ки чӣ тавр бародарамро бахшидам (на ҳама

ин корро мекарданд), бояд бахшишро мечустам. Барои он ки бисёр нанависам, ман откритка харидам. Ман суханони оддӣ навиштам: „Уилмот, ман туро мебахшам ва туро дӯст медорам. Чош“. Дар боби 7-и Аъмоли Ҳаввориён мо мехонем, ки вақте Истефанусро сангсор мекарданд, ӯ хитоб карда гуфт: „Худовандо, ин гуноҳро ба ҳисоби онҳо дохил накун“ (ояти 60). Мо бояд бахшидани он касонеро омӯзем, ки ба муқобили мо ҷинойтҳо мекунанд.

Бахшиши мушкил

Голди Бристол таҷовуз ва ваҳшиёна кушта шудани духтари 21-солаашро аз баркии кӯтоҳе ки аз муфаттиш гирифт, фаҳмид. Дар он чунин навишта шуда буд: „Ҷасади духтари шумо Диана дар дасти мост. Онро чӣ кор кунем?“ Баъди ба ҳок гузоштан Худо оиларо барои ба кушанда дуо кардан ҷидоят намуд. Кушандаро дастгир карданд. Ва Голди иҷозати ба маҳкамаи федеративӣ даромаданро гирифт. Дар он ҷо ӯ рост ба ҷашмони он мард нигоҳ карда гуфт: „Ман шуморо мебахшам“.

Мо бояд одамонро бахшем, ки ба касони наздиктарини мо озорҳо расонида бошанд. Зани ҷавон, ки ҳамагӣ шаш моҳ пеш бо яке аз бародарони азири ман хонадор шуда буд, аз тарафи ронандаи масте кушта шуд. Чарли ба назди он мард рафт ва ӯро бахшид, гарчанде ки занаашро кушта бошад ҳам. Аммо ба ман лозим шуд, ки тамоми ҳиссиётаро ҷамъ намуда, дар дилам ин шахсро бахшам.

Баъзеи моро симои одамоне таъкиб мекунанд, ки бе бахшоиши мо мурдаанд. Мо бояд одамонро аз гузашта бахшем. Мо бояд атрофиёни худро, ки моро дунболагирӣ мекунанд, метарсонанд, азоб медиханд, ба мо дармеафтанд ва моро ба ҳашм меоранд, бахшем. Дар аввал мо бояд боварӣ ҳосил кунем, ки масъала дар ҳақиқат дар сари дигар одам аст, на дар ягон коре ки мо мекунем. Ҳамин ки мо мефаҳмем, ки бо мо нодуруст рафтор мекунанд ва муносибатҳоямонро бо шахси гуноҳкор муайян мекунем, мо метавонем худамон бахшиш гирем ва дар дуо аз Худо хоҳиш кунем, ки онҳоро бахшад.

Маданияти мо мегӯяд: „Ту ҳуқуқ дорӣ, талаб кун!“ Аммо Худо моро даъват мекунад, ки мо бояд касонеро, ки ҳуқуқҳои моро поймол мекунанд, новобаста ба он ки онҳо ба неқномӣ, вақт, молиёт, ҳузуру ҳаловат ё чизи дигар дахлдор бошанд, бахшем. Ин ҳамаро дар бар мегирад — аз таҳқир то масҳара ва эътироф накардан — ҳамаро. Формулаи „Ман ҳамаро мебахшам, ғайр аз...“ — ин бахшиши ҳақиқӣ нест. Бахшоиш ба муносибатҳои байниҳамдигарии мо бо Падар Худо, ба мо ва ба дигарон дахл дорад. Ин ҳамаҷониба ва абадист.

Ҳамон замон оштӣ шавед

Мумкин шумо мепурсед: „Ман кай бахшам?“ Павлус дар Нома ба Эфсӯсиён 4:26 моро панд медиҳад: „Ғазаби шумо то ғуруби офтоб“. Китоби Муқаддас моро намеғӯяд, ки дар ғазаб нашав, балки моро дар тахти назорат гирифтани ғазабамонро меомӯзад. Ман фикр мекунам, ки агар шумо бо „табъи хира“ хоб кунед, қахру ғазаби шумо шуморо рохбарӣ мекунад. Асосан бахшоиш бояд зуд дода, пешниҳод ва қабул карда шавад. Давомнокии вақти байни қахру пешниҳодоти бахшиш нишондиҳандаи қувваи боварии шумо ба Худо аст.

Бо одамони дигар муошират карда, бояд онҳоро бахшед, ё аз онҳо бахшиши пурсед, ин барои каси дигар ёрӣ, баракат ва дастгирӣ мешавад. Чавоне бо номи Мэтт ба рафики худ дар бораи баъзе омилҳои шубҳаовари рӯҳонии коҳинашон хабар дод. Вақте ки Мэтт ба хона омад, фаҳмид, ки эзохоти ӯ бечо буданд ва ба рафикаш занг зад. Вай гуфт: „Яке аз корҳои асосии мавриди ғамхории ман ҷудой дар дохили Бадани Масеҳ аст, дар айни замон чизҳое гуфтам, ки ба ҷудой мебаранд. Ман шарм медорам, ки туро маҷбур кардам, ки инро гӯш кунӣ, ва боварӣ дорам, ки маро мебахшӣ“. Рафики ӯ ҷавоб дод: „Медонӣ, ман ҳатто дар бораи он фикр ҳам накарда будам. Аммо ту дуруст мегӯӣ, ту набояд инро мегуфӣ. Албатта, ман туро мебахшам. Раҳмат, ки ту дар ин бора гуфӣ“.

Аммо баъзан фавран иқроӣ шудан барои шахси дигар дастгирӣ намегардад, барои он ки ӯ ба ин тайёр нест. Ба шумо лозим меояд, ки инро якҷанд рӯз дар худ аз сар гузаронед ва баъд бо одами дигар дида бароед.

Натиҷаҳои асосиро ҷамъбаст карда

Шумо се сарчашмаи бахшоишро доред. Якум — намунаи мо, Исои Масеҳ, ва шартҳои Ӯ барои бахшиш. Дуюм аз он иборат аст, ки Рӯҳулқудс ба мо қувват медиҳад, то бубахшем — мо худ аз худ бахшида наметавонем. Чӣ қадар ки мо бо Рӯҳ пур шавем, ҳамон қадар бисёртар мебахшем. Сарчашмаи сеюм рохбарии Каломи Худо аст.

Баъд се ҷабҳа аст, ки мо метавонем мавриди диққат қарор диҳем, то ба худ ёрӣ расонем, ки бахшишро фаҳмем ва онро дар ҳаёти ҳаррӯзаамон амалӣ гардонем. Якум — мо бояд амиқии бахшиши Масеҳро дарк кунем. Ӯ як қурбониро барои ҳамаи гуноҳҳо, дар ҳама замонҳо овард. Ғайр аз ин, мо чӣ тавр ки кӯшиш накунем, барои бахшиш ҳеҷ коре карда наметавонем. Агар мо тамоми диққати худро

ба Масех чун асоси бахшиши мо равона кунем, ба зудӣ мефаҳмем, ки онро бозёфт карда наметавонем. Дар Нома ба Румиён 1:17 гуфта мешавад, ки мо „аз имон ба имон“ меравем, ва ба фикрам ин чунин маъно дорад, ки мо зиндагонии масеҳиро ба василаи имон сар мекунем ва бо имон зиндагӣ мекунем.

Лаҳзаи зарурии 3-юм талаботи шахсии мо дар бахшиш мебошад. Ман баъзан аз худам дар ҳайрат мемонам. Раваду ягон кас коре карда маро ранҷонад, ман тамоман фаромӯш мекунам, ки ягон кас маро боре бахшидааст. Ман метавонам чун ғӯла якраву матин бошам ва бо чунин феълӣ хӯ ман нисбат ба қобилияти бахшидан, ба бахшиш эҳтиёҷоти зиёдтар дорам. Вақте ки ман дар бораи талаботи шахсии худ дар бахшиш фикр мекунам, талаботро дар бахшиши дигарон дарк кардан осон мешавад.

Ин бахшиш нест

Бахшидан — маънои онро надорад, ки ҳамту гӯӣ: „Хайр, узр“. Вақте ки шумо инро мекунад, шумо масъаларо ба ҳисоб мегиред, аммо ҷавобгарии барангехтани онро ба гардан гирифтани намехоҳед. Бахшиш мегӯяд: „Бубахш, оё ту маро мебахши?“ Ман инчунин гуфтани онро, ки барои ҷӣ бахшиш мепурсам, афзал медонам.

Албатта бахшишро бозёфт кардан мумкин нест. Шумо аз касе талаб карда наметавонед, ки ӯ тағйир ёбад. „Мумкин аст, агар ту ҳаётатро ба тартиб оӣ, ман тӯро бахшам“. Бахшиши ҳақиқӣ ба ягон шарту шароит вобаста нест.

Бахшиш — ҳиссиёт нест. Лаҳзаҳое мешуданд, ки ман бахшидан намехостам ва лозим меомад, ки ба имон така кунам. Аммо ман ягон ҳодисаеро дар ёд надорам, ки бо имон бахшида бошию дар оқибат эҳсосот пайдо нашуда бошад. Бахшоӣш ҷидду ҷаҳди хоҳиш аст.

Бахшоӣш ҳисоб надорад. Ҳар вақте ки ягон ҳодисае шавад, ва шумо гумон мекунад, ки бахшидаед, дар фикратон ба ҳисоб гирифта наметавонед. Павлус ба мо дар Номаи якум ба Қўринтиён 13:5 мефаҳмонад, ки муҳаббат „ба дил кина намегирад“ ва ин маънои онро дорад, ки мо бояд он одамро дўст дорем ва бо ӯ чун то муҳолифат муносибат кунем.

Бахшоӣш вонамуд намекунад, ки гӯё ҷизе нашуда бошад. Бисёр вақт одамон ҳамин хел зиндагӣ мекунад ва чунин рафтор мекунад, ки гӯё ягон мушкилоте вучуд надорад. Агар шумо шахсан ин вазъиятро чунин қабул кунед, вақте ки он тақрор шавад, ҳайрон нашавед.

Бахшоиш бетарафӣ нест. Агар муносибати шумо ба „хайр чӣ?“ оварда расонад, шумо ба низоъ аҳамият намерасонед, ки бояд ҳал шавад. Чунин бетарафӣ рӯякӣ аст.

Бахшиш бо беадолатӣ муросо намекунад. Он ҳақиқат, ки шумо озорҳои шахиро ба воситаи бахшоиш ҳал кардед, маънои онро надорад, ки шумо бо амалҳои беадолатона муросо мекунед.

Бахшоиш — он нест, ки гӯем: „Биё дар ин бора фаромӯш кунем“. Шумо дар ин бора фаромӯш намекунед. Ба зудӣ ин сарчашмаи оташинӣ ва норозигӣ мегардад. Аз хотир баровардан ба бахшоиш оварда намерасонад. Дар ҳақиқат ҳамааш баръакс аст; бахшоиш имконият медиҳад, ки бадири фаромӯш кунем.

Бахшиш — тоқат кардан нест. Вазъияте ки шумо дар он доимо тоқат мекунед ва бо мушкилот созиш мекунед, чизеро ҳал намекунад ва барои дуруст кардани муносибатҳои байниҳамдигарӣ ёри намерасонад.

Бахшиш ҳаракат намекунад, ки ба каси озордиҳанда дарси ибрат диҳад.

Бахшоиш маънои онро надорад, ки он ҳодиса беоқибат мемонад. Оқибатҳои он метавонад, аз даст додани обрӯ, маблағ, хоб ё ҳар ҳел воқеаҳои ногувор гардад. Шумо бояд фаҳмед, ки одами нодуруст рафторкунанда ҷавобгари шахсӣ ва ҳуқуқиро ба гардан мегирад. Агар шумо касеро бахшидед, маънои онро дорад, ки шумо мушкилотро дар сатҳи муносибатҳои байниҳамдигарӣ ҳал кардед, аммо ин одам бояд дар назди Худо ҷавоб гӯяд. Шумо метавонед ронандаеро бахшед, ки суғурта надорад, мошини шуморо маҷак кардааст, аммо ба ин одам лозим аст, ки дар назди конун ҷавоб диҳад.

Бахшоиш маънои онро надорад, ки одаме ки шумо бахшидед, тағйир меёбад. Ин одам тағйир меёбад ё не — Худо фармудааст, ки бахшед; шумо барои амалҳои каси дигар ҷавобгар нестед.

Дар охир бахшоиш метавонад захмҳои расонидашударо хуб муолича намояд, аммо аз озорҳои оянда шуморо муҳофизат карда наметавонад. Агар ҳозир шумо бахшида тавонед, метавонед ба низоъҳои оянда ҳуштар сарфаҳм равед.

Ҳамдаи дар никоҳ ба он вобаста нест, ки ҳеҷ гоҳ шарикӣ худро наранҷонӣ. Агар ин ҳамин ҳел мешуд, ягон никоҳ ҳеҷ гоҳ пойдор наменонд. Аниқтараш ҳамдаи ба тайёр будани шумо ба бахшидан ва ҷустани бахшоиш вобаста аст. Одамоне ки аз суруди „Қиссаи муҳаббат“ ҷумлаи „Муҳаббат маънои онро дорад, ки ба ту лозим нест, ки мебахшӣ гӯӣ“ро такрор мекунад, табиати муносибатҳои маҳрамоноро кам медонанд. Ду шахси ба муносибатҳои ошиқона пайваста, албатта, ба муноқиша дучор мешаванд, аммо муҳаббати

хақиқӣ ҳамеша тайёраст, ки бахшад. Бахшиш пурсидан дар муносибатҳои комил шуморо назди ҷавобҳои тезу тунд бе пушту паноҳ намегардонад. Баръакс, агар ман, масалан, аз Дотти дар ягон хусус бахшиш пурсам, ман боварӣ дорам, ки ӯ аз бемудофиягии ман истифода намебарад.

Ин бахшиш аст

Акнун баъди он ки мо он чизеро дида баромадем, ки бахшиш ҳисоб намешавад, пас биёед бинем, ки худӣ бахшиш чист? Аввалаш ин ки бахшиш — нишондиҳии қувва аст, на сустӣ. Мардҳо аз занҳо дида бисёртар метарсанд, ки гуё бахшиш ва бахшиш пурсидан метавонад сустии тарафҳои онҳоро нишон диҳад, ки ба парастии образи „марди ҳақиқӣ“ рост намеояд, аммо ба ман бовар кунед, ки ҳаракат барои ислоҳи муносибатҳо бо бахшиш дар ҳақиқат нишонаи қувваи хислат мебошад.

Бахшиш изҳори муҳаббат аст, ки ташаббусро талаб мекунад. Оё шумо ягон бор фикр кардаед: „Барои чӣ ман вайро бахшам? Охир вай бахшиш намеҷӯяд-ку?“, аммо муҳаббати Худованд моро водор месозад, ки қадами аввалинро гузорем. Дар Номаи якум Юҳанно (4:10) мо мехонем: „Муҳаббат дар ин аст, ки на мо Худоро дӯст доштаем, балки ӯ моро дӯст дошт ва Писари Худо барои кафорати гуноҳҳои мо фиристод“. Агар Худо интизор мешуд то он даме ки мо тавба мекунем ва аз ӯ бахшиш мепурсем, мо чун пештара маҳкумшуда мебудем. Агар шумо интизор мешавед, ки одами дигар аввалин шуда тавба мекунад ва аз шумо бахшиш мепурсад, шумо ба ин шахс имконият медиҳед, ки ҳаёти шуморо роҳбарӣ намояд.

Исои Масеҳ гуфта буд: „Пас, хангоме ки қурбонии худро назди қурбонгоҳ меоварӣ, ва дар он ҷо ба хотират ояд, ки бародарат аз ту норозист, қурбонии худро дар он ҷо назди қурбонгоҳ бимон ва рафта, аввал бо бародари худ мувоҷиҳ кун, ва баъд омада қурбонии худро тақдим кун“ (Матто 5:23,24). Дар ин ҷо Худо аниқ мефаҳмонад — Ӯ мехоҳад, ки шумо ташаббусро ба дасти худ гиред, новобаста ба он ки кӣ ба бахшиш мӯҳтоҷ аст. Вай ҳатто парастии шуморо намехоҳад, агар муносибатҳои бошад, ки шумо ҳаракати ислоҳ қардан накарда бошед. Агар одамон аз рӯи таълимоти Китоби Муқаддас амал қарда ва аз барои он ки бахшиш намепурсанд ва бахшида наметавонанд, ба калисо намерафтанд, аҷоибаш дар он аст, ки якшанбеи оянда дар калисо чанд одам пайдо мешуд?

Бахшоиш се максад дорад. Якумаш дар суханони Исост, ки хозир мо онро такрор кардем. Ин — созиши ду шахс аст. Мақсади дуюмро дар Нома ба Қўлассиён 3:15 ёфта метавонем: „Бигзор дар дилҳои шумо озоиштагии Худо ҳукмфармо бошад, ки шумо ба он дар як бадан даъват шудаед; ва шукргузор бошед“. Бахшидан ба ягонагӣ дар бадани Масеҳ мусоидат мекунад. Мақсади сеюм — рӯҳан шиғоёбӣ — яке аз беҳтарин усулҳои нишондиҳии муҳаббати шиғобахши Исои Масеҳ аст, ки ҷаҳони моро назорат мекунад.

Барои чӣ мо намебахшем?

Акнун барои беҳтар фаҳмидани он ки дар ҳаёти мо бахшиш чӣ таърифида мешавад, биёед баъзе сабабҳои набахшиданро аз назар гузаронем.

Нобоварӣ, албатта, яке аз ин сабабҳост. Агар мо ба худбаҳодиҳии ҳудамон ё муносибатҳои байниҳамдигарӣ бо Худо боварӣ надошта бошем, мо барои худтасдиқкунӣ ҳар як имкониятро мекобем. Ғалаба аз болои касе ки мо намебахшем, метавонад ҳисси муайяни бардурӯғи бовариро пайдо кунад.

Кина ба муқобили ягон кас — ин сабаби дигарест, ки барои он шуда мо намебахшем. Дар Нома ба Эфсӯсиён (4:30,32) гуфта мешавад, ки мо набояд дарду аламро ҷамъ кунем, бо вучуди ин мо ҳама медонем, ки дар чунин ранҷиш ким-чӣ хел ҳаловате ҳаст.

Якҷанд сол пеш аз ин ман дар Кал-Пол, Помон, штати Калифорния дар бораи инқилоби муҳаббат лексия хондам. Дар охири лексия ба назди ман зани сиёҳпӯсте омад (ман сиёҳпӯстии ӯро хотиррасон мекунам, фақат барои он ки негрҳо дар ҷамъияти мо барои дарду ғам ва норозигӣ сабабҳои аз ҳама зиёд доранд, нисбат ба он ки ягон каси дигар қадом вақте ки дошта бошад. Бисёрии сағедпӯстон ҳатто ба худ ноумедӣ ва беадолатиеро, ки сиёҳпӯстон аз сар мегузаронанд, тасаввур қарда наметавонанд). Ӯ гуфт: „Медонед, ҷаноби Макдауэлл, он чи шумо имрӯз нақл қардед, ба ман ҳақиқатан маъқул шуд, вале ман намехостам одамонро ҳамон хел дӯст дорам, ки шумо маро дӯст медоред“.

Ин зарбаи ҳақиқӣ буд!

„Барои чӣ не?“ — пурсидам ман.

„Барои он ки, — ҷавоб дод ӯ, — ман мехоҳам аз бад дидани онҳое ки маро бад мебинанд, ҳаловат барам“.

Баъзе одамон як умр аз дарду алам амал мекунад. Қисми зиёди ходисаҳои муҳими таърихӣ бо сабаби озурдагӣ ба амал омаданд. Яке аз сабабҳои ки мо бахшидан намеҳоҳем, аз он иборат аст, ки ба мо нигоҳ доштани „хукуқи озурда будан“ маъқул аст.

Ҳасад — боз як сабаби паҳншудаи дигар мебошад, ки бо он мо намебахшем. Адовати Шоул ба Довуд аз ҳасад сар шуд, охир мо одамеро бахшида наметавонем, ки он чиро дорад, ки ба фикри мо бояд аз онҳо мо бошад. Ҳангоме ки ягон кас нисбат ба мо бомуваффақияттар мешавад, мо ба ҳулосае меоем, ки ӯ ба бахшиши мо сазовор нест.

Тарс яке аз сабабҳои асосиест, ки одамон барои он шуда намебахшанд. Мефаҳмед, ҳангоме ки шумо ягон касро мебахшед, шумо кушода мешавед. Шумо метавонед дигар одамро набахшед, барои он ки боре пешпо ҳӯрдаед ва аз зарбаи навбатӣ метарсед. Ва махсусан дар ҳамин ҷо тасаввуроти солими шумо дар бораи худ корро сар мекунад. То даме ки шумо ба худатон чӣ тавре ки Худо ба шумо менигарад, нигоҳ намекунад — на каму на зиёд — дар шумо хоҳиши кушода шудан пайдо намешавад. Вале ҳангоме ки шумо дуруст кардани муносибатҳои пешниҳод мекунад, аз нуктаи назари Худованд дуруст рафтор мекунад, новобаста ба он ки ин одам таклифи шуморо қабул мекунад ё рад мекунад.

Раҳм нисбат ба худ метавонад моро аз бахшидан нигоҳ дорад. „Оҳ, маро нисбат ба дигарон бисёртар ранҷондаанд, барои ҳамин ман дигар бахшида наметавонам!“ — тасдиқ мекунад чунин одам. Вале Ном ба Румиён 8:28 моро бовар мекунонад, ки дар Худо ҳама (хатто бадӣ ҳам) ба манфиати онҳое ки Ӯро дӯст медоранд, ёрӣ мерасонад. Ва ҳудро дарег дошта, мо ақидаи ҳудро аз ақидаи Худованд боло мегузорем. Дар ҳақиқат мо мегӯем: „Худое, ин соҳа ба манфиат ёрӣ расонда наметавонад ва Ту дар ин ҷо қуввати ягон чӣ карданро надорӣ“.

Гуноҳи ҳудро ба дигарон бор кардан — боз як шарҳи бедалели берағбатӣ ба бахшиш аст. Ҳиссиёти он ки „Ман ҳақ будам ва ҳукуқи кардани он корро доштам“ шумораи беҳисоби одамонро аз дарки бахшиш боздоштааст ва муносибатҳои зиёдери вайрон кардааст.

Ҷазаби соддаи муқаррарӣ ба одами дигар метавонад шуморо аз бахшиш боздорад. Дар ҳақиқати ҳол шумо эътироз баён намекунад, агар ягон кас он кореро, ки бо шумо кард, ба каси дигар кунад, вале ӯ чӣ тавр ғайрат мекунад, ки бо шумо ин корро кунад! Ном ба Эфсӯсиён (4:26) ба мо мегӯяд: „Агар ҳашмгин шуда бошед, хато накунад ва

нагузored, ки газаби шумо то ғуруби офтоб боқӣ бимонад“. Вале марҳамат карда ба он диққат диҳед, ки ин аҳком аст, на фақат хабар.

Ғурур — боз як ақсуламалест, ки бахшиширо роҳ намедихад. Ғурур мегӯяд: „Ба ман ин муносибатҳо даркор нестанд, ба ман ин одам даркор нест“.

Ноӣҳдабарои фаромӯш кардан — ин ҳам сабабест, ки шумо бахшида наметавонед. Фаромӯш кардан он маъноро надорад, ки шумо қудрати ба хотир овардани вазъиятро надоред. Ба фикри ман фаромӯш кардан он маъноро дорад, ки шумо ягон ҳодисаро ба як тараф мегузored ва ба ранчишҳои дирӯза часпиданро инкор мекунед.

Агар шумо ба мошинҳо шавқ дошта бошед, қобилияти фаромӯшқуниро чун бой додани роҳгардии кафолатдори мошин ҳисоб кунед. Агар шумо мисли ман бо қору бори ферма шинос бошед, фаромӯшқунии озорхоро чун то охир наҷӯшидани шири гов дида бароед. Фаромӯш кардан — маънои ҳисоби фикрӣ накарданро дорад. Фаромӯш кардан — он маъноро дорад, ки чизеро дар раф гузори ва монӣ, ки онро чанг зер кунад. Ҳангоме ки чунин ҳолат рӯй медиҳад, шумо метавонед ба раф нигоҳ карда, ба худ хотиррасон кунед, ки чиро набояд кунед, ва баъд боз онро аз фикратон ҷартоед. Фаромӯш кардан маънои онро дорад, ки ба хоҳишҳои худ роҳ надихед, то ҳисобро баробар кунонад ва ранҷиш ба шумо роҳбарӣ кунад.

Вақте ки ман ягон фанро меомӯзам, Ҳудованд одатан ин имкониятро барои даровардани ислоҳоти ҷорӣ дар муносибатҳои ман бо Ӯ истифода мебарад. Қобилияти фаромӯшқуниро омӯхта, ман дидам, ки чиро дуруст ва чиро нодуруст мекунам. Худо маро барои қори дурустам ҳавасманд мекард ва нишон меод, ки ба ислоҳ эҳтиёҷ дорам. Акнун, вақте ки ягон ҳодиса рӯй диҳад, ман метавонам рафери, ки дар он ҷо озорҳои пештарро нигоҳ медорам, аз назар гузаронда ягон чиз омӯзам ва гӯям: „Ин нодуруст буд, вале Масеҳ барои ин ҷон додааст“. Баъд онҳоро боз ба раф мегузорам ва бо имон зиндагӣ мекунам — то ки аз ўҳдаи озорҳои оянда хубтар бароям. Ана ҳамин тавр Худо меҳнат мекунад, то ки моро беҳтар гардонад.

Ҳенри Уорд Бихер шарҳ медиҳад, ки ҷумлаи „Ман метавонам бубахшам, вале фаромӯш карда наметавонам“ — ин танҳо боз як усули гуфтани „Ман бахшида наметавонам“ аст.

Ягон касро ба бахшиши худ нолоиқ доништан — ин боз як сабабест, ки мо намебахшем. Мо ба чунин ҳулосае меоем, ки ягон кас барои бахшиш нолоиқ аст, вале Китоми Муқаддас ба мо барои чунин

мулоҳизаҳо имконият намедихад. Ў мегӯяд: „Бубахшед!“ Нукта! Барои ба бахшиши Масеҳ сазовор шудан шумо чӣ кор кардед?

Такрори озор — ин сабаби классикии надоштани қобилияти бахшиш аст. „Ман инро аллақай панҷ маротиба бахшидам, дигар бахшида наметавонам. Агар ман боз бубахшам, ту боз ҳамон корро мекуни ва вазъиятро ба кори беҳуда табдил медиҳӣ“. Ман инро ҳақиқатан дар муносибат бо яке аз бародарон ҳис кардам, фикр кардам, ки бояд адаби ўро диҳам, пеш аз он ки ўро бубахшам. Боз ва боз озодона бахшида, мо бахшиши Худоро, ки ба воситаи Масеҳ пешниҳод мекунад, тасдиқ мекунем. Вале донишони он ки Худо моро мебахшад, онро дар назар надорад, ки мо ҳуқуқи дидаву дониста гуноҳ қарданро дошта бошем. Ин фақат онро мефаҳмонад, ки вақте мо ба ҳар ҳол гуноҳ қардем, Худо моро мебахшад ва моро бе ягон маҳдудият қабул мекунад.

Дар замони Масеҳ дар байни кашишон ақидае вучуд дошт, ки як одамро на зиёда аз чор маротиба бахшидан мумкин аст. Баъзе устодони сахитар метавонистанд то ҳафт маротиба бубахшанд, вале чунин ақида радикалӣ ҳисобида мешуд. Чунин вазъиятро ба худ тасаввур карда метавонед, вақте ки Петрус аз Исо пурсид, ки бародари худро чанд маротиба бояд бубахшӣ? Петрус самимона умедвор буд, ки ба Исо ба воситаи порсой ва тайёрии худ ба бахшидан таассурот гузорад ва аз чорчӯбаи дастуралмалҳои динӣ баромада пешниҳод қард: „Оё то ҳафт бор?“

Мо Петрусро бо қафаси синаи бо ғурур ба пеш монда ва табассуми қаноатмандона мебинем, ки мунтазир аст Исо пушти ўро тап-тап мезанад ва мегӯяд: „Ох, не Петрус, Ман амиқии такводории туро самимона қадр мекунам, вале ду ё се маротиба пурра кофӣ аст“. Ба ҷои ин Исо ба тарафи Петрус баргашта мегӯяд: „Ба ту намегӯям: «То ҳафт бор, балки то 70-крат 7 бор»“ (Матто 18:22). Мо дар ин лаҳза қариб мешунавем, ки Петрус бо забони лакнатдор ҷавоб медиҳад: „Худовандо, Ту метавонӣ инро як маротибаи дигар такрор кунӣ? Ту 490 бор гуфти?“ Вале Исоро рақамҳо ба вачд намеовард. Ўро тайёри ба бахшидан ва хоҳиши беҳудуди ислоҳи муносибатҳо ба шавқ меовард. Ин ба ҳамаи он чи дунё меомӯзад, муқобил меистад ва ба мо ҳуқуқ намедихад, ки баъди ду ё се озор аз он ҳудамонро талаб кунем. Аксуламали табиӣ мо инкор қардани ягон кас баъди якчанд мушкилиҳо мебошад. Вале мо бояд бахшиши худро ба воситаи имон пешниҳод кунем, ҳатто агар инро нахоҳем ҳам.

Баъзан, агар мо бахшидан нахоҳем, мақсади мо қасос аст. Мо фақат мецоҳем бинем, ки чӣ тавр он одам дар ягон кори зарур ё муносибатҳои

байниҳамдигарӣ ба нобарорӣ дучор мешавад. Мо мехоҳем ба ҳаёти ин одам ғаму дардро на камтар, балки зиёдтар аз он ғаму дарде ки вай ба ҳаёти мо овардааст, биёрем. Вале Китоби Муқаддас таълим медиҳад: „Ба ҳеҷ кас дар ивази бадӣ бадӣ накунад; пеши тамоми мардум дар пайи некӣ бошед. Ба қадри имкон, то қадре ки ба шумо вобаста аст, бо ҳамаи одамон мувоҷиҳ кунед“ (Румӣ 12:17,18). Дар Нома ба Ибрийн (10:30) Худо мегӯяд: „Қасос аз Ман аст. Ман ҷазо хоҳам дод“.

Сустӣ — сабаби охиринест, ки моро аз бахшиш боз медорад. Баъди озори саҳт мо танҳо метавонем худро рӯҳан на он қадар пурзӯр ҳисоб кунем, то ки самимона ғӯем „Ман тӯро мебахшем“.

Қувваи рафънопазир

Корри тен Бум ва хоҳари ӯ, ки ӯро бениҳоят дӯст медошт, маҳбусони конслагери Равенсбрюк буданд. Яке аз посбонон маҳсусан бо онҳо золимон муносибат мекард. Корри метавонист ба муносибатҳои бад нисбати худ тоб оварад, аммо вақте медид, ки ҳамон посбон бо хоҳараш бераҳмона муносибат мекунад, базӯр худдорӣ мекард ва дар охир хоҳари ӯ аз зарбу лат мурд. Бо гузашти солҳо, кинаву адовати саҳт нисбат ба ин посбони немис дар дили Корри мустаҳкам мегашт.

Баъди ҷанг Корри ба Германия на танҳо барои он рафт, ки Хушхабари Худовандро оиди бахшиш ҳикоят намояд, балки барои он рафт, ки худ хабари бахшиш гардад. Гуноҳ ҳамчун бори вазнин бар дӯши одамони немис афтода буд. Ва онҳо хомӯшона ба калисои Берлин, ки дар он ҷо баромад мекард, мебаромаданд ва мебаромаданд. Яке аз одамоне, ки ӯ баъди хизматгузори вохӯрд, ҳамон посбоне буд, ки хоҳари ӯро лату қӯб мекард. Ӯ ба назди Корри омада гуфт: „Баромади имрӯза шумо маро ба вачд овард. Ман Исои Масеҳро ҳамчун Начотдихандаи худ қабул кардам ва омадам, ки аз шумо барои сангдилиам дар конслагер бахшиш пурсам“.

Корри навакак дар бораи бахшиш гуфта тамои карда буд. Аммо вақте ки дар ин одам ӯ золими азобдихандаи хоҳарашро дид, қаҳру ғазаб дили ӯро пур кард. Ӯ дар назди вай даст дароз карда меистод, аммо Корри наметавонист дасти худро бардорад ва дасти ӯро фишурад. Вай тақрор кард: „Корри, ту маро мебахшӣ?“ Вай ба худ хитоб кард: „О Худоё, ба ман ёрӣ деҳ“ ва Худоро ҳамду сано гуфт, ки муҳаббати Худо аз ғазаб ва бадбинии ӯ пурзӯртар буд. Баногоҳ ӯ ҳис кард, ки дар тамоми бадани ӯ гармӣ давид, ҷунки Рӯҳулқудс дили ӯро бо муҳаббати

Худованд пур кард. Пеш аз он ки фаҳмад, ки чӣ қор мекунад, вай дасти ӯро гирифта, ба чашмони ӯ нигариста гуфт: „Ман ҳамаашро бахшидам“.

Худо тез-тез ба ман ин лаҳзаи ҳаёти Корри тен Бумро айнан дар ҳамон вақте ба ёди ман меовард, ки ба ман лозим буд бо имон қадами аввалинро гузорам ва бахшам. Ман инро фаҳмонда наметавонам, аммо қувва барои бахшиш ҳамеша пайдо мешавад, агар шумо онро хоҳед. Вақте ки сушт мегардем, Рӯҳулқудс дар наздикии мост ва метавонад ба мо ҳамон қадар қуввате диҳад, ки ҳар чизро хоҳем бахшид.

Бахшидан ва қабули бахшоиш — барои ҳалли низоъҳои имрӯза қувваи бузургест, ки дар ихтиёри мо мебошад. Ҷаҳон ба ин хеле мӯҳтоҷ аст. Одами барои бахшидан тайёр буда, ба ҷаҳон ҳислати Масеҳро нишон додан шаҳодати пурзӯрест, ки шумо метавонед ба ҷаҳониён нишон диҳед.

Ман тез як дуоро такрор карда, аз Худо мепурсам, ки маро барои бахшидан қобилиятноктар кунад. Он тахминан чунин садо медиҳад: „Падари Осмонӣ, Туро барои бахшоиш шукр мегӯям, Туро барои Исои Масеҳ шукр мегӯям, ки барои ман шуда дар салиб ҷон дод, то ки ман пурра бахшида шавам. Туро шукр мегӯям барои он ки вақте ман ба Исои Масеҳ имон овардам, гуноҳҳои ман ба воситаи қорҳои қардаи Ӯ бахшида шуданд, на бо он ки ман қардаам. Падар, ба ман омӯз, ки худро ва атрофиянаро чӣ хел бахшам. Ман мехоҳам онро чунон кунам, ки Ту мекунӣ ва яқум шуда бахшишро пешниҳод кунам. Ба ман қувват деҳ, ки ғурурамро паст наоям ва вақте ки ҳақ нестам, бахшоишро ҷӯё шавам. Маро аз ҳиссиёти ранҷу озор нигоҳ дор.“

Худоё, ман дар бораи фошкунӣ хоҳиш мекунам, вақте ки ман ба он мӯҳтоҷам, вақте ки ба ман даркор аст, маро шифо деҳ, дар вақти зарурӣ тасалли деҳ, ки ба он ман мӯҳтоҷам. Ба ман иҷозат деҳ, ки барандаи бахшоишҳои Ту дар олам бошам. Ба номи Исои Масеҳ, омин“.

Саволҳо барои мулоҳиза

- Барои чӣ бахшиш асоси муносибатҳои байниҳамдигарии дуру дароз ва наздик аст?
- Барои он ки мо бахшоишро фаҳмем ва дар ҳаёт истифода барем, чӣ қор қарда метавонем?
- Бо кадом баъзе сабабҳо мо намебахшем?
- Китоби Муқаддас дар бораи бахшиш чӣ мегӯяд?

8 Сазовори боварӣ шудан

Ба фикри шумо, чӣ мавриди ғамхории асосии ҳаёти мард ё зан аст?

Статистика нишон медиҳад, ки мардҳо аҳамияти худро аз ҳама баланд мегузоранд. Агар зан бо ягон роҳ шавҳарашро паст занад ва ҳисси аҳамиятнокӣ ӯро паст кунад, шавҳар метавонад дамдузд шавад ё ба қаҳру ғазаб биёяд.

Аз тарафи дигар, зан ҳисси боварию дар доштани миқдори зарурии пул, дар бехатарии гирду атрофи худ қадр мекунад, аммо беш аз ҳама боварию ба он ки вай метавонад ба шавҳари худ бовар кунад. Вақте ки вай ба ин боварӣ дорад, дар бисёр дигар ҷиҳатҳо шиддатнокӣ суст мешавад.

Ҳайратовар нест, ки сазовори боварӣ будан — хусусияти ҳислатест, ки ба он дар рӯзҳои мо диққати зарурӣ дода намешавад. Бо вучуди ин боварӣ — асоси муҳаббати маҳрамона ва дуру дароз, занашӯй ва муносибатҳои ҷинсӣ мебошад.

„Ман“-и умумӣ

Барои он ки наздикӣ ба даст ояд, зану шавҳар бояд хусусиятҳои шахсии худро барои ташаккули муносибатҳои байниҳамдигарии ба монанди „мо“ муттаҳид кунанд. Ҷуфти зану шавҳар бояд ба ростқавлӣ ва ошкорбаёнӣ нисбати якдигар кӯшиш кунанд. Бе омили боварӣ на ростқавлӣ мешавад, на наздикӣ.

Як дӯсти ман ҳис кард, ки зани ӯро ҳам ҷисман ва ҳам рӯҳан марде ки бо ӯ кор мекунад, ба худ ҷалб мекунад. Шавҳараш ҳамаи имкониятҳоро истифода бурд, то ки муҳаббати худро ба ӯ нишон диҳад, дар ҳолатҳои душвор ёри расонад ва фаҳмонад, ки ӯ барояш ҳақиқатан азиз аст. Аз муҳаббати бешубҳаи шавҳари худ ва вафодории ӯ нисбати худ ором шуда, зан ба ӯ бовар кард ва изтиробии дили худро ба ӯ гуфт. Ба ҷои он ки ӯро маҳкум кунад, мард ӯро бо дастгирии худ бовар кунонд, ва то даме ки зан ба ҳиссиёти худ сарфаҳм мерафт, барои ӯ дуо мегуфт. Баъд аз якчанд ҳафта ба онҳо муяссар шуд, ки ҷунун муносибатҳои нави муҳаббат ва боварии саҳтро барпо кунанд, ки имконияти ба ҳаёти онҳо мудоҳила кардани шахси бегона ба як тараф рафт.

Вале агар шумо боварӣ надошта бошед, ки ҳамсаратон ростқавл, сазовори боварӣ аст ва дар бораи шумо ва барои шумо фикрҳои хуб дорад, дар он вақт ошкоро будан ва барпо кардани муносибатҳои наздики дуру дароз қариб ғайриимкон аст. Шумо метавонед дар як хона зиндагӣ кунед, вале ҳар дуятон танҳо хоҳед буд.

Чунин танҳоиро шарҳ дода, Ричард Стросс менависад: „Танҳой — чизи дахшатовар аст. Ин — холигӣ, нопуррагӣ, норасоии муошират, набудани дилбастагии шахсӣ аст. Танҳой — набудани имконияти рози дил гуфтан ба касе ки туро мефаҳмад, ба касе ки шумо метавонед боварӣ ва ӯҳдадорӣҳои байниқадигариро метавонед тақсим кунед“.

Ба монанди ҳислат боварӣ ҳам натиҷаи силсилаи вохӯриҳои якшаба нест. Он дар давоми муддати дуру дарозе инкишоф меёбад. Ва ҳар чӣ бештар одамон зарурати инкишофи боварӣ дар муносибатҳоро дарк мекунанд, махсусан, ҳангоме ки онҳо ба барпо кардани муносибатҳои муҳим умед дошта бошанд.

Як донишҷӯ иқрор шуд: „Ҳангоме ки ман бо ягон кас ҳамхоба мешудам, пеш аз ҳама ман меҳостам, ки ин муносибатҳо чуқур нараванд. Баъди он ки лаҳзае фаро мерасид, ки ман мефаҳмидам, ки қор бо ҳамин шаби бо ӯ гузаронидаам тамои мешавад, ҳамааш хотима меёфт. Ман фақат ҳаракати бадан мекардам. Лаҳзаҳои мешуд, ки ман меҳостам ҳамааш тезтар тамои шавад. Дар охир ман дилхуширо бас кардам, вақте дарк кардам, ки дар шахват ҳеҷ чизи хуб нест, агар дар он боварӣ ва муҳаббати ҳаққонӣ набошад. Бе ин ҳолати алоқа бастан нест“.

Лонни Барбах, сотсиолог ва рӯҳшинос ва Линда Левин терапевт-рӯҳшинос, ҳангоми маслиҳатдиҳии худ пайҳас карданд, ки имконияти бовар кардан — омили зиёдкунии озодшавии занон ва раҳнамои дилбастагӣ мебошад. „Занҳое, ки дар муносибатҳои худ муҳаббат ва боварию ҳис мекунанд, меғўянд, ки шармгиниро кам ҳис мекунанд ва қобилияти ба эҳсосот ҳудро пурра бахшидан доранд, барои он ки онҳо ба шарикони худ пурра бовар мекунанд ва медонанд, ки шариконашон онҳоро қабул мекунанд“.

Ман фикр мекунам, ки боварӣ — фақат инъикоси ботинии мост ва он нишон медиҳад, ки мо чӣ ҳел одам ҳастем. Ва барои он ки ин сифати ботинии ҳудро инкишоф диҳем, ба мо вақт лозим аст.

Озодӣ боварию металабад

Равшан аст, ки омили боварӣ дар ҷабҳаи муносибатҳои ҷисмонӣ ҳаётан муҳим аст. Агар шумо идора кардани ҳаёти ҷинсии ҳудро то никоҳ омӯхта тавонед, пас шумо дар қайди никоҳ ҳам онро идора

карда метавонед. Аз муносибатҳои ҷинсӣ то ақди никоҳ худдорӣ кардан боварии тарафайнро зиёд мекунад. Нақшаи Худо барои муносибатҳои ҷинсӣ боздеҳии садфоизаро танҳо ба шарики худ дар бар мегирад. Вақти тамоман каме талаб карда мешавад, то фаҳмем, ки агар дар муносибатҳо ягон ҳел нобоварӣ вучуд дошта бошад, пас наздикӣ, самимият ва боздеҳии пурраро ба даст овардан тамоман душвор хоҳад шуд.

Марде занашро ҳангоми садамаи автомобилӣ аз даст дод ва баъди якчанд сол бо дигар зан вохӯрданро сар кард. Вай ошиқ шуд ва қарор дод, ки бори дуюм зан гирад. Аммо бо сабабҳои ба онҳо вобаста набуда маҷбур шуданд, ки қариб ду сол мунтазир шаванд. Ҳарчанд мард бо хурсандии муносибатҳои ҷинсӣ дар никоҳ шинос буд, вай ҳеҷ гоҳ дар ин давраи интизорӣ ғайр аз гирифтани бўсае ҳангоми хайру хуш дигар коре намекард.

Баъди он ки онҳо хонадор шуданд, ин зан аз рафтори ӯ фаҳр мекард. Вай мегӯяд: „Лаҳзаҳои буданд, ки ҳама кор ба осонӣ бо равиши худ шуда мегузашт, аммо вай хушро аз даст намедод. Дар дунё касе нест, ки ман чун ба шавҳари худам бовар кунам. Вай бисёр ба сафарҳои қорӣ меравад, агар ӯ ягона мард дар байни 500 зани бараҳна дар қазираи тропикӣ бошад ҳам, ман ба ӯ бовар мекунам“. Худназораткунии ӯ дар никоҳи онҳо боровар шуд.

Соҳтмони таҳкурсии

Ҳангоме ки ман танҳо будам, ҳеҷ гоҳ ба фикрам наомада буд, ки ҳаёти безани ман ба гузашти айём ба муносибатҳои байни ману занам таъсир мекунад. Ҳеҷ кас, ҳеҷ гоҳ ба ман нагуфта буд, ки таҷрибаи аз ишқварзиҳои давраҳои навҷавонӣ ба даст овардаам бевосита ба хушбахтӣ ва хурсандии никоҳи ман таъсир мерасонад. Дар аспирантура хонда, ман бо духтари ҷавон бо номи Паула шинос шудам. Мо дар давоми сею ним сол вохӯрдём ва қариб хонадор шуда будем. Ҳарчанд мо аз якдигар хурсанд будему якдигарро ҳурмату эҳтиром мекардем, пуррагии муҳаббати Худодод набуд. Дар охир мо ҳама гуна муносибатҳоро бас кардем, аммо дӯстони аз ҳама қарин гаштем.

Баъди се сол ман бо Дотти вохӯрдём ва дере нагузашта мо хонадор шудем. Дотти бо Паула шинос шуд. Онҳо дугона шуданд ва вақти зиёдеро якҷоя мегузaronиданд. Паула ба ҳонае дар ҳамсоияи мо, ба Калифорния кӯчида омад, ки дар он ҷо волидон ва хоҳараш низ зиндагӣ мекарданд.

Боре пагоҳӣ ман аз сафар баргаштам, вале Дотти дар хона набуд. Ҳангоме ки ӯ баргашт ба ман гуфт, ки сахариро бо Паула гузаронид. Вай ба ман наздик шуда маро ба оғӯш кашида гуфт: „Азизам, ман чунон хурсандам, ки ту дар давоми 3,5 сол хеле боадабона рафтор кардаӣ“.

Ман охи чуқур кашида гуфтам: „Барои чӣ?“

Дотти ҷавоб дод: „Паула имрӯз пагоҳӣ ба ман нақл кард, ки туро саҳт дӯст медошт ва лаҳзаҳое буданд, ки тайёр буд барои ту ҳама корро кунад, вале ту аз ин ҳеч гоҳ истифода набурдӣ“.

Гуфтан зарур аст, ки ман охи сабуке кашидам ва хеле хурсанд шудам, ки Паулро ба наздикшавии ҷисмонӣ майл накунондам.

Рӯйхати хизмати аъло

Оё шумо ба худатон тасаввур карда метавонед, ки он сӯҳбат бо Паула барои зани ман чӣ маънӣ дошт. Вай тасдиқ кард: „Ман метавонам ба шавҳарам бовар кунам!“ Ба наздики Дотти дар яке аз мусоҳибаҳои худ гуфт: „Шумо бояд муносибатҳои худро дар асоси боварӣ барпо кунед. Ман боварӣ дорам, ки Ҷош ба таври бояду шояд кӯдакҳоямонро таъмин мекунад. Ман боварӣ дорам, ки ӯ бо ман ростқавл аст. Ман меҳоям, ки ӯ роҳбари рӯҳонии мо бошад ва бо Исои Масеҳ муносибатҳои шахсии худро дошта бошад. Ва ман ба ӯ чун ба одаме ки бояд дар бораи маблағҳои пулии мо ғамхорӣ кунад, бовар мекунам.“

Ҳангоме ки ӯ дар хона нест, метавонад хавотир нашавад, зеро медонад, ки ман — модари хубам. Вай боварӣ дорад, ки ман кӯдакҳои дуруст ва серғизо меҳӯронам. То даме ки ӯ сафар мекунад, метавонад ба ман умед бандад, ки ман пули зиёдро сарф намекунам ё шабнишиниҳои серхарҷ ташкил намекунам. Ҳамаи он коре ки шумо мекунад, ҳар як қадаме ки шумо якҷоя мегузоред, бояд бо боварӣ карда шавад. Ин асоси никоҳи шумост. Агар шумо ба касе боварӣ дошта бошед, ба он кас бо осонӣ умед мебандед.

Агар ягон вақт ба ман ягон масъалаи ҳалталаби ҷиддие пеш ояд, ман ба кӣ рӯ орам? Ман зуд қарор медиҳам, ки ба назди одаме меравам, ки боварӣ дорам, ки маро чуноне ки ҳастам, дӯст медорад ва ӯ касест, ки ақидаи худашро дар бораи ман новобаста ба он ки ман чӣ қор кардам, тағйир намедихад. Ин одам — Ҷош аст, барои он ки ман ба ӯ пурра боварӣ дорам. Сабаби ин дар он аст, ки ӯ шӯҳрати сазовори боварӣ дорад. Баъзан интиҳоби ӯ душвор буд, вале ҳатто масеҳӣ набуда ҳам, хубашро интиҳоб мекард. Ӯ ҳамеша меъёрҳои ахлоқии баланд дошт.

Барои ҳар як касе ки дар гузашта проблемае дошт, муошират, ба фикрам, қадами аз ҳама бомаънӣ мебошад. Ҳамсарон бояд якдигарро

фаҳманд, ки боварӣ дар байни онҳо, новобаста ба гузашташон вучуд дорад“.

Хангоме ки шумо сазовори боварӣ гаштед, мебинед, ки худатон ҳам ба дигарон бовар мекунад. Павлус ҳамин ҷиҳати муҳаббатро қайд мекард, вақте ки навишта буд: „[Муҳаббат]... ба ҳама чиз умед мебандад, ба ҳама чиз тоб меорад“ (1 Қўринтиён 13:7). Муҳаббати баркамол дорои бовариест, ки он вайроннашавандааст. Муҳаббат тайёр аст гаштаю баргашта ба одаме ки якчанд маротиба хато кардааст, бовар кунад. Барои мо Исои Масеҳ — намунаи муҳаббати бузургтарини чунин намуд мебошад. Ё ҳамеша тайёр аст, ки аз сари нав дӯст дорад. Масеҳ ҳамеша ба беҳбудӣ боварӣ дорад, ва агар Ёро ҳазор маротиба фиреб диҳанд ҳам, чун пештара тайёр аст бубахшад ва маротибаи ҳазору якум ба шумо бовар кунад.

Саволҳо барои андеша

- Боварӣ чӣ тавр асоси муносибатҳои дурударози занашӯӣ мебошад?
- Барои чӣ дар соҳаи муносибатҳои ҷинсӣ боварӣ зарур аст?

9 Аксуламал ба ҳокимият

Шумо „худи ҳамон“ одам ва шарикӣ аз ҳама беҳтарин дар никоҳ мешавед, агар дар худ аксуламали табиӣ ва дурустро ба эътибор, нуфуз ташаккул диҳед, ханӯз, ки танҳоед. Аксуламали мусбат ба эътибор дар ҳаёти шумо барои муносибатҳои зановуҷии бомуваффақият зарур аст.

Агар шумо одаме бошед, ки бояд гуфтаатонро иҷро кунед, одаме бошед, ки ба муқобили падару модар, роҳбарон ё муаллимон ошӯб бардоштаед, ба шумо барпо кардани муносибатҳои наздик ва самимона душвор аст. Одаме ки ҳокимияти бегонаро инкор мекунад, ба зани худ ё шавҳари худ ба таври мусбат рафтор карда наметавонад.

Дар хонадорӣ ду одам якҷоя шуда, бо худ одатҳои гузаштаҳои гуногунро меоранд. Онҳо ҳусни таҷҷӯҳ ва ҳисси адовати гуногун доранд. Мақсади онҳо сохтани иттифоқи мебошад, ки дар аввал иттиҳоди зановуҷии мустаҳкам аст ва баъд — оилаи мустаҳкам мешавад. Азбаски хеле кам вазифаҳои ҳаёти нисбат ба зановуҷӣ ўҳдабарорӣҳои зиёдро талаб мекунад, аксуламали дуруст ба эътибор зарур аст. Агар яке аз шарикон ин аксуламалро наомўхта бошад, ихтилофот тезу тунд хоҳад шуд.

Солҳои зиёде пеш аз ин, дар Америкаи Лотинӣ зиндагӣ карда, ман якчанд дарси зарурӣ барои ҳокимият гирифтам. Баъзан қарори муайяни одамоне ки ман бо онҳо кор мекардам, ба ман маъқул намешуд, ё аз рӯи тасаввуроти шахсӣ ё тасаввуроти маданӣ. Аммо ман фаҳмидам (ҳарчанд чунин ҳисоб мекардам, ки қизи муайян бояд бо хоҳиши ман иҷро шавад), ки бояд ба ҳокимияти Аргентина гўш диҳам ва вобаста ба қарори онҳо рафтор кунам. Худованд ба ман дарсе омўхт, ки он кореро, ки касе аз ман талаб мекунад, иҷро кунам, ҳатто агар ман чунин меҳисобидам, ки фикри ман беҳтар аст, ё хангоме ки иҷрои гуфтаи онҳоро нахоҳам ҳам, бояд он корро кунам. Чӣ хел тайёрии хуб ба никоҳ! Агар шумо на ҳама вақт бо исрор гузаронидани гапи худро омўхта бошед, шумо метавонед бо шарикӣ худ дар никоҳ беҳтар муошират кунед.

Ошхонаи зард

Иҷозат диҳед ман ба шумо нишон диҳам, ки ин дарс дар муносибатҳои ману занам чӣ хел бор овард. Ҳангоме ки мо ба хонаи дилкаше бо услуби испанӣ кӯчидем, орзуи хонаи шахсӣ доштан амалӣ гашт. Вай он қадар қимат набуд, вале мо ба он қариб ҳамаи пулро сарф кардем. Ман онро бенуксон меҳисобидам.

Мо кӯчида омадем, чизу чораҳоро ҷо ба ҷо кардем ва ҳанӯз ҷанги хона нанишаста, зани ман гуфт: „Азизам, оё мо наметавонем ошхонаро ранг кунем?“ Шахсан ман чунин меҳисобидам, ки ошхона бошукӯҳ менамояд. Ошхона бо ранги зарди сурхча ранг карда шуда буд, вале ранг қабат ба қабат ҷудо нашуда буд. Ман ба ӯ ҷавоб додам, ки дар ҳақиқат ранг кардан лозим нест, вале занам исрор мекард: „Илтимос, ман мехостам, ки ранги зарди дигар хелаширо бинам“.

Он гоҳ ман дар ин бора фикр карда мондам. Ранг кардани ошхона барои зани ман маъние дорад, ҳарчанд маро ин тамоман ташвиш намедихад. Охир вай вақти зиёдашро дар ошхона мегузаронад, на ман. Ва ана дар ҳамин ҷо ман мебоист ба хоҳиши дигарон розӣ шавам. Ҳарчанд мо маблағи каме доштем, ман фаҳмидам, ки ранг кардани ошхона кори аз ҳама хуб бо пулҳои боқимонда мебошад. Ин кор ба зани ман нишон медиҳад, ки маро ҳақиқатан ҳам орзуи хоҳиши ӯ шавқманд мегардонад, барои ҳамин ҳам ман қарор додам, ки рангкуниро сар кунам.

Бо вучуди ин ман ба занам нагуфтам: „Хуб, ман инро мекунам, фақат гаранг накун!“ Ин ҳар дуямонро ҳам аз хурсандӣ маҳрум мекард. Ба ҷои ин ман гуфтам: „Хуб, азизам, биё онро ранг мекунем“. Баъди он ки ман як қабати рангро молидам, маҷбур шудам қоиш шавам, ки ранги пештара ҳақиқатан ҳам беzeb буд.

Занам аз дар даромад ва аз кори ман ба вачд омад — вай маро маҷбур кард, ки худро шоҳ ҳис кунам — ва вақте ки ба вачд омаданро бас кард, ман чунин ҳиссиёт доштам, ки гӯё ман калисои ҷомеи Сикстро нақшунигор мекарда бошам. Баъд ӯ пурсид: „Азизам, оё ту хошияи сафед гузаронида метавонӣ?“ Азбаски як замоне ман ба кори рангубор машғул будам, ман аниқ мефаҳмидам, ки ӯ аз ман чӣ мецоҳад ва иҷрои ин кор то чӣ андоза душвор хоҳад буд. Вале субҳи дигар ман барвақттар хеста, боз як қабати дигар ранг молидам ва хошия гузаронидам. Ман базӯр то омадани занам мунтазир шудам. Дар ёдам ҳаст, ки мо чӣ хел дар ин ошхона баъди он ки ман тамом кардам, бори аввал хӯроки нисфирӯзӣ хӯрда будем. Дотти маро ба

оғӯш кашида гуфт: „Азизам, ман медонам, ки ту намехостӣ ранг кунӣ, вале ин барои ман маънии зиёде дошт. Раҳмати калон ба ту“.

Шумо мебинед, ки Дотти инро чӣ хел қабул кард? Вай ҳис накарда наметавонист: „Чӣ хел боилтифот аст!“ Ёро орзую умед, ақидаҳо ва эҳтиёҷоти ман ба ташвиш меоранд. Ин таҷрибаи ҳаёти мо фоидаи калоне овард. Додугирифт, инчунин ба талаботҳои якдигар гӯш додан барои барпо кардани муносибатҳои наздики байниҳамдигарӣ тамоман зарур аст, вақте шумо як ҳастед.

Эммонз ва Стиннетт — ду нафар тадқиқотчиёне ки никоҳҳои муваффақиятнокро меомӯхтанд. Характеристикаи асосии зану шавҳарон дар ҷунин никоҳҳо он буд, ки онҳо „ба дигарон ғамхор мебошанд, онҳо этиёҷотҳои дигаронро пайҳас мекунанд, фарқиятҳои онҳоро ҳурмат мекунанд, ҳиссиёти онҳоро ба назари диққат мегиранд, худро дар ҷои дигарон мегузоранд“. 2500 зану шавҳаронро омӯхта, д-р Люис Терман одамеро, ки дар никоҳ метавонад хушбахт бошад, ҷунин тасвир мекард:

„Ё тайёр аст бо дигар одамон ҳамкорӣ кунад. Вай бо роҳбарони худ муносибати хуб дорад. Вай бо касоне ки аз мартабаи ӯ паस्तтаранд, меҳрубон ва раҳмдил аст ва ҳамеша тайёр аст, ки ба ҳар як каси ба бадбахти афтода ёрӣ расонад (аз тарафи ман ҷудо карда шудааст — Ҷ.М.).

Ана тасвири одаме ки баръакси одами аввала аст ва пеш аз ҳама шарикӣ бадбахт дар занашӯӣ аст: вай ба худ ва ба муносибатҳои бо ҷамъият доштааш боварӣ надорад ва одатан худро аз дигарон пасттар ҳис мекунад. Бо вучуди ин, вақте ки дар вазифаи роҳбарикунанда бошад, ба «босс» будану ба дигарон ҳукмфармой кардан моил мешавад. Вай аз дигарон фармон гирифтано дӯст намедорад ва дар мусобиқаҳо иштирок кардано бад мебинад, барои он ки вай бой дода наметавонад. Вай ба инкор, шикоятҳои ҳамешагӣ ва зиддият ба ҳар як ҳокимият майл дорад“.

Ҳуқуқи дӯстдошта будан

Яке аз порчаҳои бузургтарин аз ҳамаи порчаҳои, ки ягон вақт дар бораи муҳаббат навишта шудаанд, дар бораи ғамхорӣ нисбати хоҳишҳои шахси дӯстдошта мегӯяд: „[Муҳаббат]... нафъи худро толиб нест“ (1 Қўринтиён 13:5).

Имрӯзо дар бораи „ҳуқуқҳо“ бисёр гап мезананд. „Ман ҳуқуқ дорам ва ман меҳомам исрор карда, ба онҳо муваффақ шавам“ — имрӯз ин хислати муқаррарӣ аст. Чунин муносибат муҳаббат ва наздикиро захмдор мекунад, барои он ки дар ин ҳолат ба навбати аввал гузоштани эҳтиёҷоти ягон каси дигар душвор мешавад. Ҳавворӣ Павлус дар бораи масъалаҳои ҳуқуқ ва вазифаҳо дар 1 Қўринтиён (7:3,4) меғўяд: „Бигзор шавҳар вазифаи занашўиро нисбат ба зани худ ба ҷо оварад; ҳамчунон завҷа нисбат ба шавҳари худ. Завҷа ба ҷисми худ ихтиёрдор нест, балки аз он шавҳар аст; ҳамчунин шавҳар ихтиёрдор нест, балки аз он завҷа аст“.

Павлус боз инро қайд кардааст, вақте ки навишта буд: „Ва ҳар яке на танҳо дар бораи худаш, балки дар бораи дигарон низ ғамхорӣ намояд“ (Филиппиён 2:4).

Дар китоби „Доми муҳаббати ҳаёлпарастона“ нависанда Х. Г. Зироф мепурсад: „Ҳақ будан барои шумо чӣ қадар зарур аст? Оё шумо омўхтаед, ки ба шарикатон иҷозат диҳед, то ҳиссиёти шахсии худро дошта бошад, ҳатто агар шумо ба ақидаҳои гуфташуда норозӣ ҳам бошед ва шояд хеле ҳам?“

Зебогии ботинии ҳар як шарик, ки ба эҳтиёҷот ва хоҳишҳои дўстдоштааш ҷавоб медиҳад, дар муносибатҳои солими типӣ „додан-гирифтани“ дида мешавад, ки барои гирифтани қаноат аз муҳаббат, никоҳ ва алоқаҳои ҷинсӣ хеле зарур аст. Калиди сохтмони ин муносибатҳо диққат, ғамхорӣ ва бо созишҳо тайёр будан аст.

Дотти ба хотир меорад, ки вақте мо моҳи асалини худро дар Мексика меғузарондем, ман хостам филмеро тамошо кунам. Вай тамоман хоҳиши тамошоӣ филмро надошт, чунки ў забони испаниро намедонист. Ба болокорӣ филм дар кинотеатри кушода нишон дода мешуд, ки он ҷо аз ҳашарот пур буд, ва Дотти онҳоро бад мебинад. Аммо ман бисёр меҳостам ин филмро тамошо кунам ва ў гузашт кард. Шояд ў якумин маротиба фаҳмид, ки дар никоҳ мо бояд ба созиш кўшиш кунем ва на ҳамеша ба гапи худ исрор кунем. Лаҳзаҳои мешаванд, ки фикрҳои ҳархеле ба миён меояд ва дар ин ҳолат як нафар бояд гузашт кунад ва хурсандии ҳамроҳашро аз хурсандии худ авлотар донад.

Вақтхушӣ — он соҳаест, ки моро лозим омад, то бо ҳамдигар мувофиқ шавем ва ғамхорӣ карданро омўзем. Табъу салиқаи мо қатъиян фарқ мекунад. Чӣ хеле ки Дотти мефаҳмонад: „Филмҳо ва намоишҳои телевизионӣ, ки ба Ҷош маъқул аст — вестернҳо, нақл дар бораи ҷосусон, қатлҳои пурасрор. Аммо ба ман саргузаштҳо дар бораи муҳаббат, нақл дар бораи одамон — ҳамаи он чизе ки ба

муносибатҳо дахл дорад, маъкул аст. Одатан ӯ муваффақ мешавад, ки маро ба тамошои филми муайян розӣ кунад, ба ҷои он ки ман ягон чизи дигарро тамошо кунам. Бо вучуди ин ӯ якчанд маротиба маро ба Сан-Франсиско, барои тамошои балет бурд, ки ин қадами ҳайратангезе аз тарафи ӯ буд, зеро ки ӯ ҳудаш ҳеҷ гоҳ ба балет намеравад.

Дар заносӯй бояд дода ва гирифта тавонӣ. Баъзан ба шумо чунин менамояд, ки фақат медиҳед ва баъзан — фақат мегиред. Одатан яке дигарашро ҳамвазн мегардонад“.

Соҳаи дигаре, ки табъҳои мо фарқ мекарданд, варзиш буд. Ягона намуди варзиш, ки Дотти самимона дӯст медошт ва тамошо мекард, бейсбол буд. Ӯ ҳаводори „Ред Сокс“ аст. Ва ана ӯ ба марде ба шавҳар мебарояд, ки ҳар як бозии варзишро тамошо мекунад — ғайр аз бейсбол. Ман ҳаводори „Даллас — Ковбойз“ мебошам. Зани ман дар оилае тарбия ёфтааст, ки дар он футбол афзалият надорад. Вале ӯ ба ҳулосае омад, ки бо футбол ҷӣ хеле даркор аст, шинос шавад, ман бошам ба бейсбол шавқ пайдо кардам. Мо қарор додем, ки маҳдуд нашавем ва ҳар кас бо роҳи худ наравад, балки кушиш кунем қарори умумие ёбем, ки ба ҳар дуямон фоида орад.

Баробарӣ дар созиш

Дэйвид Богарт дар ақди никоҳ 47-сол зиндагӣ карда, менависад:

„Чунин мешуд, ки ман қочқороеро медидам, ки аз дур ҷун як дарахт менамуданд, аммо ҷун наздиктар мешудам, ман ду танро медидам, ки гӯё якранг буданд. Ҳар яке ба дигаре гузашт мекард ва мувофиқат мекард. Ва чунин таассуроте мегузошт, ки гӯё як дарахт бошад, ҳарчанд дар ҳақиқат ду дарахти гуногун буданд. Ду одами ба ақди никоҳ пайваستшуда метавонанд ҳамин тавр бо якдигар мувофиқат кунанд, ки ягон каси онҳо ягон чизи ҳаётан зарурро аз даст намедихад, ва ҳамин тавр зиндагиро созанд, ки ду шахсият — ҳар кадомаш беҳамто, бояд имконияти инкишофёбиро бе зӯрварӣ нисбат ба якдигар дошта бошанд. Бояд зану шавҳар диҳанд ва гиранд, то ки яке ба дигаре баробар бошад, дар айни ҳол хусусиятҳои шахсии худро нигоҳ доранд. Агар ягон кас фикр кунад, ки ин меҳнати душвор нест, ӯро маъюсии саҳт дар пеш аст“.

Саволҳо барои мулоҳиза

- Ба „ҳокимият“ аксуламали мусбат намудан чӣ маъно дорад?
- Барои чӣ ин дар муносибатҳои заношӯй зарур аст?
- Шумо чӣ тавр метавонед эътино кардан ба ҳокимият (нуфузу эътибор)-ро омӯzed?

Дар рӯзҳои мо гуфтугӯ дар бораи вичдони пок хандаовар менамояд. Вале агар шумо хоҳед, ки „худи ҳамон“ одам дар муҳаббат ва муносибатҳои оилавӣ бошед, мавҷуд будани вичдони пок дар гузашта муайянкунанда хоҳад буд. Аллакай аз ҳозир тарбия кардани ин сифатҳо дар ҳаёти худ ва муносибатҳои байниҳамдигарии шахсӣ имконият медиҳад, ки самараи бениҳоят бой дар муҳаббат ва занашӯӣ ба даст оред. Бисёр нағз аст ҳис кунӣ, ки ту ба муносибатҳои занашӯӣ, муҳаббат ва алоқаҳои ҷинсӣ бо вичдони пок меояӣ, ва донӣ ки ту Худоро дар ҳаёти худ афзалтар донистайӣ, на аз одамони дигар барои ҳаловати худ истифода бурдаӣ.

Бо гузашти солҳо барои инкишоф ва фаҳмиши он ки чӣ тавр муносибатҳоро барпо кунем, вақт талаб карда мешавад, ва ҳар яки мо нақшаи муайяни рафторро тартиб медиҳад. Онҳо аксуламалҳои одатии шуморо муайян мекунанд ва онро, ки шумо ба дигар одамон чӣ гуна муносибат мекунед. Барои ҳамин муҳаббати хуб дар ҳаёти шумо — асосан натиҷаи силсилаи муносибатҳои хуби байниҳамдигарӣ мебошад. Бе муҳаббат махсус муносибати шумо дар гузашта чӣ тавре буд, ҳамин тавр дар ҳозира ҳам мекунед. Ин муносибатҳои шуморо ба онҳо дар оянда ҳам муайян мекунад. Ана барои чӣ шаклҳои солими рафтор ва муносибат дар давраи вохӯриҳо ин қадар зарур аст. Шумо асоси муносибатҳои никоҳиро барои тамоми ҳаёт мегузоред.

Агар дар ҳаёти шумо одати аз одамон барои ҳаловати шахси худ истифода кардан тарбия ёфта бошад, муҳаббати шумо чӣ қадар ки солим набошад, шумо дар никоҳ пурра тағйир намеёбед. Таҷрибаи ҳаёти муҷаррадонаи шумо яқоя бо шумо ба никоҳ меояд. Маросими ақди никоҳ ҳеҷ чизро ба таври мӯъҷизавӣ тағйир намедиҳад. Сифати муҳаббат дар ҳаёти шумо инъикоси сифатҳои ҳислати шумост. Вале ҳислатҳои шумо дар як рӯз ба шакли муайян надаромадааст ва дар як рӯз ба як шакл намендарад.

Ду принципи пешбаранда

Барои давраи ишқварзӣ чиро шумо қоидаи тиллоӣ меномидед? Ман инро чунин тасвир медиҳам: хангоми вохӯрӣ шумо бо мард ё зан

чунон муносибат кунед, ки худатон меҳостед, то ягон кас ба мард ё зане ки шумо ягон вақт ба ақди никоҳ медароед, чунон рафтор кунед. Баъди он ки ман масеҳӣ шудам, ман инро шартӣ пешбарандаи худ дониستم.

Шумо ба одаме, ки бо ӯ воমেҳӯред, чӣ хел муносибат мекунед? Оё шумо меҳохед, ки ягон кас ҳамин тавр бо ҳамсари ояндаи шумо муносибат кунед? Ё шумо дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ ҳамон тавр бешараф будед, ки меҳостед касе бо шахсе ки бо вай ақди никоҳ мебандед, бешарафона рафтор кунед?

Ман мебинам, ки имрӯз бисёр одамон бо тайёри алоқаи ҷисмонии худро то ба никоҳ даромадан ҳақ баровардани мешаванд. Бо вучуди ин чӣ хеле ки Ҳерберт Ч. Майлз дар китоби худ „Фаҳмиши ҷинсӣ то никоҳ“ нишон медиҳад:

„Барои мантиқаи асоснок кардани муносибатҳои ҷинсии то никоҳ, мард бояд ҳуқуқи ҳар мардро дар алоқаи ҷинсӣ бо модараш то ба шавҳар баромадани ҳақ шуморад. Мард бояд ҳуқуқи ҳар мардро дар алоқаи ҷинсӣ бо хоҳараш то ба шавҳар баромадани ва ҳуқуқи ҳар мардро дар алоқаи ҷинсӣ бо духтараш то ба шавҳар баромадани ҳақ шуморад“.

Агар мо як намуди муносибатҳои ҷинсии то никоҳиро дуруст шуморида натавонем, чӣ хел мо метавонем гӯем, ки намуди дигар табиӣ аст? Ин ғайри мантиқ аст ва вичдони мо инро медонад. Онҳое ки шахвати тоникоҳиро дар асоси он ки „ин хуб аст, агар ту дӯст дорӣ“ тарафдорӣ мекунанд, танҳо нишон медиҳанд, ки онҳо муҳаббатро чӣ хел кам мефаҳманд. Оё шумо ягон касро вичдонан дӯст дошта, дар ҳамон вақт ўро маҷбур карда метавонед, ки ба муносибатҳои никоҳии якумра бо вичдони нопок дарояд? Ман ҳамеша меҳостам, то имконият дошта бошам, ки рост ба ҷашмони духтаронам нигоҳ кунам ва ба онҳо гӯям, ки ба он умед дорам, ки мардҳое ки бо онҳо воМЕХӯранд ва ба онҳо ба шавҳар мебароянд, бо онҳо ҳамон тавр муносибат мекунанд, ки ман бо модари онҳо муносибат мекунам.

Шартӣ дигари пешбарандаи ман дар вақти вохӯри чунон рафтор кардан буд, ки ман хоҳам зани ояндаи худро бо он заноне ки пештар бо онҳо воМЕХӯрд, шинос кунам. Имрӯз ман хурсандам, ки ин ақидаро тарафдор будам. Зане ки ман бо ӯ дар давоми зиёда аз 3 сол воМЕХӯрд ва қариб ба занӣ гирифта будам, яке аз дугонаҳои бехтарини занам шуд.

Шумо метавонед гӯед, ки ана ман намунаи некирдории ҳаққонӣ набудам. Ман акнун чӣ кор кунам? Азоб кашам? Дар бораи никоҳ

фаромӯш кунам? Не, ин на он чизест, ки Худои бахшоянда аз шумо мунтазир аст. Зарурати овардани ҳисси гунаҳкорӣ ба муносибатҳои нав нест. Баъзан роҳи ягонаи пок кардани вичдон бозгашт ба гузашта ва илтиҷо дар бораи бахшидани хатоҳои пешина мебошад.

Дар китоби худ „Ҳаёти якҷояи шумо“, Элоф Г. Нелсон масъалаҳои ҳалталаберо муҳокима мекунад, ки сабабгори онҳо ҳисси гунаҳкорӣ буда метавонад.

„Боз ва боз одамоне ки ба ман бо масъалаҳои чуқуртарини худ муроҷиат мекунанд, нақл мекунанд, ки онҳоро ҳисси гунаҳкорӣ ва шарму ҳаё барои хатоҳои пешина таъкиб мекунад. Ҳарчанд онҳо медонанд, ки Худо онҳоро бахшидааст, чунин менамояд, ки ҷарроҳие барои дур кардани доғи захми эҳсосоти шахсӣ вучуд надорад. Барои ҳамин ҳам мо бояд худро хотиррасон кунем, ки мо дар бахшоишҳои ҳаррӯза зиндагӣ мекунем, ва фаҳмем, ки мо ба воситаи имон ба Худои меҳрубон бахшида шудаем. Хатоҳои пешина аз тарафи Худои меҳрубон бахшида шудааст ва қабули шахсии бахшиш метавонад ба воситаи боварии эҳёшуда ба худ ба даст оварда шавад. Ҳаёти масеҳӣ ба факти бахшиш нигоҳ дошта мешавад, зеро ки ҳақиқати бахшоиш асоси ҳаёти масеҳӣ мебошад“.

Дар илова ба хоҳиш ва қабули бахшоиши Худо барои гузаштаи худ, шумо бояд худро самимона бубахшед ва қабул кунед. Аз он сабаб ки шумо гузаштaro тағйир дода наметавонед, барои он миннатдор бошед, ки ин қисми ҳаёти шумо тамом шудааст ва Худо қудрате дорад, ки дар ҳаёти масеҳии шумо ҳамаро аз нав созад. Шумо метавонед вичдони покро соҳиб шавед, новобаста ба он ки то чӣ андоза ба шумо таҷрибаи ҳаётии пештараатон нодуруст менамояд.

Асрорҳоро кушода

Бисёр ҷуфтҳо баъди он ки дилбастагии ҳиссии дутарафаро ҳис кардаанд, барои маслиҳат ба назди ман омада боз ва боз мепурсанд: „То чӣ андоза ман метавонам бо одаме ки дӯст медорам, дар бораи гузаштаам нақл кунам?“ Ин масъала дар бисёриҳо боиси безобитагӣ ва фикрҳои зиёд мегардад. Маслиҳати ман — худро барои нақл кардани ҳама чиз вазифадор ҳис накунад. Агар шумо донед, ки шуморо дӯст медоранд ва чӣ хеле ки ҳозир ҳастед, қабул мекунанд — муҳаббати шумо — беҳатарӣ аст. Бо вучуди ин, агар рӯйдодҳои гузаштаи шумо

тавонанд ҳар яки шуморо барои аз нав дида баромадани муносибатҳои байниҳамдигарӣ маҷбур кунанд, пас шумо дар заминаи ноустувор мебошед.

Чавоне бо номи Крис дарёфт, ки бояд ин масъаларо ҳал кунед. Нақли ӯро гӯш карда, ман тақлиф кардам, ки баъзе хатоҳои яқинро ба арӯсаш нақл накунад, агар сабаби хомӯшӣ тарси он набошад, ки равшанкунии гузашта ба муносибатҳои байниҳамдигарӣ ва ба муҳаббати ӯ ва муносибатҳо нисбати ӯ таъсири манфӣ мерасонад. Агар ин тарс сабаби ҳақиқӣ барои пинҳонкунии хабарҳо бошад, ман ба ӯ маслиҳат медиҳам, ки ба арӯсаш гузаштаи худашро гуфта диҳад ва муҳаббати худро санҷад. Агар ин мард ба арӯси худ ошкоро пурра гузаштаи худро нақл карда натавонад, тарс ӯро таъқиб кардан мегирад.

Дэйвид Мейс дар китоби „Ба никоҳ тайёр шуда истода...“ якчанд мулоҳизаҳои иловагӣ дар ҳамин маврид меорад:

„Ман ба шумо қоидаи оддиро оиди эътирофҳо пешниҳод мекунам. Агар шумо ҳис кунед, ки бояд он корхоро кунед ва тамоман боварӣ доред, ки инро ба тавре мекунад, ки ноумедии шарикатонро намеоред, дар он вақт — ба пеш! Вале агар шумо шубҳа дошта бошед, бо чунин нақша кор кунед. Аввал рафта пурра ба ягон касе ки ӯро ҳурмат мекунад ва ба ӯ бовар мекунад, иқрор шавед ва муҳокима кунед, ки оё ба одаме ки шумо ақди никоҳ бастаниед, иқроршавӣ хуб мешавад. Агар шумо ҳар ду бо қарори ин корро накардан розӣ бошед, пас шумо бояд ба ҳулосае оед, ки ин масъалаҳо шуморо ба ташвиш намеоранд. Шумо тайёрии худро барои нақл кардан нишон додед ва ин аз ҳама асосӣ аст. Агар баъди якчанд вақт далелҳо маълум гарданд ва ҳамсаратон пурсад, ки барои чӣ иқрор нашудед, шумо ҷавоб медиҳед, ки шумо пурра тайёр будед ин корро кунед ва дар ҳақиқат ба якчанд кас аллакай нақл кардаед (номашонро гуфта метавонед). Баъд шумо мефаҳмонед, ки иқроршавиро аз шарикатон барои он пинҳон кардед, ки дар он лаҳза ин рафтори аз ҳама дуруст менамуд“.

Инро дар хотир нигоҳ доред: вичдони пок — ин мисли катони тоза ва ба таври муносиб тайёр кардашуда аст, ки дар болои он Худо бояд шохасари худро нависад, ки Ӯ меҳодад ҳаёти шуморо ба он табдил диҳад. Агар болои катон чиркин бошад ё тасвирҳои гузаштаи расоми пешина тоза карда нашуда бошад, ба катон душвор мешуд ҳамоне бошад, ки чашмони Рассоми Бузург онро мебинад.

Саволҳо барои андеша

- Дар ҳаёти шумо чӣ сирре ҳаст, ки шайтон барои фишор додан ба шумо истифода мебарад?
- Шумо аз ин сирр чӣ тавр халос шуда метавонед?

Муносибатҳои байниҳамдигарии шахсии шумо бо Худо бешубҳа барои пайдоиш ва нигоҳ доштани муҳаббат, ақду никоҳ ва муносибатҳои ҷинсии шумо таъсир мерасонанд. Барои ҳамин яке аз муҳимтарин талаботҳо барои „ҳамон одам“ шудан бояд ҳаёти комил ва рӯҳан инкишофёбанда бошад.

Боре марди озурдашудае аз ман пурсид: „Омили аз ҳама зарур дар никоҳи бомуваффақият чӣ мебошад?“ Ман ҷавоб додам, ки дар никоҳи ману Дотти омили асосӣ муносибатҳои шахсии ҳамдигарии ман бо Исои Масеҳ аст. Чунин ҷавоб ӯро ҳайрон кард. Дар он вақт ман гуфтам, ки ҳар як зану марде ки ба муносибатҳо назари дуруст дошта, рӯҳан наздик мешаванд, соҳиби ҳаёти бехтарини ҷинсӣ магарданд. Ин ҳам барои масеҳиён ва ҳам ғайримасеҳиён як хел одилона аст, барои он ки дар байни наздикии рӯҳӣ ва ҳаловати ҷинсӣ монандии бузурге мавҷуд аст.

Ҳангоме ки Масеҳ дар дили шумо меҳнат мекунад, шумо одамонро тавре мебинед, ки онҳоро Худо ҳамон тавр мебинад. Худо одамро ба қадри кофӣ зарурӣ ҳисобид, то ки писари ягонаи Худо ба рӯи салиб барои кафорати гуноҳҳои одаминод фириштад. Ҳамин ки мо бо чунин нуқтаи назар ба арзандагии шарикамон розӣ мешавем, ҳаёти мо ба таври қуллӣ тағйир меёбад: масеҳӣ боварӣ дорад, ки ҳар як шахс баҳои ҳаққонии худро соҳиб аст. Ҳамин тавр, одам дар навбати аввал на ҳамчун объекти шаҳват, балки ҳамчун касе дида баромада мешавад, ки ба ӯ бояд бо иззату ҳурмат ва бо арзандагӣ муносибат кардан даркор аст, барои он ки Худованд дар ин одам арзандагии абадӣ дохил кардааст. Ин ақидаҳо ба даруни шумо даромада метавонанд ба таври аз ҳама мусбат узви аз ҳама асосии ҷинсӣ — майнаи шуморо аз сари нав барномасозӣ кунанд.

Рӯҳониятро таҳқиқ карда

Оё мавқеи маро тадқиқотҳои саҳтгири илмӣ дастгирӣ мекунанд? Биёед ба натиҷаи баъзе тадқиқотҳо менигарем.

Ду ҷамъиятшинос, д-р Пол Эммонз, ассистенти профессори факултаи тадқиқотҳои сотсиологӣ ва инкишофи оила ва бачагӣ дар Донишгоҳи

штати Чорция ва д-р Ник Стиннет, профессор ва декани факултаи инкишофи одам ва оила дар Коллеҷи иқтисодиёти хонагӣ дар назди Донишгоҳи штати Небраска намуди одамонеро омӯхтанд, ки дар никоҳҳои хушбахти тадқиқшуда муносибатҳои аз ҳама бехтарини оилавӣ доранд. Яке аз хусусиятҳои асосии ба чунин оилаҳо хос — он буд, ки „онҳо рӯхонияти амиқ“ доранд.

Д-рҳо Лорна ва Филипп Саррел, сексологҳо ва омӯғорони Мактаби тиббии Донишгоҳи Йель 26-ҳазор нафар зану мардонро барои ҳисобот оиди шахватпарастии занон таҳқиқ карданд. Натиҷаҳо алоқаи зичи „байни қувваи ҳиссиёти динии зан ва қобилияти гирифтани ҳаловат аз ҳиссиётҳои ҷинсии ўро нишон доданд“. Онҳо ба ҳулосае омаданд, ки „занҳое ки ҳиссиёти аз ҳама баланди динӣ доранд, одатан ҳаёти ғайбонаи ҷинсӣ мебаранд“. Ҳамин тавр „занҳое ки ақидаҳои саҳти зиддидинӣ доранд, номзадҳои эҳтимолии муносибатҳои ҷинсии бадбахтона будаанд“.

Пурсиши хонандагони маҷаллаи „Макколз“ оиди муносибатҳои маҳрамонаи байни зану мард нишон дод, ки „занони имондор — онҳое, ки дар бораи дар ҳаёти худ вучуд доштани Худоро медонанд, — нисбат ба дигарон кам фишурдашуда ва бисёртар кушодаю гарм ҳастанд“.

Баъд ду профессор аз Донишқадаи политехникӣ ва Донишгоҳи штати Вирҷиния Майкл Ч. Спораковски ва Чорч А. Хюстон барои фаҳмида гирифтани он ки онҳо чиро омили аз ҳама зарур барои никоҳҳои хушбахт меҳисобанд, аз ҳамсароне ки 50 сол ва зиёда аз он хонадорӣ кардаанд, пурсиданд. Яке аз супоришҳо барои пурсидашавандагон ин буд, ки „он чиро ки ба дастурамали никоҳи хушбахтона дохил мешавад, номбар кунед“.

Ҳам шавҳарон, ҳам занон аз ҷиҳати дараҷаи зарурат динро ба қатори 5-оми аввал дохил кардаанд. Дар баробари ин занҳо онро рақами 1 номидаанд, ба сифати маҳаки меъёр барои никоҳи хушбахтона ва ҳатто онро аз муҳаббат болотар гузоштаанд! Дар мусоҳиба мутахассиси тиб оид ба оила, д-р Роберт Б. Тэйлорро пурсиданд, ки оё дар тараққиёти муносибатҳои занашӯй дин зарур аст. Д-р Тэйлор ҷавоб дод, ки „ҳамсарони аз ҷиҳати динӣ ғайб одатан никоҳҳои оромтар доранд“.

Дар натиҷаи кори ду олим д-р Ник Стиннет ва Чон Дефрейн (ҳар ду аз Донишгоҳи штати Небраска), ки тадқиқи асосҳои оиларо гузарониданд, баромад карда, Дэйвид Милофски дар журнали „Редбук“ менависад:

„Яке аз элементҳои ҳайратангези тадқиқи миллии асосҳои оила дараҷаи баланди тамоюли динӣ дар байни оилаҳои иштироккунанда буд. Бисёриҳо (ҳарчанд ки на ҳама) ба калисо

мерафтанд ё ба каниса (синагога), дар дигар чорабиниҳои динӣ иштирок мекарданд ва мунтазам дуо мекарданд ва бо тамоми оила Китоби Муқаддас меҳонданд. Д-р Стиннет аз тадқиқоти дигари дар давоми 50-соли охир гузаронидашуда дарак медиҳад, ки он алоқаи мустаққаи байни дин ва пешрафту хушбахтиро дар тамоми ҷабҳаҳои ҳаёт, на танҳо дар соҳаи оилавӣ ошкор кардааст. Барои ҳамин тааҷҷубовар нест, ки ҳаёти умумии динӣ асоси ҷадвали умумии арзишхоро ва ҳисси пуррагиро дар дохили оила таъмин мекунад. Стиннет дар бораи он меғӯяд, ки ҳарчанд тадқиқотҳои асоси оила нишон ҳам намедиханд, ки боварӣ ба Худо шартӣ зарурии хушбахтии оилавӣ аст ва он маъноро надорад, ки оилаҳои бедин хушбахт буда наметавонанд, аён аст, ки дин метавонад сарчашмаи асосии қувва ҳам барои оила, ҳам барои шахсони алоҳида гардад“.

„Ин тасодуфӣ нест, — менависад ҷамъиятшинос д-р Эвелин Дювалл, — ки чӣ тавре ки тадқиқотҳо нишон медиҳад, шумораи бештари ҳамсароне ки дар калиса никоҳ карда шудаанд, назар ба онҳое ки аз акдии никоҳи граждони гузаштаанд, бо ҳам меистанд; онҳо бо мақсадҳои умумӣ ва арзишҳои дини худ ҳамфикр ҳастанд“.

„Чикаго Трибюн“ ҳисобот дар бораи натиҷаи пурсиш дар бораи афзалияти шахвониро оварда расондааст. 100-ҳазор хонандагони журнали „Редбук“ меғӯянд: „Бо пайдарҳамии аҷоиб маълум мегардад, ки чӣ қадар эътиқодҳои динии зан мустақкам бошад, ҳамон қадар аз хурсандии ҷинсии никоҳ пурра ҳаловат мебарад“. Баъд дар ҳисобот қайд карда мешавад, ки „ҳаловати шахвонии баландтари зани диндор метавонад зухуроти хушбахтии умумии зиёд дар ҳаёт ва дар тамоми муносибатҳо бошад“.

Рӯҳоният ва шахвоният

Барои чӣ ақидаҳои амиқи динӣ чунин таъсири мусбат ба муҳаббат, никоҳ ва алоқаҳои ҷинсӣ доранд? Ҷамъиятшинос д-р Херберт Ч. Майлз дар китоби „Фаҳмиши ҷинсӣ то никоҳ“ ҷавоб медиҳад:

„Се равиҳои назария ҳастанд, ки метавонанд ба ин савол рӯшноӣ андозанд. Аввалан, мо чунин меҳисобем, ки принципҳои асосии масеҳиён ба ҳаёти хуби ҷинсӣ мусоидат мекунанд. Масеҳият меомӯзад, ки дар соҳаи муносибатҳои байнишахсии одамон (1) дар шахсиятҳо қадру қимат ва манзалат вучуд дорад; (2)

мо бояд ҳуқуқи ҳамаи одамонро ҳурмат кунем; (3) моро бояд худқурбонкунии бетамаъ тавсиф диҳад; (4) мо бояд бо якдигар меҳрубон бошем ва якдигарро фаҳмем; (5) мо бояд бо дигарон пуртоқат бошем ва бо таънаю сарзаниш ё танқид саросема нашавем; (6) мо бояд дар бораи хушбахтӣ ва гулгулшукуфии дигарон ғамхорӣ кунем; (7) мо бояд бори вазнинии якдигарро бардорем; (8) мо бояд худназорат ва интизоми худро дар амал ҷорӣ намоем. Ҳамон замон равшан мегардад, ки ин қоидаҳои масеҳиён принципҳои асосӣ барои мувофиқшавии хуби шахвонӣ мебошад.

Аз тарафи дигар, баъзе хусусиятҳои одам вучуд дорад, ки ба ҳаёти хушбахтонаи ҷинсӣ ҳалал мерасонад, ба мисли (1) худпарастӣ, (2) бетоқатӣ, (3) беаҳамиятӣ ба эҳтиёҷот ва ҳуқуқҳои дигарон, (4) саросемагӣ дар маҳкумкунӣ ва мазаммаatkунӣ, (5) ба омӯхтан хоҳиш надоштан, (6) қонеъ гардондани хоҳишҳои якҷаҳзаина. Фаҳмост, ки ин — ҳислатҳои масеҳиён нест. Метавон бо боварӣ тасдиқ кард, ки идеалҳои масеҳиён калидест ҷӣ ба никоҳи хушбахтона, ҷӣ ба ҳаёти ҷинсии ҳаловатбахш.

Дуём, тадқиқотҳои мо нишон медиҳанд, ки масеҳият мувофиқшавии ҷинсиро дар никоҳ имконпазир мегардонад.

Аз 151 ҳамсарон дар тадқиқотҳои мо 98% аъзоёни калисо, 83% шавҳарон ва 96% занон дар кӯдакӣ ё ҷавонӣ ба мактаби якшанбегӣ мерафтанд, 76% шавҳарон ва 79% занон муаллимони мактаби якшанбегӣ буданд, 73% мунтазам 1/10 ҳиссаи маоиши худро ба калисо медоданд, 86% Китоби Муқаддасро меҳонданд ва дар шаби никоҳ бо овози баланд дуо мекарданд, 90% мунтазам хизматгузориҳои оилавӣ ба Худовандро мегузaronданд, 90% пеш аз хӯрок дуо мекарданд, 96% шавҳарон ва 93% занҳо дуоҳои дар назди умум дар ҷорабиниҳои калисо мегузaronиданд.

Бо боварии том гуфтан мумкин аст, ки 90 то 95% иштироккунандагон ни пурсиш масеҳиёни қавии ғайбӣ буданд. Дар хотир гиред, ки аз байни ин ҳамсарон дар никоҳ дар муносибатҳои ҷинсӣ 78% дар давоми як ҳафта, 12% дар давоми 2-моҳ, 6% — фақат дар охири моҳи сиюм мувофиқат карданд. Баъди он ки ҳамсарон дар никоҳ аз 6-моҳ то 1-сол зиндагӣ карданд, 96% занҳое ки ба шахват мувофиқ шудаанд, тасдиқ кардаанд, ки ба онҳо муяссар шуд, ки оргазмро ҳама вақт ё дар бисёрии ҳолатҳо ҳис кунанд.

Ғайр аз ин, дар давоми ҳамон муддат 41% ҳамсарон қайд карданд, ки зану шавҳар якҷоя дар бисёр ҳолатҳо орғазмро ҳис карданд, ва 38% орғазмро якҷоя баъзан ҳис карданд. Ин дараҷаи мувофиқшавӣ нисбат ба дигар тадқиқотҳо зиёдтар аст. Агар ҳаёти масеҳӣ майли ба мувофиқшавии оддии ҷинсӣ монёӣ шудан дошта бошад, пас дараҷаи баланди мувофиқшавии иштирокчиёни тадқиқотро чӣ хел шарҳ диҳем? Ҳарчанд ки мо инро пурра тасдиқ карда наметавонем, вале чунин менамояд, ки дар тадқиқотҳои мо алоқаи байни арзишҳои масеҳӣ ва мувофиқшавии ҷинсӣ дида мешавад. Дар он исботи муайяни он ки арзишҳои масеҳӣ ба мувофиқшавии хуби шахвонӣ монёӣ мешаванд, нест.

Баъзе муаллифоне ки масеҳиятро танқид мекунанд, ба он киноя мекунанд, ки ҷавононе ки худро ба идеалҳои масеҳӣ бахшидаанд, никоҳро ба нақша гирифта, дар бораи шахват объективона гап зада наметавонанд. Тадқиқоти мо нишон медиҳад, ки ин назария дурӯғ аст. 91% ҳамсарон хабар доданд, ки онҳо ҷузъиёти батафсиلى шахват ва муносибатҳои шахсиро то никоҳ вичдонан муҳокима карданд. 97% дар бораи шахват як моҳ пеш аз никоҳ ҳамин тавр сӯҳбат гузарониданд.

Сеюм, тез-тез масеҳиёро ба тасаввуротҳои дурӯғ оиди шахват гуноҳкор месозанд. Дар ҳолате, ки ин тасаввуротҳо дар ҳақиқат ба таълимоти масеҳӣ-яхудӣ дар бораи ҳаёти ҷинсӣ муқобил аст. Ба сифати намуна ҳамсарони сисола, волидони серфарзандро, ки аз ҳам дилмонда шудаанд ва ҷудо шуданианд, овардан мумкин аст. Хонума Н, модари зан, ба назди шубони оила омад, то ки аз ӯ барои пешгирии талоқ ёри пурсад. Сабабҳои имконпазири муноқишаи байни ҳамсаронро тадқиқ карда, дар охир шубон ба он мароқ зоҳир кард, ки ҳамсарон ҳаёти муқаррарии ҷинсӣ доштанд ё не. Хонум Н чунин гуфт: «Ман меҳоям, то бидонед, ки ман ба ҳамсарам масеҳӣ ҳастаам. Ҳангоме ки фарзандони ман таваллуд шуданд, ман бо шавҳарам хобкуниро бас кардам (онро дар назар дорад, ки муносибатҳои ҷинсиро анҷом доданд). Вақте ки фарзанди сеюми духтарам таваллуд шуд, ман ба ӯ фармудам, ки бо шавҳар хоб карданро бас кунад. Ў бо шавҳараш дигар дар давоми 5 сол хоб накард. Ҷаноб, ман меҳоям шумо донед, ки ҳамаи ин гуфтугӯҳо дар бораи шахват — шаъни масеҳиро паст мезанад». Ҳамсарон ҷудо шуданд.

Ҳар як шахси соҳибмаълумот медонад, ки ақидаҳои хонума Н ғайримасеҳӣ ва фосид буданд. Аз масеҳиён барои ақидаҳои хонума Н ҷавоб талаб кардан ба он монанд аст, ки аз илми тиб барои тасаввуротҳои соддаи одамон дар бораи сабабҳо ва таъбати касалиҳо ҷавоб талаб кунем“.

Маро ба яке аз донишгоҳҳои Ҷануби Ғарб даъват карданд, ки барои дар назди донишҷӯёне ки шахватпарастии одамонро меомӯзанд, баромад кунам. Ман аз як донишҷӯи ин гурӯҳ китоби дарсиашро қарз гирифтам. Китобро варақ зада, ман бо ҷумлае вохӯрдм, ки донишҷӯ дар зераш хат кашида буд. Ман ба он чӣ ки хондам бовар карда наметавонистам. „Ҳар як касе ки ақидаҳои динӣ дорад, эҳтимол ҳаёти нопурраи ҷинсиро аз сар гузаронад“. Ба ҷилдҳои далелҳои баръакси илмӣ нигоҳ накарда, муаллифони бедин ҷун пештара ин афсонаро паҳн мекунамд.

Нуқтаи назари маро аз назар гузаронед

Дар ин лаҳза шумо метавонед гуед: „Истед, маро бо статистика гарант накумед. Ман дар ҷаҳони реали зиндагӣ мекунам ва дар он бояд бо ҳамсарам муносибати хуб кунам“.

Иҷозат диҳед баъзе тасаввуротҳои шахсии худро барои баробарқунии статистикае, ки ман овардам, бо ҳам бинем. Дар муносибатҳои заношӯӣ зану шавҳар ба андозае, ки ба Масеҳ наздик шудаанд, ҳамон қадар ба якдигар наздик мешаванд. Иҷозат диҳед, ки ман онро бо секунҷаи баробарпахлӯ муқоиса кунам. Зану шавҳар ду кунҷи поёнӣ, Масеҳ бошад қулла. Агар ду кунҷи поёнӣ ба ҳамдигар наздик шудан хоҳанд, онҳо бояд ба наздикии қулла ҳаракат кунанд. (Барои фаҳмиши ояндаи ин ман ба шумо хондани асари „Ман бо ту хонадор шудаам“-ро ки Уолтер Тробиш навиштааст, тавсия мекунам.) Муносибатҳои байнишахсии ман бо Худо ба воситаи Исои Масеҳ ба ман ёрӣ расонданд, ки шавҳари бехтарин ва дӯсти бехтарини Дотти шавам.



Солҳои зиёде пеш аз ин, то он даме ки ман бо Дотти вохӯрдм, ман ба якчанд саволҳои аз ҳама душвори ҳаёт ҷавоб кофтанро сар кардам. Дар он ҷое ки ман ба воя расидам, бисёр одамони диндори худнамо буданд ва ман фикр кардам, ки шояд дин ҷавоби ин саволҳо бошад ва барои ҳамин аз дин сар кардам. Ман пагоҳӣ, нисфирӯзӣ ва бегоҳ бо дин машғул будам. Бо вучуди ин, ман шояд ба калисои нодуруст мерафтам, барои он ки дар ҳақиқат ҳам ман худро нисбат ба он вақте ки сар кардам, худро бадтар ҳис мекардам.

Баъд ман фикр кардам: „Майлаш, шояд маълумот ҷавоб бошад“. Ҷавони аз қорҳои ферма бохабар, ман медонистам, ки қаймоқ болои шир меистад. Бояд маҳз одамони соҳибмаълумот соҳиби хурсандиҳои ботинӣ, хушбахтиҳо, пурмаъноӣҳо ва ҳатто қуввае бошанд, ки барои озод будан лозим аст. Бо чунин ақидаҳо ман ба Донишгоҳ дохил шудам. Чӣ тавр рӯҳафтодагӣ барои одаме ки ҳақиқат ва мақсади ҳаётро мечӯяд!

Донишгоҳи нахустине ки ман дохил шудам, дар штати Мичиган буд ва ман дар байни омӯзгорону донишҷӯёни шахрчаи донишҷӯён аз ҳама номашхур будам. Ба ман ҷавобҳо даркор буданд. Ман муаллимро дар кабинетҳои нағзӣ нигоҳ медошам. Ба фикрам, баъзеи онҳо ҳамин ки миданд, ки ман омада истодаам, пардохоро маҳкам карда, ҷароғҳоро мекуштанд. Ба ман вақти зиёде лозим нашуд, то фаҳмам, ки бисёри ин омӯзгорону донишҷӯёни факултет масъалаҳои ҳалталаби бисёру маънии ками ҳаёт ва ноумедии аз ман бештаре доранд. Ва дар ҳақиқат омӯзгори ман аз назарияи иқтисодӣ метавонист ба ман гуяд, ки чӣ тавр барои зиндагӣ пул кор кунам, вале чӣ тавр беҳтар зиндагӣ карданро маслиҳат дода наметавонист.

Дар ин ҳолат, ман фикр кардам: „Шояд обрӯю эътибор ҷавоб аст“. Ба худ „шавқу ҳавасе ёбу ба он ҳаётро бубахш“. Дар Донишгоҳи мо одаме ки ҷилавро ба даст гирифта ва вазни зиёд доштанд, роҳбарони ҳаракатҳои донишҷӯён буданд, барои ҳамин ман номзидамро ба вазифаҳои гуногуни сиёсӣ пешбарӣ кардам ва маро интиҳоб карданд.

Дар шахрчаи донишҷӯён ҳамаро шинохтан, қарор қабул кардан, пули дигаронро барои мақсадҳои зарурии худ сарф кардан олимонам буд! Ман аз ин ҳаловат мебардам. Вале ҳар пагоҳии рӯзи душанбе аз хоб ҳамон одам шуда меҳестам. Одатан баъди шаби гузашта сарам дард мекард, ва ман ҳамеша як фикр дошам: „Ана боз ҳамон 5 рӯзи навбатӣ сар мешавад“. Ман гӯё рӯзҳои душанбе то ҷумъа базӯр тоқат мекардам; тамоми фикру зикри ман ба шабиниҳои ҷумъа, шанбе ва якшанбе банд буд. Ва рӯзи душанбеи оянда ин вазъияти беилоҷ сар мешуд.

Охиста-охиста ман асабониятро хис мекардагӣ шудам. Ман шубҳа дорам, ки донишҷӯёни бисёри Донишгоҳҳои мамлакати мо нисбат ба ман дар кӯшишҳои ёфтани ҳақиқат, қувват, маъно ва мақсади ҳаёт самимитар буданд ва бо ин ҳама ман инҳоро наёфтам.

Сарчашмаҳои умеди ҷовидонӣ

Тахминан дар ҳамин вақт ман як гурӯҳ одамонро дар шаҳрчаи донишҷӯён мушоҳида кардам. Онҳо бисёр набуданд — ҳамагӣ ҳашт донишҷӯ ва ду омӯзгор, аммо чизе дар ҳаёти онҳо аз дигарон фарқкунанда мушоҳида карда мешуд. Чунин менамуд, ки онҳо гӯё медонанд дар ин ҳаёт ба кучо раванд, ва ин ғайримукаррарӣ буд. Бисёр одамон дар ҷамъияти мо ба одаме монанданд, ки ман дар Донишгоҳи Чикаго дида будам. Ё дар ҳудуди Донишгоҳ (аз афташ ҳафтаи бақайдгирӣ буд) дар тахтапушташ як шиори калон овехта мегашт, ки дар он навишта шуда буд: „Ба ман пайравӣ накунед. Ман роҳгум задаам“.

Чунин менамуд, ки ин одамон на танҳо равия, балки боварӣ ҳам доранд. Шуморо намедонам, аммо ба ман маъқул аст, то бо одаме бошам, ки ақидаи ҳудро дорад, гарчанде онҳо бо ақидаҳои ман рост наоянд ҳам. Баъзе дӯстони наздики ман ба баъзе чизҳое ки ман ба он эътиқод дорам, розӣ нестанд. Ман аз он касоне ба шавқ меоям, ки на танҳо медонанд барои чӣ ба он чизе ки бояд бовар кунанд, бовар мекунанд, балки боз медонанд, ки барои чӣ бовар намекунанд ба он чизе, ки бояд бовар накунанд. Ин якзайл муҳим аст ва ин гурӯҳи одамон аз афташ ҳамаашро медонистанд.

Ғайр аз ин, одамон дар муносибатҳояшон бо дигарон як муҳаббати беҳамтое зоҳир мекарданд. Ман мушоҳида кардам, ки дар он вақте ки бисёрии одамон дар бораи муҳаббат бисёр гап мезаданд, онҳо дар муошират бо дигарон як чизи махсусро зоҳир мекунанд. Дар онҳо чизе буд, ки дар ман набуд ва барои ҳамин ман бо онҳо дӯст шудам.

Якчанд ҳафта баъд мо дар ҷамъомади донишҷӯён иштирок кардем. Ман дар ёд дорам, ки шаш нафари онҳо бо ду муаллимашон омада буданд. Яке аз онҳо бо занаш омада буд. Сӯҳбат дар бораи Худо баргузор гардид. Дар ҳар як Донишгоҳ, ҳар мактаб, ҳар корхона, ҳар ошхона иштироккунандае ҳаст — одаме ки мегӯяд: „Масеҳият? Ин барои касони сус тирода аст, на барои одамони бофаҳм“.

Медонед, дар ҳақиқат ман чиро дарёфтам? Ҳақиқати беистисноро: ҳар касе ки ҳудро бисёртар худбоварона нишон диҳад, ҳамон қадар холигии рӯҳашро нишон медиҳад. Тахминан ҳамин ҳел минаро ман

ҳам хостам тайёр кунам. Сӯҳбати онҳо маро ба ғазаб меовард. Ман он чизро меҳостам, ки дар онҳо буд, аммо намехостам, ки онҳо инро фаҳманд, гарчанде ки онҳо ҳамеша медонистанд, ки ман мехоҳам он чизро дошта бошам, ки онҳо доранд ва барои ҳамин намехоҳам онҳо инро фаҳманд (Дидед, бо чӣ хел масъала ман вохӯрдм).

Ман худамро ба пуштаки курсӣ партофта ҳаракат кардам, ки худамро озод ҳис кунам. Ман ба як зани ҷавоне назар андохтам (Вай хушрӯй буд! Ман фикр мекардам, ки ҳамаи масеҳиён бадафтанд. Ман ақида доштам, ки агар ту бетолеъ бошию дар ягон ҷо муваффақият ба даст наорӣ, масеҳӣ мешавӣ). Ман пурсидам: „Шумо аз дигар донишҷӯёни шаҳраки донишҷӯён бо чӣ фарқ мекунед?“ Ў ба сӯи ман нигариста, нимтабассуме кард, ки он ҳам метавонист касро ба ғазаб биёрад, агар табъаш хира бошад ва ду калимаро гуфт, ки ман ҳеҷ гоҳ дар Донишгоҳ шунидани инро бо сифати „ҷавоб“ чашмдор набудам. Вай гуфт: „Исои Масеҳ“. „Ҷафат ин не, — гуфтам ман, — ман аз шунидани дин, калисо, Китоби Муқаддас сер шудаам. Ҳаракат накунад, ки бо баҳонаи дин ҳамаи ин пасмондаҳоро ба ман бор кунед“. Аз афташ дар ӯ ғайрати бисёр ва боварии сахте буд, ки рост ба чашмони ман нигоҳ кард ва ин дафъа табассум накард. „Гуш кунед, — яку якбора ҷавоб дод ӯ, — ман ба шумо «дин» нагуфтам; ман гуфтам «Исои Масеҳ»“. Маро на барои он тарбия кардаанд, ки дағал бошам, барои ҳамин ман аз ӯ узр пурсидам. Ман гуфтам: „Хоҳишмандам рафтори маро бубахшед. Ростагро гӯям, ҳамаи ин кайҳо ба дилам задааст. Ман намехоҳам ба ин сару кор дошта бошам“.

Ман ба он бовар карда наметавонам, ки баъд чӣ шуд. Худи дар ҳамон ҷо донишҷӯён ва омӯзгорон аз ман хоҳиш карданд, ки шахсияти Исои Масеҳро таҳқиқ кунем. Ман фикр кардам, ки ин ҳазл аст. Онҳо бо тафсил дар бораи он нақл карданд, ки чӣ хел Худо дар шахсияти Исои Масеҳ дар сурати одам ба дунё омад, марги Ў дар рӯи салиб барои кафорати гуноҳҳои одамиён, дафни Ў, эҳёи Ў баъд аз марг, ва онҳо ғайрат карда дар бораи қудрати Ў, ки метавонад одамонро дар садаи бистум тағйир диҳад, нақл карданд.

Оқибати ғайричашмдошт

Чӣ хел сафсата! Ман ҳамеша боварӣ доштам, ки бисёрии масеҳиён ду нимкура доранд. Яке аз онҳо гум шудааст ва дигараш бенатиҷа ўро мекобад. Дар ёдам ҳаст, ман мунтазири он будам, ки донишҷӯи масеҳӣ дар аудитория сухане гӯяд ва ман гуфтаҳои ўро барбод диҳам. Ман одатан аз муаллимон пешдастӣ мекардам. Ман ҷавоби ҳар хел

саволхоеро, ки масеҳиён ба ман медоданд, медонистам, аммо ин одамон гаштау баргашта маро месанчиданд, ва ман даъвати онҳоро қабул мекардам.

Ман бояд иқрор шавам, ки аз боиси водоркунандаҳои бардурӯғ чунин рафтор мекардам. Ман инро аз рӯи ғурур мекардам, на барои он ки чизеро исбот намоям, балки барои он ки онҳоро инкор кунам. Дар ҳақиқат мақсади хотимавии кори аввалини ман „Шаҳодати раднопазир“ навиштани китобе буд, ки имони онҳоро ба ҳазле барои одамони баландмаърифат мубаддал гардонад.

Ман хостам бемаънигии дини масеҳиро нишон диҳам, аммо баъди ду соли тадқиқот ва сарфи пули бисёр ин ақида ба муқобили ман баромад. Ман ба ҳулосае омадам, ки Исои Масеҳ бояд Ҳамоне бошад, ки Худро номидаст. Имон ба ҳулосаи ман ягон хел муносибате надошт; он қатъиян маърифатӣ буд. Ман қарор додам, ки агар ба ман муяссар шавад, то яке аз тарафҳои дини масеҳиро нишон диҳам, ки он ҳақиқӣ ва боварибахш таърихӣ нест, ман дар баҳсам бо масеҳиён голиб мебароям.

Мақсади якум аз он иборат буд, то нишон диҳам, ки Аҳди Ҷадид сарчашмаи таърихии бозътимод нест. Ман фикр мекардам, ки ин бегуфтуғӯ аст. Ман гумон мекардам, ки он якчанд сол баъди воқеаҳои шудагузашта навишта шудааст ва ривояту афсонаҳои бешумор дар катори дигар хатоҳо ва номувофиқатиҳо ба он дохил карда шудааст. Ин ҳамаи он чизе буд, ки бояд ман исбот мекардам. Ва ҳама ин ба муқобили ман баромад.

Мақсади дуюм эҳёшавӣ буд, ва ман фикр мекардам, ки инкоркунии он ба ман хеле осон мегардад. Ҳар он чи Исои Масеҳ таълим медод, барои ҷӣ Ё дар байни мо зист ва мурд, ҳамаи ин дар эҳёшавии Ё аз қабр асос ёфта буд. Ва вазифаи оддии ман исбот кардани он буд, ки ин ҳеч гоҳ чунин набуд. Ман фикр кардам, ки ин осон аст, — ман ҳеч гоҳ надидаам, ки касе аз мурдагон зинда шуда бошад. Ва ин ҳам ба муқобили ман баромад. Дар ҳақиқат исботҳо ба таври ҳайратовар чунон бисёр шуданд, ки барои боз як китоби дигаре „Фактори эҳёшавӣ“ маводро ташкил доданд.

Қувваи раднопазир

Ман дар ҳақиқат дар вазъияти ногувор монда будам. Ақли ман бовар мекард, аммо ман ҳанӯз мубориза мебардам. Ман дарёфтам, ки масеҳӣ шудан (ман „имондор“ гуфтанро афзалтар медонам) барои „ман“-и шахсӣ ба қадри кофӣ шикастовар аст. Ман аз озодиям фахр мекардам.

Исои Масеҳ аз ман талаб мекард, ки ба Ӯ ҳамчун Начотдиҳанда ва Худованд бовар кунам. Исо хоҳиши маро месанҷид, ва аз ман мепурсид, ки ман ҳаётамро ба Ӯ бовар кунам, чунки Ӯ дар рӯи салиб аз барои гуноҳҳои ман шуда мурд. Ин таклифот чунин садо медиҳад: „Инак, назди дар истода, тақ-тақ мекунам, агар касе овози Маро шунида, дарро воз кунад, назди ӯ меदारоям“ (Ваҳй 3:20). Лекин „ба онҳое, ки Ӯро қабул кардаанд ва ба исми Ӯ имон овардаанд, қудрат дод, ки фарзандони Худо гарданд“ (Юҳанно 1:12).

Маро ба ташвиш намеовард, ки Ӯ дар рӯи мавҷҳо мегашт ё обро ба шароб табдил меод ё не, ман намехостам, ки кадом як „инҷик“ ба ҳаёти ман дохил шавад. Ман ба худ тасаввур карда наметавонистам, ки усули аз ҳама тезтар барҳам додани вақтхушӣ, вайрон кардани тадқиқотҳои бомаърифатона ё дар байни ҳамкорони калонсол ба эътирофи илмӣ ҳалал расонидан таклиф кардани Исои Масеҳ ба ҳаёти худ аст. Ақл ба ман мегуфт, ки масеҳият ҳақиқат аст, аммо хоҳиш рад мекард: „инро ба эътибор нагир“. Мулоим карда гӯем, ман дар ҳолати душвор афтода будам.

Ҳар гоҳе ки ман дар наздикии ин масеҳиёни пур аз шавқу завқ меистодам, низоъ авҷ мегирифт. Агар ягон вақт ба шумо лозим омада бошад, ки дар паҳлӯи одамони хушбахт бошед, вақте ки шумо худатонро бад ҳис кунед, шумо мефаҳмед, ки онҳо шуморо чӣ хел ба ғазаб меоранд. Онҳо чунон хурсанд буданд, ман бошам худамро чунон бад ҳис мекардам, ки аз ҷамъомадҳои донишҷӯён мегурехтам. Ман чунон асабӣ шуда будам, ки дар соати даҳ ба ҷойгаҳ даромада, то соатҳои қори пагоҳӣ хобида наметавонистам. Ман медонистам, ё бояд Исоро аз сарам дур кунам, ё сарамро аз тани худ, баъд ором мешавам. 19 декабри соли 1959 соати 20.30 дақиқа дар курси дуюми Донишгоҳ хонда, ман масеҳӣ шудам. Касе маро баъдтар пурсид: „Ту инро аз кучо медонӣ?“ Ман ҷавоб додам: „Гӯш кун, охир ман дар он ҷо будам-ку“. Дар он шаб ман дуо кардам. Дуои ман аз ҷор зина иборат буд, ба андозае ки ман ҳаракат мекардам муносибатҳои байниҳамдигарии худро бо Худо — муносибатҳои шахсии худро бо Писари Ӯ, Масеҳи зинда ва эҳёшуда барқарор намоям.

Дар аввал ман чунин дуо гуфтам: „Худовандо, Исои Масеҳ, ман аз Ту миннатдорам, ки дар рӯи салиб барои ман шуда ҷон додай“. Дуюм, ман гуфтам: „Ман дар баъзе қорҳоям, дар ҳаётам дар назди Ту иқрор мешавам, ки ба Ту дилнокаш аст, ва аз Ту хоҳиш мекунам, ки маро бубахш ва пок бисоз“ (Китоби Муқаддас мегӯяд: „Агар гуноҳҳои шумо мисли қирмиз бошад, мисли барф сафед хоҳад шуд“ (Ишаъё 1:18)). Сеюм, ман пурсидам: „Худи ҳозир, ҳамон қадаре ки тавонам, дари дили

худо мекушоям ва ҳаётамро ба Ту ҳамчун ба Худованд ва Начоткори худ боварӣ мекунам. Маро яклухт ва пурра тағйир бидех, маро чунин одаме бисоз, ки эҷоди Худро чунон дидан хоҳӣ”.

Дар охир дар бораи он дуо кардам: „Туро шукр мегӯям, ки бо имон ба ҳаёти ман дохил шудӣ“. Рӯҳи Муқаддас имони маро, ки дар суханони Худо асос ёфта ва бо исботҳо ва фактҳои таърихӣ мустаҳкам гашта буд, фаъол гардонд. Хайр, албатта, ман боварӣ дорам, ки шумо он чи одамони диндор дар бораи ҳискунии „зарбаи барқ“ мегӯянд, шундаед. Баъди он ки ман дуо гуфтам, чизе рӯй надод. Ҳеч чиз. Дар ҳақиқат баъди он ки ман ин қарорро қабул кардам, ман худамро бадтар ҳис мекардам. Ман дар ҳолати нобоб афтода будам. „Фақат ин не, Макдауэлл, ту боз ин дафъа ба чӣ гӯтидӣ?“ — фикр мекардам ман. Ман дар ҳақиқат ҳис кардам, ки ин дафъа ба нокомӣ гирифтор шудам ва баъзе дӯстони ман бо ин фикри ман розӣ шуданд. Он вақт ман метавонистам дар бораи дурустии қарорам шубҳа кунам, аммо баъди якчанд моҳ ман фаҳмидам, ки ба нокомӣ гирифтор нашудаам. Ҳаёти ман тағйир ёфт.

Табаддулот ба беҳбудӣ

Яке аз ҷабҳаҳои ки дар он ман табаддулотро ҳис кардам, беқарорӣи ман буд. Ман одаме будам, ки бояд ҳамеша ба ягон коре машғул бошам. Ман дар шахрчаи донишҷӯён мегаштаму дар сарам гирдоби масъалаҳои ҳалталаб тоб меҳӯрд. Ман нишаста кӯшиш мекардам, ки дарс тайёр кунам ё фикр кунам ва наметавонистам. Вале якчанд моҳ пас аз он ки ман қарор додам ба Масеҳ бовар кунам, ман ким-чӣ хел оромии фикрамро мушоҳида кардам.

Ман онро дар назар надорам, ки муноқишаҳо надоштам. Он чи ман дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ бо Исо дарёфтам, на ин ки набудани муноқишаҳо, балки қобилияти ҳал кардани онҳо буд. Ман инро ба ягон чизи рӯи дунё иваз намекардам, зеро ба таври реалӣ онро ҳис кардам, ки Масеҳ ваъда кард, вақте гуфт: „Осоиштагиро ба шумо боқӣ мегузорам, осоиштагии Худро ба шумо медиҳам: на он чуноне ки ҷаҳон медиҳад, ман ба шумо медиҳам. Дили шумо музтариб нашавад ва ҳаросон набошад“ (Юҳанно 14:27).

Ҷабҳаи дигаре ки ба беҳбудӣ тағйир ёфт, ҳислати ман буд. Одатан, агар касе ба ман қаттар нигоҳ мекард, ман метаркидам. Ман чун пештара он лаҳзаро дар курси 1-уми Донишгоҳ бо дард аз сар мегузаронам, ки қариб одамро кушта будам. Ҳислати ман чунон қисми ҷудонашавандаи ҳуди ман буд, ки ман ҳатто бошууроно кӯшиши тағйир

додани онро намекардам. Боре баъди қарори ба Масеҳ имон овардан, ман дар ҳолати бўҳронӣ афтадам ва дарёфтам, ки тезии ман гум шудааст. Фақат як маротиба баъди декабри соли 1959 ман назоратро аз болои худ гум кардам.

Чабҳаи сеюми ҳаёти ман, ки қувваи тағйирдиҳандаи Масеҳ дигаргун сохт, муносибатҳо бо падарам буд. Нафрати ҷӯшидаистодаи ман ба падари худ — майпарастии шахрӣ, ки оилаи моро шарманда мекард, — ба муҳаббат ва қобилятии қабули ӯ табдил ёфт. Тағйирот чунон яқин буд, ки ҳатто падари ман онро пайҳас кард ва Исоро ба ҳаёти худ хонд.

Китоби Муқаддас мегӯяд, ки вақте шумо дар Масеҳ бошед, эҷоди нав мегардед. Ман дидам, ки чӣ тавр падарам дар пеши назар аз нав таваллуд шуд. Ӯ дигар ҳеҷ гоҳ нанӯшид. Ман ба хулосае омадам: муносибатҳои байниҳамдигарӣ бо Масеҳ ҳаётро дигар месозад. Шумо метавонед ба масеҳият писханд занед ва тамасхур кунед, вале он таъсири худро нишон медиҳад. Вақте ки шумо ба Масеҳ бовар мекунед, ба рафтору кирдори худ назорат мекунед, барои он ки Исои Масеҳ бо тағйир додани ҳаётҳо, бахшоиши гуноҳҳо ва барҳам додани ҳисси гуноҳ машғул аст. Агар ин чиз муносибатҳои зановуҷудиро беҳтар нагардонад, ҳеҷ чиз инро карда наметавонад.

Хулосаҳои шумо чӣ гунаанд?

Ман гуфта гузаштам, ки ба даъвати Масеҳ чӣ ҳел ҷавоб додам. Шумо ҳам бояд ба худ саволи шахсӣ диҳед: „Ҳамаи ин исботҳо шахсан барои ман чиро тағйир медиҳанд? Чӣ фарқ дорад, ман бовар дорам ё не, ки Масеҳ аз мурдагон эҳё шуд ва дар рӯи салиб барои гуноҳҳои ман мурд“.

Ҷавоби хубтарин он аст, ки Исо ба одаме ки Тумо ном дошт, гуфтааст: „Ман роҳ ва ростӣ ва ҳаёт ҳастам; касе наметавонад назди Падар ояд, магар ин ки ба василаи Ман“ (Юҳанно 14:6).

Шумо метавонед ба Худо ҳудӣ ҳозир ба воситаи дуо бовар кунед. Дуо — сӯҳбат бо Худост. Худо дили шуморо медонад ва на ончунон ба суҳанони шумо ғамхорӣ мекунад, ки ба муносибат дар дилатон мекунад. Агар шумо ҳеҷ гоҳ бовар накарда будед, ки Исои Масеҳ гуноҳҳои шуморо мебахшад ва ба шумо ҳаёти ҷовидона медиҳад, шумо метавонед ҳудӣ ҳозир онро кунед. Шумо метавонед тахминан чунин дуо кунед: „Худовандо, Исои Масеҳ, ман ба Ту мӯхтоҷам. Ту роҳи шукр мегӯям, барои он ки барои гуноҳҳои ман дар рӯи салиб ҷон додӣ. Ман дари дили худро ба рӯи Ту боз карда, ба Ту чун ба Начотдиҳандаи худ бовар мекунам. Раҳмат ба Ту барои он ки Ту гуноҳҳои маро бахшидаӣ

ва ба ман ҳаёти ҷовидона бахшидаӣ. Маро ҷунин одаме бисоз, ки маро он гуна дидан меҳохӣ. Ташаккур ба Ту барои он ки ман ба Ту бовар карда метавонам“.

Баъди он ки шумо ба Исои Масеҳ ҳамчун Начоткор ва Худованд бовар кардед, истифодаи амалии таълимотҳои Китоби Муқаддас ва санчиши рӯҳонӣ дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ яқин мегардад. Муносибатҳои ман бо Худо ба тамоми соҳаҳои ҳаёти ман таъсир мерасонанд. Онҳо, бегуфтугӯ, ба никоҳи ман низ таъсир мекунанд.

Ҷиҳатҳои мусбат ва манфӣ дар никоҳ

Ҳангоми хондани лексияҳо дар бораи ақидаи масеҳиён дар бораи муҳаббат, шаҳват ва никоҳ, дар факултети психология, дар яке аз Донишгоҳҳои шимолӣ-шарқӣ аз ман пурсиданд: „Барои ташкили никоҳи хуб кадом омилҳо ёри мерасонанд?“ Омилҳои ҳам мусбату ҳам манфиро номбар карда, ман аз гуруҳ пурсидам, ки ба фикри онҳо ман ин рӯйхатро аз кучо ба даст овардам? Бисёриҳо гуфтанд, ки ё дар китоби масъалаҳои никоҳ, ё дар китоби дарсии психология ё ҷамъиятшиносӣ. Бояд ақсуламали онҳоро медидед, вақте ман гуфтам, ки ин омилҳои мусбат ва манфии муносибатҳои маҳрамона аст, ки дар Китоби Муқаддас баён шудааст. Баъзеҳо танҳо нобоварона сарҳояшонро ҷунбонданд. Бори аввал ин донишҷӯён Китоби Муқаддасро ҷун китоби ба муҳаббат, никоҳ ва шаҳват муносибатдошта аз назар гузаронда сар карданд.

Дар саҳифаҳои баъдина ҳамон ҳосиятҳои мусбат ва манфие ки ман ба шунавандагон номбар кардаам, оварда мешавад:

Мусбат	Манфӣ
Тоқат: Ибр.10:16; 1 Қӯр. 13:4; Яъқ. 1:2–4; Қӯлас. 3:12,13	Бетоқатӣ
Саъю кӯшиши ба дигарон хубӣ кардан: 1 Қӯр. 13:5; Фил. 2:4; Ғал. 6:2	Саъю кӯшиш барои беҳбудии шахсӣ
Хоҳиши додан: Луқо 6:38; 1 Юҳан. 4:10	Хоҳиши гирифтан

Мусбат	Манфӣ
Бетамаъ будан: Фил. 2:3–8	Худпарастӣ
Ростқавлӣ: Қўлас. 3:9; Эфс. 4:25; Зак. 8:16; 1 Қўр. 13:6	Дурӯғ
Хоксорӣ: Фил. 2:3–8; Мас. 16:18; Яъқуб 4:6; Қўлас. 3:12	Ғурур
Накўкорӣ: 1 Қўр. 13:3; Мат. 5:21,22; Қўлас. 3:12; Ғал. 5:22	Нафрат
Боварӣ: Мас. 27:4; 1 Қўр. 13:4,7	Нобоварӣ
Назари ҳаққонӣ ба худ: 1 Қўр. 4:6,7; 8:1; 13:4; Қўлас. 2:18; Ғал. 6:4	Такаббур, шўҳратпарастӣ
Масъулиятнокӣ: Луқо 16:10–12	Бемасъулиятӣ
Муҳофизати манфиати дигарон: 1 Қўр. 13:5,6	Ғамхорӣ фақат дар бораи манфиати худ
Бахшиш: Қўл. 3:13; Мат. 6:14; 18:35	Набахшидан
Худбаҳодиҳӣ: Мат. 7:1,2; Юҳан. 8:9; Луқо 6:37	Мазаммати дигарон
Қаноатмандӣ: Яҳудо 15–18; Ибр. 13:5	Даъвоҳо
Шукрона: Мас. 19:3; 1 Тасл. 5:8	Ношукрӣ

Мусбат	Манфӣ
Худназорат/хислати ором: Мас. 16:32; Рум. 5:3,4; 1 Қӯр. 13:5; Ғал. 5:23	Бадахлоқӣ
Меҳнатдӯстӣ: Яъқуб 4:17; Қӯлас. 3:23;	Танбалӣ
Маҳорати нигоҳ доштани сирҳо: 1 Қӯр. 13:7; 1 Пет. 2:9; 1 Тим. 5:13	Ғайбатҳо
Нармдилӣ: Ғал. 5:23; Қӯлас. 3:12	Бераҳмӣ
Ҳамдардӣ: Қӯлас. 3:12; Луко 6:28; Ғал. 6:2	Дилсахтӣ
Бодикқатӣ/хушмуомилағӣ/ боодобӣ: 1 Қӯр. 13:5	Дуруштмуомилағӣ
Бовафой: Ғал. 5:22	Бевафой

Шояд шумо ҳам мисли ман ба ҳайрат афтода бошед, вақте ки бори аввал ин рӯйхатро дидед. Шояд шумо ҳатто сар накарда таслим шуданӣ бошед, чунки ба шумо чунин менамояд, ки бояд Худо ё ягон Рӯҳи бузург бошӣ, то ки ҳамаи хусусиятҳои номбаршударо дар худ таҷассум созӣ. Бо вучуди ин ақли солим ба мо талқин мекунад, ки ҳамаи ин омилҳо барои пайдошавии муносибатҳои наздик ва қарин ҷиҳати мусбат мебошанд. Азбаски шумо медонед, ки худатон онҳоро ҳосил карда наметавонед, шумо тамоман ноумедӣ ва асабониятеро ҳис мекунад. Ором шавед, хабарҳои нав ҳаст! „Таскин“ ҳарф ба ҳарф талаффуз мешавад: Р-ӯ-ҳ-и М-у-қ-а-д-д-а-с. Худо ба мо на танҳо меъёри баланд барои ҳаёт додааст, Ў инчунин ба мо қуввае дод, то ки бо он зиндагӣ кунем. Омилҳои мусбати дар боло зикршуда танҳо зоҳиршавии сифатҳое аст, ки ба худӣ Худо дар асоси Табиати Ў хос мебошад. Дигар хел карда гӯем, Худо на танҳо меъёрест, ки бо он

мо бояд зиндагӣ кунем, балки хислати ӯ инчунин асли он чизест, ки ҳаёти мо дар муҳаббат, никоҳ ва муносибатҳои ҷинсӣ бояд аз он иборат бошад.

Падари дӯстдорандаи осмонии мо ба мо табиати Худо (яъне Ӯ кист) дар Китоби Муқаддас нишон медиҳад. Ба воситаи Рӯҳи Муқаддас ӯ дар дили имондорон сокин мешавад, то ки ба воситаи вай ҳаёти Худо гузаронад. Дар шахсияти Рӯҳи Муқаддас Худо ҳамаи он чиро барои он ки бо ҳаёти масеҳӣ зиндагонӣ кунем, ба мо додааст. Мавҷудияти ботинии Худо тавассути Рӯҳи Муқаддас — сарчашмаест, ки ба мо қувват медиҳад, то дар муносибатҳои занозӯӣ „ҳамон одам“ бошем.

Аз ивазкунанда истифода набаред

Аз сабаби бениҳоят муҳим будани мавҷудияти ботинии Рӯҳи Муқаддас он чизеро, ки дар китоби худ „Симои Ӯ — симои ман аст“ дар бораи „ҳисси нави боварӣ“ гуфтаам, такрор кардан меҳостам.

„Роҳи аз ҳама пурсамартари дарки боварӣ ба қувваи худ, ки ба шумо Рӯҳи Муқаддас медиҳад, фаҳмиши сарчашмаҳоест, ки дар натиҷаи мавҷудияти ботинии Рӯҳ ба ҳар як масеҳӣ дастрас аст.

Дар рӯзи Панतिकост бо шогирдони Худованд мӯъҷизае рӯй дод. Онҳо бо Рӯҳи Муқаддас пур гардида бо қувваи Ӯ ба тағйир додани рафти таърих сар карданд. Худи ҳамин Рӯҳи Муқаддас, ки ба шогирдон қудрати зиндагии муқаддасона кардан ва шохидони боқувват ва самаранок буданро дод, меҳодад имрӯз дар мо низ чунин меҳнат кунад. Ҳайратангезона, аммо ин факт аст, ки Исои Масеҳ дар мо зиндагӣ мекунад ва ин яке аз ҳақиқатҳои муҳимтарини Каломи Худост.

Чидду ҷаҳди бо стандартҳои масеҳӣ бо қувваи худ зиндагӣ кардан — бебарорист, ки аз он ҷои ғурез нест, ва ҳиссиёту боварии моро суст мегардонад. Дар ҳақиқат, масеҳие ки ҳаракат мекунад, то ба қадри имкон ба Масеҳ монанд бошад, мумкин аст аз одаме ки масеҳӣ нест ва меҳодад ба тимсоли ягон касе бошад, боварии камтаре дошта бошад. Меъёрҳои ҳаёти масеҳӣ хеле баланданд ва мо наметавонем бо қувваи худамон онҳоро дошта бошем. Мувофиқи гуфтаи Худованд фақат ба як одам муяссар гаштааст, ки ин меъёрҳои ғарбӣ кунад — ба Исои Масеҳ. Танҳо бо қувваи Рӯҳи Муқаддас ҳаёти масеҳонаро аз сар гузаронидан мумкин аст. Рӯҳи

Муқаддас на танҳо ба масеҳӣ имконияти аз сари нав дар оилаи Худованд таваллуд шуданро медиҳад, балки ба ӯ барои рӯҳан қавӣ гаштан ва дар офариниши меваҳои Рӯҳ ёрӣ медиҳад.

Худи ҳамин рӯҳи Муқаддас ба мо қудрат медиҳад, ки шохидони босамари ӯ бошем. Вақте Исо гуфт, ки «Дар Ерусалим ва дар тамоми Яҳудо ва Самария ва то аксои дунё шохидони ман хоҳед буд», Вай бо чунин суҳанон огоҳ кард: «Аммо, вақте ки Рӯҳулқудс ба шумо нозил шавад, қувват хоҳед ёфт» (Аъмол 1:8).

На танҳо бе Рӯҳи Муқаддас масеҳӣ шудан ғайриимкон аст, балки дар ҳаёти худ самари Рӯҳро овардан ва Исоро ба дигарон шинос кардан ғайриимкон аст.

Аз ҳамон вақте ки мо Масеҳро қабул кардем, ва Рӯҳи Муқаддас дар мо сокин мегардад, одамони Худо гаштан ва дар Масеҳ боровар шудан барои мо дастрас мешавад. Лаҳзаи асосӣ дар он аст, ки мо ба Рӯҳи Муқаддас руҳсат диҳем, то ҳаёти моро чунон пур кунад ё мустаҳкам намояд, ки мо тавонем аз ҳар он чӣ дар ихтиёри мост, истифода барем. Фаҳмидан муҳим аст, ки калимаи «пур кардан» маънои онро надорад, ки чизе аз берун биёяд, аниқтараш чизест, ки аллакай дар ботини мост ва моро пур мекунад. Ана барои чӣ ман истифодаи калимаҳои «фаро гирифтани» ё «қувват додан»-ро афзал медонам.

Мо ба Рӯҳи Муқаддас ба воситаи имон ба Худои Қодир, ки моро дӯст медорад, пур мешавем. Вақте ки шумо ба бонк чек мебаред ва медонед, ки дар он ҷо пул доред, шумо бешубҳа меравед, ки бонк ба шумо бо чек пули нақд медиҳад. Шумо дар фикри он нестед, ки аз кассир илтимос кунед, ки ба шумо пул диҳад. Шумо бо боварӣ ба назди кассир меравед, чекро медиҳед ва пулро мегиред, ки бе он ҳам аз он шумост. Вақте мо аз Худо мепурсем, ки моро пурра бо Рӯҳи Муқаддас пур намояд, ки Ӯ дар ҳаёти мост, мо танҳо он чизро талаб мекунем, ки ба мо бо ҳуқуқи фарзандони Худо тааллуқ дорад.

Ҳарчанд шумо метавонед ба гирифтани пул бо чек ва пур шудан бо Рӯҳи Муқаддас танҳо дар асоси як боварӣ ҳақ дошта бошед, шумо бояд омилҳои дорак кунед, ки барои гирифтани ҳар ду зарур ҳастанд. Шумо пулро аз бонк вақте мегиред, ки ба он ҷо бо чек ё ордери хароҷот меравед, ки дуруст пур ва имзо карда шудааст. Агар шумо худбоварона ба бонк равед ва қоидаҳои додани пулро риоя накарда бошед, аз эҳтимол дур аст, ки шумо пулҳоятонро гирифта тавонед. Агар шумо

хамин хел дар роҳрав истода дод занед: «Ба ман пулҳои ман лозиманд!» — ин натиҷаи дилхоҳро намедихад.

Тайёр

Айнан хамин тавр якчанд чизҳо шуморо ба пуршавӣ бо Рӯҳи Муқаддас тайёр мекунад. Якум, шумо бояд Худоро ҷӯед ва ташнаи Ё бошед ва самимона хоҳиши бо Рӯҳи Ё пур шуданро дошта бошед. Исо ваъда кардааст: «Хушо гуруснагон ва ташнагони адолат, зеро ки онҳо сер хоҳанд шуд» (Матто 5:6).

Дуюм, шумо бояд барои ба Исо супоридани назорат ва роҳбарӣ ба ҳаёти худ тайёр бошед. Чӣ тавре Павлус гуфта буд: «Пас шуморо, эй бародарон, ба марҳамати Худо даъват менамояд, ки қисмҳои худро ҳамчун қурбонии зинда муқаддас ва писандидаи Худо тақдим кунед: ибодати оқилонаи шумо хамин хоҳад буд» (Румиён 12:1). Агар шумо дар бораи он чи ки барои шумо карда шудааст, фикр кунед, оё ин хоҳиши аз ҳад зиёд аст?

Сеюм, ба ҳамаи гуноҳхое ки Рӯҳи Муқаддас ба ақли шумо мекушояд, иқрори софдилона кунед ва покшавӣ ва бахшиши ваъдакардаи Худоро қабул кунед «Агар мо гуноҳхон худро эътироф кунем, Ё амин ва софдил аст, ки гуноҳхон моро биомурзад ва моро аз ҳар ноинсофӣ пок намояд» (1 Юҳанно 1:9). Ва Худо ҳуқуқи пурра дорад, ки инро барои мо кунад, зеро Масеҳ мурд, то моро аз гуноҳҳо пок созад.

Бо Рӯҳи Муқаддас пур будан — тарзи иловагии ҳаёт барои масеҳӣ нест. Худо моро васият мекунад, ки бо Рӯҳи Муқаддас пур шавем: «Ва масти шароб нашавед, ки аз он фиску фучур ба амал меояд, балки аз рӯҳ пур шавед» (Эфсӯсиён 5:18). Худо ба мо усули ба талаботҳои Ё сар фароварданро медиҳад: «Ва ҷуръате, ки мо ба ҳузури Ё дорем, дар он аст, ки агар мо мувофиқи иродаи Ё чизеро талаб кунем, Ё моро мешунавад; ва агар донем, ки Ё моро дар ҳар чӣ талаб кунем, мешунавад, онро низ медонем, ки он чи аз Ё талаб кардаем, меёбем» (1 Юҳанно 5:14,15).

Масеҳиён аллакай Рӯҳи Муқаддасдоранд, ки бо онҳо зиндагӣ мекунад. Барои хамин ба онҳо лозим нест, то ӯро пурсанд, ки ба ҳаёташон биёяд. Ба онҳо даркор аст, то аз Ё хоҳиш кунанд, ки ҳамаро пур кунад ва ҳамаи қисмҳоро, ҳар як кунчаки пӯшида, ҳар як қатшавиро раҳнамоӣ кунад.

Дар ҳоле ки Рӯҳи Муқаддас дар масеҳиён танҳо як маротиба маскан мекунад (дар ҳамон лаҳзае ки мо аз Масеҳ хоҳиш мекунем, то ба ҳаёти мо ба воситаи Рӯҳи Муқаддас дохил шавад), мо бо Рӯҳ маротибаи зиёд пур мешавем. Ва ҳақиқатан тарҷумаи калимаи юнонӣ маънои „(шумо) пур карда шуда бошед“-ро дорад, ки он пуршавии ҳамешагӣ ва тамошнашаванда бо Рӯҳ барои роҳбарӣ, барои қувват додан ба ҳаёти инсонро дар назар дорад.

Вақте ки мо бо қувваи Рӯҳи Муқаддас зиндагӣ мекунем, зӯрзании беҳудаи мустақилона барҳам меҳӯрад. Танҳо Ӯ метавонад ба мо қобилияти ҳаёти муқаддас ва бошууронаро диҳад, ки мо ба он чунин сайъ мекунем. Агар шумо донед, ки ба ҳаёти пур аз рӯҳ саъю кӯшиш карда истодаед, шумо фақат аз Падар инро хоҳиш кунед. Иқрор шавед, ки шумо худатон ба ҳаётатон роҳбарӣ мекардед ва ин гуноҳест бар зидди Худо — ҳокими қонунии ҳаёти шумо. Ба Ӯ барои бахшиши гуноҳҳои шумо ба воситаи марги Исо дар салиб шукрона гӯед. Масеҳро даъват кунед, ки роҳбарии ҳаёти шуморо ба дасти Худ гирад ва Рӯҳи Муқаддас шуморо бо қувваи худ пур кунад, то ки тавонед бо ҳамаи он чи мекунед, Масеҳро ҷалол диҳед.

Баъд бо имони худ рафтор карда шукронаи онро кунед, ки он чи хоҳиш карда будед, иҷро кард. Шукрона ба Ӯ — ин худбодарӣ нест, балки нишон додани имон ба он аст, ки Ӯ ба мо ҳама чиз медиҳад, агар мо бо хоҳиши Ӯ пурсем. Ӯ ба мо васият мекунад, ки бо Рӯҳи Муқаддас пур шавем — ин хоҳиши Ӯст. Ӯ меҳодад, ки ҳамаи масеҳиён бо ин ҳаёти ғавқуттабӣ зиндагӣ кунанд.

Қувваи Худо ё аз шумо?

Бо боварӣ ба қуввати худ, ки дар Павлус аз таҷрибаи муошират бо Рӯҳи Муқаддас пайдо шуда буд, ӯ метавонист гӯяд: „Ҳамааш аз дастам меояд бо мадади Масеҳ, ки маро қувват мебахшад“ (Филиппиён 4:13). Павлус ин бовариро на дар худ, балки дар Худое ёфт, ки Ӯро ҳамчун қисми бевоситаи ҳаёти худ дарк кард. „На ба он сабаб, ки мо лаёқат дорем чизеро аз худ фикр кунем, ки он гӯё аз мо бошад, балки лаёқати мо аз Худост“ (2 Қўринтиён 3:5). Одамонеро, ки Худо истифода мебарад, мушоҳида карда, шумо тез-тез ошкор месозед, ки вақте онҳо худро ба Худо мебахшанд, Ӯ норасогиҳои онҳоро гирифта ба обрӯю эътибор табдил медиҳад.

Чӣ тавр тез-тез одамон мегӯянд: „Ох, Андрей (Аня) шояд бо ягон кори махсуси масеҳӣ машғул аст. Ё дар ин соҳа чунон соҳибистеъдод, чунон боэътимод, чунон худодод аст“. Вале қобилиятҳое, ки мо ба онҳо умед доштем, пеш аз он ки Худо роҳбарии ҳаёти моро ба даст гирифт, баъзан чихати сустӣ мешаванд. Мо ба ҳар як тарафи пурызӯр умед бастанием, ки дар мо яқин буданд, пеш аз он ки мо бошууруна ба Рӯҳи Муқаддас роҳ додем, ки дар ҳаётамон дигар тарафҳои пурызӯр созад. Ва ин тарафҳо, ки дар мо то дами ба дасти Рӯҳи Муқаддас гузаштани роҳбарӣ буданд, баъзан васвасаи ба худпарастӣ, худписандӣ ва ғурур баранда мебошанд.

Аз тарафи дигар, сустиҳое ки дар бораашон мо медонистем, ки барои бартарафкунии онҳо ба мо ёрии Худованд лозим мешавад, метавонанд вобастагиҳои моро аз Рӯҳи Муқаддас дастгирӣ кунанд, то ки мо тағйир ёбем. Онҳо метавонанд ба тарафҳои пурқуввати мо мубаддал шаванд.

Назари дуруст ба худ фаҳмиши он аст, ки шумо бо тарафҳои пурқувват ва эътибори худ, норасоиҳо ва хатоҳои худ кӣ ҳастед, ва дар хотир нигоҳ доред, ки обрӯю эътибори беруна метавонад васвасае шавад, ки ба ғурур мебарад. Тасаввуроти хуб дар бораи худ маънои онро надорад, ки шумо норасой надоред. Агар шумо донед, ки дар Масеҳ кӣ ҳастед, шумо озод ҳастед, ки сустиҳо, нобарорихо ва хатоҳои худро, аз тарафи онҳо ягон хел таҳдидро ҳис накарда, қабул кунед. Шумо аз барои он ки ба ки-кадом стандарти тасаввуротшавандаи камолот ҷавоб наmedихед, ба ноумедӣ наафтада, пуртоқатона ва боумед метавонед ин масъаларо ҳал кунед.

Ягон кас бо ҳисси боварии саҳт метавонад аксиомаи пештар хотиррасон кардашударо тасдиқ кунад: „Ман на онам, ки бояд бошам, вале ман на онам ки будам, ва бо муҳаббати Худо ман на онам, ки буданӣ ҳастам“. Мо метавонем дилпур бошем, ки «Ё дар шумо ба кори хайр шурӯъ намудааст, онро то рӯзи Исои Масеҳ ба анҷом хоҳад расонд» (Филиппиён 1:6)“.

Шумо хато мекунад, агар фикр кунед, ки бо ҳаёти масеҳӣ зистан душвор аст. „Номумкин“ — ин аст муайянкунандаи аниқтар, агар шумо бо қувваи худ дар он зистан хоҳед. Фақат Рӯҳи Муқаддас метавонад ҳузури худро ба воситаи шумо нишон диҳад. Худованд мехоҳад сарчашмаи он бошад, ки хусусиятҳои ҳислатҳои Худро дар ҳаёти шумо ҳақиқӣ гардонад. Ҳавворӣ Павлус хусусиятҳои ба одами

бо Рӯх рохбаришаванда хосро қайд карда менависад: „Аммо самараи Рӯх инхост: муҳаббат, шодмонӣ, озоиштагӣ, пурсабрӣ, меҳрубонӣ, марҳамат, имон, фурутанӣ, пархезгорӣ. Ба инҳо шариат муқобил нест“ (Ғалотиён 5:22,23). Аз нуқтаи назари Китоби Муқаддас „ҳамон одам“ будан ҳамон вақт мумкин аст, ки Худо ба воситаи Рӯҳи Муқаддас бо ҳаёт ва ҳислатҳои Худо дар шумо ва ба воситаи шумо зиндагӣ мекунад.

Иҷозат диҳед, ман боз як бори дигар таъкид кунам, ки ягона ҷиҳати муҳими никоҳи ман бо Дотти муносибатҳои шахсии ман бо Исои Масеҳ мебошад. На танҳо ҳаёти худро самимона ба Масеҳ бахшидан, балки саъю кӯшиши инкишоф ёфтани ва рӯҳан комил шудан талаб карда мешавад. Ҳамин тавр, тез-тез зан ё шавҳари ноумедгашта дар бораи бемехрӣ ё бепарварии шарикҳои худ ба масъалаҳои рӯҳонӣ гап мезананд. „Ҳайр, ман фикр кардам, ки баъди хонадоршавӣ дигар мешавад“.

Лутф фармояд, ман ба шумо чор қоидаи бисёр хубро пешниҳод карда тамом кунам. Шумо ин қоидаҳоро истифода бурда метавонед баҳо диҳед, ки чароёни бақомолрасии рӯҳӣ гузашта истодааст ё не. Ин қоидаҳо аз тарафи д-р Ч. Аллан Петерсен дар китоби „Пеш аз хонадоршавӣ“ пешниҳод карда шудаанд ва ба он ишора мекунанд, ки зану шавҳар бояд доимо дар соҳаҳои зерин инкишоф ёбанд. Шумо „ҳамон одам“ мешавед, агар мунтазам ин қоидаҳоро риоя кунед:

1. Вақти ҳаррӯзаи муоширати як ба як бо Худовандро қори аввалини худ гардондан.
2. Бо дигарон дар бораи Масеҳ озодона гап задан.
3. Ба гуноҳҳо дар ҳаётатон ва бартараф кардани онҳо ҳассос будан.
4. Дар пайравии Қаломи Худо нумӯ кардан.

Саволҳо барои андеша

- Барои чӣ наздикии рӯҳонӣ наздикии ҷисмониро афзун мегардонад?
- Аз Китоби Муқаддас оятҳоеро, ки сифатҳои мусбати зановуири нишон медиҳад, бо диққат хонед.
- Роли Рӯҳи Муқаддас дар ҳаёти шумо чӣ гуна аст?

Шумо дар ҳолати стресс ҳастед? Он ба муҳаббати шумо таъсир мекунад? Шумо танҳо нестед!

Ба наздикӣ дар ИМА баромад карда, директори Донишқадаи миллии Англия „Солимии рӯҳӣ“ изҳор дошт: „Тамоми ҷаҳон стрессро аз сар мегузаронад. Ин яке аз касалиҳои паҳншавандаи ҷаҳон аст. Стресс сабаби аввалини мушкилоти зановуӣ ва байнишахсиятӣ аст. Ин ба ҳар яки мо дахл дорад, ва маҳорати онро бартарафкунии мо ба қобилияти ҳаррӯза «ҳамон одам» будан дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ таъсир мерасонанд“.

Аз 15000-нафар коргарони аз тарафи компанияи „Ченерал Миллз“ солҳои 1978–79 аз рӯи программаи „Саломатии оила дар давраи стресс“ тадқиқ кардашуда 82% ҳамаҷун эҳтиёҷмандони саҳт ба он ки бартарафкунии стрессро омӯзанд, баҳо дода шудаанд. Тадқиқотҳои дар давоми 10-соли охир гузаронидашударо ба асос гирифта, Академии духтурҳои оилавии Амрикоӣ ҳисоб мекунанд, ки аз се ду ҳиссаи дардмандони ба терапевтҳо муроҷиат мекардагӣ аз масъалаҳои марбут ба стресс шикоят мекунанд.

Ин ва ба монанди ҳамин статистика бисёр роҳбарони компания ва сардорони истеҳсолотро маҷбур карданд, ки ба ташвиш оянд, барои он ки соли гузашта ба кор набаромадан, сарфҳои компания барои касалиҳои ба стресс вобаста буда ва бой додани маҳсулнокии меҳнат ба компанияҳои онҳо 50 млрд. доллар афтид. Онҳо фикр мекунанд, ки дар давоми 2 сол омили арзиши стресс то 75 млрд. — тахминан 750 доллар ба ҳар як коргари ИМА баланд мешавад. Оилаҳо ба таври васеъ ба стресс дучор мешаванд. Он сарчашмаи мушкилоти зановуӣ ва байни шахсиятҳо аст.

Дон Осгуд, таълимдеҳи ҳаياتи коркунони иттиҳодияи IBM, баъзе мушоҳидаҳои бисёр хуби бо стресс алоқаманд, сабабҳои он ва усулҳои табобатро меорад. Ман мехоҳам мақолаи зеринро аз сабаби мазмуни оличанобаш, ки ба баъзе саволҳои вобаста ба стресс ҷавоб дода метавонад, пурра оварам.

Сабаб ва натиҷа

Оё шумо ҳолатеро ҳис кардаед, ки ягон кори нохуб кардаед ва ҳамин замон ягон кас дар бораи он хабар меёбад? Ин навиъи стресс он аст, ки ба ҳамаи мо лозим меояд бо он мубориза барем, ин ба монанди аз анбор пичинӣ дуздада хӯрдан ё қонунро вайрон карда, дар ҳамгашти навбатӣ бо полис вохӯрдан аст. Аммо боз дигар сабабҳо низ ҳастанд.

Баъзан шумо ба кӯча баромада чун шамолхӯрии муқаррарӣ гирифтори стресс мегардед. Ва ҳеҷ кас бонги хатар намебардорад, барои он ки ҳама медонанд, ки каме стресс ба шумо зарар намерасонад. Микдори ками он ҳақиқатан ҳам фоида дорад. Вале дар як рӯзи „хуб“ шумо ошкор месозед, ки дар панҷаи гирои касалӣ бо номи „стресси аз андоза берун“ гирифтored ва ҳатто намедонед, ки он кай сар шудааст. Акнун шумо роҳи аз касалӣ баромаданро бояд ҷӯед — барои истироҳат аз муборизае ки ҳамеша шуморо аз ҳад зиёд монда мекунад. Агар шумо роҳи шахсии худро тарк кунед, Худо ба шумо шифо дода метавонад.

Муносибатҳои байниҳамдигарӣ омили асосӣ дар табобати стрессҳо мебошад. Ҳангоме ки мо ягон кори нодуруст мекунем ё ягон коре ки ягон касро ранҷонда метавонад, мо стресси худро зиёд мекунем. Яке аз сабабҳо — тарси мо аз қандани муносибатҳо мебошад. Ду духтур, Холм ва Рэйи аз Мактаби тиббии Донишгоҳи Вашингтон рӯйхати иборат аз 43 вазъи ҳаётиро тартиб доданд, ки қадвали стрессро ташкил медиҳанд. Аз ин вазъиятҳои ҳаёти 10-тоаш стресси аз ҳама зиёдтарро ба вуҷуд меоранд. Аз ин даҳ вазъият 7-тоаш бо аз даст додани муносибатҳо алоқаи бевосита доранд. Мисол: ҷудошавӣ, марги ҳамсар, қандашавии алоқаҳои никоҳӣ ё ба нафақа баромадан. Вале як ҳолат дар ин қадвал партофта шудааст — муносибатҳои байниҳамдигарии боварибахш бо Худо, ки Ёро маҷбур кардан, бовар қунондан ё бо фиреб ба ягон кори барои мо нодуруст ҷалб кардан номумкин аст.

Дар боби чоруми Нома ба Ибриён ин муносибатҳои байниҳамдигарии боварибахш чун тарзи аз касалии стресс баромадан қунон оддӣ хотиррасон карда шудааст, ки он ҷойро метавонем бо осонӣ аз назар гузаронем. „Зеро касе, ки ба оромии Ё дохил шудааст, ҳудаш низ аз қорҳои худ ором гирифтааст“ (Ибриён 4:10). Ин ақида дар бораи бас қардани қорҳои шахсӣ чун паём ба исроилиён дар бораи рӯзи шанбе ва

хамчунин ишора ба замини ваъдашуда буд. Вале ин хамчунин дастурамали аз тарафи Худо додашуда барои гирифтани шифои харрӯза дар муборизаи мо бо стресс мебошад.

Решаҳои беморӣ

Қадами аввалини мо дида баромадани „ман“-и шахсиамон мебошад. Д-р Гарри Левинсон, рӯхшиноси машхур, дар бораи падидаи „эго идеал“ сухан меронад — дар бораи тасаввуроти дурахшони мо, ки дар охири охири он мешавад. Мо қариб ҳамаи корро мекунем, то ки бинем, ки мо чӣ хел одами барҷаста ва хуб ҳастем. Одатан дар байни мо чӣ ҳастем ва чӣ будан мехостем, раҳнае ҳаст, ки метавонад ба касалии стресс гирифтор кунад. Ман инро аниқтараш „эго стресс“ номидан мехостам, чунки „ман“-и мо сабаби аввалини мушкилот мегардад. Ана барои чӣ, ҳатто имондори мустаҳкам буда, шумо бояд ҳар рӯз тарзи ҳаётатонро назорат кунед.

Таҷрибаи шахсии ман дар бораи ин намуди стресс ба ман дарси адаб омӯхт. Аз ман пурсиданд, ки онди таъинотам дар Япония чӣ хел муносибат мекунам. Ин мавқеи „ман“-и шахсии маро мустаҳкам мекард, аммо ман медонистам, ки агар розӣ шавам, мумкин аст проблемаҳои оилавӣ ба миён оянд. Ман аллакай бо оилаам чор бор ба шаҳрҳои гуногун кӯчидаам ва баъди яке аз чунин кӯчиданҳо писари калониам, ки он вақт 15-сола буд, якчанд рӯз аз хона гурехт. Ман бояд донам, ки ман ягон хел ҳуқуқ надорам, ки боз чунин кӯчиданро барпо кунам, ҳол он ки писари дигарам давраи пурҷӯшу хурӯши 15-солагиро аз сар гузаронида истодааст. Аммо ман ба роҳбарият руҳсат додам, ки номзадии маро дар давоми 6 ҳафтаи дароз дида барояд. „Худое, ман ҳаракат намекунам, ки худро фурушам, ман танҳо ба онҳо воғузур мекунам, ки ҳал кунанд“. Завҷаи ман Чоан гуфт: „Дон, ман дар бораи роҳбарии Худо дар қорҳои мо дуо мекунам“. Ва ӯ инро тавре гуфт, ки ман фаҳмидам — вай рафтан намехоҳад. Писари 15-солаи ман рад кард: „Падарчон, ман рафтан намехоҳам“.

Баъд аз 1,5 моҳ эълон шуд, ки дигареро интихоб карданд. „Ҳамааш тахт“ — гуфтам ман. Аммо баъди ду рӯз чунон ба дарди шикам гирифтор шудам, ки гӯё сихат намешуд ва ҳамон вақт ман дарк кардам, ки чӣ хел муҳорибаи саҳт буд. Баъди чор рӯзи нороҳатӣ, ман нисфишабӣ бо ҳамон нотобӣ, ва самимияте, ки онро бемадорӣ ба амал меорад, бедор шудам

ва охиста дуо кардам: „Худоё, ман мефаҳмам, ки чӣ хел саҳт мубориза бурдам. Маро аз гуноҳи ғамхӯрӣ дар бораи хоҳишҳои худ шифо деҳ, муносибатҳои оилавии маро дуруст намо... ва, хоҳишмандам, маро аз бетобии ҷисмонӣ шифо деҳ“.

Он шаб дигар ба ман лозим наомад, ки аз ҷойгаҳам хезам, барои он ки гуноҳҳои ман баҳшида шуда ва мушкилиҳои ман барҳам хӯрда буданд. Дар охир ин ба ман дарси ҷиддӣ гашт. Одам метавонад барои ёфтани ҷои худ дар зиндагӣ ҷунон саргарм шавад, ки метавонад оилаи худ ва муносибатҳои байниҳамдигарии рӯҳониро аз даст диҳад. Ва дар ин роҳ мо фаҳмиши худро дар бораи он ки чӣ дуруст аст, чуқур меғуронем.

Мушаввашии ҳалокатовар

Агар шумо хусусияте дошта бошед, ки ба идора кардани ҳаёт шуруъ кунед, дар ҳоле ки кай сар додани маҳорро хуб наомӯхта бошед, ё агар шумо аз барои „ман“-и худ бо Худо мубориза баред, пас шумо роҳи Худоро пайравӣ накарда, дар салтанати худ зиндагӣ мекунад.

Қобилияти ягон ҷиро пеша кардан — маҳорати зарурӣ дар ҷаҳони соҳибқории мост ва „ман“-и шахсии мо қисми муҳими он мебошад. Худо моро бо „ман“-и худ офарид, то ба мо маҳорати бавҷудоварӣ диҳад. Вале Худо муқобили ғамхӯрӣ ба худ мебарояд, барои он ки ин он чизест, ки моро дар вобастагӣ ба ҳудамон нигоҳ медорад. Тақрибан 90% вақти мо ба фикр дар бораи худ ва дунбологирии „идеали худпарастӣ“ сарф мешавад. Вале нақшаи Ё барои мо дар ҳолате ки мо стресси аз андоза берунро аз сар мегузаронем, аз он иборат аст, ки мо аз қорҳои худ ором шавем ва аз сари нав ба Ё рӯ орем. Мувофиқи зарбулмасали кӯҳнаи испанӣ „На бор, балки бори зиёд харро мекушад“. Ба таври дигар гӯем, маҳз стресси рӯзонаи муқаррарӣ ва бар замми он ташвишҳо дар бораи худ ба мо зарар мерасонад. Исо дар ин бора медонист, вақте ки гуфт: „Назди Ман оед, эй ҳамаи захматкашон ва гаронборон, ва Ман ба шумо оромӣ хоҳам бахшид“ (Матто 11:28).

Вале боз як намуди стресс аст, ки дар натиҷаи бечуръатӣ ва худро ба ҳар сӯ задан пайдо мешавад. Ҳангоме ки ман дар Канзас-Сити зиндагӣ мекардам ва бо сабаби тағйироти компания дар фикри ба кучо кӯчидан будам, ба ман дар Чикаго ва Нью-Йорк қор тақлиф карданд. Ман фикр мекардам дар

Канзас-Сити монам, вале Ҷоан намеҳост. Ман ҳаёл кардам, ки маро барои хизмат ба ташкилотҳои инҷилӣ ҷеғ мезананд, вале ба мо гуфтанд: „Ҳам шумо, ҳам занатон — шумо дуятон бояд вазифа дошта бошед“, вале Ҷоан инро ҳис намекард. Баъди якчанд ҳафтаи бетоқатӣ ман аз як бародари масеҳӣ маслиҳат пурсидам ва ӯ роҳи ҳалли номуайяниро, ки байни шахсони ҳавасманд гуногунакидагиро ба вуҷуд меорад, пешниҳод кард.

„Шумо бояд се корро кунед, — гуфт ӯ. — Ба ҳамаи гуноҳхое ки дар ҳаёти шумо ҳаст, иқрор шавед, ва ҳамаи он чиро ки дар сари роҳи муносибатҳои поки шумо бо Худост, бартараф намоед. Баъд ба Ӯ масъалаҳои ҳалталаби худро ростқавлона фаҳмонед. Ва бовар кунед, ки Ӯ барои ҷавоби шумо меҳнатро ҳозир сар кард — на Ӯ инро дар оянда хоҳад кард. Ва баъд ҳама чизро тарк кунед“. Ин „таваккал кардан“ ном дорад. Ман ду қадами аввалро гузоштам, аммо қадами сеюм, аз ҳама муҳимтаринро гузошта натавонидам. Вақте ман гуфтам, ки бовар мекунам, ки Ӯ оиди ҷавоб фикр мекунад, — ман баъди ҳамагӣ якчанд дақиқа дониستم, ки ба кучо равам.

Як корчаллон ба барома ди дар Рочестер штати Миннесота таъиншуда дер мемонд. Ӯ аз Миннеаполис, ки аз ҷои зарурӣ 80-мил дуртар буд, бе хӯроки нисфирӯзӣ ҳамагӣ якуним соат пеш аз баромад ба роҳ даромад. Одатан ӯ бо суръати 50-мил дар як соат мерафт, аммо ин маротиба дар шоҳроҳ бо суръати 85-мил дар як соат мерафт, то даме ки ўро патрули роҳ пайҳас кард. Аз назди ӯ гузашта дид, ки патрул рост ба ӯ менигарад ва дуо кард: „Худоё, Ту медонӣ, ки ман бояд ба Рочестер рафта расам. Нагузор, ки ӯ маро нигоҳ дорад“. Ва боз ким-чӣ дар ӯ эътино кард ва ӯ зам кард: „Агар Ту ҳисоб кунӣ, ки ҳамааш дуруст аст“.

Яқин аст, ки на ҳамааш дуруст буд, зеро патрул ўро нигоҳ дошт ва пурсид, ки ӯ ба кучо меравад. Ӯ гуфт: „Хондани лексия дар бораи стресс“, баъд ӯ бо ҳичолат зам кард: „Ва ҳуди ҳозир ман стресси саҳтро ҳис карда истодаам“.

Мо намеҳоҳем бо одамон вохӯрем, ҳангоме ки ягон кори нодуруст кунем, махсусан агар ин одамон ҳокимиятро таҷассум кунанд. Вале иқдоршавӣ ба нодурустии худ стрессро паст мекунад. Ҳарчанд ин хурсандиовар нест, вале ҷӣ тавр ки аҷоиб набошад, хубаш дар сари гуноҳ ба даст афти, нисбат ба он ки дар худ ҳисси гуноҳро бардошта гардӣ. Дер ё зуд мо бояд аз гуноҳҳои худ ҳалос шавем, ё он ошкориро, ки муносибатҳои

байниҳамдигарии рӯхонии ҳаққониро имконпазир мегардонанд, аз даст диҳем.

Интизориҳои номумкин

Худи ҳамин бо стрессе ба амал меояд, ки дар натиҷаи шубҳаҳо ба худ пайдо мешавад. Як рафиқи ман, доктори фалсафа, ҳис кард, ки компанияи ӯ ба қобилиятҳои ӯ онди ҳалли қарорҳои нави техники аз ҳад зиёд умед дорад ва вай ҳамон гуна пешравиеро, ки аз рӯи эҳсосоти вай, бояд медошт, дигар надорад. Шубҳаҳои азобдиҳанда дар бораи он ки ба умеди дигарон ҷавоб дода тавонад, дар охир ӯро ба беморхона овард, то он даме ки ӯ фаҳмид, ки муносибатҳои дилпур дар асоси он ки мо кӣ ҳастем, сохта мешаванд, на дар асоси он ки дар шумо одамон киро дидан меҳаҳанд. Вақте ки психиатр аз рафиқи ман баъди яксола маслиҳатдиҳӣ пурсид: „Барои чӣ шумо бо худ чунин бераҳм ҳастед? Худо шуморо дӯст медорад“, вай ба сикатшавӣ сар кард.

Агар мо чун пештара ҳаёти худро аз рӯи тахмине ба роҳ монем, ки Худо интизор аст, то мо хуб бошем, мо ба тарзи ҳаётии эго-стрессҳо зиндагӣ мекунем, новобаста ба он ки мо дар ин бора ба худ ҳисобот медиҳем ё не. Вақте мо дарк мекунем, ки Худо моро дӯст медорад, ва медонем, ки бе Ӯ хуб намешавем, мо ба озодӣ наздик мешавем. Фикри зерини Масеҳ доруи ҳақиқӣ аст: „Бо тамоми қувват чидду ҳаҳд кардан даркор нест. Ҳатто фикран асабхоро таранг кардан даркор нест. Ба чои бо роҳи шахсӣ ҳаракат кардан, ҳаракат кунед бисёртар гузашт кунед“. Ӯ инро каме дигар ҳел карда, дар Мавъизаи болои кӯҳ меғӯяд: „Ба... савсанҳои саҳро назар кунед“ (Матто 5:28). Аммо чӣ қадаре ки мо бисёртар муваффақият ба даст орем, дидани савсанҳо барои мо душвортар мегардад, дар бораи онҳо фикр кардан ҳоҷати ғап ҳам нест. Вақте ки мо дар ҳақиқат савсанхоро аз назар меғузaronем, дарк мекунем, ки он зебост, зеро ҳамон таврест, ки Худо чунин дидан меҳаҳад, ва аз он ғам намеҳӯрад, ки вай чӣ шуда метавонист ё чӣ шуда наметавонад.

Агар шумо аз сари нав ба нақшаи Худованди мо бовар карданро наомӯzed, мумкин аст шумо дар оянда ба ташвишҳо сару қор мегиред. Масеҳ инро хеле саҳт ҳис мекард. „Ғамхорӣ накунад“ — меғуфт Ӯ. Вақте вазифа қалон аст, ки шумо охири онро намебинед, аммо медонед, ки онро дар як моҳ иҷро кардан даркор аст, аниқ кунед, ки имрӯз чӣ қадар қорро иҷро

мекунед. Дар бораи он фикр накунед, ки баъди ду хафта чӣ қадарашро иҷро карда метавонед. Ин — тарзи амалии пайравӣ ба гуфтаҳои Масех дар бораи он аст, ки мо бояд барои фардо ғамхорӣ накунем.

Ба ҷои он ки аз нооромӣ шифо диҳад, Масех меҳаҳад шуморо аз ҳолате, ки ба он мебарад, шифо бахшад. Агар шумо ба он дараҷае расида бошед, ки ба савсанҳо нигариста натавонед ва ин рӯз аз рӯз давом кунад, пурра мумкин аст, ки шумо дар ҳолати стресс ҳастед. Ана якчанд сигналҳои ҳаррӯзаи стресс, ки дар бораи онҳо доништан шарт аст.

Тағйиротҳои нофаҳмо дар коршоямии шумо. Шумо баногоҳ мефаҳмед, ки он кореро, ки пештар хуб иҷро мекардед, ҳоло хуб иҷро карда наметавонед.

Коршоямии нобаробар. Ҳафтаи гузашта шумо ниҳоят пурмахсул кор кардед, аммо ин ҳафта, бо сабабҳои номаълум, қоратон пеш намеравад.

Тактикаи бепарвой. Шумо мушоҳида мекунед, ки рӯзи истироҳат мегиред, ё вақтатонро бо дигар „корҳои муҳим“ сарф мекунед, ҳол он ки шумо бояд кори муайянеро иҷро кунед ё бо касе вохӯред.

Муносибатҳои хунуқшуда. Одамоне ки ба онҳо пештар муносибатҳои хуб доштед, гӯё чун пештара табиӣ ва гарму ҷӯшон нестанд.

Инҳо ва дигар сигналҳо нишон медиҳанд, ки шумо ба стресс гирифта мешавед ва шумо бояд бо он ягон коре кунед. Баъзе сабабҳои ҳаррӯза бо худ машғул будани мо ва бевафогию саркашии мо, ки дар натиҷаи ин ба амал меоянд, қадомҳоянд?

Тағйироти ғайриҷашмдошт. Новобаста ба он ки мо онро худамон ҳосил мекунем ё каси дигар. Оё ҳаёт ба дӯши шумо ҷавобгариӣ наvero гузоштааст, ки ба он шумо тайёр нестед ё ин ки ба ҷои тарафҳои пурзӯри шумо тарафҳои сусти шуморо талаб мекунад? Мумкин шумо ҳуди ҳозир кӯчидед ё ин ки кӯчиданиед?

Даъвоҳои амалинашуда. Оё шумо миёнаумр шудед ва ҳамчунон мақсадҳои зиндагиро ба даст наовардед, ки барои

онҳо кӯшиш мекардед, ва акнун имкониятҳои ками ба даст овардани онҳоро доред?

Тарс аз он ки бо гузаштани солҳо қобилиятҳои шумо суст мегарданд. Асосан ин тарси беасос аст. Қобилиятҳои шумо бо фарорасии камолот тағйир меёбанд, аммо дар шумо ҷиҳатҳои нави пурзӯре инкишоф меёбанд, ки сустшавии дигар қобилиятҳоятонро иваз мекунанд.

Низоъҳои шахсӣ. Онҳо аз он сабаб ба вучуд меоянд, ки касе меҳода шуморо вобаста ба нуқтаи назари худ оиди ҳаётатон тағйир диҳад, ё шумо ҳаракат мекунед, ки касеро вобаста ба тасаввуратон дар бораи он ки ӯ чӣ хел бояд зиндагӣ кунад, тағйир диҳед. Дар ҳар ҳолат, одамон нағз намебинанд, ки онҳоро дигарон тағйир медиҳанд. Агар чунин ҳаракатҳо шаванд, дар онҳо стресс ба амал меояд. Гоҳо, мисол, он дар рафти тарбияи падару модар ба амал омаданаш мумкин аст. Аммо касеро дар рӯҳи Худованд тарбия кардан ва ё ба касе фишор овардан ё маҷбур кардан — ин тамоман ҷизҳои гуногунанд. Интизом бояд тарбия ёбад, фишороварӣ — не, ҳоҳ шумо рӯҳонӣ, администратор ё модар ҳам бошед.

Фаъолияти муҳолифи виҷдони шумо. Камолот ва мардонагӣ лозим аст, то барои он ҷизе ки бовар мекунӣ, истодагарӣ намоӣ ва ба шахси наздикат ё сардорат гӯӣ: „Ана инро ман намекунам“. Ин метавонад арзиши даъватномаи ҷавобӣ ё ҳатто ҷои корро дар ягон лаҳзаи зиндагониатонро дошта бошад, аммо ин дар бораи вафодории махсус мегӯяд, ки ба созиш кардан бо худ ёрӣ медиҳад.

Ҳамчун масеҳӣ ба шумо лозим аст, ки бо худ ахлоқи вучуд доштанро омӯzed, аз он дурӣ ҷӯед, ки аз ҳад зиёд бо худ машғул шавед. Ин осон нест, аммо зарур аст.

Қувваи сустӣ

Ана якчанд маслиҳатҳои амалӣ, ки ба шумо ёрӣ мерасонанд, то аз мушавваши дурӣ ҷӯед, ки дар натиҷаи кӯшишҳои барқарор кардани тарзи муқаррарии ҳаёт бо қувваи худ ба амал меояд. Шумо ба ин маслиҳатҳо танҳо баъди он ки бо Худо муносибатҳои байниҳамдигарӣ барпо кардед ва бовар кардед, ки ӯ дар шумо меҳнати Худо карда истодааст, пайравӣ карда метавонед.

Ба як тараф муваққатан гузоштани масъалаҳои худро омӯзед. Ҳангоме ки шумо дар маркази ҳолати стресс мебошед, дар худ маҳорати муваққатан онро аз фикр бароварда партофтанро инкишоф диҳед. Тамоми диққати худро ба ягон чизи тамоман муҳолифи ин равона созед, дар давоми вақти муайян, ва баъди он ба ин масъала баргардед. Ба худ гӯед: „Ҳеч чиз намешавад, агар ман дар давоми як соат ба ин масъала машғул нашавам, барои он ки онро ҳуди ҳозир ҳал карда наметавонам“. Маслиҳат аз китоби Масалҳо 3:5: „Бо тамоми дили худ ба Худованд таваккал намо, ба хиради худ таъянакун“, дар асл дар бораи боварӣ дар истифода ба масъалаи аниқ мегӯяд.

Аз нақшаи номаъмул истифода баред. Дар болои саволҳои душвор пагоҳии барвақт қор кунед, вақте ки онҳоро бе ягон омили диққатро ба худ ҷалбкунанда, ки стрессро ба амал меоранд, ҳал кардан мумкин аст. Ба Исо пайравӣ карда, пагоҳӣ барвақт ҳезед ва дуо гӯед ва ба воситаи дуо роҳбарии Худовандро барои он рӯз интизор шавед.

Ба Худо „мактубчаҳои хотиравӣ“ нависед. Агар шумо дар ҳолати стресс афтед, мактубчаи ҷурғасир нависед ва дар ифодаҳои саҳт дардатонро фаҳмонед. Аниқ нависед, ки шуморо чӣ таъсири медиҳад. Одамони аниқ ва амалхоёро, ки ба шумо нохушиҳо меоранд, номбар кунед. Ҳиссиётатонро ба берун бароред. Навишта гирифтани оддии онҳо тез-тез ба шумо даст медиҳад, ки ба он бо назари нав нигаред, масъаларо идорашавандатар ва стрессро сабуктар мегардонед. Ба худ нагӯед, ки шумо худатонро бад ҳис намекунед, вақте ки на ин тавр аст. Ростқавл бошед ва ба Худо ҳақиқатро гӯед. Эҳтиёҷоти худро иқдор шавед ва аз Ӯ хоҳиш кунед, то ёри расонад, ки шумо аз он чизҳои навиштаатон халос шавед.

Шароитро тағйир диҳед. Барои боғайрат давидан 20 дақиқа вақт ёбед, баъди он душ қабул кунед ё оббозӣ кунед. Саросема нашуда дар танҳои хӯрок хӯред. Ё вақте ки стресс зиёд шуд, барои „хунук кардан“-и масъала ба сайругашт бароед. Ба таври қатъӣ соҳаи фаъолиятро тағйир додан муҳим аст. Масалан, дар рӯзҳои истироҳат бо зан (шавҳар) бе кӯдакон ба ягон ҷо равед ва аз сари нав барои худ хурсандӣ ва маъноҳои муносибатҳои

байнихамдигариатонро кушоед. Хамаи ин имконияти хуби аз сари нав барпо кардани сӯхбати шумо бо Худо мебошад.

Барои худ намунаи ибрат ёбед.

Дар бораи табиати инсонии Исо ва дар бораи он ки барои ҷӣ ба Ё муяссар шуд нисбат ба шумо аз ӯҳдаи стресси калонтаре барояд, фикр кунед, Ё инро тавонист кунад, на танҳо барои он ки Худо буд, балки барои он ки Ё ягон чиро мисли одам мекард. Масалан, Ё танҳой мекофт ва тамоми ҳаёт онро амалӣ мекард.

Ягон одами „махсус“ ёбед, ки ба шумо ёрӣ расонда тавонад. Як нафар ё якчанд нафар одамо чудо карда гиред, ки аз онҳо махсусан ба вачд меоед, ба онҳо бовар мекунад, ки онҳо ростқавл ҳастанд, ва ҳис мекунад, ки ба онҳо барои маслиҳатҳои оиди масъалаҳои ҳалталаби худ муроҷиат карда метавонед (шарт нест ягон каси аз шумо мартабаи баландтар дошта бошад, ё мунтазиред, ки ӯ шуморо аз бадбахтӣ кашида мебарорад). Одамеро интихоб кунед, ки бо ӯ метавонед дуо кунед ё хомӯш истед. Ба ҳар ҳол дуо бо дӯсте ки шуморо маҷбур мекунад, то бо худ ростқавл бошед, махсусан стрессро сабук мегардонад. То даме дуо мекунад, дарк кунед, ки Худо ба он мароқ зоҳир мекунад, ки шумо ба сабабҳои ҳақиқии ниҳонии ташвишҳои худ сарфаҳм равед. Ин — ягона сабабест, ки Ё меҳодад ба воситаи он мо ба розигӣ биёем.

Ба фарзандони Исроил аз сабаби итоат накардан, норасогии имон ба Худо ва тамоюли ба қувваҳои худ такя кардан, ба замини ваъдашуда дохил шудан муяссар нашуд. Ин ҳақиқат ба мо ҳам истифодашаванда аст. Ҷои фароғати ҳозираи мо, чун замини ваъдашуда ба исроилиён, ҳамчунин ба мо бе маслиҳатҳои дуру дароз ва муборизаи шахсӣ дастрас аст. Вале агар мо танҳо ба усулҳои амалии шифо бовар кунем, онҳо дар ҳолати аз ҳама хуб воситаҳои ёрии аввалин мебошанд.

Ба оятҳои 9 ва 10-и боби чоруми Нома ба Ибриён бо диққат нигаред. Онҳо нусхаи фароғатро пешниҳод мекунанд, ки ҳақиқатан аз тарафи Худо истифода мешавад: „Пас барои қавми Худо боз оромии шанбе боқӣ мемонад. Зеро, касе ки ба оромии Ё дохил шудааст, ҳудаш низ аз корҳои худ ором гирифтааст, чунон ки Худо аз корҳои худ“ (Ибриён 4:9,10).

Ин — баромадан аз биёбони стресси аз андоза берун пешақӣ аз тарафи Худо озмуда шудааст. Ин стрессро ба истироҳат иваз мекунад. Ҳангоме шумо бовар мекунад, ки таълимоти

Писари Ў, Исои Масеҳ аҳкомест, ки ба он бояд итоат кард, ваъдаест, ки ба он бояд бовар кард ва намунаест, ки ҳар рӯз аз он истифода бояд кард, ҳамон вақт шумо муборизаи худро, ки стрессро ба вучуд меорад, бас мекунад.

Сирри маҳорат

Дон Осгуд дар мусоҳиба бо „ДПД Дайчест“ (органи нашриявии IBM) баъзе тасаввуроти худро оиди дар вақти корӣ чӣ хел стрессро бартараф кардан сухан меронад. Ин фавқуллода муҳим аст, барои он ки душвориҳои оилавӣ баъзан бегуфтугӯ ба стресс дар ҷои кор вобаста аст. „Ҳеҷ кас набояд дар танҳой аз ӯҳдаи стресс барояд, аммо бисёрии мо ҳаракат мекунем, ки дар ҷои кор пурра ором бошем ва баъзан мо дар рағбани худ доғ мегардем, ва касеро намеёбем, ки ба ӯ дарди дил гӯем. Баъзан мо дегҳои бугиро мемонем, ки хиссиёти ҷӯшони дарунии мо дар ниҳояти кор кори худро мекунад. Ба шумо лозим аст, ки аз сари нав бо худ ва дигарон ростқавл буданро омӯzed, ва ба муносибатҳои барқароршуда зарар нарасонед.

Касеро ёbed, ки шуморо чӣ хеле ки ҳастед, қабул мекунад — бо ҳамаи сустиҳоятон ва қадру қимататон. Муносибатҳои комил дар чунин қабулкунӣ сохта мешавад. Ман боре инро дар муҳокимаи банақшагирии маҳсулноқӣ бо менечерам кардам. Ман гуфтам: „Ман мехостам дар бораи баъзе ҷиҳатҳои сустии худам гӯям. Агар шумо дар бораи ҷиҳатҳои сустии худ гӯед, мо метавонем бо ҳам хубтар кор кунем“. Ин яке аз рӯзҳои пурмахсул дар мартабаи ман буд ва он дар вақти мушкилии кор ба ман ёрӣ расонд.

Касеро муҳокима накарда, нишондиҳии ғамхориҳои самимири омӯzed. Дафъаи оянда, вақте ки касе аз ҳамкорони шумо чизе гӯяд, ки шуморо ба ғазаб орад, шумо ҳаракат кунед чунин ҷавоб диҳед: „Вақте ки шумо инро гуфтед, ман ноумедиро хис кардам“ ба ҷои он ки „Вақте ки шумо инро гуфтед, маро ноумед кардед“. Он чизе ки дар охир мо гуфтаем — ҳуққуқи аст, ин маънои онро дорад, ки: „Шумо инро ба ман кардед. Ин гуноҳи шумост“.

Баёни тасдиқкунии самимири омӯzed. Хиссиётҳои самимӣ, ба вачд омадан, мароқ ва миннатдориро дар худ манъ накунад.

Қобилияти ба худ ҳаловат бахшиданро омӯзед. Дар вақти кор ё вақтҳои холигӣ коре кунед, ки дар ҳақиқат кардан меҳоҳед, гарчанде ин ба шумо беақлона ҳам намояд. Инро бо касе кунед, ки дилатон меҳоҳад. Сайри мамлакат бароед, ба кишті савор шуда, дар дарё шино кунед. Чизеро харед, ки дилатон бисёр ба он моил аст, агар ба буҷети шумо зарари калон нарасонад. Имкониятҳои ба муносибатҳои байниҳамдигариятон зарар нарасонида, кардани кори меҳостагиатонро ҷӯед.

Ба ҳалли масъалаҳои ҳалталаби дигарон ёрӣ расонед. Дар ҷараёни ин шумо метавонед назари (боз ҳам) муносибтар ба масъалаи шахсии худ ба даст оред.

Яқин аст, ки ба ман муяссар намешуд, то ба шумо аз андоза зиёд талқин кунам, ки ба стресс аҳамият надодан мумкин нест. Агар онро ҳалнашуда гузорем, он ба ноумедии шахсӣ, саломатии вайроншуда, шикасти рӯҳӣ ва муносибатҳои кандашуда оварда мерасонад. Вале агар ҳозир аз ўҳдаи стресс баромаданро омӯзед, шумо дар муносибатҳои байниҳамдигарии шахсӣ — махсусан дар муҳаббат, никоҳ ва муносибатҳои чинсӣ бурди калон мекунад. Новобаста ба он ки сабаби стресс дар ҳаёти шумо чӣ метавонад бошад, шумо, чун ман, метавонед аз ўҳдаи он баромаданро омӯзед. Ва дар ҳақиқат, барпо кардани муносибатҳои хуби байниҳамдигарӣ бо одамон, махсусан бо шарик дар никоҳ, яке аз доруҳои беҳтарин аз стресс мебошад. Ба ҳар яки мо шахсе лозим аст, ки ба ў така кунем ва ба ў дар давоми ташвишҳо ва ошуфтагиҳо тавонем бовар кунем.

Саволҳо барои андеша

- Дар ҳаёти шумо чӣ стресси зиёдтарро ба вучуд меорад?
- Аломатҳои стрессро, ки шумо дар ҳаёти худ пайҳас мекунад, номбар кунед.
- Барои кам кардани стресс ҳуди ҳозир шумо чӣ кор карда метавонед?

Бори охир дар асоси чӣ байни шумо ва шарикатон ихтилофи назар ба миён омада буд? Шояд ин ба сабаби он буд, ки шумо чӣ қадар маош мегиред ё пул сарф мекунад? Вақте ки ду одам ба ақди никоҳ медароянд, пеш аз ҳама соҳаи ихтилофот истифодаи пул мегардад — ва тез-тез он мавзӯи аз ҳама баҳсталаб тамоми вақти вучуд доштани муносибатҳо мегардад. Агар шумо муҳаббат, никоҳ ва муносибатҳои чинсии комил доштан хоҳед, маҳорати муомилаи самаранок бо пул мутлақо зарур мебошад.

Ҳеҷ чиз наметавонад муносибатҳоро мисли мушкilotи истифодаи нодурусти маблағҳо тез вайрон кунад. Сабаби инро дар Инҷили Матто 6:21 Исо чунин мефаҳмонад: „Зеро ҳар чӣ ки ганҷи шумост, дили шумо низ дар он ҷо хоҳад буд“. Аз ягон чизи дигар дида истифодаи пул дили одамро зиёдтар месанҷад. Ҳайратовар нест, ки муноқишаҳои молиявӣ яке аз сабабҳои асосии ҷудошавӣ мебошад. Пештар ман порчаеро аз ҳисоботи журнали „Макколлз“ дар бораи натиҷаҳои пурсиши 30000 занон оварда будам, ки дар он ҷо гуфта мешуд: „Қариб ҳар зани сеюм мегӯяд, ки норасоии пулӣ масъалаи ҷиддии онҳо бо шавҳарашон буд“. Ҳақиқатан масъалаҳои пулӣ аз ҳамаи масъалаҳои боқимонда дар рӯйхат хеле боло меистад — ягона истисно „муоширати бад“. Тадқиқотҳо нишон медиҳанд, ки ба мувофиқшавӣ дар соҳаи молия нисбат ба дигар соҳаҳо вақт бисёртар сарф мешавад.

Америқои миёнаи коркунанда тақрибан 80% вақти худро бевосита ё бавосита барои андешаҳо дар бораи пул сарф мекунад. „Харидани ин ба ман лозим аст? Оё ман мартабаи баландро соҳиб мешавам? Оё инро барои маблағгузори монам? Барои либос чӣ қадар харч кунам? Оё дар Мавлуд ба хона рафта метавонам? Аҷоиб, Фред дар як сол чӣ қадар пул сарф мекунад? Мошини нав гирам ё истифодашуда? Ба Худо чӣ қадар баргардондан лозим аст?“

Ҳоҷаи худро интиҳоб намоед

Маънои ин суханонро дар Инҷили Матто 6:24 Исо мекушояд: „Ҳеҷ кас ба ду ого хизмат карда наметавонад: зеро ки аз яке нафрат карда

дигареро дӯст хоҳад дошт, ё ба яке часпида, дигареро хор хоҳад дид. Шумо наметавонед ба Худо ва ба Мамуно хизмат кунед“. Ё шумо пулро ба худ мутеъ мекунед ё онҳо шуморо ғулом мегардонанд.

Азбаски, шумо ба никоҳ одатҳои пулсарфкунии худро меоред, зарур аст, ки шумо ҳозир ки танҳоед, таҷрибаи солими молиявиро барпо кунед. Худи истифодаи пул ё исрофи он метавонад сарчашмаи муҳолифат дар ҳар як хона гардад. Як шарикӣ беинтизом ё сабукфикр метавонад ҳақиқатан никоҳро бо надоштани маҳорати истифодаи пул барҳам диҳад. Бешубҳа, шумо имконияти ба он мушоҳида карданро ё дар хонаи худ ё дар хонае ки онро нағз медонед, доштед.

Барои мо, масеҳиён, ягона имконияти қонунӣ хизмат ба Худо, на ба бойигарӣ мебошад. Ҳавворӣ Павлус, ветерани мушоҳидаи хонаҳо ва калисоҳо, навишта буд: „Зеро ки решаи ҳамаи бадӣ зарпарастист“ (1 Тимотиюс 6:10). Акнун диққати махсус диҳед: ӯ навишт, ки „зарпарастӣ“, худи пул „решаи ҳамаи бадӣ“ мебошад. Пул бетараф аст, на хуб на бад. Муносибатҳои мо ба пул ва он ки мо ба он мекунем — фақат ҳамин метавонад бадӣ бошад. Он ки шумо бо пул чӣ тавр муносибат мекунед, чизҳои бисёре дар бораи муносибатҳои байниҳамдигарии шумо бо Худо ва бо дигар одамон мегӯяд.

Дар китоби худ „Пули шумо дар замони гузариш“ нависанда Лэрри Беркетт нишон медиҳад, ки дар Китоби Муқаддас зиёда аз 700 оят дар мавзӯи пул ва моликияти шахсӣ оварда шудааст, ва зиёда аз 2/3 масалҳои Исо ба пул ва моликияти шахсӣ вобастаанд. Исо медонист, ки дили одамон байни ӯ ва пул чӣ хел „метапад“ ва ӯ аниқ фаҳмонд, ки одамон бояд на танҳо байни хизмати ӯ ва пул интиҳоб кунанд, балки инчунин бояд бо пулҳое ки худашон доранд, бо ҳисси ҷавобгарӣ рафтор кунанд.

Маблағҳои изофа

Дар боло зикршударо ба назар гирифта, ман мехостам ба зарурати пул ҳам аз нуқтаи назари мо, ҳам аз нуқтаи назари Худо нигоҳ кунам. Биёед маблағҳои шахсиро дар сатҳи амалӣ аз назар гузаронем. Бисёр чизҳое ки ман дар ин ҷо бо ҳам дидан меҳоям, таҷрибаи шахсии худам ё таҳлилкардаи дӯсти азизи ман Эфан Поуп, ҳамкор дар „Кэмпус Крусэйд Фор Крайст“ мебошад, ки тез-тез онди масъалаҳои нақшагирии маблағҳо менависад ва баромад мекунанд.

1. Мақсадҳои молиявиро муайян кунед

Яке аз сабабҳое ки байни зану шавҳарони бисёр баҳсҳо (ва гоҳо ҷанҷолҳо) аз барои пул ба вучуд меояд, он аст, ки онҳо ҳеч гоҳ

мақсадҳои молиявии оилаи худро муҳокима накардаанд. Баҳсҳои бисёр ҳамчун натиҷаи гуногунии мақсадҳо ба амал меоянд. Шавҳар метавонад ҳисоб кунад, ки харидаи қайқ маъноӣ бузург дорад, дар он вақте ки зан фикр мекунад, ки пулро барои хонапулӣ сарфа кардан заруртар аст.

Аз бисёр муноқишаҳои молиявӣ дар никоҳ дурӣ ҷустан мумкин аст, агар шумо ду чизи оддӣ кунед:

- Мақсадҳои молиявии бучетро муайян кунед.
- Мунтазам мақсадҳои молиявии худро муҳокима кунед.

Дар китоби Масалҳо 21:5 мо меҳонем: „Мулоҳизаҳои шахси ғайратманд яқинан нафъовар аст“ ва иҷрои ин шартҳои оддӣ метавонад ҷунон кунад, ки шумо маблағҳоятонро идора кунед, на онҳо шуморо.

Яке аз сабабҳои, ки мо дар ҳаёт мақсадҳои равшани молиявӣ надорем, он аст, ки мо намеронем чӣ тавр онҳоро ба рӯйхат дарорем ё онҳоро дастрас гардонем. Барои аз ӯҳдаи ин баромадан шумо бояд аз панҷ қадами навбатӣ барои муайян кардани мақсадҳо истифода баред: бо дуо, ба рӯйхат даровардан, ҷавобгар будан, сана ва андоза. Биед ҳар як қадамро аз назар мегузаронем.

Ҷиҳати муҳимтарини муайян кардани мақсадҳо дуо мебошад. Аз Худо пурсед, ки Ӯ чӣ меҳодад, то шумо бо ҳаёт ва пулҳои ки ба шумо додааст, чӣ кор кунед. Дар Номаи Яқуб 1:5 тасдиқ мешавад: „Ва агар касе аз шумо аз ҳикмат камӣ дошта бошад, бигзор талаб кунад аз Худо ки ба ӯ ҳама бо саховат ва бе сарзаниш ато менамояд, — ва ба вай ато хоҳад шуд“.

Барои ҳамин, якум, шумо бояд бовар кунед, ки Худо ба шумо хирадмандӣ медиҳад, агар аз Ӯ пурсед.

Пункти дуюми муҳим, ки дар хотир гирифтани зарур аст, дар коғаз навиштани мақсадҳои шумо мебошад. Одатан орзуҳо ба мақсадҳо мубаддал намешаванд, то даме ки навишта нашудаанд. Ин алоқаи ҳаррӯза ва ҳарлаҳзаинро бо Худо талаб мекунад, зеро пеш аз он ки нишаста мақсадҳои худро нависед, шумо бояд боварӣ дошта бошед, ки ҳама чиз дар ҳаёти шумо дар пеши Худо дуруст аст, ва дили шумо пок аст ва ягон гуноҳи ба шумо маълум иқрорнашуда намондааст. Агар аз тарафи шумо ҳама кор дуруст иҷро карда шуда бошад, Худо ба шумо хирадмандие медиҳад, ки ба он эҳтиёҷ доред. Бо вучуди ин, агар дар ҳаёти шумо гуноҳ бошад ва шумо ягон ҷорое намебинед, ва ҳамин тавр бошуурона худро аз оилаи Худо берун мекунад — тамоман мумкин аст, ки шумо мақсадҳои шахсии худро мегузоред, на он мақсадҳоеро, ки Худо мегузошт.

Сеюм, дар назди худ мақсадҳои реалӣ ва дастрас гузоре. Масалан, агар касе хоҳад, ки миллион доллар тақсим кунад, вале фақат 30 000 доллар гирад, ин мақсад, мулоимтар карда гӯем, тамоман реалӣ нест. Албатта, мо намехоҳем қудрати азими мӯъҷиза ба амал баровардани Худоро маҳдуд гардонем, вале мо метавонем маъюс шавем, вақте ки мақсадҳои дар пеш гузоштамонро ба даст оварда натавонем. Агар мо ба Худо бовар кунем, ки Ӯ ба мо ёрӣ мерасонад, то рӯйхати мақсадҳои дар ҳаёт ба даст овардашударо тартиб диҳем, мо барои тартиб додан ва ба даст овардани мақсадҳои бузургтар дар оянда боварӣ пайдо мекунем.

Барои ба даст овардани мақсадҳои мо муайян кардани санаҳои аниқ қадами чорум мебошад. Мақсади бемӯҳлат ё беохир ба тӯби дамнокардаи футбол монанд аст, ки тамоман даркор нест.

Якҷоя бо зарурати гузаштани сана барои иҷрои мақсадҳои мо қадами панҷум — андозакунии онҳост. Ҷумлаи „Ман имсол пули бисёро тақсим карданиам“ тамоман аниқ нест. Дар охири сол шумо чӣ тавр метавонед фаҳмед, ки ин мақсадро ба даст овардаед? „Пули бисёр“ чист? Шояд ба шумо додани 20% даромадаи худ — бисёр аст, вақте ки дигар кас метавонад фикр кунад, ки 30% додан ҳасисӣ аст. Агар шумо мақсадҳои аниқ гузоре, пас метавонед фаҳмед, ки оё кори дар назар доштаатонро иҷро кардаед ё не?

Ба фикри ман, дар ҳақиқат, бояд роли роҳбарӣ дар муайянкунии мақсадҳо бар дӯши шавҳар бошад, вале зан бояд дар қабули қарорҳо иштироки ғайбона дошта бошад! Бояд ягонагӣ вучуд дошта бошад, вагарна ягон кас хафа мешавад.

2. Бучетро муқаррар кунед

Ин яке аз мақсадҳои молиявии шумо хоҳад буд. Дақиқае сабр кунед! Ман медонам, ки шумо хондани ин бобро намехоҳед, вале марҳамат карда онро сарфи назар накумед. Он беандоза зарур аст. Дар поён чӣ будани бучет ва чӣ тавр он метавонад ба шумо ёрӣ расонад, фаҳмонида мешавад. Бучет:

- даромадхоро ба ҳисоб мегирад.
- харҷро муқаррар мекунад.
- нақшаи хаттии амал мебошад.
- бояд якҷоя зану шавҳар тайёр кунанд.
- ба ҳолати маблағ боварӣ медиҳад.
- шуморо озод мекунад.
- ёрӣ мерасонад, ки идоракунандаи хуби он чи Худо ба шумо бовар кардааст, бошад.

- бо қалам навишта мешавад, на бо ранг, барои он ки онро тавонем ва қадри талабот тағйир диҳем.

Лэрри Беркетт тарзҳои зерини кор бо бучетро пешниҳод мекунад.

Ба маблағҳои худ ҳар ҳафта баҳо доданро сар кунед. Ҳамин ки бучети худро муайян кардед, даромад ва баромади ҳарҳафтаинаатонро тафтиш кунед, ки аз азназаргузаронии оддии бучет иборат аст, то муайян кунед, ки қорҳо чӣ тавр мераванд. Ҳамсарон бояд ин қорро яққоя кунанд. Барои ин на зиёда аз 10-дақиқа вақт сарф мешавад. Мақсад аз он иборат аст, ки баъди гузаштани як ҳафта ислоҳ даровардан нисбат ба як моҳ осонтар аст. Беркетт қайд мекунад:

„Одатан, ҳангоми нақшагирии маблағҳо ду душворӣ пеш меояд. Як кас беандоза саҳтгир аст, дигаре — беандоза суст. Кӯшиши ислоҳ қардани одатҳои бади молиявии дар давоми даҳсолаҳо пайдошуда ба саҳтгирии аз андоза берун бурда мерасонад. Ҳам зан, ҳам шавҳар ба гузаштҳои баробар бояд тайёр бошанд. Нақшаи яқтарафаи буридани харҷи ягон кас тез сабаби муҳолифат мешавад.

Сустӣ одатан дар он ҳолатҳо дида мешавад, ки баъди тартибдиҳӣ бучетро ба раф мегузоранд ва ҳеҷ гоҳ тафтиш намекунанд. Қараёни нақшагирӣ метавонад ягон қасро маҷбур кунад, ки худро беҳтар ҳис кунад, вале ягон нақша, агар иҷро нашавад, қадре надорад“.

Рӯйхати „ҳаридҳои оянда“ ва „ҳайрияро“ тартиб диҳед.

Шумо онҳоро метавонед дар вақти сӯҳбати ҳарҳафтаинаатон дар бораи бучет муҳоқима кунед. Рӯйхати ҳамаи чизҳои ки ба шумо лозиманд, ё шумо харидан мехоҳед ва он эҳтиёҷоти ҳаёти дӯстонатон ё қалисоатонро, ки мехоҳед қаноатманд кунед, тартиб диҳед. Баъд ҳар як рӯйхатро вобаста ба он ки қиро афзалтар меҳисобед, аз сари нав нависед. Шумо ошқор месозед, ки ба андозаи он ки шумо орзуҳо, ташвишҳо, умедҳо, эҳтиёҷотҳо ва заруриятҳои онро муҳоқима мекунед, востани нав барои муошират дар ниқоҳ меёбед ва ҳамаҷун зану шавҳар дар нақшагирии молиявӣ, ки дар принципи „ғирифтандодан“ асос ёфтааст, наздиктар мешавед.

Агар шумо мақсадҳои молиявиро дар бучети оилавӣ муайян қарда бошед, ҳаёт аз он ки то ин дам буд, ҳеле осонтар хоҳад буд! Ман дарёфтам, ки бисёр масъалаҳои молиявӣ аллақай ҳалшуда меғарданд. Худудҳои молиявии шумо барқарор мешаванд. Агар яке аз шумо ягон чиз харидан хоҳад, мисол, видеомагнитофон ё пойафзоли қўҳғардӣ,

саволе ки додан даркор аст, оддӣ аст: Оё барои ин дар бучет пул ҳаст? Оё ин дар рӯйхати „харидҳои оянда“ дар аввал меистад? Агар не, масъала ҳал. Ҷавоб — нахаридаи! Агар ин ягон чизест, ки шумо ҳақиқатан мехоҳед онро яқумдараҷа гардонед, пас рӯйхати худро дар муҳокимаи ҳарҳафтаина аз нав дида бароед, то фаҳмед, ки чӣ хел дигаргуниҳо дохил кардан мумкин аст.

Вақте ки кор то ба маблағгузорӣ ва харидҳои ғайриоддӣ расид, Китоби Муқаддас дастурҳои аниқ ва ғоиданок медиҳад. Ғайр аз истисноҳои нодир — менависад Беркетт, — ... аз даст додани пулҳои Худо метавонанд, бо риоя кардани якчанд қоидаҳои оддии Китоби Муқаддас ба таври қатъӣ кам карда шаванд.

- Дуо кунед ва аз Худо хоҳиш кунед, ки ба шумо ақли солим диҳад (Масалҳо 3:13).
- Зану шавҳар бояд муошират кунанд ва агар дар ягон кор розигии тарафайн набошад, онҳо набояд амал кунанд (Масалҳо 12:14).
- Пеш аз амал кардан муддате сабр кунед. Биноии молиявии шумо ба қадри дуртар истоданатон беҳтар мешавад (Забур 37:7).
- Пайравии онро кунед, ки медонед, ва ба он чи берун аз таҷрибаи шумост, ворид нашавед (Масалҳо 22:2).
- Агар дар дилатон оромӣ набошад — таваққуф кунед (Масалҳо 10:22).

Ба хотир гиред, барои он ки бучет кор кунад, ҳам зан ва ҳам шавҳар бояд бо якдигар розӣ бошанд ва чун як команда ба кор тайёр бошанд. Бучетро ба кор кардан маҷбур намудан — дар ҳақиқат ба интизом даровардани худ аст. Ин — амали ирода аст. Тасодуф нест, ки дар одамоне ки бучетҳои худро ҷо ба ҷо мекунанд ва дар ҳолати зарурӣ онро тағйир медиҳанд, маблағхояшон ботартиб аст. Ин одамон дар охири моҳ аз дастхоро ноумедона ба ду тараф партофтан ва хитоб кардан: „Ҳамаи пулҳо кучо шуданд?“ озод шудаанд.

3. Аз қарз канораҷӯӣ кунед

Аз рӯи маблағ зиндагӣ кунед. Бисёриҳо бо пуле ки надоранд, ашёҳои меҳаранд, ки ба онҳо даркор нестанд, то ба одамоне ки ба онҳо маъқул нестанд, таассуроте гузоранд. Қарз ё пул асосан на хуб ҳастанд на бад. Вале онҳо он вақт хуб ва бад мешаванд, ки ин вобаста ба истифодабарии шумо аст.

Дар ин рӯзҳо фишори молиявии азиме ба иловаи қарзҳои қарзидхӣ вучуд дорад, ки онҳо метавонанд шуморо қарздор кунанд: пардохти пасти аввал, кам кардани нарх, имтиёзҳои счёти қарзидхӣ, ба қарзи дарозмуддат харидан. Фаҳмед, ки гарчанд ҳамаи намудҳои қарзҳо

дар асоси даромадҳои оянда ба ҳисоб гирифта шуда бошад ҳам, ба бисёрии даромадҳо кафолат дода намешавад. Аз даст додани ҷои қор, латҳуриҳои вазнин ё касали ё ин ки тағйироти нархҳои бозаргонӣ метавонанд шуморо қарздор кунанд.

Зану шавҳари ҷавон қурбонии дӯстдоштаи он касоне мебошанд, ки қарз додан меҳоянд, махсусан, компанияҳои қарточкаҳои кредитӣ. Касе ки нав коллеҷро тамом карда, оиладор шуда, ҷои қор ёфтааст, ба ӯ бисёр харид қардан лозим меояд — либос, мебел, асбобҳои маишӣ, мошин. Дар вақти дастрас будани чунин қарзҳо зуд ба васвасаи харидан афтадан мумкин аст. Дар як муддати кӯтоҳ шумо метавонед соҳиби чизҳои бисёр шавед, ки бе онҳо ҳам шумо вучуд дошта метавонед ва ба шумо лозим меояд, ки ба дӯши худ душвории мудҳиши молиявиро бор кунед. Ман ба шумо тавсия медиҳам, ки ҳар чӣ ҳам набошад, дар давоми ду соли аввали хонадориатон ба воситаи қарз аз харид қардан худдорӣ кунед. Шумо бояд аз зулми ғуломи молия азоб накашед.

Ҷамъияти америкоӣён мегӯяд: „Инро ҳамин рӯз ба даст ор“, ва бисёрии оилаҳои ҷавон ба ин гӯш медиҳанд. Онҳо имрӯз он чизе доштан меҳоянд, ки падару модарашон дар давоми бист сол ба даст овардаанд. Қарточкаҳои бонкӣ метавонанд бисёр ғайриодатӣ бошанд дар ҳолате ки шумо дар вазъияти ногуворе меафтед, мисол, вақте ки ба ёрии таъҷилии стоматологӣ пул супоридан лозим шавад, ё тез мошинатонро таъмир қардан даркор аст, аммо агар шумо қарточкаҳои кредитиро нодуруст истифода баред, онҳо метавонанд шуморо ба ғуломи молиявӣ баранд. Дар вақти истифодаи қарточкаҳои кредитӣ барои пардохтани пули он чизе ки ба шумо он қадар муҳим нест, ба худ қарор диҳед: Агар шумо пули счётро пурра дода натавонед, ки бо почта меояд ва ба шумо лозим аст, ки як қисми онро супоред, шумо метавонед ҳаҷми пули кредитатонро ду баробар кам кунед. Бисёр оилаҳо барои хушбахтии муваққатӣ шуда ҳаёти худро барои он ба зерӣ қарз мемонанд, ки қурбонии „даҳшати америкӣ“ гарданд.

Барои гирифтори ғуломи молиявӣ шудан аз истифодаи нодурусти кредит дида воситаи тезтаре нест. Китоби Масалҳо 22:7 мегӯяд: „Сарватдор ба камбағалон ҳукмронӣ мекунад, ва қарздор ғуломи қарзҳои мегарда“.

„Ашёченкунаки“ шумо

Маданияти мо зарурияти ба даст овардани ашёҳоро ба мо меомӯзад. Ба ман ақидаи д-р Чон Маккартури хурдӣ оиди ин ҷидду ҷаҳди бадастовариҳо маъқул аст.

„Чаноб ва Хонума Ашё — чуфти хеле дилкаш ва комёб. Ба хар хол ҳукмномаи бисёрии одамоне ки муваффақиятро бо «ашёченкунак» чен мекунанд, чунин аст. Ва вақте ки ба ҳаёти Чаноб ва Хонума Ашё «Ашёченкунак»-ро истифода мебаранд, натиҷааш ҳайратовар аст. Ана ў дар рӯи ашёҳои олиҷаноб нишастааст, қариб бо бисёр ашёҳо пӯшонида шудааст. Ашёҳое ки дар болои он менишинанд, ашёҳое ки дар паси он менишинанд, ашёҳое ки дар болои он тайёр мекунанд, ашёҳое ки аз онҳо меҳўранд ва ҳамаи ашёҳо — ҷилодиҳанда ва нав. Ашёҳо, ашёҳо, ашёҳо.

Ашёҳое ки бо онҳо тоза мекунанд, ашёҳое ки бо онҳо мешўянд, ашёҳое ки тоза мекунанд, ашёҳое ки мешўянд, ашёҳо барои дилхушӣ, ашёҳое ки ҳаловат мебахшанд, ашёҳое ки ба онҳо нигоҳ карда ва ашёҳое ки бо онҳо бозӣ карда мешавад, ашёҳо барои тобистони дуру дарози гарм, ашёҳо барои зимистони хуноки кўтоҳ. Ашёҳо барои ашёҳои калоне ки дар он зиндагӣ мекунанд, ашёҳо барои боғ, ашёҳо барои хонаи хоб. Ашёҳо дар рӯи чор чарх, ашёҳо дар рӯи ду чарх, ашёҳое ки дар болои чор чарх мегузоранд, ашёҳое ки аз қафои чорчарха мекашанд, ашёҳои ба дохили чорчарха зам мешудагӣ.

Ашёҳо, ашёҳо, ашёҳо ва дар байни онҳо — Чаноб ва Хонума Ашё табассум карда аз худ қаноатманд, дар бораи он фикр мекунанд, ки боз ашёҳои дигарро ба коллексияи худ зам кунанд... Дилпури дар қасри ашёҳо!

Бо вучуди ин, ҷаноби Ашё, барои шумо ман хабарҳои нохуш дорам. Чӣ гап шуд? Шумо маро намешунавед? Ашёҳо ҳалал мерасонанд?... набошад ҳамаи гапҳо дар ашёҳост. Ба ин чизе ки дар беруни хонаи шумост, нигоҳ кунед. Барои фурушандаи чизҳои нимдошт нархи он фарқе надорад, аммо барои шумо арзише дорад. Аммо дар вақти ҳатогӣ қардан дар ҳисобгирӣ, муваққатан аҳамият надодан ин ашёҳо ба як ғарам металлҳои пачақ мубаддал мегардад, ки ба оҳанпора партофта мешавад.

Дар бораи чизҳои хонаи шумо чӣ? Оё шумо аз онҳо андаке дилпур ҳастед? Ҳа, хоб қардан даркор. Гурбаро ҳобонед ва боварӣ ҳосил кунед, ки дарро маҳкам кардаед ва дар бораи тиреза ҳам фаромӯш накумед. Диққат! Дузд дар наздикист!...

Ана зиндагӣ ҳамин тавр мегузарад. Замоне ки шумо мемуред, онҳо танҳо ба тобут як чизро мегузоранд — шуморо.

Чӣ хеле ки як кас гуфтааст: «Қафани кеса надорад». Ҳарчанд беақлона намоёнд ҳам, мо асосан ҳаводори ба даст овардани ашёҳо мебошем“.

Ашёҳо ва хушбахтӣ

Молу мулки зиёд доштан калиди муносибатҳои аълои оилавӣ нест. Агар ин ҳамин тавр мебуд, камбағалон ҳеҷ гоҳ хушбахт буда наметавонистанд. Баръакс, бисёр одамон бо мақсади „рӯҳонӣ“ будан молу мулкро рад мекунанд. Ин ҳам гирифтории манфиатпарастӣ аст. Айнан ба монанди роҳи муқобили он. Ашёҳо — пул, моликияти шахсӣ — никоҳро хуб карда наметавонанд. Инро одамон мекунанд. Одамони ба муҳаббат, оромӣ, пуртоқатӣ, некӣ, мушфиқӣ, нармӣ, вафодорӣ ва худназорат саъйкунанда ҳаёти худро бо сифатҳои абадӣ ки на занг мезананд ва на дуздида мешаванд, пур мекунанд. Ростқавлӣ ва ҳамдамиро харидан мумкин нест, аммо ин гуна чизҳои ҳиснашаванда ҳаётро барои зистан арзанда месозанд, ва моро бо худ оштии месозанд.

Бигузор молу мулки шумо чун қиёми қанд дар болои торт бошад. Аз баракатҳои ки Худо ба шумо додааст, хурсанд шавед, вале роҳ надихед, ки онҳо шуморо аз худ кунанд.

Чӣ тавре ки Исо гуфтааст: „Малакути Худо ва адолати Ёро бичӯед ва ҳамаи ин чизҳо ба шумо ба таври илова дода хоҳад шуд“ (Матто 6:33).

4. Маблағҳои шахсии худро ба тартиб оред

Боз як мақсади молиявӣ бояд ташкили қайди маблағҳо бошад. Шумо бо ҳамроҳии шарикатон метавонед бо азназаргузаронии рӯйхати дар зер овардашуда сар кунед. Вазифа ҳавасмандгардондани муошират ва ба зан (шавҳар) дар бораи он ки ҳуҷҷатҳои зарурӣ дар қучо нигоҳ дошта мешаванд, хабар расондан аст.

ҳуҷҷат	қои он
Китоби буҷетҳо	
Рӯйхати даромад/ харч	
Ҳуҷҷатҳои мошин	
Шаҳодатномаҳои таваллуд	
Шартнома дар бораи харидан/ иҷораи хона	
Рӯйхати маблағгузорӣ: аксияҳо	

ҳуҷҷат	қои он
облигатсияҳо	
дафтарчаи амонатӣ	
Васиятнома	
Суғуртаҳо:	
Мошин	
Ҳаёт	
Саломатӣ	
Молу мулк	
Маълумот оиди андозҳои	
чорӣ	
Маълумот оиди	
андозҳои гузашта	
Сейфи амонат ва калид	/

Масъалаҳои молиявӣ мувофиқи анъана ба соҳаи фаъолияти шавҳар дохил мешуд. Агар дар шумо ҳам ҳамин тавр бошад, кӯшиш кунед, ки занатонро ба ҳалли микдори зиёди имконпазири масъалаҳои молиявӣ ҷалб кунед. Бигзор *ӯ* чунин қорҳоро ба монанди пардохти счёти дар давоми як моҳ ё баровардани баланс дар китоби бучети ё чекҳо иҷро кунад (Ҳамаи ин дар тахти назорати шавҳар ва бо ёрии *ӯ* қарда мешавад). Агар ягон кас ба қои шумо андозҳои шуморо ҳисоб кунад, дар воҳӯрӣ бо ин одам занатонро бо худ гиред, то ки *ӯ* худро иштироккунанда ҳис кунад, ҳатто агар дар аввал ҳеҷ чиз нафаҳмад ҳам (ба шумо ҳам лозим шуда буд, ки инро омӯzed)! Дар ҳолати марғи шумо *ӯ* бояд донад, ки чизҳо дар қучоянд; маблағҳои шумо қӣ тавр қор меқунанд ва ба қӣ барои ёрӣ муроҷиат қардан дарқор аст. Бигзор *ӯ* ба назди ягон қасе ки шуморо медонад, равад ва қарорҳои ба шумо монанд қабул қунад.

5. Нақшаи пайдарпайи хайрияро тартиб диҳед

Қихати аз қама муҳим дар қорҳои молиявӣ хайрия аст. Он бояд яке аз қорҳои аз қама баланди аввалиндараҷаи молиявии шумо бошад. Ҳеҷ чиз вафодории одамо ба Худо қуз пул санқида наметавонад. Ба ман иҷозат диҳед, ки ба тафсилот дода нашуда, баъзе принципҳои асосии хайрияро бо ҳам бинем.

Аввал ба Худо диҳед. Китоби Масалҳо 3:9: „Аз дороии худ ва аз гузини тамоми ҳосилоти худ Худовандро ҷалол деҳ“.

Шумо доранда ҳастед. Воситаҳои ахбори умум талқин мекунанд, ки агар шумо ролс-ройс савор нашавед ва агар шумо бо карру фарр ихота нашуда бошед, шумо камбағал ҳастед. Ҳақиқат он аст, ки ҳатто камбағалтарин одами Америка нисбат ба миллионҳо одамони гуруснаву беҳонаи ҷаҳони сеюм бойтаранд. Вақте ки шумо аз рӯи вичдон ба арзиши ҳақиқии предметҳои дар атрофашон буда назар меандозед, шумо бойигариҳои дар онҳо ниҳонбударо мебинед.

Меваҳои аввалинро ба Худо диҳед. Бо суханони дигар, вақте ки даромадатонро тақсим мекунед, пеш аз ҳама ба Худо диҳед. Ба Худо пасмондаҳоро пешниҳод накунад, барои он ки шумо бо он тамои мекунед, ки ҳаққи Ёро мебуред. Ба Ё дар навбати аввал дода, шумо муносибататонро нишон медиҳед, ки „Худо пеш аз ҳама аст“.

Фаҳмед, ки Худо ҳамаро дорад. Шумо фақат ба он чи Худо ба шумо қарз додааст, роҳбарӣ мекунед. Фаҳмиши он ки шумо пулҳои Худоро кор мефармояд, ба шумо фикри иловагӣ ба маблағҳоятон медиҳад. Оё шумо ба тафтиш тайёр ҳастед?

Ба он чи доред, вафодор бошед. Исо гуфта буд: „Касе ки дар чизи андак мӯътамад бошад, дар чизи бисёр низ мӯътамад аст, ва касе ки дар чизи андак ноинсофӣ кунад, дар чизи бисёр низ ноинсоф аст“ (Луқа 16:10). Агар шумо роҳбари бади пулҳое ки Худо ба шумо додааст, бошед, шумо ба тақводор будан умед баста наметавонед.

Дар бораи хайрия фикр карда, шумо набояд „вазъияти мувофиқ“-ро интизор шавед. Беҳтараш он чи доред, ҳуди ҳозир диҳед. Худо намеҳада, ки шумо пулро барои ба даст овардани тӯҳфаи калон нигоҳ доред. Рақамҳои калон ба Худо таъсир намекунанд — Ё дилҳои бузургро меҷӯяд.

Дар бораи даромади маблағгузори андеша кунед. Хайрия барои Худо — беҳтарин маблағгузоре мебошад, ки шумо ягон вақт карда тавонед. Он аз аксияҳо, фондҳои яқҷоя, облигатсияҳои аз андоз озод ё моликияти манқул дида хеле хубтар аст ва даромади он абадӣ аст. Ҳатто ба шумо барои банақшадарории маблағ пул супоридан даркор нест, то ки ба шумо хайрияро омӯзанд! Исо гуфта буд: „Дар рӯи замин барои худ гачҳо ғун накунад, ки дар ин ҷо куя ва занг мезанад, ва дуздон нақб карда, медузданд; балки барои худ ганҷҳо дар осмон ғун кунед, ки дар он ҷо куя ва занг намезанад, ва дуздон нақб намекунанд ва намедузданд“ (Матто 6:19,20).

Ба дарав тайёр шавед. Дар ҳаёт низ, чун дар ҳамаи корхое ки мекунад, ҳамонро медаравед, ки коридаед. Ҳавворӣ Павлус навишта буд: „Касе ки ҳасисона меконад, вай ҳасисона дарав мекунад, ва касе ки саховатмандона меконад, вай саховатмандона дарав мекунад“ (2 Қўринтиён 9:6).

Бо хурсандӣ диҳед. Яке аз чизҳое ки ба мо Китоби Муқаддас меомӯзад, он аст, ки Худо чиро дӯст медорад ва чиро не. Дар (2) Қўринтиён 9:7 мо мехонем: „Бигзор ҳар кас ба дилхоҳи худ бидиҳад, на бо ғамгинӣ ва на ба таври маҷбурӣ; зеро Худо он касро дӯст медорад, ки саҳӣ бошад“.

Танҳо аз муҳаббат диҳед. „Ва агар тамоми дороии худро тақсим кунам ва ҷисми худро ба сӯхтан диҳам, лекин муҳаббат надошта бошам, — ҳеҷ манфиате намебинам“ (1 Қўринтиён 13:3).

Рафиқи ман боре ба ман чунин ақидаро баён кард. Ба ман аҷоиб аст, ки дар ҳар як пул ё тангаи америкой мо ҷумлаи „Мо ба Худо боварӣ дорем“ -ро мебинем. Дар он ҷо навишта нашудааст: „Ба ин пулҳо мо боварӣ дорем!“ Дӯсти ман барои он дуо мекунад, ки ҳар боре ки ягон кас пул харҷ кунад ё чек нависад, дар фикри ӯ „Ба Худо боварӣ дорем“ бошад.

Муҳаббати комил, занӯшӯӣ ва муносибатҳои ҷинсӣ дар корҳои ҳаррӯзаи ҳаёти бе ҷавобгариӣ молиявӣ ба таври парҳезгоруна амал карда наметавонад. Дар дуо хоҳиши Худоро ҷӯед. Кӯшиш кунед ба он чи Ӯ ба шумо бовар кардааст, идоракунандаи хуб бошед. Мақсади охири мо ҷалол додани Худост ва умеди охири мо — дар Ӯст, то ки озодии молиявӣ, дили бахшоянда, ғалаба аз болои манфиатпарастӣ ва никоҳҳои хушбахтона ба даст оварем.

Саволҳо барои андеша

- Шумо мақсадҳои молиявиро чӣ тавр муайян мекунад.
- Баъзе тавсияҳои Китоби Муқаддас дар бораи маблағҳо чӣ тавр аст?
- Мазмуни даҳяк (хайр кардани 10-ум ҳиссаи даромад) дар чист? Дар ин бора Китоби Муқаддас чӣ мегӯяд?
- Мақсади бучет дар чист?

Яке аз муҳолифатҳои норавшан дар муҳаббат, никоҳ ва муносибатҳои ҷинсӣ масъалаи молу мулк мебошад. Ман ошкор кардам, ки зану шавҳарон дар кӯшиши ба чунин ҷизҳои ғайриматериалӣ ба монанди боварӣ, дӯстӣ ва муҳаббат ҷалб шудан, гоҳе ин ҷиҳати бағоят муҳим ва амалии муносибатҳои худро мепартоянд ё аз мадди назар дур месозанд. Ҳарчанд ҳаётан муҳим аст, ки ин ҷизҳои ҳиснашаванда дар маркази муносибатҳои байниҳамдигарии онҳо бошанд, зарур аст, ки дар масъалаи молу мулк низ ҳамдигарфаҳмӣ ба даст оварда шавад.

То никоҳ ҳар қадар бисёртар масъалаҳо гузошта ва ҳал карда шавад, ҳамоно қадар беҳтар аст. Дар он соҳае, ки бо дилбастагиҳои пурқуввати ҳиссиётӣ, ҳусни таваҷҷӯҳ ва нафрат алоқаманданд, фаҳмиши махсусро ба даст овардан даркор аст. Ман аз он ба ҳайрат меоям, ки чӣ тавр бисёр одамон ба молу мулки моддӣ худ, масалан, ҷиҳози хона, имконият медиҳанд, ки хори бадани муносибатҳои зановуӣ гарданд.

Мо бо Дотти ба зану шавҳароне маслиҳат додем, ки онҳо то хонадоршавӣ ҳеҷ гоҳ масъалаҳои молу мулкро муҳокима накардаанд. Баъди хонадоршавӣ онҳо қарор доданд, ки зан пулу ҷизҳои худро дошта бошад ва шавҳар аз он худро. Дар гуфтугӯҳои онҳо зуд-зуд ибораҳои „ин аз они ман“ ва „вай аз они ту“ садо меод.

Ҳайратовар нест, ки дере нагузашта онҳо ба масъалаҳои ҳалталабӣ ба рӯ ба рӯ шуданд. Масъалаи молу мулк дар муносибатҳои онҳо чунон қувваи вайронкунандае гашт, ки дере нагузашта зановуӣ ба таври ғоҷивӣ бо ҷудошавӣ ба охир расид.

Калимаҳоеро, ки дар бораи молу мулк сухан ронда, муносибатҳои байниҳамдигарии худро ифода карда ё дар бораи муҳаббати идеалӣ, никоҳ ва муносибатҳои ҷинсӣ муҳокима карда, истифода мебаред, тафтиш кунед. Шумо дар он бора ки чӣ қадар ба он наздик ҳастед, ки „ҳамоно одам“ бошед, хеле бисёр хоҳед фаҳмид. Одаме ки имконияти беҳтарини муваффақият дорад, калимаҳои „мо“, „ба мо“ ва „аз они мо“-ро аз „ман“, „ба ман“ ва „аз они ман“ зиёдтар истифода мебарад.

Ҳамаи ин дар чӣ бино меёбад

Мо якҷоя ёздаҳ сифатҳои шахсии зарурии одамеро омӯхтем, ки меҳодад масъулиятро ба гардан гирифта, дар муҳаббат, никоҳ ва муносибатҳои ҷинсӣ „ҳуди ҳамон“ гашта, хушиҳо ва хурсандихоро ноил гардад. Барои ҳамин ба ман иҷозат диҳед ба шумо саволи маҳзро диҳам: Оё ман барои никоҳ „ҳуди ҳамон“ одам ҳисоб меёбам?

Дар қаъри дилатон шумо ҷавоби инро медонед. Агар ба шумо фиреб кардани худатон муяссар гашта бошад ҳам, аз афташ дигаронро фиреб дода наметавонед. Сифатҳои шахсияти гуногун, ки аз онҳо ба ҳулосае меоед, ки „ҳуди ҳамон“ ҳастед ё не, метавонанд асоси ошкоркунии он бошад, ки оё шарикӣ шумо „ҳуди ҳамон“ одам аст? Ин дар навбати худ ба саволи ҳалқунандае меорад: оё мо ба якдигар рост меоем?

Таҳкурсии муҳаббат, никоҳ ва муносибатҳои ҷинсии мукамал бояд пеш аз он гузошта шавад, ки шумо ба ҳамон одаме вомеред, ки меҳодад бо ӯ ҳонадор шавед. Ва ин ҷараён аз ҳуди шумо сар мешавад.

То ҳол, чунин муносибатҳои мукамалро барқарор намуда, мо аз нуқтаи назари шумо — аз нуқтаи назари шахс амал кардем. Баъдтар мо дида мебароем, ки чӣ хел ду одам муайян мекунанд, ки муҳаббати онҳо комил ҳаст ё не. Аммо пеш аз он ки мо давом диҳем, иҷозат диҳед шуморо огоҳ намоям.

Нокомил, вале бавоярасанда

На шумо ва на шарикӣ потенсиалии шумо одамони комил намешавед ва буда ҳам наметавонед. Сифатҳои ки мо дида баромадем ва он сифатҳои ки „ҳуди ҳамон“ одам буданро талаб мекунанд, метавонанд дастнорас намоянд. Аммо онро ба назар гиред, ки на ҳамаи ҷиҳатҳои ҳар яки онҳо мавҷуд ё пурра ғаъл хоҳанд буд.

Агар шумо чунин муҳокима ронед: „Хайр чӣ, ман ҳеҷ гоҳ бо пул муомила карда наметавонистам. Ман ҳамин хел офарида шудаам“, никоҳи шумо дар зери хатар аст. Агар муносибат чунин бошад: „Ман ҳеҷ гоҳ бо пул муомила карда наметавонистам, аммо аз ҳозир сар карда ман аз болои он кор мекунам, ки инро тағйир диҳам“, шумо дуруст рафтор мекунед. Ва албатта, ин нуқтаи назар на танҳо ба он равона карда шудааст, ки шумо бо пулҳо чӣ гуна рафтор мекунед, балки ба ҳамаи он сифатҳои боқимондае, ки мо дида баромадем.

Ҳар он ки ман нишон додам ба шумо ёри мерасонад, ки бо ҷашмони кушода муносибатҳои тоҷро дуруст наоед. Ва вақте ки шумо ҷиҳатҳои сул ва пулқуввати худро барвақттар дарк мекунед, пас мефаҳмед, кор

мекунад ва ба Худо боварӣ мекунад, то Ӯ он тарафҳоеро, ки то ба ҳол ба бехбудӣ эҳтиёҷ доранд, дуруст намояд. Ҳамин тариқ, шумо ба он тайёр мешавед, ки Худо ба шумо муносибатҳои заношӯии бардавом ато фармояд — чуноне ки ба Ӯ беш аз ҳама мақбул аст.

Агар шумо дар ҳақиқат хирадманд ҳастед, миннатдор мешавед, вақте ки Худо ё шарикатон ба шумо он ҷиҳати ҳаётатонро нишон медиҳад, ки ба бехбудӣ эҳтиёҷ дорад. Ҳар як ҷиҳати махсуси ҳислататон, ки барояш ҷидду ҷаҳд мекунад, ҳар кадомашро, ки ҳоло ислоҳ мекунад, дивидендҳоеро, ки дар оянда мегирад, зиёдтар мекунад.

Саволҳо барои андеша:

- Вақте ки дар бораи моликият мегӯед, кадом суҳанонро истифода мебаред?
- Агар шумо дар бораи хонадоршавӣ фикр мекунад, кадоме аз ин 11 ҷиҳатҳои дидашуда дар шумо вучуд дорад?
- Кадом тарафҳои ҳаёти шумо то ба ҳол барои „ҳуди ҳамон“ одам шудан ба тараққиёт эҳтиёҷ доранд?

Калид — муҳаббати баркамол



Чӣ тавр метавон фаҳмид,
ки муҳаббате ки шумо ҳис мекунед,
пайдор мемонад?

Сарсухан: Муҳаббати комилро чӣ хел дарк кардан мумкин аст

Хар рӯз ман ба одамоне вомехӯрам, ки аз никоҳҳои бебарор метарсанд. Як вақте онҳо фикр мекарданд, ки онҳо дар ин бора ҳамаашро медонанд, аммо ҳоло он қадар ба ин боварӣ надоранд. Онҳо ба саволи „Дӯст доштан дар асл чӣ маънӣ дорад?“ ҷавоби дуруст мекобанд.

Агар шумо то ба ҳол ба саволи ҳаяҷоновар ва қисман душворфаҳми „ошиқӣ“ вонахӯрда бошед, шуморо, аз афташ, ин дар пеш аст. Аллақай ҳозир дар шумо метавонад ягон хел муносибатҳо барқарор гардад ва шумо аз худ мепурсед, ки оё муносибатҳои шумо бо мард ё зани муайян муҳаббати ҳақиқӣ аст? Шумо метавонед он шахсро дар рӯяки будан гумонбар шавед, аммо ба ин нигоҳ накарда, ӯ мумкин ғалатӣ намууда метавонад.

Дар ҳақиқат, хуб мешуд, ки ягон олими бофикр ба „суперкомпютер“ програмае дохил мекард, ки ба мо қатъиян гуфта метавонист, ки мо ошиқ ҳастем ё не, ва ё ба ҳадди имкон, ин муносибатҳои ошиқӣ чӣ қадар давом мекунад? Мутаассифона, чунин „ҳисобкунаки муҳаббат“ вуҷуд надорад, ки сатҳ ва сифати муҳаббатеро, ки мо ҳис мекунем, нишон диҳад. Бисёр қувваҳои ҳамкорикунада ва фарқияти байни одамон дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ пешгӯихоро дар рафти муносибатҳои ошиқона бо ёрии графикҳо ва статистикаҳо номумкин мегардонад.

Инак, масъала мемунад. Чӣ хел муҳабатро санҷем? Бо ҳама фарқиятҳои муҳаббати худ нисбати одамони гуногун оё шумо доништа метавонед, ки ҳиссиётҳои шумо бо одами муайян ҳақиқианд? Оё шумо доништа метавонед, ки — ин „ҳақиқиист“?

Фол дидан даркор нест

Бисёриҳо ба шумо маслиҳат медиҳанд, ки фақат „ба дили худ гӯш диҳед“. Шояд шумо аллақай медонед, ки ба ин маслиҳат амал кардан метавонад ба ҳолатҳои дилшикан бурда расонад. Боре донишҷӯи ҳассосе хитоб кард: „Ман медонам, ки ҳуди ҳамон духтарро вохӯрдаам... Ман хоб карда, хӯрда наметавонам ва аз ҳамаи имтиҳонҳо меафтам!“ Ба фикри ман ин бештар ба касалии зукомшавӣ монанд аст.

Биёед ҳаракат кунем саволеро, ки шумо ба худатон доданиед, дигар кунем. Ба ҷои „Оё ман ошиқ шудаам“ пурсед „Оё муҳаббати ман ба қадри кофӣ комил аст, то ки асоси муошират, никоҳ ва муносибатҳои байниҳамдигарии пурмаҳсул шавад?“ Ман ба муҳаббат баҳо доданро бо калимаи „баркамол“ афзалтар медонам, зеро ба фикрам мо ҳамеша „ошиқ“ ҳастем. Ишқи кӯдакона низ яке аз намуди муҳаббат аст, вале он аз муҳаббати баркамол бо шиддат ва дараҷа саҳт фарқ мекунад. Масъалаи ҳалталаби ишқи кӯдакона аз он иборат аст, ки агар дар он дар монед, шумо бо „ҳаёти сағона“ ба охир мерасонед.

Албатта, ишқи кӯдакона реалӣ аст ва мисли дигар ҳиссиётҳои ки одамон дар давоми ҳаёти худ аз сар мегузаронанд, ба ҳамин тавр ҳурмат сазовор аст.

Вақте ки кӯдак ба хона омада эълон мекунад „Ман ошиқ шудам“, ба ӯ хандидан лозим нест. Ҳиссиётҳои муҳаббати наврасона дар дараҷаи баробар самимӣ ва мӯъҷизакор аст. Барои одами ҷавони онро аз сар гузаронанда онҳо хеле реалӣ ҳастанд ва ба онҳо бе ҷиддият муносибат кардан лозим нест.

Ҳамин тавр, масъала аз он иборат нест, ки шумо ошиқ ҳастед ё не, саволи ҳақиқӣ ҳамон мемунад: „Оё муҳаббати ман ба қадри кофӣ баркамол аст, ки ба муносибатҳои мустаҳкам ва қарори муҳим биёрад?“ Маънои адади дар муҳаббат истифоданашиаванда аст. Бо вучуди ин ман боварӣ дорам, ки шумо шахсан метавонед ба муносибатҳои байниҳамдигарии ошиқона бо мақсади муайян кардани он ки дар онҳо сифатҳои баркамол ҳаст ё не, баҳо диҳед. Мутахассиси соҳаи никоҳ Силванус Дювалл мефаҳмонад, ки „агар ба ҷуфте муассар шавад, то пеш аз никоҳ муайян кунанд, ки ҷӣ андоза бунёди муҳаббати онҳо беасос аст, кори онҳо омад кардааст“.

Сирри муҳаббат на танҳо аз „худи ҳамон“ будан иборат аст, балки аз он иборат аст, ки „худи ҳамон“ намуди муҳаббатро аз сар гузаронӣ.

Дар қисми боқимондаи ин китоб ман тавсифномаи муҳаббати баркамолро муҳокима карданӣям. Аз онҳо ҳамчун меъёр барои баҳодиҳии баркамолии муҳаббати худ истифода баред. Аммо илтимос, эҳтиёт шавед! Сифатҳои номбаршуда мутлақ нестанд. Онҳо танҳо барои он оварда шудаанд, ки ба шумо ёри расонанд, то ба муносибатҳои худ дурандешонатар назар андозед.

Ошиқӣ — ҳолати ниҳоят субъективист. Меъёри он ба завқи шахсӣ саҳт алоқаманд аст. Вале новобаста ба гузаштаи шумо, маълумот ва тарбияи рӯҳонии шумо, характеристикаҳои зерин метавонанд ба тафаккури шумо ва олоти ғойданок шудан барои баҳодиҳӣ ба сифатҳои ҳиссиётҳои ки шумо ба дигар кас ҳис мекунад, таъсири мусбат ва пурарзиш расонанд.

Никоҳ бояд ҳамчун ўҳдадориҳои байниҳамдигарии ду шахс нисбат ба якдигар чун шахсиятҳои том қабул карда шавад. Бо вучуди ин бисёрии мо муҳаббат ё никоҳи худро дар вачди аз ҳад зиёд аз ҳамагӣ як ё ду хислати одами дигар асос мегузорем.

Дар вақти баромади ба наздикӣ кардаи Сол Гордон, рӯҳшинос ва директори Донишқадаи омӯзиши оила ва маориф як гурӯҳ падару модарон ба ӯ савол доданд: „Дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ шахват то чӣ андоза муҳим аст?“ Ӯ хабар дод, ки мувофиқи тадқиқотҳои ӯ шахват дар байни 10 ҷиҳати асосии муносибатҳои байниҳамдигарӣ ба монанди ғамхорӣ ё муҳаббат (якум), ҳисси зарофат (дююм) ва муошират (сеюм) хеле қафо монда, ҷои 9-умро ишғол мекунад.

Биёед рӯйхати Гордонро дида мебароем, ки 10 унсурҳои муҳимтарини никоҳро дар бар мегирад ва ҳар қисм аз тарафи маслиҳатдеҳи оилавӣ д-р Х. Норман Райт фаҳмонда шудааст.

1. Ханда. Маҳорати ханда ва ҳисси инкишофёфтаи зарофат метавонанд ба ҳаёти ҳаррӯзаи мо баробарвазний диҳанд. Дар вазъият зарофатро ҷӯед, ба ҷои он ки ба он иҷозат диҳед, ки шуморо ба қисмҳо ҷудо кунад.

2. Дӯстӣ. Ҷуфт шуда, шумо якчанд дӯстоне доред, ки бо онҳо бо хурсандӣ вақтро мегузаронед, вале шумо дӯстоне низ доред, ки бо онҳо ҳар қадоматон алоҳида муошират мекунад. Ин муқаррарӣ ва ҳатто зарур аст. Шарикатон метавонад баъзе талаботҳои шуморо қонеъ гардонад, вале дигар одамоне низ ҳастанд, ки онҳо низ мисли шумо машғулиятҳои дӯстдошта ё ҳаваси варзишӣ доранд ва вақти бо онҳо дар ин фаъолият гузаронида хусусияти солим дорад.

3. Иштирок. Чун ҷуфти зану шавҳар шумо кӯшиши ба шакл даровардани ҳисси мақсади умумӣ оиди ягон чизи берун аз никоҳ ва ҳонаатонро мекунад. Ба андозаи қори якҷоя аз болои лоиҳаи бузург ё чорабиние шуморо ҳисси шарикӣ фаро мегирад. Баъзе зану шавҳарон якҷоя дар мактабҳои якҷанбагӣ таълим медиҳанд, ё якҷоя дар ягон комитет қор мекунанд. Дар ҳаёти шахсии худ ман дар коллеҷҳо ва калисоҳо хеле бисёр таълим медиҳам ва дар семинарҳо баромад

мекунам. Ман дар қатори пеш ҳастам, баромад мекунам ва таълим медиҳам. Чойс, зани ман, ҳеҷ гоҳ дар қатори пеш нест, вале ӯ бевосита дар хизмати ман иштирок мекунад, ӯ барои проектор садҳо варақҳои шаффофиро, ки ман хангоми баромадҳои худ истифода мебарам, тайёр мекунад. Ӯ мазмунӣ ҳар як баромади маро медонад ва дар он ҳамон қадар иштирок мекунад, ки гӯё маҳз ӯ ба таълимдиҳӣ машғул бошад.

4. Шаҳват. Қаноатмандии ҷинсӣ ифодаи бо ҳам дидани наздикист. Барои он ки қаноатмандӣ биёрад, шаҳват бояд бо муҳаббат якҷоя шавад. Бисёр зану шавҳарон аз муносибатҳои ҷинсии худ дилбазан мешаванд ва шаҳват ва ғайи табдил меёбад. Шаҳват як қисми никоҳ аст, вале баъзе зану шавҳарон ба он аз ҳад зиёд баҳо медиҳанд, онро чун ғоидаи асосии зановуӣ медонанд.

5. Умумият. Ин маъноӣ бо ҳам дидани ақидаҳо, хабарҳо, корҳо, нақшаҳо ва ғ.-ро дорад. Дар ин вақте ки ман ин китобро менависам, мо бо он машғул ҳастем, ки ба сағчаи шелтӣ дар мувофиқшавӣ ба шароитҳои хонагии мо ёрӣ мерасонем. Ҳар як маротибаи аз ошхона гузаштан ман ё Чойс пайҳои Эмберро меҷӯем, ки оё вай бедор шуда, дар гирду атроф гашта истодааст ё не. Агар қўлмакчаро пайҳас кунем, қадомамон ки набошем, онро тоза карда, ҳамон ҷои фаршро мешӯем. Мо каси дигарро ҷеғ намезанем, то ин корро кунад. Ғайритабӣ будани сохти роли зану мард дар хона мунтазам иваз мешаванд ва ин ивазшавӣ нисбат ба сохти қатъӣ имкониятҳои бештарро барои дар асоси маҳоратҳо, бахшишҳо ва фаъолияти якҷоя мубодилаи афкор намуудан медиҳад.

6. Бовиҷдонӣ. Одаме будан лозим, ки ба ӯ така карда шавад ва ба ӯ боварӣ қардан шавад, обрӯи ақида ва меъёрҳои худро нарезонад — ин аст нишонаҳои бовиҷдонӣ.

7. Сўҳбат. Сўҳбате ки аҷоиб ва ахборотӣ, дорои хабарҳои нав ва эҳсосот аст, дар никоҳ саҳми арзанда мебошад. Муоширати кушода ва бовиҷдонона, аз тарси кушодани ҳиссиётҳои худ ва ба ҳиссиётҳои дигарон озодона мудохила қардан аҳамияти калон дорад.

8. Муҳаббат. Муҳаббат ғамхорӣ, ҳамдамӣ, боварӣ ва ҷавобгариро дар бар мегирад. Рафторҳои бодикқатонаи муттасил дар ҷизҳои хурду бузург ҳамчун суханон дар бораи муҳаббат меғўянд. Ошиқ будан — маъноӣ ба касе ҳусни тавачҷӯх зоҳир қардан ва ҳаракати бо ӯ буданро дорад.

9. Маҳорат ба мувофиқшавӣ фаҳмиши беҳамто будани одами дигарро дар назар дорад. Мувофиқшавӣ — қабулкунии одами дигар

чӣ хеле ки ҳаст, на кӯшиши аз ӯ сохтани фотокопияи худ аст. Ин онро мефаҳмонад, ки ба одами дигар имконияти дигар будан ва аз шумо дида дигар хел рафтор карданро диҳед.

10. Пуртоқатӣ онро мефаҳмонад, ки шумо одами дигарро чӣ тавре ки ҳаст, ҳамон тавр қабул мекунед. Хислати аҷоибӣ одами дигар, парешонхотирӣ ё таъби хираи баъзан бо ӯ рӯйдиҳандаро қабул карда, шумо нишон медиҳед, ки ба шарикатон имконияти ба мисли худатон одам буданро медиҳед. Вақте ба шумо даркор аст, норозигӣ ва ғамхории худро тавре ифода кунед, ки он ба муносибатҳо на халал, балки ёрӣ расонад.

Аз ҷамъи қисмҳо зиёдтар

Муносибатҳои байниҳамдигарии ошиқона бисёртарафа мебошанд ва шахсиятҳои ду каси дӯстдорандаро аз ҷиҳатҳои ҷисмӣ иҷтимоӣ, ақлӣ ва рӯҳонӣ дар бар мегиранд. Чӣ тавре ки бояд ҳар як кас дар ҳамаи ин ҷиҳатҳо инкишоф ёбад, то ки шахсияти солим ва том бошад, ана ҳамин тавр, ба зану шавҳар зарур аст, ки дар ҳамаи ин ҷиҳатҳо якҷоя инкишоф ёбанд.

Исо ин ҷараёни инкишофро бо ҳаёти Худ нишон дод. Мо дар Инҷили Луқа 2:52 меҳонем, ки „Ва Исо дар ҳикмат (ҷиҳати ақлии инкишоф) ва дар камол (ҷиҳати ҷисмӣ) ва дар илтифот назди Худо (ҷиҳати рӯҳонӣ) ва одамон (ҷиҳати иҷтимоӣ) тараққӣ мекард“. Ӯ шахсияти том буд, айнан мисли он ки шумо шахсияти том мебошед. Дар забони муносибатҳои байниҳамдигарӣ „одам ба қадри кофӣ комил аст, то ки хонадор шавад, вақте ки ӯ тайёр аст бо тамоми мавҷудияти худ пурра ва амиқ дӯст дорад ё дӯстдошта бошад“.

Муҳаббати нокомил фақат ба як ё ду хислати шахсият нигаронида мешавад. Агар муносибатҳо ба як қисми шахсият равона шуда бошад, эҳтимол, онҳо хислати ҷисмӣ доранд. Ин майл метавонад ҷунон пурқувват бошад, ки дигар хусусиятҳои хислати шахси маҳбӯбро паноҳ кунад. Муҳаббат метавонад аз ҳаваси ҷинсӣ сар шавад. Бо вучуди ин, агар ду одам муносибатҳои байниҳамдигарии наздик ва пурқувват барпо кардани бошанд, ба онҳо аксуламалҳои зиёд ва амалиёти муштарак ҳамчун шахсиятҳои том даркор мешаванд.

Омили шахват амал намекунад

Вақте ки муҳаббат ба дилкашии ҷисмӣ ва ҳаваси ҷинсӣ асос ёфтааст, он дер намеояд. Дилкашии ҷинсӣ ҳар қадар барангезанда бошад ҳам,

он омили он қадар маҳдуд аст, ки ҳудашро дастгирӣ карда наметавонад. Хеле ба зудӣ шумо дарк мекунад, ки ким-чизе намерасад. Дар никоҳхое ки ба ҳаваси чинсӣ асос ёфтаанд, вақте ки ягон каси дилкаштар пайдо шавад, муносибатҳо зери таҳдид мемонанд.

Хатари барпо кардани муносибатҳо дар асоси ҳаваси чинсӣ ё қаноатмандии чинсӣ аз тарафи д-р Оуэн Морган қайд карда мешавад, вақте вай нишон медиҳад, ки „камтар аз даҳяки фоизи вақти зану шавҳарон бевосита дар бозии чинсӣ сарф мешавад“. Морган қайд мекунад: „Аҳамияте ки зан ва шавҳар барои якдигар дар ҳамаи ҷиҳатҳои ҳаёти якҷояи худ доранд, ...комёбии никоҳро муайян мекунад“. Ҳайратангез аст, ки одамон никоҳҳо ва муносибатҳоро дар ким-чӣ ки ҳиссаҷаи аз ҳама хурдтарини вақти онҳоро мегирад, месозанд.

Ҳисси пурқуввати чинсӣ ё эҳсосот метавонад дар давоми ягон муддат камолоти муносибатҳои байниҳамдигариро пушонад ё хира кунад. Масъала аз он иборат аст, ки эҳсосоти пурзӯр бо гузашти вақт хунук мешавад. К.С. Люис бо бақордарории мошин муқоиса мекунад — шумо бояд муҳаррикро ба гардиши пурра сар диҳед, то ки он ба қор дарояд, вале агар шумо ба гардишҳои баробари озод нагузоред, ба зудӣ бензинатон тамои мешавад.

Никоҳхое ки ба умедҳои ҳаёлпарастона асос ёфтаанд, албатта ба ноумедӣ мебаранд. Бо вучуди ин, дар тадқиқотҳои донишҷӯёни донишгоҳи штати Миннесота, рӯҳшинос Эллен Бершилд ошкор кард, ки „аз нисф зиёда талоқ меҳостанд, агар дар никоҳи онҳо шавқмандӣ тамои шавад“.

Китоби Муқаддас ба мо меғӯяд, ки муҳаббат пуртоқат аст. То никоҳ шахват хоستان тамои табиӣ аст, вале рафтори шахси ҳақиқатан дӯстдоранда то тӯй бо ин қор сабр қардан аст. Муҳаббати ҳақиқӣ қаноатмандиро метавонад мавқуф гизорад ва ба ҷои ин пурра ба муҳаббати одаи нигаронида шавад. Одаме ки хизматҳои чинсиро ҷун шаҳодати муҳаббат талаб мекунад, муҳаббати худпарастона ва омироноро нишон медиҳад. Духтаре ки бар ҳилофи хоҳишҳои шахсии худ гузашт мекунад, сустии қӯдакона ё неврозиро нишон медиҳад. Талабҳои муттасил ва гузаштҳои бемайлу рағбат — шаҳодати муҳаббати пухта нарасида мебошанд, муҳаббате ки шахсияти тоиро ба назари эътибор намегирад.

Саррӯҳонии католикҳо Иоанн Павел II гуфт, ки „Шавҳароне ки ба занонашон фақат бо назари шахват менигаранд, дар дилҳои худ зино мекунад“. Ҳарчанд ин қайд ҷавобҳои танқидии бисёро ба миён овард, ба фикри ман маънои дар назар доштаи ӯ аниқ аст. Ў гуфт, ки

муҳаббат, никоҳ ва муносибатҳои ҷинсӣ бояд дар муҳаббат нисбати шахсияти том асос ёфта бошад, на ба шахват. Ҳаваси ҷисмӣ дар никоҳ инъикоси муносибатҳои рӯякӣ ва беҳурматӣ ба шарик мебошад.

Санҷиши оддӣ

Шумо никоҳро на бо бадан, балки бо одам мебандед. Дилкашии ҷисм барои одамо пурра дӯст доштан нақши муҳимро мебозад, бо вучуди ин барои он ки муҳаббати комил инкишоф ёбад, дилкашии ҷисмӣ набояд дигар хусусиятҳои ин одамо паноҳ кунад ё аз байн барад. Ба худ ин саволро диҳед: Оё мо аз шомӣ бе ягон хел алоқаи ҷисмӣ якҷоя гузаронида қаноатмандӣ мегирем? Агар шумо аз ин ба таври ҳаққонӣ қаноатмандӣ гирифта натавонед, пас муҳаббати шумо баркамол нест. Ман ҳам инчунин меҳостам ба одамон „санҷиши 30-рӯзаи муҳаббат“ барои тафтиш кардани он пешниҳод кунам, ки оё онҳо дар ин муддати дурудароз ҳатто дасти якдигариро надошта худдорӣ карда метавонанд ва чун пештара аз якдигар қаноатмандӣ мегиранд. Одамони бисёр дар аввал худситой мекунанд, ки онҳо ин санҷишро бе ягон мамониат аз сар мегузаронанд, вале баъди якчанд рӯз ноқаноатмандӣ ва асабоният ҳис мекунанд. Чӣ қадар чуфти зану шавҳарон ба ман иқрор шуданд, ки маҳз „санҷиши 30-рӯза“ ба онҳо доираи танги назари „ишқ“-и онҳоро нишон дод. Ба онҳо лозим омад бо далели нохуш вохӯранд, ки онҳо дӯст намердоранд, балки фақат ба якдигар ҳаваси ҷисмиро ҳис мекунанд.

Муносибатҳои байниҳамдигарии якранг

Соҳтани муносибатҳои байниҳамдигарии дар як хусусияти одам сохташуда метавонад намудҳои гуногун қабул намояд. Баъзеҳо муҳаббати ҳудро дар гирифта тавонистани қаноатмандӣ аз якдигар дар ҷабҳаи иҷтимоӣ асоснок мекунанд. Чӣ хеле ки ба ман як одами ҷудошуда гуфт: „Мо ҳудро бо ҳам хеле хуб ҳис мекардем, мо бо ҳам вохӯрда вақти хеле хуш мегузарондем, ки ин ба муҳаббат монанд буд“. Ҳеҷ ҷои аҷоиботаш нест, ки чуфте фикр кунад, азбаски якҷоя ҳудро хеле хуб ҳис мекунанд, аз афташ ошиқ шудаанд. Хайр-чӣ, шумо метавонед бо шимпанзе вақтро ба таври фантастикӣ гузаронед, аммо ин маънои онро надорад, ки бо ӯ хонадор шавед! Бадиин чунин муносибатҳои байниҳамдигарӣ дар он аст, ки вақте шубҳа пайдо мешавад ва қаноатмандӣ ҳис карда намешавад, аз хурсандии якҷоя дида ҷиззи бисёртаре лозим мешавад, ки онро дида барой.

Чӣ хеле ки ман ёдрас карда будам, дар аспирантура хонда бо духтаре бо номи Паула вомахӯрдм. Мо табиатан бо ҳам монанд будем, якҷоя хурсандӣ мекардем, аммо бо мурури замон мо вохӯриҳоямонро қатъ кардем. Мо онро фаҳмидем, ки он чи дар байни мо буд, барои барпо кардани муносибатҳои марҳамонаи мустаҳкам кофӣ нест ва мо ба хурсандии якҷояи ҳудамон роҳ додем, ки ҷои хусусиятҳои дар муносибатҳои мо набударо ишғол кунад.

Агар баъзе одамон бо ҳам ягон кори шавқовар накунам, шарикашон ба онҳо дилбазан мегардад. Муҳаббати комил дигареро ҷуноне ки ҳаст дӯст медорад, на фақат барои вақти хуши якҷоя гузаронидашуда.

Дигарон муҳаббати худро аз ҷиҳати муносибатҳои байниҳамдигарии рӯҳонӣ асоснок мекунанд. Онҳо ба ҳулосае меоянд, ки агар якҷоя дуо кунанд, бо камоли эҳтиром Китоби Муқаддасро бо ҳам хонанд ва Худо онҳоро истифода барад, ки дигаронро ба Масеҳ даъват намоянд, ин гӯё муҳаббат аст. Аз сабаби он ки онҳо бошуурона ҳаёти тақводоронро аз сар мегузаронанд ва онҳо идеалу ҷидду ҷаҳди якхела доранд, ба ҳулосае меоянд, ки гӯё барои якдигар офарида шудаанд. Дар ҷашмони онҳо муҳаббат ба Исо ба муҳаббати якдигар баробар аст.

Магар ин маънои онро дорад, ки азбаски ман Исоро дӯст медорам ва Билли Грэм ҳам Исоро дӯст медорад, мо бояд хонадор шавем? Одамоне ки муҳаббати худро дар наздикии рӯҳонӣ асоснок мекунанд, он далелро аз мадди назар дур месозанд, ки Исо хабари хушро на танҳо барои наҷоти ҷони одамиён расонидааст. Ў таълим медод ва мепурсид, то ки ақлҳои онҳоро маҷбур кунад, ки кор кунанд ва баданҳои онҳоро шифо медод. Ўро муносибатҳои байниҳамдигарии одамон, тарси онҳо, умеди онҳо ба оянда ба ҳаяҷон меовард. Исо ба шахсияти том марок зоҳир мекард. Ҷиҳати рӯҳонӣ ҳаётан муҳим аст, аммо асоси никоҳи бардавом буда наметавонад.

Никоҳи нафъҷӯёна

Одамоне ҳастанд, ки танҳо тарафи молиявиро ба ҳисоб гирифта, муносибатҳои худро месозанд. Ҷавоне ба арӯсаш шикоят кард: „Ман фикр кардам дар ман чизе буд, ки ба ту маъқул буд“. Ў ҷавоб дод: „Буд, вале ту ҳамаашро сарф кардӣ“.

Д-р Ховард Хендрикс дуруст қайд мекунад, ки „дар муносибатҳои ҳақиқии ишқӣ шумо ҳаёти якдигарро пурратар мегардонед. Дар муносибатҳои ҷунин намуд одаме ки 30–40 сол хонадор буд, ҷун пештара ва ҳатто зиёда аз шаби нахустини моҳи асалин ба зани худ мафтун аст. Барои чӣ? Барои он ки вай на ба бадан хонадор шудааст.

Агар ин ҳамин тавр мебуд, ин ҳиссиёт ким-кайҳо гум мешуд. Ў ба шахсият хонадор шуд ва бо гузаштани ҳар як сол ин шахсият ғанитар мешавад. Барои ҳамин муносибатҳои байнихамдигарии онҳо бой мешаванд.

Дар бораи ҷавони бадбахте фикр кунед, ки ба духтаре фақат аз барои зебӣ хонадор шуд, вале бо гузашти якчанд вақт нохост ошкор кард, ки ӯ бадани зебӣ дорад, вале ҳудаш — беақл аст. Ҷавон бо ӯ ҳатто сӯҳбат карда наметавонист. Рӯҳан он духтар кӯдак буд ва ягон чиз ӯро ба ташвиш намеовард. Аз ҷиҳати иҷтимоӣ ӯ маъҷуб буд. Ҷавон дарк кард, ки новобаста ба он ки дар аввал ҷӣ қадар дилкаш менамуд, муомилаи бефоида кардааст. Ин аз воҳӯрӣ бо одамони ба шумо ҳаматарафа аҷоиб ҷӣ тавр фарқ мекунад! Ў метавонад ба дигар кас бебез намояд, вале барои шумо ӯ аз ҳама зеботар аст“.

Дар ҷустуҷӯи ҳақиқат

Ба худ чунин саволҳо диҳед: Оё ба ман рафтори ин одам дар назди дигарон маъқул аст? Ҷӣ тавр ӯ фикрашро баён месозад? Оё ман хушбахт буда метавонам, бо доништан он ки лозим меояд бо ин одам то охири умр сӯҳбатҳо гузаронам? Оё ба ман маъқул аст, ки ҳангоми таъби нохуш доштанам ӯ ҷӣ тавр эътино мекунад? Агар маро барои қабул ба Қасри Сафед даъват мекарданд, оё ман фахр мекардам, ки ин одам маро ба сифати зан (шавҳар) ҳамроҳӣ мекунад?

Бисёр никоҳҳо, бисёр вақт аз он ба ҳалокат мерасанд, ки муносибатҳо на дар боздеҳии пурра ба якдигар чун ба шахсияти том сохта мешаванд. Бе ин боздеҳии пурра муҳаббат хом ва нопурра аст.

Вале мо бояд бодикқат бошем ва шахсиятро аз фаъолиятҳо фарқ кунем. Зани ман на барои он маро дӯст медорад, ки лектор ва нависанда ҳастам. Ў дар он коре ки мекунам, ба ман ёрӣ мерасонад, вале ӯ маро дӯст медорад аз он сабаб, ки ман ҳастам. Мард ба зан на аз барои он хонадор мешавад, ки ӯ пазандаи моҳир аст ва зан бояд на аз барои он ки мард бо ӯ алоқаҳои зарурии иҷтимоиро пешниҳод мекунад, ба шавҳар барояд. „Никоҳ — розигии байни ду одам на барои он аст, ки хӯрокворӣ ё хизматҳо мубодила шаванд, балки барои умуман аз психологияи мубодила дурӣ ҷустан аст. Ҳар як шарик дигареро чун шахсияти том қабул мекунад, дар навбати аввал барои он ки ӯ ҷӣ хел одам аст, на барои он ки ӯ розӣ аст кореро кунад“.

Дотти меғӯяд, ки муносибатҳои мо аз таҷрибаи ҳаётии пешинаи ӯ фарқ мекунад. „Бо Ҷош ман ба шахсияти том нигаронида шудам. Ман ба ӯ аз ҷиҳати ҷисмӣ ҷалб шуда будам, вале маро ақл ва рафтори

ӯ низ ба худ чалб карда буд. Ба ман қобилиятҳои фикрӣ, интиҳоби ӯ, пурқуввати имони ӯ ва он меҳрубоние ки ба ҳар як одами дар доираи 80-ярд аз ӯ ҷойгирбуда нишон медиҳад, таассуроти саҳт мегузоштанд“. Ин аксуламали пурра ба шахсияти том аст.

Дониши одам бояд бо одатҳои воҳӯриҳои давраи наврасӣ пурқувват шавад. Мо бояд воҳӯриҳоеро ба нақша гирем, ки барои мо вазъиятҳои ба амал меорад, ки ба беҳтар донишмандони одами дигар ёрӣ мерасонад. Мо бояд сифати муоширати худро бинем. Яке аз вазифаҳои бузургтарини ман донишманди Дотти аз ҷиҳати хирадмандӣ буд. Ӯ ақли расо дорад ва ӯ эҳтимол яке аз муҳаррирони беҳтарини ман мебошад.

Касе аз маслиҳатдеҳон гуфт, ки фақат як роҳи қанолати нигоҳдории умумияти шавқу ҳавасҳо дар никоҳҳо ҳаст, ки ин — барпо кардани муносибатҳои байниҳамдигарӣ мебошад. Чӣ тавр? Ба дӯсти худ дар вазъиятҳои аз ҳама гуногун нигаред. Бо ӯ „Монополия“ ё шохмот бибозед ва нигоҳ кунед, ки вақте шумо бозиро мебаред, ӯ чӣ тавр эътино мекунад. Шумо метавонед дарёфт кунед, ки ин Ромео ҳақиқатан феъли тез дорад. „Оё ман меҳоям, ки бо ӯ тамоми умри боқимондаамро гузаронам?“ — шумо аз худ мепурсед.

Муҳаббати баркамол ба шахсияти том нигаронида шудааст. Ин на танҳо онро мефаҳмонад, ки шумо дӯст медоред ва дигареро чун шахсияти том қабул мекунад, балки онро низ, ки шуморо дӯст медоранд ва чӣ тавре ки ҳастед, дар ҳамаи ҷиҳатҳо, ҳамон тавр қабул мекунад. Баъзеҳо ин муҳаббати пурраро дода метавонанд, вале худро ба ошкоршавӣ маҷбур карда наметавонанд ва ҳатто агар инро хоҳанд ҳам, пурра дӯстдошта буда наметавонанд. Дӯстдошта набудан ба сифати шахсияти том гурусна буданро мефаҳмонад. Дигареро ба сифати шахсияти том дӯст надоштан нафастанг шуданро мефаҳмонад.

Саволҳо барои андеша:

- Барои чӣ дар асоси ҳаваси ҷинсӣ сохтани муносибатҳо хатарнок аст?
- Муҳаббати „ба шахсият пурра нигаронидашуда“ чӣ маънӣ дорад? Ҷавоби аниқ диҳед.
- Унсурҳои аз ҳама муҳими никоҳ қадомҳоянд ва барои чӣ?
- Дар давомӣ воҳӯриҳо шумо чӣ қор карда метавонед, то ки шахсияти томо фаҳмед?

Шумо калимаи „муҳаббат“-ро чӣ хел талаффуз мекунед? Шумо рафтори одами дар ҳақиқат дӯстдорандаро чӣ хел муайян мекунед?

Вақте одамон аз ман мепурсанд, ки муҳаббатро шарҳ диҳам, ман ҷавоб медиҳам, вақте шумо ба ҳолате мерасед, ки дар он хушбахтӣ ва осудагии одами дигар ба монанди хушбахтӣ, осудагӣ ва тараққиёти шумо қувваи водоркунанда мебошад, он гоҳ шумо бо муҳаббати баркамол дӯст медоред.

Муҳаббат талаффуз мешавад Д-О-Д-А-Н. Вай на дар он асос ёфтааст, ки шумо гирифта метавонед, балки дар он ки шумо ба каси дигар дода метавонед.

Тадқиқотчиён д-р Пол Эммонз ва д-р Ник Стиннетт, ки ба онҳо ман таъамакардам, дарёфтанд, ки яке аз хусусиятҳои муҳимтарини умумии одамони муносибатҳои байниҳамдигарии хуб ва солим дошта он аст, ки онҳо — одамони диҳандаанд. Ивлин Дювалл, ки ба бисёриҳо дар соҳаи муҳаббат бо маслиҳатҳо ёрӣ додааст, менависад: „Муҳаббате ки дар худ шавқу ҳаваси самимӣ ва аслиро ба дигарон ҳамчун ба шахсиятҳо, ба арзишҳои онҳо ва тараққиёти онҳо таҷассум менамояд, пойдор мемонад“.

Д-р Ричард Стросс дар китоби худ „Никоҳ маънои муҳаббатро дорад“ менависад:

„...ин қаноатмандии бузург аз он иборат аст, ки дигаронро хушбахт намоӣ. Агар мо хушбахтиро ҳамту кобем, ҳеҷ гоҳ онро намеёбем. Ҳар қадар ки кобем, ҳамон қадар қонеънашуда ва маъюс мегардем. Ҷустуҷӯи ҳаловатҳо барои худ чизе намедиҳанд ва фақат моро маҷбур месозад, ки худро бадбахт ҳис кунем. Ҳаёти бегаразона барои манфиати дигарон хуб боровар мегардад. Муҳаббати комил зинаи тараққиётро аз гирифтани зиёд ва боздеҳии кам ба додани хурсандонаи ҳама чиз ва ба ивазаш чизе талаб накарданро дар бар мегирад“.

Шумо чиро бештар аз ҳама чиз меҳоҳед?

Муносибатҳои муқаррарии „Ман онро меҳоҳам, ки ман худам меҳоҳам ва он вақте ки худам меҳоҳам“ сабабҳои асосии сар задани муҳолифатҳои байналхалқӣ мегарданд. Ин қувва, ки халқҳоро вайрон мекунад, оилаҳо ва ҷамоатҳоро низ вайрон мекунад. Ман ба он боварӣ дорам, ки мо метавонем бисёр масъалаҳоеро, ки имрӯзҳо ба ҷаҳон низоъ меандозанд, ҳал кунем, агар ба яқдигар фидокорона рафтор кардан ва ба ҷои аввал гузаштани манфиатҳои дигаронро омӯзем. Қариб ҳамаи муносибатҳои оилавӣ ва занашуиро бо тағйиротҳои оддӣ, вале амиқӣ муносибатҳои мо шифо бахшидан мумкин аст. Элоф Дж. Нелсон дар беморхонаи „Фейрвю“-и дар Миннеаполис буда ба курси дувоздаҳсоата оид ба тайёри ба ҷаҳон, ки қисми програмаи динӣ ва беҳдошт аст, роҳбарӣ мекунад. Ӯ дар китоби „Ҳаёти яққояи шумо“ чунин воқеаро нақл мекунад:

„Ба зудӣ баъди зангириаш Ҷон ҷӣ хеле ки дар давраи муччарадиаш мезист, ҳамон хел зиндагӣ карданро сар кард. Вай баскетболро дӯст медошт. Аз он сабабе ки мавсими бозии баскетбол дар авҷ буд, ӯ ба се командае ҳамроҳ шуд, ки 5-соли охир дар онҳо бозӣ мекард.

Баъди ду моҳи тӯй Ҷон ҳар бегоҳҳои душанбе то панҷшанбе аз хона ё барои машқ ё барои бозӣ баромада мерафт. Рӯзҳои шанбе ӯ ба хона якчанд ёру ҷураҳояшро меовард, то ки бозииҳои донишҷӯёни коллеҷҳоро аз телевизион тамошо кунанд. Чунин буд ҳаёти ӯ — тирамоҳ, зимистон ва баҳор — дар давоми ду соли аввали хонадорӣ. Вақте ки баҳор фаро мерасид, ба ӯ ҳуди ҳамон ӯҳдадорӣ дар командаи бейсбол пеш меомаданд.

Аз ҳамин сабаб дар оила муноқишаҳои сахт ба амал меомаданд. Ҷон гоҳ-гоҳ шомро бо Нэнси мегузаронд. Вақте ки дар хона бошад, вақташро ба хондани ҳамаи журналҳои варзишӣ сарф мекард, ки харидани он ба ӯ муяссар гашта бошад. Занаш ҳис кард, ки ӯ танҳо соҳибхоназани ӯст, на завҷаи ҳақиқӣ. Маълум буд, ки ӯ ба ақл намерадояд ва ба ҳаёти оилавӣ сар намефурорад. Суханони дӯстдоштаи ӯ чунин буданд: «Ман ба касе рухсат намедихам, ки ба ҳаёти ман мудохила кунад».

Бешубҳа ки Ҷон чун пештара дар бораи худ фикр мекард ва фақат барои худ зиндагӣ мекард, дар бораи хоҳишҳои завҷааш ғамхорӣ намекард. Вай таҷассуми ҳақиқии ақидаи „Ман он чиро меҳоҳам,

ки худам меҳоҳам“ буд, ки аниқ никоҳи бемуваффақиятро ҳақ мебароварад.

Ба наздикӣ дар вақти парвоз аз Лос-Анҷелес ба Атланта, ман хостам бо одами дар барам нишаста сӯҳбат кунам. Беш аз ҳама ман одатан дар бораи ду чиз, ки майнаи маро банд мекунад, гап мезанам — дар бораи Исои Масеҳ ва завҷаам. Ман қарор додам, ки ин дафъа аз завҷаам сар кунам. „Шумо оиладор ҳастед?“ — ўро пурсидам ман. Ў аз ин саволи ман қариб аз курсӣ сарозер афтада буд. „Не, ошно, ин барои ман нест“, — чунон баланд гуфт, ки ҳатто одамони то панҷ қатори аз қафои мо нишаста инро шуниданд.

„Наход?“ — пурсидам ман ва дар бораи завҷаам, духтаронам ва писарам ва муносибатҳои мо ба ў нақл карданро сар кардам.

Эҳтимолияти бебарорӣ 50 ба 50

Ба зудӣ муносибатҳои ў ба нақли ман тағйир ёфт ва ў гуфт: „Хайр, мумкин ман ҳам ягон вақт зан гирам. Аммо, ҷаноб, иҷозат диҳед ба шумо гӯям, ки барои ман ин 50 ба 50 хоҳад буд“.

Ман гуфтам: „Илтимос, зан нагиред!“

Муносибатҳои байниҳамдигарии хуб боздеҳии 100-фоизаро новобаста ба он ки бар ивазаш чӣ мегиред, талаб мекунад. Проблемаи муносибатҳои 50 ба 50 дар он аст, ки шумо ҳамеша ҳаракат мекунед муайян намоед, ки оё одами дигар ҳаққи ҳудахро иҷро кардааст ё не. Вақте ки шумо 100 фоиз муҳаббати худро медиҳед, шумо озод ҳастед дӯст доред ва одами дигарро бе ягон шарт қабул намоед.

Агар додан шиори аввалиндараҷаи шумо гардад, дар он ҳолат шуморо мукофоти мӯъҷизанок интизор аст. Шумо дармеебед, ки 100 фоиз дода, шумо дар ивазаш 150 мегиред. Вақте одам донад, ки ў дӯстдор аст, бегуфтугӯ бо ҳамон муҳаббате ки ўро дӯст медоранд, ҷавоб навода наметавонад. Шумо ҳамеша аз дода зиёд мегиред.

Агар муҳаббати шумо комил бошад, шуморо на танҳо ба даст овардани мақсадҳои шахсӣ ба ташвиш меоранд. Шумо ба андозаи баробар кӯшиши ба амал баровардани мақсадҳои дигаронро мекунед. Ва ҳар боре ки ба шумо чунин менамояд, ки ин мақсадҳо бар ҳилофи мақсадҳои шумоянд, муҳаббати комил ба партофтани қуръа эҳтиёҷ надорад, ки аввал ба кӣ ғамхорӣ кардан даркор аст. Муҳаббати комил дар навбати аввал ҳаракат мекунад, ки ба каси дигар даст дароз кунад. Шумо дармеебед, ки эҳтиётҳои каси дигар барои шумо аз эҳтиётҳои шахсӣ дида заруртаранд.

К.С. Люис қайд мекунад: „Бо як ҷаҳиши баланд [муҳаббат] аз девори бузурги худпарастии мо гузашт; Вай ҳатто ҳуди иштихоро ҳам бегаразона гардонд, хушбахтии шахсиро чун бемазагӣ ба як тараф партофт ва шавқу завқи дигареро дар байни вучуди мо ҷой кард“.

Сипас Люис муҳаббати ду шахсро бо ғичак ва камонча ташбех додааст. Дар дасти мусиқанавози моҳир ҳар дуи ин предметҳо овози зебо мебароранд, ки дар вақти алоҳидагӣ дида баромадани ғичак ва камонча ба он бовар кардан ғайриимкон аст. Ба монанди ҳамин, вақте ки мард ва зан ба муносибатҳои бегаразонаи ишқӣ медароянд, зебогӣ ва хушоҳангие ки дар вақти якҷоя будани ин ду кас вучуд дорад, дар вақти алоҳида аз назар гузаронидани онҳо тасаввур кардан душвор аст.

Додан то дами расидани қувва

Яке аз ҷиҳатҳои асосии боздеҳӣ аз он иборат аст, ки дар вақти қабули қарорҳо зарур аст, ки ҳиссиёт ва ақидаҳои одами дигарро ба тарозуи ақл баркашем. Ҷуфти ҷавон, Олга ва Олег, ҳатто баъди 18-моҳи номзадшавиашон муносибатҳои ба муҳаббати баркамол хосро барпо накарданд. Олга қарорҳои ба муносибатҳои онҳо дахлдорро қабул карда, ҳиссиёт ва ақидаҳои Олегро ба назар намегирифт. Ў ҳисоб мекард, ки Олег аз нақшаҳои ӯ, бегуфтугӯ, ба вачд меояд. Охири охирон ҷавон фаҳмид, ки барои Олга ҳамагуна воситаи қаноатманд кардани талаботҳои ӯ мебошад. Духтар муносибатҳои онҳоро ба нақша мегирифт ва ҷавон ҳис мекард, ки аз ӯ фақат ба ҳар як қарори яктарафаи духтар пайравӣ карданро умедвор ҳастанд. Ҷавон ҳатто ба ӯ чизе дода наметавонист, зеро духтар барои аз ӯ чизе гирифтани кушода набуд.

Бо вучуди ин муҳаббати баркамол — тайёри ба худқурбонӣ аст. Вақте ҳақиқатан ба хушбахтӣ, оромӣ ва инкишофи одами дигар мекушед, шумо тайёр ҳастед муҳаббати худро бо рафтори худ тасдиқ кунед.

Нусхаи муҳаббати баркамоли мо Исои Масеҳ аст. Муҳаббати Ў ба худқурбонкунӣ тайёр будан буд. Ў Худ намунаи зиндаи таълимоти Худ дар бораи муҳаббат буд. „Касе муҳаббати бузургтар аз ин надорад, ки ҷони худро барои дӯстони худ фидо кунад“ (Юҳанно 15:13). Мақсади зиндагии Исо ва марги Ў дар салиб, на танҳо наҷоти мо, балки инчунин — „то ки шодии ман дар шумо бимонад ва шодии шумо комил бошад“ (Юҳанно 15:11). Дар Нома ба Эфсӯсийн 5:1,2 Павлус қайд кардааст: „...Чун фарзандони маҳбуб, ба Худо тақлид намоед ва дар муҳаббат рафтор кунед, чунон ки Масеҳ низ ба мо муҳаббат

дошт ва Худо барои мо, ҳамчун ҳадия ва қурбонӣ ба Худо, ҳамчун бӯи муаттар таслим намуд“.

Ба Исо пайравӣ карда, Павлус гуфта буд: „Ҳар яке аз мо бигзор толиби роҳати ёри худ бошад, дар он ҷи бар нафъи вай ва барои таквияти вай аст“ (Румиён 15:12).

Саволҳо барои андеша

- Барои чӣ муносибатҳои намуди „50 ба 50“ моро қаноатманд намекунад?
- Исои Масеҳ дар чӣ барои мо нусхаи муҳаббатест, ки тайёр аст диҳад ва қурбон кунад?
- Чӣ тавр тайёрии додан дар муносибатҳои баркамоли байниҳамдигарӣ зоҳир мешавад.

Мо ҳама на як бор ба ҷумлаи классикии аз гуфтори майзадаҳо гирифташуда хандидаем: „Т-ту м-маро ҳ-ҳурмат м-мекуни?“ Вале агар ҳурмат дар муносибатҳои ҳаётии ҳақиқӣ вучуд надошта бошад, ҳолати хандидан нест. Маро ба ҳайрат меорад, ки чӣ тавр одамони бисёре, ки бо муносибатҳои ошиқона алоқаманданд, ҳатто ҳамоно ҳурмати одиери, ки онҳо мунтазам дар муносибатҳо бо одамони ношинос нишон медиҳанд, ба шарикӣ худ зоҳир карда наметавонанд. Маслиҳатдеҳи оилавӣ Чадсон Суайхарт ба ин масъала китоби фойданокеро бо номи „Чӣ хел ба оилаи худ ҳамоно гуна муносибат кунем, ки бо дӯстони худ муносибат мекунем“-ро бахшидааст.

Нишондиҳандаи ҳалқунандаи муҳаббати баркамол дараҷаи ҳурмате мебошад, ки нисбат ба одами дӯстдоштаатон зоҳир месозед. Дар муносибатҳои баркамол чунин муҳаббат ва ҳурмат тарафайн мебошанд. Агар дар муносибатҳо ҳурмат набошад, муҳаббат муҳаббат буданро бас мекунад ва ҳамчун ишқи шаҳвонии худпарастона мешавад.

Ҳурмат дар он зоҳир мегардад, ки шумо ба дигар одам озодӣ барои ба камолрасӣ ва инкишофёбӣ медиҳед. Ҳурмат мегӯяд: „Ҳамааш ба ҷост, ман тӯро чӣ хеле ки ҳастӣ, ҳамоно хел дӯст медорам“. Ҳурмат ҳар як касро ҳавасманд мегардонад, ки ҳақиқатан худ бошад ва инкишоф ёбад ва тараққӣ кунад, на барои он ки ба шарикаш хизмат кунад, балки ҳамту барои ҳудаш.

Эҳтиром — зоҳиршавии ҳурмати аз ҳад зиёд ба дигаре мебошад, ки дар худ ишорае дар бораи истисмор надорад. Ҳурмати дутарафа никоҳро муҳофизат мекунад, то ки қурбонии парвозҳо ва афтишҳои ногузир нашавад, ки бо онҳо бояд рӯ ба рӯ ояд.

Нависанда ва маслиҳатчи оилавӣ Лэрри Кристесон қайд мекунад:

„Агар ғамхорӣ ва меҳрубонии шавҳар ба зан ба он вобаста бошад, ки ӯ чӣ хел менамояд ё мард худро дар рӯзи аниқ чӣ тавр ҳис мекунад; агар ҳурмати зан ба шавҳари худ вобаста ба таъби зан кам ва ақидаи ӯ дар бораи он ки то чӣ андоза мард пурра интизориҳо ва меъёрҳои ӯро пурра қаноатманд

мегардонад, кам ё зиёд шавад, пас ин никоҳ дар заминаи ноустувор истодааст. Муҳаббат бозичае дар бозии ҳиссиёт ва кайфиятҳои тағйирёбанда гаштааст. Худо меҳодад, ки муҳаббат дар никоҳ дар заминаи саҳттар сохта шавад. Ин асос — он ҳолатест, ки Худо ба шарикӣ шумо муайян кардааст“.

Ҳурмату эҳтиrome ки ду одам ба якдигар ҳис мекунад, ягонагӣ ва фардияти ҳар ду фардро дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ нигоҳ медорад.

„Дар охир, — меғӯяд рӯҳшинос Натаниэл Бранден, — ишқи романтикӣ метавонад ҳамчун дилбастагии рӯҳонӣ-ҳиссиётӣ-шаҳвонӣ муайян карда шавад, ки ҳурмати бисёр нисбат ба арзиши шахсияти якдигарро инъикос мекунад“. Яке аз муаллифони аз ҳама бофаросат, Чон Пауэлл дар мавзӯи муҳаббат чунин менависад: „Мо медонем, ки агар гунҷаи гул аз шароитҳои номусоид, чун яхбандии ногаҳонӣ, зарар бинад, вай намешукуфад. Маҳз ана ҳамин тавр, вучуди одаме бе дастгирии гарму ҷӯшони муҳаббат, ба набудани таъриф ва дилбастагӣ маҷбуран тоқат карда, дар худ маҳдуд мешавад“.

Саволи ошкоркунанда

Вазъияти муҳимтарин, ки дар он норасоии эҳтиром ба истифодабарии шахси дигар мебарад, ин шаҳвати то никоҳ мебошад. Барои ҳурмату эҳтиром ҷумлаҳои истисморгаро ода намешавад, ки ҷавоби „Агар ту маро дар ҳақиқат дӯст медоштӣ, маро маҷбур намекардӣ“ ё „Наход ту маро чунин кам маро дӯст дорӣ, ки барои исбот бо шаҳват машғул шавӣ“-ро сазовор аст.

Баҳонаи „ҳама инро мекунад“ — ишратпарастии ниҳоят худпарастона аст, ки дар зери ниқоби муҳаббат ҷой гирифтааст. Ҷавоби хубаш ин мешавад: „Набошад мушкӣ нест, ки ягон каси дигарро ёбӣ“. Саволи худпарастонаи „Ту ба нишастгоҳи қафо гузаштан намеҳохӣ?“ мумкин аст рад карда шавад: „Не, ман хубаш дар пеш бо ту мемонам“. Як духтари донишҷӯ боре аз ман пурсид: „Ҷаноби Макдауэлл, шумо ба ман ёрӣ дода наметавонед?“ Ман пурсидам: „Чӣ шудааст?“ Вай ҷавоб дод: „Ошикӣ ман ба ман гуфт, ки агар ман ба ӯ дода нашівам, ин ба гурдаҳои ман зарар хоҳад кард“.

Ҷумлаҳои дилхоҳи дар боло зикршуда ё ба монанди инҳо, инъикоси муносибатҳои беарзишест, ки бисёр „муносибатҳои ошикона“-ро фаро гирифтаанд.

Дар конфронси мучаррадон (одамони ба акди никоҳ надаромада) ба назди ман зане бо масъалаи хеле нозук омад. Дертар, вақте ки ман ин саргузаштро дар лексия дар Минск нақл кардам, ман фаромӯш кардаам гӯям, ки ин дар наздикии Москва шуда гузаштааст. Баъди лексия назди ман як донишҷӯ — хатмкунандаи ғазаболуде омад. Ӯ фикр карда буд, ки маъшуқааш ба ман гуфтааст ва ман ба ҳама нақл кардам.

Саргузашт ба зане тааллуқ дошт, ки ҳомиладор буд ва аз ман оиди искоти ҳамл пурсида буд. Ман гуфтам: „Пеш аз он ки ман ҷавоб диҳам, мумкин ба шумо як саволи шахсӣ диҳам?“ Вай иҷозат дод ва ман аз ӯ пурсидам: „Барои чӣ шумо бо шарикатон ба муносибатҳои ҷисмонӣ даромадед?“ Вай ҷавоб дод: „Ҷош, ман ҳамеша мехостам вақти муайян ва муносибатҳои дурустро интизор шавам. Аммо фишороварӣ бениҳоят бузург буд. Вай ҳамеша исрор мекард: «Азизам, агар ту маро дӯст дорӣ, ба ман иҷозат медиҳӣ. Азизам, агар ман ба ту бефарқ набошам, ба ман иҷозат медиҳӣ»“. Ман аз ӯ пурсидам: „Акнун ки ту ҳомиладор ҳастӣ, ин ошиқӣ бузург чӣ мегӯяд?“

Ман аз рӯи садҳо занҳои телефонӣ, мактубҳо ва маслиҳатдиҳиҳо аниқ медонистам, ки ӯ чӣ ҷавоб медиҳад. Ӯ гуфт: „Акнун вай ба ман мегӯяд: «Азизам, агар ту маро дӯст медорӣ, искоти ҳамл мекуни»“.

Ба найрангҳои арзон дода нашавед

„Агар ту маро дӯст медорӣ, ту ба ман рухсат медиҳӣ“ — ин яке аз арзҳои беарзиш ва пастзанандаест, ки ба касе гуфта метавонед, ки бо ӯ ягон ҳел муносибатҳо доред. Барои ҳамин, агар ягон зан ё мард шуморо ба муносибатҳои ҷинсӣ маҷбур кунад, аввалин чизе ки бояд гӯед — ин „Не“ аст. Агар одам маҷбур кунад, дилатонро кушода гӯед: „Медонӣ, ту маро маҷбур мекуни чӣ ҳис кунам?“ Агар сӯҳбати ошкоро оиди ҳиссиётҳои шумо ёрӣ надиҳад, ба ин одам гӯед: „Алвид“ . Ин на он муносибатҳост, ки дар он шумо бояд иштирок кунед, чунки ба шумо на ҳамчун ба шахсият нигоҳ мекунад ва муносибат мекунад, балки чун объекте ки истифода бурдан мумкин аст.

Бисёр одамон ба назди ман омада мегӯянд, „Ҷош, ман мехоҳам интизор шавам“ ё ки „аввалҳо ман интизор намешудам, аммо аз ҳамин лаҳза ман мехоҳам «худи ҳамон» одам ва никоҳро мунтазир шавам“. Ва баъд зам мекунад: „Ман доништан мехоҳам, чӣ тавр ба одаме ки вомахӯрам, фаҳмонам, ки барои чӣ ман мехоҳам интизор шавам“.

Ман ба онҳо мегӯям: „Агар шумо интизор шудан хоҳед, бояд донед, ки барои чӣ. Агар шумо гӯед «Не», вале он шахс маҷбур кунад, фаҳмост, ки ки одам дар ҳақиқат шуморо дӯст намедорад Мухаббат

дар ин ҷо нест. Умуман, ҳама он чизе ки ин шахс меҳоҳад, — шаҳват ва қонеъгардонии хоҳишҳои худ мебошад. Шумо барои интизор шудан сабабҳои ҷиддӣ доред ва ба шумо даркор нест, ки фаҳмонед“.

Дилхоҳ касе ки шуморо ба муносибатҳои ҷинсӣ мекашад, метавонад баъдтар ба дигар қор тела диҳад — мумкин аст ба дурӯғ, фиреб ё чизи дигар. Ин — иллати хислат аст, ки дар одам дар давоми солҳо инкишоф ёфтааст ва он аз сари нав ошкор мешавад. Дар хотир нигоҳ доред, сифати муҳаббати одам — инъикоси хислатҳои ӯст.

Шумо чиро мунтазиред?

Дар китоби „Ҷуфти баркамол“ Алберт ва Кэрол Оллман Ли дар бораи ҳаботи муаллим нақли классикӣ мекунад, ки он ба натиҷаҳои аҷоиб оварда аст.

„Нақл мекунад, ки дар аввали соли хониш муаллиме ки бори аввал ба синф даромада буд, рӯйхати бачаҳоро гирифт; ки баъди ҳар як ном рақами серақама ё дурақама меистод. Дар охири сол баҳоҳои бачаҳо бо рақамҳои ки муаллим гирифта буд, мувофиқат мекарданд. Талабае баъди номаш рақами 140 буд, баҳои «5» гирифт, дар он вақте ки талаба бо рақами 87 — «3». Фақат баъди гузаштани баҳо, муаллим фаҳмид, ки ин рақамҳо на КБ (коэффициенти боақлӣ)-ро мефаҳмонад, балки рақамҳои ҷавончаҳои либос мебошанд. Муаллим дар бораи маҳоратҳои хонандагон ҳулосаҳои муайян баровард ва ҳамаи он (аз тарафи хуб ё бад) ба ин интизориҳо мувофиқ омаданд. Вақте ки шумо бо ягон кас аҳд мебандед, шумо бояд ба шарикатон баҳои аз ҳама баланди имконпазиро диҳед“.

Дар мақолаи худ „Сирҳои пуштнамои никоҳи хушбахтона“ Мадора Холт дар бораи аҳамияти ҳурмат менависад. Ӯ саргузашти занеро нақл мекунад, ки аз муносибатҳо бо шавҳари худ қаноатмандӣ ҳис мекунад.

„Вақте ки мо хонадор шудем, падару модари ман гуфтанд, ки ин никоҳ 6 моҳ ҳам давом намекунад ва ман маҷбур мешавам ҳамеша қор кунам, то ҳудамонро таъмин кунем. Онҳо дар як ҷиз хато карданд. Мо бисёр тӯфонҳоро аз сар гузарондем ва ман ҳамеша барои нон меҳнат мекардам. Дар пуртоқатии шавҳарам, ҳурмати меҳрубонона ва хислати эҳтиётқорона ба ман муяссар шуд, ки истеъдодҳои худро ба мартабаи пурмахсул, даромаднок, шавқовар ва дурудароз табдил диҳам.

Агар назорати хирадмандонаи ӯ ва идоракунии пасандозҳои мо намешуд, ман ҳамчун бисёр ҳамзамононам — бо пули каме ё умуман бе ягон маблағ умрамро ба охир мерасондам.

Ҳурмат, ҳурмати тарафайн — ана калид. Мисол: дар як лаҳзаи муайяни зиндагӣ ман дар қуллаи мартабаи худ будам ва хеле пули калон мегирифтам. Ҳамон вақт марде пайдо шуд, ки тавре ман фикр мекардам, аз ман дида мутахассиси беҳтар буд. Ӯ мултимиллионери боақл, хушчақчақ, зиндадил буд. Ман аз шавҳарам ҷудо шуда, барои талоқ ариза додам, бо умеди он ки охир ба марде ба шавҳар мебароям, ки аз ман беҳтар аст. Вале нохост ман аз дугонаам фаҳмидам, ки ҳангоме ман дар шаҳр набудам, вай барои «беҳтар шинос шудан» ба дугонаам занг задааст. Ман медонистам, ки зани ӯ бо сабаби бевафой аз ӯ ҷудо шудааст, барои ҳамин вазъиятро бо диққат фикр карда баромадам.

Дар ҳамон вақт ман қариб 25 сол хонадор будам ва шавҳарам ҳеҷ гоҳ ба дигар занон нигоҳ карда, маро дар ҳолати ногувор нагузошта буд. Оё барои шӯҳрат ва пул ва якчанд ҳазли зарифона одами хеле бовиҷдон, ором, ростқавлро иваз кунам? Не! Мо аз сари нав бо ҳам пайваستم ва ин қарори аз ҳама беҳтарине буд, ки ман ягон вақт қабул карда бошам. Мо духтарчаеро ба фарзандӣ қабул кардем ва ман бо даҳшат дар бораи он таъсири манфие, ки ба ӯ равона мешуд, фикр мекардам, агар мо гуногунии ақидаҳои худро ҳал карда наметавонистем“.

Қувваи ба вачд омадан

Завҷаи ман фикр мекунад, ки ман — шоҳ ҳастам. Вай фикр мекунад, ки ман нотиқи беҳтарин, шавҳари аз ҳама беҳтарин, падари аз ҳама беҳтарини ҷаҳон ҳастам. Медонед, ин ба ман чӣ хел таъсир мекунад? Ин маро мачбур мекунад, ки дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ бо завҷаам ҳамаи ҳамоно бошам, ки бояд бошам. Дар ҳурмате ки ӯ нисбати ман зоҳир мекунад, чизе ҳаст, ки дар ман хоҳиши ҷунон одам будан, ки маро дигарон дидан мецоҳанд, пайдо мешавад. Ҳурмат тамомияти муносибатҳоро нигоҳ медорад, барои он ки он хоҳиши на танҳо ҳимоя кардани шахси дигарро аз фишоровариҳои беруна, балки ҳимояи ҳуди муносибатҳоро ба вуҷуд меорад. Ҳурмату эҳтироми байниҳамдигарӣ ҷуфти ҳамсаронро аз бисёр мушкилиҳо мебароранд ва аз ҳама айбҷӯиҳо оид ба муносибатҳои онҳо муҳофизат менамоянд.

Агар шумо айни замон бо касе во мехӯред ва дар фикри никоҳ ҳастед, ман аз шумо исроркорона талаб менамоям, ки ба худ чунин саволи муҳимро диҳед: оё ман шахси во мехӯрдагиамро ҳурмат мекунам? Оё ман ин одамро то охири умрам дар асоси он ки ин одам чӣ гуна аст ва ӯ чӣ қор мекунад, ҳурмат карда метавонам?

Агар ҷавоби шумо „ҳа“-и самимӣ бошад, шумо метавонед аз ин факт на танҳо барои муайян кардани он ки бо ин одам тақдиратонро якҷоя мекунад ё не, балки барои баҳо додани камолоти ҳақиқии муҳаббати худ истифода баред.

Саволҳо барои андеша

- Барои чӣ ҳурмату эҳтиром дар муносибатҳои зичи заношӯӣ чунин муҳиманд?
- Бо кадом роҳҳо шумо метавонед ҳурмату эҳтироматонро ба шахси дигар нишон диҳед?

Ман ба шумо муҳаббати комилро бе тавсифи бузургтарин дар бораи муҳаббат, ки як вақтҳо навишта шудааст, тасвир карда наметавонистам. Рӯйхати сифатҳое ки ман бо шумо бо ҳам дидан меҷоҳам, на танҳо дар якчанд китобҳои ҳозиразамони психология пайдо шудааст. Пеш аз ҳама он дар Китоби Муқаддас пайдо шудааст. Ба ман рухсат диҳед, то ба шумо сифатҳоеро нишон диҳам, ки барои дараҷаи баланди ишқ, шахват ва муносибатҳои занову зарур аст, ки ман дар Номаи якум ба Қўринтиён 13:4–8 дарёфтам.

Зимнан, фикр кардан даркор нест, ки ин қисми шиноси Навиштаҷот муайянкунандаи муҳаббат аст. Ягона тавсифи ҳақиқии муҳаббат дар Китоби Муқаддас — тасвири марғи Исо дар рӯи салиб аст. Гэри Инриг тамоман аниқ дар ин бора дар китоби худ „Дўстии сифатнок“ меғўяд: „Муҳаббат — амалест, ки ба хоҳиш ва хислати Худо мувофиқ аст ва ба тариқи хислати шахси дўстдоранда ва эҳтиёҷоти дўстдор, ба харҷҳои шахсӣ ё ғойбӣ каси дигар нигоҳ накарда, ба амал меояд. Фақат дар салиб мо чунин муҳаббатро дида метавонем ва дилхоҳ муайянкунии муҳаббати аз Ҷолҷолто фарқкунанда номукамал аст“.

Муҳаббат — феъл аст

Инриг ба мо хотиррасон мекунад, ки дар матни аслии юнонӣ калимаҳое ки барои тавсифи муҳаббат истифода шудаанд, на сифат, балки феъл мебошанд. Ин, мефаҳмонад ӯ, „хотиррасонии бошуурона дар бораи он аст, ки муҳаббат ҳеҷ гоҳ беҳаракат ё бегайрат намешавад. Муҳаббат ҳамеша ҳаракат мекунад, ҳамеша дар ҳаракат аст...“.

Кеннет С. Уэст, ки маънои пурраи ҳар як калимаи юнонӣ дар Инҷили ба таври васеъ тарҷумакардаи худ меорад, аниқ нишон медиҳад, ки муҳаббат феъл аст. Номаи якум ба Қўринтиён 13:4–8-ро вай чунин тарҷума кардааст:

„Муҳаббат хоксорона ва пуртоқатона ба ҳама гуна муносибати бад аз тарафи дигарон тоб меорад. Муҳаббат меҳрубон ва бошафқат аст, тамоми табиатро фаро мегирад ва пур мекунад, ҳар чизи дағал ва сахтро мулоим мекунад, ҳасад намебарад.

Муҳаббат худситой намекунад, худро ба намоиш намегузорад, ба таври номатлуб рафтор намекунад, нафъи худро намечӯяд, ба ҳашм намеояд, ба бадгӯйҳо дода намешавад, бетоқат намешавад, ғазаб намекунад, бадихоро ба ҳисоб намегирад, аз беадолатӣ хурсанд намешавад, аммо аз ҳақиқат хурсанд мешавад, ба ҳама чиз тоқат мекунад, ба ҳама чиз бовар мекунад, ба ҳама чиз умед мебандад, таҳаммул ва мардонагиро аз даст надода, ба ҳама чиз сабр мекунад. Муҳаббат ҳеҷ гоҳ хиёнат намекунад“.

Чунин муҳаббат дошта, мо талаб карданро бас мекунем, ки ҳама чиз ба таври мо бошад. Мо муҳаббати худро бо ягон шарт намебандем ва шавқу ҳавасу хоҳишҳои одами дӯстдоштаамонро аз хоҳишҳои худ болотар мегузорем.

Машқҳо барои ислоҳшавӣ

Шумо чӣ тавр эътино мекунед, вақте ки ягон кас мулоҳизаи беандеша кунад? Оё шумо ягон вақт хис кардаед, ки ба дигарон ба қадри кофӣ додаед ва акнун навбати онҳо расидааст, ки ба шумо чизе диҳанд?

Агар муносибатҳои шумо то ба андозае ба муҳаббати Китоби Муқаддас рост наоянд, кӯшиш кунед Номаи якум ба Қўринтиён 13:4–8-ро хонед ва калимаи „Худо“-ро ба ҷои калимаи „муҳаббат“ гузоред. („Худо пуртоқат, бошафқат аст...“.) Ва акнун номи худро ба ҷои калимаи „муҳаббат“ гузоред („Ҷош пуртоқат, бошафқат аст...“). Оҳ! На ба қош, балки ба ҷашм, ҳамин тавр не? Вақте ки Китоби Муқаддас дар бораи тағйирёбии муносиби симои Масеҳ мегӯяд, ин маҳз ҳамон чиз аст, ки ӯ дар назар дорад. Худо — меъёрҳои баланд дорад.

Номаи якум ба Қўринтиён, боби 13 — сухани охирин дар бораи муҳаббат нест. Муҳаббати Худо дар тамоми Китоби Муқаддас бо усулҳои бешумор нишон дода шудааст. Бо вучуди ин ман шуморо даъват менамоем, ки аз сифатҳои дар ин порча овардашуда истифода бурда, кӯшиш кунед, ки дар ҳаёти худ ва муносибатҳо бо дигар одамон татбиқ намоед.

Бе ягон „агар“ ё „барои он ки...“ Нуқта!

Тасвири се намуди муҳаббат, ки дар се саҳифаи оянда оварда шудаанд, аз китоби ман „Муҳаббатҳои диҳанда, гиранда ва дигар намудҳои

он“ (Tyndale, 1981) гирифта шудааст. Ман мехоҳам, ки шумо аз ин тавсифот чун оина барои баҳо додан ба муносибатҳое, ки ҳозир бо дӯстонатон , бо оила, бо намоёндагони ҷинси дигар ё зан (шавҳар)-атон пайдо шудааст, истифода баред.

Намуди якуми муҳаббат — ягона намуди муҳаббат аст, ки одамони бисёре ягон вақт медонистанд. Ман онро „муҳаббат, агар“ меномам. Вақте ки шартҳои муайяншуда иҷро мешаванд, мо чунин муҳаббатро медиҳем ё мегирем. Сабабҳои мо дар асли худ худпарастона аст ва мақсади мо ба ивази муҳаббати худ ягон чиз гирифтани аст: „Агар ту бачаи хуб шавӣ, падар туро дӯст хоҳад дошт“, „Агар ту ҳамчун ошиқ ба интизориҳои ман мувофиқат кунӣ...“, „Агар ту хоҳишҳои маро қонеъ кунӣ...“, „Агар ту бо ман хоб кунӣ, ман туро дӯст хоҳам дошт“.

Ман занони бисёро ро вохӯрдам, ки дигар муҳаббатро намедонанд, ғайри он ки мегӯяд: „Ман туро дӯст хоҳам дошт, агар ту ҳамроҳи ман ба шаҳват машғул шавӣ“. Никоҳҳои зиёде вайрон мешавад, барои он ки онҳо дар асоси ҳамин намуди муҳаббат барпо карда шуда буданд. Зан ё шавҳар ба ким-кадом симои ҳаёлии тасаввуршаванда ошиқ мешаванд. Вақте ки ноумед мешаванд, ё вақте ки интизориҳо иҷро шуданро қатъ мекунанд, „муҳаббат, агар“ бисёр вақт ба қаҳру ғазаб мубаддал мегардад.

Намунаи дууми муҳаббат (ва ман фикр мекунам, ки бисёрии одамон ҳамин намудро ба асос гирифта, хонадор мешаванд) „муҳаббат, барои он ки“ мебошад. Одамо дӯст медоранд, барои он ки ӯ ким-кӣ аст, ё чим-чизе дорад ё ягон кор мекунад. Ин муҳаббат аз ягон сифат ё шартҳо дар ҳаёти одам пайдо мешавад. „Муҳаббат, барои он ки“ тез-тез чунин садо медиҳад: „Ман туро дӯст медорам, барои он ки ту зебой“, „Ман туро дӯст медорам, барои он ки бо ту худро дилпур ҳис мекунам“, „Ман туро дӯст медорам, барои он ки ин қадар овозадор ҳастӣ“ ва ғ.

Шумо метавонед фикр кунед, ки „муҳаббат, барои он ки“ он қадар ҳам бад нест. Мо ҳама мехоҳем, ки моро барои сифатҳои муайян дар ҳаётамон дӯстдоранд. Он далел, ки касе моро барои он чизе ки ҳастем, дӯст медорад, аввал метавонад моро ором кунад, зеро мо медонем, ки дар мо чизе ҳаст, ки лоиқи муҳаббат аст. Вале ин намуди муҳаббат дере нагузашта аз „муҳаббат, агар“ беҳтар намешавад, яъне заминаи номустаҳкам барои никоҳ аст.

Масалан, дар бораи масъалаи рақобат андеша кунед. Бо муносибатҳое, ки дар „муҳаббат, барои он ки“ асос ёфтаанд, ҷӣ ҳолат рӯй медиҳад, вақте ягон касе пайдо шавад, ки ба андозаи бештар он сифатҳоеро дошта бошад, ки барои онҳо шуморо дӯст медоранд?

Тасаввур кунед, ки шумо зане ҳастед, ки зебоиятон яке аз меъёрҳои муҳаббати шавҳаратон мебошад. Вақте ки зани зеботаре пайдо шавад, чӣ ҳодиса рӯй медиҳад? Ё тасаввур кунед, ки шумо шавҳаре ҳастед, ки муҳаббати занатон ба моҳона ва ашӯҳои ба он вобастабуда асос ёфтааст. Чӣ ҳодиса рӯй медиҳад, агар шахси серпултаре пайдо шавад? Оё шуморо рақобат ба ташвиш ҳоҳад овард? Оё он барои никоҳи шумо таҳдид ҳоҳад буд? Агар „ҳа“, — пас муҳаббати шумо ба намуди „муҳаббат, барои он ки“ дохил мешавад.

Бисёрии мо дар бораи худ ду тасаввурот дорем. Зоҳиран, мо як одам ҳастем, вале инчунин мефаҳмем, ки „ман“-и ҳақиқии мо — ин одамест, ки на ҳама ҳақиқатан медонанд. Ман дарк кардам, ки Ҳангоми муносибатҳои намуди „муҳаббат, барои он ки“ мо метарсем, ки ба шарикамон имконияти донистани онро диҳем, ки мо дар ботин кӣ ҳастем. Мо аз он метарсем, ки моро кам қабул мекунам, кам дӯст медорам ва ҳатто рад мекунам, агар шарикамон „ман“-и ҳақиқии моро донанд.

Оё дар ҳаёти шумо ягон чизе ҳаст, ки шумо аз тарси каме нороҳатӣ ва ё чудой наметавонед бо шарикатон бо ҳам бинед? Агар ҳамин тавр бошад, ман ваъда медиҳам, ки шумо дар гирифтани қаноатмандии зиёд аз шахват ба душвории дучор мешавед, чунки наздикии чинсӣ боварӣ ва боздеҳии 100 фоизро талаб мекунад. Ҷои аввалине ки дар он ҳар хел тарс ва нобоварӣ аён мешавад — бистар аст.

Ҳангоми нишон додани дараҷаи баланди шахвати ҳаққонӣ мо ҳамеша тамоман бе муҳофизат мемонем. Маҳз ҳамин ошкорӣ дараҷаи баланди қаноатмандии чинсӣ ва муоширатро имконпазир мегардонад. Ҳамин ошкорӣ, агар моро қабул накунам, садамаҳои саҳттаринро имконпазир мегардонад. Дар „муҳаббат, барои он ки“ шумо ҳеҷ гоҳ ба муоширати ҷисмӣ пура дода намешавед, аз он сабаб, ки хатари садама хеле бисёр аст.

Ана ҳамин тавр!

Ман хурсандам ба шумо хабар диҳам, ки боз як намуди дигари муҳаббат вучуд дорад. Ин муҳаббати бешарт, муҳаббати бешубҳа аст. Ин муҳаббат мегӯяд: „Ман тӯро дӯст медорам, новобаста ба он ки ботинан чӣ гунаӣ. Ман тӯро дӯст медорам, агар дар ту тағйиротҳо ба вучуд оянд ҳам. Ман тӯро дӯст медорам. Нуқта!“

Ҳато накумед. Ин муҳаббат кӯр нест. Вай ҳама норасоииҳо ва камбудииҳои шахси дигарро медонад, ба ин нигоҳ накарда, пура он шахсро қабул мекунад, бар ивазаш чизе талаб намекунад. Ин муҳаббатро кор карда ба даст оварда намешавад, онро нигоҳ дошта

намешавад. Вай ба чизе вобаста нест. Вай аз „муҳаббат, барои он ки“ фарқ мекунад, зеро ки вай ба ягон хусусияти диққатҷалбкунандаи шахси дӯстдошта асос намеёбад.

„Муҳаббат, нуқта“-ро шахсияти том ва комил аз сар гузаронида метавонад — ба ӯ лозим нест, ки аз муносибатҳои байниҳамдигарӣ чизе гирад ва ҷои ҳолигии ҳаёти шахсиашро пур кунад.

Ҳамчун одаме ки бисёр саёҳат мекунад, ман ҳам масеҳиён ва ҳам гайримасеҳиёнро дидам, ки ин намуи сеюми муҳаббатро эътироф мекунад. Аммо касоне ки онро дар муддати дуру дароз аз сар гузарондаанд (бо ҳамин меёр ман сифатҳои ягон чизро гуфтаниам), на танҳо масеҳӣ буданд, балки одамоне буданд, ки Масеҳ маркази ҳаёташон буд.

Чӣ хеле ки шумо дар ёд доред, ман дар соли дуҷуми дар Донишгоҳ хонданам, ба навиштани китоби худ „Шаҳодати раднопазир“ сар карда будам — то ки дини масеҳиро ба ҳазли маънавӣ табдил диҳам. Мақсади ман „боб“ кардани баъзе муаллимон буд, ки бо сӯҳбатҳояшон дар бораи Исо маро ба қаҳр меоварданд. Баъди ду соли тадқиқот дар Иёлотҳои Муттаҳида ва Европа амали ман нохост натиҷаи баръакс дод. Ақлан ман дарёфтам, ки Исои Масеҳ ҳамонест, ки Ӯ Худро номидааст. Ман ба ин нисбат ба пештара боварии пурра дорам.

Масеҳ гуфт: „Инак, назди дар истода, тақ-тақ мекунам: агар касе овози Маро шунида, дарро воз кунад, назди ӯ даромада, бо ӯ таъми шом хоҳам хӯрд ва ӯ бо Ман“ (Ваҳй 3:10). Ман аз Масеҳ хоҳиш кардам, ки ба ҳаёти ман дохил шавад ва дар давоми шаш моҳи аввал ё як сол Ӯ маро қалбан ҷунун пур кард, ки ман худро озод ҳис мекардам, то диҳам ва бар ивазаш чизе талаб накунам.

Ҷуноне ки мебинед, байни „муҳаббат, агар“ ва „муҳаббат, барои он ки“ аз як тараф, ва „ман туро дӯст медорам, нуқта“ — аз тарафи дигар, фарқи принципиалӣ аст. Муҳаббат интизор намешавад, то ки гирад. Муҳаббат наметавонад интизор шавад, то ки диҳад. Сабаби ба ман маъқул будани ҷунин муҳаббатро муҳаббати бешарт, на муҳаббати бешубҳа номиданам аз он иборат аст, ки ҳамаи мо ба табиати худпарастонаи худ маҳдуд ва вобаста ҳастем, алоқаманд ҳастем. Ба муқобили Худо баромадан ба маҳорати бешарт дӯст доштани мо таъсир кард. Фақат Худо ба воситаи Исои Масеҳ муҳаббати тамоман бешартро нишон дод. Танҳо бо имон ба Исои Масеҳ мо бахшида мешавем ва муносибатҳои байниҳамдигарии шахсиро бо Падари осмониямон барқарор карда метавонем, барои он ки Масеҳ барои гуноҳҳои мо дар салиб ҷон дод. Шумо инро дарк мекунад ё не, „муҳаббат, нуқта“ барои шумо аҳамияти калон дорад.

Орзуи ҳақиқӣ

Агар шумо ҳозир чунин намуди муҳаббатро аз сар нагузаронда бошед, пурра боварӣ ҳаст, ки шумо ба он умедвор ҳастед, ки ягон вақт ин ба амал меояд. „Муҳаббат, нуқта“ талаффуз карда мешавад: Д-о-д-а-н. Ин — боздеҳии озод аст. Дар чунин муносибатҳо ба тарс, ғазаб, фишор, ҳасад ё рашк ҷой нест.

Дар ин вақт мумкин шумо ба худ савол медиҳед, ки оё сеюм намуди муҳаббат дар амал вомерӯад? Оё умуман ин имконпазир аст? Як зани англис ба ман гуфт: „Агар ман шавҳаршавандаи худро чӣ хеле ки ҳаст, дӯст дарам, новобаста ба он ки чӣ шуда мегузарад, пас ӯ дар бораи он ки чӣ хел менамояд ё чӣ кор мекунад, ғамхорӣ намекунад, ва мумкин аст, ки муносибатҳои мо вайрон шаванд“. Ман ҷавоб додам: „Ана, дар ҳамин ҷо, шумо ҳақ нестед“. Ин намуди сеюми муҳаббат муҳаббати эҷодӣ аст, ки ба одами қабулкунанда дигаргунӣ меорад.

Дар муддати 14-соли хонадорӣ мо завҷаи ман ба тарафҳои муайяни ҳаёти ман ишора мекард, ки онҳоро ислоҳ карда, ман тавонистам одам, шавҳар, падари бехтар, намояндаи Исои Масеҳ ва рафиқ гардам. Аммо дар давоми 14-соли хонадорӣ ман завҷаи ман боре нагуфтааст: „Азизам, ту бояд тағйир ёбӣ“. Ба ҷои ин ӯ ба ман ишорат мекунад, мантиқан онро ба ман мефаҳмонад, маро дар ислоҳшавӣ дастгирӣ менамояд ва дӯст доштанро давом медиҳад. Медонед, чӣ ба амал меояд? Ин тамоман ҳайратовар аст. Дар қалби ман хоҳиши ислоҳшавӣ пайдо мешавад — на барои он ки ман мачбурам, балки барои он ки ман меҳоҳам ислоҳ шавам. Танҳо ин намуди сеюми муҳаббат боиси чунин тағйироти эҷодӣ мешавад.

Иҷозат диҳед, боз як бори дигар суҳанро ба Дотти диҳам. Вай нақл мекунад, ки барои чӣ муҳаббати бешарт ӯро ба бехтаршавӣ водор месозад: „Ман пурра боварӣ дарам, ки Ҷош маро чӣ хеле ки ҳастам, дӯст медорад ва қабул мекунад, бо вучуди ин, маро дар он дастгирӣ месозад, ки хубтар шавам. Ин ба ман имконияти мустақил будан ва ҳаракати хубтар шуданро медиҳад, чунки ҳис мекунам, ки касе маро ба ин тела намедиҳад ё аз қафои ман касе назорат намекунад“.

Муҳаббати комил бешарт тавсиф карда мешавад ё ба таври ҳақиқӣ гӯем, ба каси дигар дар муносибатҳо шарт намегузорад. Вай на танҳо ба каси дигар равона карда шудааст, балки ба мо хоҳиши онро медиҳад, ки дӯстдоронамонро чӣ хеле ки ҳастанд, қабул кунем, на ин ки чӣ хел шуда метавонанд ва на барои он ки дар оянда онҳо чӣ хел тағйир меёбанд. Соддатар карда гӯем, муҳаббати комил — на кам ва на зиёд, тайёрии пурраи „гирифтани он чи мебинӣ“ мебошад.

Саволҳо барои андеша

- Баъзе масъалаҳои ҳалталаби „муҳаббат, барои он ки“ чӣ гунаанд?
- Муҳаббати бешартро фаҳмонед.
- Барои чӣ муҳаббати бешарт моро водор месозад, ки хубтар шавем?

19

Хушбахтӣ дар якҷоягӣ будан

Яке аз тасдиқҳои асосии муҳаббат дардест, ки хангоми аз одами дӯстдошта чудо шудан ҳис мекунад, ва хурсандии зиёдшаванда дар ҳузури ҳамин одам аст. Муҳаббати баркамол хурсандии бузургеро дар ҳузури дигар одам ва хоҳиши пурзӯри якҷоя будан хангоми чудоиро нишон медиҳад.

Боре ман дар Донишкадаи Политехникии штати Виржиния будам, ва ба назди ман барои маслиҳат одами ҷавоне омад. Ӯ донишҷӯ-хатмкунанда буд, арӯсаш бошад дар дигар Донишгоҳ кор мекард. Ӯ ба ман нақл кард, ки онҳо шанбеи оянда тӯй карданианд. Вале ӯ фаҳмонд: „Мо аллакай ду маротиба тӯйро ба рӯзи дигар монондем, бори охир — ҳафтае пеш аз ин. Масъалаи асосии ман аз он иборат аст, ки ман дар ҳақиқат намедонам, ки ўро дӯст медорам ё не“.

Ҳарчанд ин ҷавон ба ҳаяҷон наояд, ман дидам, ки дар ин ҷо масъала на дар ҳаяҷони пеш аз никоҳ аст. Ман аз он ба ҳайрат афтодам, ки ӯ якчанд моҳ пеш хулоса набаровард, ки оё ӯ дӯст медорад ё не. Барои ҳамин ман пурсидам: „Оё шумо ягон маротиба «рӯзи истироҳати дуру дароз дар ҷои хилват» барпо кардаед?“ Ӯ нафаҳмид ва ман фаҳмондам.

„Рӯзи Шукрона — намунаи хуби «истироҳатии дуру дароз дар ҷои хилват» аст, ҳангоме ки шумо метавонед дар хонаи ӯ меҳмон шавед ва ӯ метавонад дар хонаи шумо меҳмон шавад, дар давоми тақрибан 4-рӯз — аз чоршанбе то ҷумъа. Ман инро «рӯзҳои истироҳати дуру дароз дар ҷои хилват» меномам, зеро дар ин вақт дар хоҳири шумо аз барномаи «Ахбор» чизе намеронад“.

„Мо чунин рӯзҳои истироҳати бисёр доштем“ — гуфт ӯ.

„Хуб, — гуфтам ман, — акнун меҳостам фаҳмам, ки муносибатҳои шумо дар давоми ин рӯзҳои истироҳат чӣ хел буданд“.

Ду сахна

Лутф фармояд, ман ба шумо ду сахнаро пешниҳод кунам, мебинем кадоме аз онҳо шуморо беҳтар тавсиф медиҳанд.

Дар сахнаи якум шумо ду-се ҳафта пеш аз Рӯзи Шукрона шумурдани рӯзҳо, соатҳо ав ҳатто дақиқаҳоро сар мекунад, то он лаҳзае ки

метавонед якҷоя бошед. Шоми чоршанбе фаро мерасад, шумо кор ё тахсилро ба охир расонед ва тоқат карда наметавонед, ки кай ба он чо мерасед! Шумо қаҳида ба мошин мешинед ва ба роҳ мебароед (эҳтимол, ҳолатҳои каме ки маро барои суръати баланд ҷарима андохтаанд, он буд, ки ман бояд ба воҳӯрӣ бо Дотти мешитофтам).

Дар охир, шумо омада расидед, дӯстдоштаатонро саҳт ба оғӯш гирифтед ва худро чунон ҳис кардед, ки гӯё дар қуллаи ҷаҳон бошед. Панҷшанбе ва ҷумъа меоянд ва мераванд, вақте ки шанбе наздик мешавад, шумо дар бораи якшанбе ҳатто фикр кардан ҳам намехоҳед, зеро ба шумо лозим меояд, ки равед. Шумо кӯшиш мекунед, ки онро аз фикратон гирифта партоед. Дар шоми шанбе хобидан намехоҳед, чунки шумо медонед, ки вақте пагоҳии дигар мехезед, дар ихтиёратон ҳамагӣ чанд соат мемонад, ки онро якҷоя мегузаронед. Дар рӯзи якшанбе шумо бо тамоми қувват ҳаракат мекунед, ки соатҳоро дароз кунед, вале вақт гӯё ки парвоз мекунад. Ва „хайр“ гуфта, шумо худро тавре ҳис мекунед, ки гӯё як қисми бадани худро дар қафо монда бошед.

Шинос менамояд? Ё саҳнаи дуҷумла ба шумо бештар рост меояд?

Шумо шоми чоршанбе пайдо мешавед ва ҳамааш хуб аст. Панҷшанбе ва ҷумъа хеле хуб аст. Шумо вақтро ба таври аъло мегузаронед. Вақте ки шанбе мерасад, шумо якшанберо мунтазир мешавед, зеро ба шумо танаффус даркор аст. Дар рӯзи якшанбе шумо он қадар ғамгин нестед, ки бояд равед, — вақти нафасросткунӣ расид.

Баъд ман аз ин донишҷӯ пурсидам: „Оё шумо ин нафасросткунӣҳоро мунтазир мешавед? Оё шумо ҳис мекунед, ки ба шумо ҷои васеътаре лозим аст?“

Ӯ ҷавоб дод: „Вақти дурудароз ба ман саҳнаи якум рост меомад. Вале ман бояд иқроӣ шавам, ки 6–9 моҳи охир ман ин нафасросткунӣҳоро мунтазир мешавам“.

„Дар ин ҳол, — маслиҳат додам ман, — хонадор нашавед. Ба ягон касе ки шумо зиндагӣ карда метавонед, хонадор нашавед. Ба он касе хонадор шавед, ки бе ӯ зиндагӣ карда наметавонед. Ин фарқи калон дорад“.

Фарқият дар ҷидду ҷаҳд

Муҳаббати комил аз умумият хурсанд мешавад ва ин хурсандӣ баъди якҷанд рӯз кам намешавад. Дар ҳақиқат, он ба ҳақде зиёд мешавад, ки шумо мехоҳед рӯзи ҷудошавиатонро аз саҳифаи хотир хат занед. Хонадор нашавед, то даме ҳис накунад, ки намехоҳед якшанбе фаро расад.

Ин яке аз фарқиятҳои асосии муносибатҳои ман бо Дотти ва Паула буд: Мо бо Паула фикр мекардем, ки ошиқ ҳастем ва он рӯзҳои истироҳат, ки мо якҷоя мегузaronдем, пур аз хурсандӣ буд, вале вақте ки якшанбе наздик мешуд, ман он қадар ғамгин намешудам. Ман ҳаракат мекардам, ки нафас рост кунам.

Вақте ки ман бо Дотти вохӯрдм, ҳамааш дигар буд. Вақте ки панҷшанбе мешуд, дар бораи ҷумъа фикр кардан намехостам. Рӯзи ҷумъа ман намехостам, ки шанбе шавад, барои он ки ин рӯзи пеш аз рафтани ман буд. Дар рӯзи шанбе ман ҳама намуди бахонахоро фикр карда мебаромадам, ки монам. Вақте ки якшанбе фаро мерасид, ман ҳатто занги соатро пур намекардам, дар фикр он ки агар дар хоб монам, ба ман рафтан лозим намеояд.

Ман якумин „рӯзи истироҳатии дуру дароз дар хилватгоҳ“ дар хонаи як дӯстам, дар Хюстонро ёдовар мешавам. Рӯзи якшанбе ба Дотти лозим буд, ки аз Брэнниф ба Остин парвоз кунад ва ба ман лозим буд, ки ба Чикаго ба конфронс равам. Вақте ки ман ўро ба фурудгоҳ мебардам, дуо мекардам, ки рейс аз Брэнниф боздошта шавад. Мо дар толори гуселкунӣ меистодем, барои хайрухуш ўро бўсидам ва вақте ки ў дар долон мерафт ва ба самолёт медаромад, ба ман тамоми қувваам лозим шуд, ки худдорӣ кунам ва аз қафоӣ ў давида фарёд накунам: „Нарав!“

Ҳар гоҳе ки мо якҷоя будем, хурсандиам меафзуд, ки ў дар бари ман аст ва акнун, ки мо дар ҷудой ҳастем, дар ҳасрати онем, ки якҷоя бошем. Бо меҳрубонии Худо ман бе Дотти зиндагӣ карда метавонам, аммо ман аниқ медонам, ки инро намехостам. Ман фикр мекунам, ки ин нишонаи муҳаббати комил аст.

Уолтер Тробиш дар китоби худ „Ман духтареро дӯст медоштам“ мегӯяд: ки шумо дӯст медоред „агар шумо бе ў ҳаётатонро тасаввур карда наметавонед, агар шумо аз ў дур буда, ранҷу озорро ҳис кунед, ҳама вақт фикри шумо ба ў банд бошад ва орзуҳои шуморо илҳом бахшад, агар хушбахтии ў аз хушбахтии шумо дида болотар бошад“.

Маслиҳатдеҳ оиди масъалаҳои оила ва никоҳ д-р Ҳенри Брандт менависад, муҳаббат дар он вақт комил аст, ки „ба ҷуфтҳо бештар маъқул аст, ки бо ҳам бошанд, назар ба ин ки бо каси дигаре бошанд, гарчанде дигар одамон аз ҳаёти онҳо бароварда намешаванд. Онҳо дармеебанд, ки ҳар яки онҳо дар он коре ки якҷоя мекунанд, ҳаловат мебаранд, ҳол он ки агар ин корро дар алоҳидагӣ кунанд, ба ягонтои онҳо ҳаловат намебахшад. Вақте ки онҳо аз якдигар ҷудоянд, ҳар кадоми онҳо ҳамчун заминаи фикри дигарӣ мекунанд“. Гуфтаи қадимаи

„Чудой дилро мулоим мекунад“, дар бораи муҳаббати комил нисбат ба он ки баъзеҳо фикр мекунад, бисёртар меғӯяд.

Ҳар маротиба вазнинтар

Хизмати ман ба Худо маро маҷбур месозд, ки 50% вақти худро дар сафарҳо гузаронам. Ҳарчанд оилаи ман баъзан ба ман ҳамроҳӣ мекунад, ман Дотти ва кӯдаконро камаш 12-рӯз дар як моҳ намебинам. Шумо метавонед фикр кунед, ки баъди 15 сол бояд ба ман сабуктар мешуд, вале фақат вазнинтар шуда истодааст. Баъзе мардон, баъди он ки рӯзи истироҳатиرو дур аз занони худ гузаронанд, ба ман наздик шуда меғӯянд: „Хеле душвор буд. Ман намедонам, ин чӣ тавр ба шумо муяссар мешавад. Ман зиёда аз ин дур аз зану кӯдакон истода наметавонам“. Онҳо зам мекунад: „Вале, ба фикрам, ба ин одат мекуни“. Ин маро маҷбур месозад, ки қавақро овезон кунам — шахсан ман ҳеҷ гоҳ одат намекунам. Ва ҳатто намеҳоҳам. Вақте ки муҳаббат комил ва аниқ бошад, шумо саҳт кӯшиш мекунад, ки сафари 10 рӯзаро ба 9 рӯз ҷой карда, ҳамеша ба якҷоя будан саъй кунед.

Ба Дотти ҳар гоҳ оиди вақте ки ман дар сафарҳо мегузаронам, на дар хона, саволҳо медиҳанд. Одамони ғамхор ва хайрхоҳ дастгирӣ ва ҳусни тавачҷӯҳи худро иброз медоранд ва меғӯянд, ки ба он умедворанд, ки дар оянда ман метавонам бисёртар дар хона бошам. Ҳиссиёти худро фаҳмонда, Дотти ҷавоб медиҳад: „Ман тоқати гусел кардани ўро надорам, вале кореро, ки ў мекунад, бо ҳам мебинем. Бо як маънӣ, ман ҳар маротибаи рафтани ў нола мекунам, зеро ўро пазмон мешавам. Холиғие маро фаро мегирад, ки бо ягон чиз пур карда намешавад. Вале, азбаски мо ҳар ду ба он коре ки мекунад, содиқ ҳастем, ин — интиҳобест, ки мо кардем. Интиҳоб кардан на ҳамеша осон, вале зарур аст. Ман ба ин интиҳоб ба он дараҷае боварӣ дорам, ки ба ў иҷозат медиҳам он кореро кунад, ки ба ў зарур аст, — он чи Худо ўро даъват кардааст, ки кунад, — ман ҳам он кореро мекунам, ки Худо ба ман фармудааст.

Гап дар сари он нест, ки ба ман маъқул аст, вақте ки ў аз остонаи дар мебарояд, то ки равад. Ман чунин одам ҳастам, ки ба осонӣ метавонистам ба ў вобаста бошам. Ба ман лозим шуд, ки дар баъзе чизҳо мустақил шавам ва баъзе қарорҳои мустақилона қабул кунам, ки ин барои ман хеле хуб аст. Вале ин осон нест ва чудой — чунон чизест, ки ба он одат кардан номумкин аст.

Ман аз он коре ки ў мекунад ва аз он коре ки якҷоя мекунам, фахр мекунам, ҳатто агар ин барои ҳар дуи мо андаке нороҳатиҳо

ҳам оварад. Ман ҳангоме ки бо ӯ якҷоя бошам, хурсанд мешавам, зеро медонам: «ӯ он кореро, ки Худо аз ӯ мехоҳад, иҷро мекунад ва ӯ метавонад аз қобилияти фавқуллодаи худ, ки Худо ба ӯ додааст, истифода кунад».

Муҳаббати баркамол метавонад ҷудоиро интиҳоб кунад, харчанд ки ин осон нест.

Саволҳо барои андеша

- Агар ҳуди ҳозир бо ягон каси мақсадҳои ҷиддӣ дошта вохӯрда бошед, оё меҳоҳед санчиши „рӯзи истироҳати дурудароз“-ро истифода баред?
- Оё ҷудой дили шуморо меҳрубонтар мегардонад?

Шояд ҳақ бошад, ки никоҳҳо дар осмон баста мешаванд, аммо онҳо дар ин ҷо, дар замин вучуд доранд ва одамони комилнабуда дар қайди онҳо ҳастанд. Вақте ки муҳаббат комил бошад, инро ба назар мегирад, чизи ғавқулоддари интизор нест. Агар муҳаббати шумо нисбати касе комил бошад, шумо он одамро ҷӣ хеле ки ҳаст, дӯст медоред ва қабул мекунад — бо ҳама норасоихояш — на он ҷуноне ки шумо умедворед ӯ шавад.

Вале ин намуни муҳаббат ҳамеша ба баъзе монеаҳо дучор мешавад, ки ба назари реалистона ба шахсият ва муносибатҳо ҳалал мерасонад.

Ҳаёлотӣ идеалистона оиди никоҳ ва шарикӣ мо — ин одатан, монеаи якум аст, ки бо он воҳӯрдан лозим меояд.

„Одами аз ҳама хатарноке ки шумо бо ӯ хонадор мешавед, — менависад Эвелин Дювалл, — ин идеали шумост, хатарнок барои он ки шумо мумкин аз норасоихоӣ маъюскунанда ва набудани хусусиятҳои дарқорӣ хислат беҳабар монед“.

Ким-кӣ гуфтааст, ки никоҳ ғаму андӯҳи шуморо баробар тақсим мекунад, хушбахтии шуморо дучанд мекунад ва метавонад ҳароҷоти шуморо сечанд зиёд гардонад. Бо вучуди ин, дар кӯшишҳои худ барои хонадоршавӣ марде ки фикр мекунад, ки идеали худро ёфтааст, метавонад ба зан бо осонӣ норасоихоӣ ӯро бахшад. Зане ки ба муносибатҳои никоҳӣ медарояд ва дар чашмон айнакҳои гулобӣ монда мегардад, дар бораи марде ки бо ӯ хонадор мешавад, тасаввуроти нодуруст пайдо мекунад. Ин ҳамеша монеае барои пайдоиши муҳаббати ҳақиқӣ баркамол ҳисоб мешавад.

Нависанда Чарлз Суиндолл ба тарафҳои ҳаққонии муносибатҳо даҳолат карда, қайд менамояд: „Хонае вучуд надорад, ки бе муноқиша бошад. Охири оилае ки «зиндагӣ мекарданд ва бойгарӣ меғундоштанд», Белоснежка ва Шохзодаи зебо буданд. Ҳатто ба он нигоҳ накарда, ки ба шарикат вафодор ҳастӣ, лаҳзаҳои шиддатнокӣ, ихтилофи ақидаҳо ва тоқат накардан пайдо мешавад. Вафодорӣ моҳияти инсонии моро тоза намекунад!“

Вақте ки ягон кас бо ҳаёлот ва симои идеалӣ ошиқ мешавад, одатан аз ду натиҷа якеро ба даст меорад: ё шарик барои ба симои идеалӣ

мувофиқ набудан рад карда мешавад, ё кӯшиши бузурге ба кор мебарад, ки ўро мувофиқи ҳамин симо тағйир диҳад.

Ҳиссиётҳои чархуфалакӣ

Ташнагии доимӣ ба ҳиссиётҳо ва шавқу завқ — монеаи дуюм барои муҳаббати реалистона мебошад. Муҳаббати комил — танҳо ҳиссиёти баланд нест. Ҳиссиётҳо меоянд ва мераванд, аммо муҳаббат пойдор мемонад. Ошуфта нашавед, агар шуморо ҳиссиёти муҳаббат ҳамеша фаро нагирад ва муносибатҳои рад накунад, ҳамин ки касе аз шумо қарор диҳад, ки муносибатҳо хунук мешаванд. Муҳаббати реалистона ба чунин давраҳо тайёр аст ва онҳоро барои он истифода мебарад, ки муносибатҳои мустаҳкам гардонад, на сушт.

Шарики ман дар ҳама вақт талаботҳои маро қонеъ мегардонад — ин монеаи сеюм барои ҳаққоният дар муҳаббат аст. Дар ин роҳгумзании васеъ паҳншуда бисёр оилаҳо пешпо меҳӯранд. Бисёрии одамон „ҳамон одам“-ро мечӯянд, ки онҳоро пурра фаҳмад ва ба онҳо чизеро диҳад, ки ба фикри онҳо, дар ҳаёт ба онҳо намерасад.

Бо вучуди ин, бисёр вақт дар ин ҳолат чунин ҳодиса рӯй медиҳад: мард бо зане вомехӯрад, ки ҳамаи талаботҳои зарурии ўро қонеъ карда метавонад. Вай фикр мекунад, ки „ҳуди ҳамон“-еро ёфт, ки метавонад ҳамаи хоҳишҳои ўро иҷро кунад, ҳол он ки дар ҳақиқат ў одамеро ёфт, ки тавонист якҷанд масъалаҳои асосии ҳаёти ўро ҳал кунад. Дар ҳақиқат, ў талаботҳои, ки қонеъ карда нашуда монда бошанд, намедид. Ва мард ба вай мегӯяд: „Ман туро дӯст медорам, фақат барои он ки ту талаботҳои маро қонеъ мегардонӣ ва ба интизориҳои ман мувофиқат мекуни“.

Як нависанда инро чунин ибраз дошт: „Эҳтимол кам аст, ки ду одами дилхоҳ пурра талаботҳои якдигарро қонеъ карда тавонанд. Агар зану шавҳар якҷоя талаботҳои худро 80 фоиз қонеъ кунонанд, ин як мӯъҷизаи хурде хоҳад буд. Интизориҳои пурра қонеъ гардондани талаботҳо дар никоҳ бисёр муносибатҳои занозӯиро вайрон мекунад“.

Чузъиёт... чузъиёт

Дар никоҳи шахсии худ ман лаҳзаҳои зиёдеро пайдо кардам, ки эҳтиёҷот ё эҳсосоти Доттиро қонеъ кунонда натавонистам. Чӣ тавре ки ман пештар нақл карда будам, ў мунтазир буд, ки чузъи майдаи нақлҳои ў ба ман шавқовар мебошанд, ҳол он ки ҳақиқатан ман на ҳама вақт чузъиётро пайҳас мекардам. Ҳозир ў инро чунин

мефаҳмонад: „Маро ин фақат ҳангоми нав хонадор шуданамон ба ташвиш меовард, вале ман фаҳмидам, ки аз ӯ инро интизор шуда наметавонам, ки ӯ касе мешавад, ки ҳоло нест. Ӯ қудрате надорад, ки ҳамеша ҳар як талаботеро, ки дар ман пайдо мешавад, қаноатманд гардонад. Агар ӯ инро карда метавонист, ӯ Худо мебуд. Ӯ мефаҳмад, ки ман ҳам наметавонам ҳар як талаботи ӯро қонеъ гардонам, вале ман ҳамаи он чи аз дастам меояд, мекунам.

Агар ман фикр мекардам, ки Чош гӯш намекунад, ман ҳис мекардам, ки ӯ кӯшиши маро фаҳмидан намекунад. Вақте ки ӯ ба ҳар як калимаи нақли ман гӯш намедихад, ман бояд интиҳоб кунам: худро ранчида ҳис кунам ё фаҳмам ки мизоҷ ва шахсияти ӯ чунин аст.

Ман чунин одам ҳастам, ки ҳар як чузъиёти ҳикояро гӯш мекунам. Ӯ бошад — ҳамон одаме аст, ки баъди тафсилоти беҳад зиёд майнааш ба дигар чиз мегузарад, зеро ӯ бе онҳо ҳам буда метавонад. Азбаски ман мефаҳмам, ки ӯ чӣ гуна аст ва аз чӣ сохта шудааст, ман метавонам дар муносибатҳои байниҳамдигариямон ҳаққонӣ бошам. Ман меҳостам, ки ӯ ҳамаи тафсилотро кашида гирад, вале ин усули ӯ нест ва ман наметавонам аз ӯ зиёдтар аз он ки ӯ дода метавонад, мунтазир шавам“.

Рӯҳшинос д-р Лэрри Крэб мефаҳмонад, ки барои чӣ мо ҳамаи талаботҳои шарикӣ худро қонеъ карда наметавонем:

„Зани аз ҳама вафодор дар ҷаҳон наметавонад кӯшиши шавҳари худро ба ҳисси аҳамиятнокӣ худ қонеъ кунад. Азбаски ӯ гуноҳкор аст, ба ман ҳамеша ёрӣ расонда наметавонад, чӣ тавре ки бояд ёрӣ расонад; ҳатто агар ӯ метавонист, ӯ қудрат надорад, ки маро ба вазифаи азалиам мувофиқ созад, чунки фақат ҳамин метавонист маро қонеъ гардонад.

Шавҳари аз ҳама зиёд дӯстдоранда дар ҷаҳон талаботи зани худро дар ҳисси боварӣ қонеъ карда наметавонад. Доғи худбинӣ тамоми мақсадҳои ботинии моро беранг гардонд. Мо тамоман наметавонем ба занҳоямон он қабули бешарт ва бегаразонаро пешниҳод кунем, ки ба он эҳтиёҷ доранд. Мо фақат барои якдигар камӣ мекунем“.

Зану шавҳар метавонанд талаботҳои муайяни якдигарро қонеъ кунонанд, вале боз дигар эҳтиёҷҳои ҳастанд, ки танҳо Худованд аз ўҳдаи онҳо мебарояд. Ва маҷбур кардани ҳамсар ба нақше ки ӯ бояд ҳар як хоҳишро қонеъ гардонад, ба муноқишаҳо бурда мерасонад ва муносибатҳоро вайрон месозад. Ҳамчун масеҳӣ мо медонем, ки дар Масеҳ комил ҳастем ва дар ҳаёти мо чизе нест, ки Ӯ аз ўҳдааш набарояд, бо вучуди ин, мо гоҳо аз ҳамсарони худ онро мунтазир

мешавем, ки нақши Худоро барои мо бозӣ кунанд. Мо бояд фаҳмем, ки қобилият надоштани ҳамсарон ба пурра қонеъ кунонидани мо — доди Худо аст; Ё моро маҷбур месозад, ки ҳамеша ба Ё назар кунем.

Ваъдаҳо... ваъдаҳо

Ваъдаи ислоҳшавӣ, ки одатан ба ҳодиса ё вақти муайян вобаста аст, боз яке аз монеаҳо дар роҳи назари реалистона ба шахс ё муносибатҳо мебошад. Чӣ қадар одамҳо гуфтаанд: „Азизам, хафа нашав, вақте ки мо хонадор мешавем, ман нӯшиданро мепартоям“ ё „Ба ман бовар кун, ҳамин ки хонадор шудем, ман ҳамон номаъқулиҳоямро бас мекунам“.

Ба акнун ман меҳоям, шумо суҳанони маро дар ёд гиред. Дар ваъдаҳо ва ҳислатҳои ин одам ягон чизи сазовори боварӣ нест. Ваъдаҳо ҳеҷ гоҳ тамом намешаванд. „Ҳамин ки фарзанди якумамон таваллуд шуд, ман аниқ нӯшиданро мепартоям... Ҳамин ки ман мартабае гирифтам... Ҳамин ки мо соҳиби хона шудем“ ва ғ.

Муносибатҳои худро дар асоси ваъдаҳо бунёд накунад. Ҳамаашро пешаки муайян кунед. Фақат муносибатҳои байниҳамдигарӣ дар ин ҳолат маъноро ифода мекунад.

Агар хоҳед, ки шарикатон шуморо одами сазовори боварӣ донад, шумо бояд ҳозир сазовори боварӣ бошед. Агар хоҳед, ки шарикӣ шумо шуморо мард ё зан аз Худо бинад, ба шумо лозим аст, ки аз ҳозир чунин бошед. Агар ҳамаи ҳодисаҳои ҳаёти шумо то ин вақт шуморо маҷбур накарда бошанд, ки нӯшиданро партоед, чӣ шуморо маҷбур месозад фикр кунед, ки дар оянда ягон мӯъҷиза метавонад инро кунад. Реализм дар муносибатҳо гум мешавад, вақте ки онҳо дар ваъдаҳо бунёд шаванд.

Ҳаракатҳои ислоҳ қардани одами дигар — ин боз як монеаи дигар барои баҳои ҳаққонӣ ба одами дӯстдошта мебошад. „Ман ба ин хотима мегузорам, ҳамин ки оиладор шудем!“ Ин ба мушкилоти ваъда монанд аст, ба истиснои он ки дар ин ҳолат як ҳамсар дигареро ба шакли муайян дароварданӣ мешавад. „Ба ӯ каме вақт даркор аст. Ман метавонам ўро тағйир диҳам, баъди он ки мо ҷо ба ҷо шавем“ Ақли солими оддӣ меғӯяд, ки вақт барои ҷобачошавӣ ва ислоҳшавӣ бояд ба ӯ то он вақте ки шумо суҳанони „Ҳа, ман розиам“-ро гуфтед, дода мешуд.

Шумо аз дида бисёртар мегиред

Боварӣ ҳосил кунед, ки шумо одамо барои он дӯст медоред, ки ӯ чӣ гуна одам аст, на барои он ки дар тасаввуроти шумо ё хоҳиши шумо

ин одам бояд чунон шавад. Ман ҳисоби одамонеро гум кардаам, ки ман ба онҳо маслиҳат додаам, ва онҳо фикр мекарданд, ки метавонад касонеро, ки бо онҳо хонадор шудаанд, ислоҳ намоянд. Ана ҷумлаи асосӣ, ки бояд дар хотир дошт: „Чӣ хеле ки дар давраи мучаррадӣ будед, ҳамон хел дар никоҳ мемонед, фақат дар дараҷаи баланд“. Дилхоҳ хусусиятҳои манфии ҳислат дар муносибатҳои зановшӯӣ авҷ мегиранд, зеро шумо худро чунин ҳис мекунед, ки гӯё ҳуқуқ доред ба худ аҳамият надихед — он одам худро ба шумо бахшидааст ва ба шумо дигар ҳоҷати ташвиш касидан нест, ки ўро метарсонед“.

Чуфте ки тез-тез муноқиша мекунанд ва қобилияти барҳам задани гуногунфикро надоранд, гумон аст, ки баъди тӯй хуб зиндагӣ кунанд.

„Касеро дигар қардан мумкин нест, — огоҳ мекунад д-р Герман Вайсс. — Шумо ўро наметавонед хушмуомила, кам менӯшидагӣ, камтар тамоку мекашидагӣ, навозанда кунед ва аз аллергияе ки аз гурбаи шумо дорад, табобат кунед. Шумо ба худ роҳ дода наметавонед, ки модари ў, муаллими ў ва ё терапевти ў бошед. Пеш аз ба муносибатҳо пайвастан худро аз назар гузаронед“.

Зан метавонад ба мард барои он ошиқ шавад, ки мехоҳад бовар кунад, ки ҳамаи он чи дар бораи ҳудаш мегӯяд, дурустанд. Масъала дар он аст, ки бисёрии мардҳо дар бораи задухӯрди хуб сухан мегӯянд, аммо чун ба ринг бароянд, наметавонанд ягон зарбае зананд. Муҳаббати комил таъриф намекунад ва ба таъриф бовар намекунад. Агар муҳаббати шумо комил бошад, аз барои якдигар шуда худро аҳмақ намекунед.

Дотти медонист, ки чӣ қор мекунад, вақте ки ба ман ба шавҳар мебаромад. Вай медонист, ки Худо маро ба хизмат, ба сифати лектор даъват намудааст ва ҳудашро бо он фиреб намедод, ки ҳаёташ чӣ гуна мешавад. Вай гуфт: „Вақте ки ман ҳудамро ба Ҷош бахшидам, ман худро ба ў пурра, ҳамчун ба одам пурра бахшидам — ман ҳудамро ба нотиқ бахшидам. Аз ин ҳақиқати сафарҳои бисёр бармеояд ва ин маънои онро дорад, ки мо наметавонем ҳамеша якҷоя бошем.“

Вақте ки мо дар бораи никоҳ фикр мекардем, ман бо масъалаи сафарҳо бархӯрдм. Ба ман лозим буд, ки ба ҷашмони ҳақиқат нигоҳ кунам ва онро дида бароям, пеш аз он ки онди ба шавҳар баромадан ба як қарори ақлона биёям.

Гоҳо одамон мегӯянд: «Магар ба шумо дахшатовар нест, ки шумо тез-тез аз ҳам ҷудодед? Шумо намехостед, ки ба ў камтар сафар қардан лозим ояд?» Баъзан ман ба чунин гуфтаҳо саҳт эътино мекунам, барои он ки Ҷош маро тарк намекунад. Ҳеҷ кас намедонад, ки дар дили ў чӣ

қадар қарорҳои сафар қардан ҷо қарда шудааст — ин тамоман қарори сабуқфикрона нест. Мо инро интиҳоб кардем.

Ман фикр мекунам, ки ман ба сафарҳои ӯ тан дода метавонам, барои он ки Худо маро пешаки ба ин тайёр кардааст. Ман ба шавҳар набаромада будам ва дар ташкилоти «Ҳаёти Нав» дар Донишгоҳи штати Техас кор мекардам ва бори аввал баромади Ҷошро шунидам. Ман пештар ҳеҷ гоҳ ӯро нашунида будам ва ба ман он чизе ки ӯ гуфт, таассуроти калон гузошт ва дар ёд дарам, ки дар ҳама ҷо онро такрор мекардам: «Нотиқи номдор мегӯяд...» (яке аз ҷумлаҳои дӯстдоштаи ман он буд: «Сулҳ — набудани муноқишаҳо нест, балки қобилияти ҳал қардани муноқишаҳост». Ман тез-тез аз он истифода мебардам).

Ба ман он хизмат ва он таъсире ки ӯ дар шаҳрчаи донишҷӯён зоҳир намуд, таассуроти калон гузошт, ҳарчанд ман тасаввуроти онро надоштам, ки баъди чанде ман ба ӯ ба шавҳар мебароям ва ӯ ҳатто намедонист, ки ман вучуд дарам.

Баъдтар, ҳангоме ки мо вохӯриҳо доштем, ба ман имконияти хуби бо ӯ ба Донишгоҳи штати Теннесси сафар қардан пайдо шуд. Ман тавонистам ба фаъолияти ӯ аз дигар нуктаи назар нигоҳ кунам ва бинам, ки чӣ хел ӯ ба донишҷӯён ва коркунон таъсир мерасонад. Ҳамин тавр ман ҳам дар тайёриаш барои рафтан ба шаҳрчаи донишҷӯён иштирок қардам ва вақте ки ӯ ба он ҷо рафт, бо ӯ будам. Ман дидам, ки чӣ қадар ҳаҷми қорхоро бояд иҷро кунад, то ки ба сафари лексионӣ барояд — тайёри, қорҳои хонагӣ, соатҳои дер... беҳолӣ, графикҳои аз ақл берун, ҳоб дар ҳар ҷойгаҳ ҳар шаб ва ғ. Ин ба ман тасаввуроти ҳаққониеро оиди хизмати вай дод, пеш аз он ки мо хонадор шавем.

Ман Ҷошро 100 фоиз дастгирӣ мекунам, барои он ки Худо ба ӯ маҳорати беҳамтое додааст, ки метавонад бо одамони тамоми дунё онро бо ҳам бушинад, ки онҳо чӣ хел метавонанд Исои Масеҳро шиносанд ва бо Ӯ дар ҳаёт якҷоя қадам ниҳанд.

Ман меҳоҳам гӯям, ки масъалаҳои сафарҳои зиёди Ҷошро ҳал қарда, ман ба ӯ аз ҳама нуктаи назар нигоҳ мекардам, то ки имконияти фаҳмидани ӯро дошта бошам. Ба ман лозим буд, ки ин вазъиятро дар асоси муҳаббати худ, он чизе ки ӯ мекунад, ва он чизе ки Худо маро водор месозад, баҳо диҳам. Ҳамин хел мо ин масъаларо дар аввали ҳаёти хонадориамон ҳал қардем. «Онро дар ҳамгашт напартофтем», то ки он дар муносибатҳои оилавии мо ҷои дардманд нағардад. Дар ҳақиқат ин баракате гардид, зеро мо ҳар ду оиди нақшагирӣ қор мекунем ва меҳнати Худоро мебинем“.

Муҳаббат кӯр нест

Яке яз монеаҳои кам пайҳасшаванда дар роҳи ба муносибатҳо баҳои реалистона додан мақоли умумӣ қабулшудани „муҳаббат кӯр аст“ мебошад. Ин муносибат дар ҷумлаҳои ба ин монанд зоҳир мешавад: „Гӯш кун, ту охир ўро дӯст медорӣ, рост нест? Дар бораи чизҳои боқимонда ғам нахӯр“ ё „Биё, зан гир; ҳамааш тахт мешавад. Ҳамеша ҳамин тавр мешавад!“ Статистикаи талоқҳо нишон медиҳад, ки дар зиёда аз нيمي ҳолатҳо ягон чиз тахт намешавад ва аҳамият надодани бомақсад ба сарчашмаҳои потенциалии муноқишаҳо — роҳ ба сӯи садама мебошад.

Баъзе одамон ҳазл мекунанд, ки никоҳ — ин „ҷаҳиш ба торикӣ дар рӯшноии моҳ аст“. Дигарон мегӯянд, ки мумкин аст „аз нигоҳи аввал ошиқ шавӣ“. Иҷозат диҳед, ба шумо таклифе пешниҳод кунам, ки аввал бо диққат аз назар гузаронда, баъд ҷаҳед. Тез-тез каси дӯстдоранда дар орзуҳо ва идеалҳои худ ҷунон мепечад, ки одами дӯст медошташ на одами ҳақиқӣ, балки фақат маҷмӯи хоҳишҳои шахси дӯстдор мешавад. Муҳаббати кӯр метавонад норасоииҳои дигареро то якҷанд вақт аҳамият надихад, вале ин дурудароз давом карда наметавонад.

Агар ишқи шумо кӯр бошад, шумо, албатта, дер ё зуд пешпо меҳӯред. Агар шумо одамо пурра дӯст доред, худро фиреб намедихед. Муҳаббати комил ҳамаи ҷиҳатҳои шахсиятро, ҷӣ аз ҷиҳати мусбат ва ҷӣ аз ҷиҳати манфӣ, меҷӯяд ва тадқиқ мекунад ва фаҳмиши онро ифода мекунад, ки шумо метавонед ин одамо ҳам дар хурсандӣ ва ҳам дар мусибат дӯст доред.

Ман розиам, ки шамъҳо ва бўсаҳо вучуд доранд, аммо боз ҷомашӯй, магазинравӣ ва ду касе низ ҳастанд, ки пагоҳиҳо аз як ванна истифода бурданианд. Сайругаштҳои романтикии дурудароз ва мӯйҳое вучуд доранд, ки бо ангуштон шона мекунанд, вале боз ожангҳо ва рихинакҳо ҳам ҳаст. Муҳаббат вақте кӯр аст, ки мо одами дигарро нисбат ба шахсияти пурра ба андозаи камтар мебинем ва қабул мекунем.

Зане гуфт, ки қабули ҳаққонии мард онро мефаҳмонад, ки мардро имрӯз ҷӣ тавре ки аст, ҳамоно тавр дӯст доштан, на он ки шумо меҳостед пагоҳ ўро бо ёрии худ бубинед. Ин, албатта, онро намефаҳмонад, ки ў ба норасоииҳои шавҳари худ кӯр аст; ин фақат онро мефаҳмонад, ки ў онҳоро қабул мекунад. „Ҳаққи гапро гӯям, ман ўро ҳеҷ гоҳ тағйир намедодам, — менависад ў. — Ман ба ў истеъдоди муомиларо медодам, агар метавонистам. Ў ҳамоно қадар якрав аст, ки ман ба муваффақияти ў дар сиёсат бовар карда наметавонам. Ў аниқ — «чизеро, ки мебинед, ҳамоно чизест, ки мегиред» аст“.

Никоҳ — ду фарди нокомил мебошад, ки дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ якҷоя шудаанд. Муҳаббати баркамол — вафодории бешарт ба одами нокомил мебошад.

Муболиғае, ки натиҷааш шикасти ногузир аст

Ф. Кокс дар китоби худ „Роҳҳои амеркоии муҳаббат“ менависад:

„Мо тез-тез тасаввуротҳоямонро ба одами дигар акс мекунонем, ва хусусиятҳои ҳислатеро, ки ба сифатҳои меҳостаамон мувофиқанд, муболиға мекунем, ва ҷашмонамонро ба чизи намехостаамон мепӯшем. Яъне мо одами дигарро ба қаҳрамони ҳаёли табдил медиҳем, то ки ӯ ба тасаввуротҳои шахсии мо дар бораи шарикӣ никоҳии ҳаёли мувофиқат кунад. Дар асл, мо аксаран ба ақидаҳои ҳаёлии худ, на ба одами ҳақиқӣ ошиқ мешавем.

Онҳое ки ҳамин тавр «ошиқ мешаванд», вақте ки шахсияти ҳақиқии одами баргузидашон ошкор шудан мегирад, аз маъюсӣ ғам меҳӯранд. Ба ҷои он ки бо хурсандӣ ва шавқу завқ ба истиқболи ин шахсияти ошкоршудаистода раванд, шариконе ки идеалҳои ҳаёлиро тарафдоранд, метавонанд ҳақиқатро ба ғоидаи тимсолҳои якхелаи худ инкор кунанд. Онҳо метавонанд аз сари нав ба ҷустуҷӯи объекти муносиб барои муҳаббати худ сар кунанд ва шарикӣ ҳақиқии вучуддоштаи худро ҷун нолоиқ ё тағйирёфта рад кунанд“.

Қадамҳои дурандешона

Ҳарчанд монеаҳо дар роҳи баҳодиҳии дурандешона ба муносибатҳои зиёданд, шумо метавонед онҳоро бартараф кунед. Қадамҳои аниқро гузошта, шумо метавонед мақоми муносибатҳои байниҳамдигарӣ ва фаҳмишатонро дар бораи одами дигар беҳтар муайян кунед.

Яке аз қадамҳо — ба худ додани якчанд саволҳои саҳт ва рӯйрош мебошад: Барои ҷӣ ман ба ӯ хонадор шудан меҳоям? Оё ман инро ба хоҳири пул, ҳисси боварӣ, мартаба, ё дигар сабабҳои ба ҳамин монанд мекунам? Оё ин гурехтан нест? Ё фикр мекунам, ки ин масъалаҳои ҳалталаби маро ҳал мекунад? Ман бо ин одам ҷӣ тавр муносибат мекардам, агар ягон ҳодисае шавад ӯ дигар бой ё зебо буда натавонад?

Оё шумо муошират мекунад? Оё шумо фаъолияти фикрии якдигарро ҳавасманд мегардонед? Ё яке аз шумо дигареро аз ҷиҳати ақлӣ дилгиркунанда меҳисобад? Оё шавқу завқ ва мақсадҳои асосии умумӣ

доред? Оё шумо дар ҳаёти рӯхонии худ дар як мавҷ чӯр хастед? Оё ба шумо рафиқони шариконатон маъқуланд? (Ин дар бораи бисёр чизҳо мегӯяд.) Ақидаҳои шумо дар бораи кӯдакон, маблағ, хешу ақрабо дар ҳақиқат то чӣ дараҷа бо ҳам рост меоянд?

Норасоихо ё сустихоӣ ӯ чӣ гунаанд? Аз он шумо чӣ? Дар ӯ чӣ чиз ба шумо маъқул нест? Барои чӣ? Ба фикри шумо чӣ чиз дар шумо ба ӯ маъқул нест? Ва барои чӣ?

Хуб аст, агар шумо бо ин одам тамоми ҳаёти боқимондаи худро гузарониданӣ шуда, ин фикрро аз сар гузаронида, фароҳ табассум мекардед. Агар шумо ба қабули ин одам, ҳамин тавр, чуноне ки ҳаст, тайёр набошед, пас марҳамат карда, вазъияти худро як бори дигар аз назар гузаронед. Шумо бояд маҳорати қабул кардани дигар одамро чун шахсияти ҳақиқӣ, яқоя бо норасогиҳояш, дошта бошед ва қудрат дошта бошед, ки гуногунфигуриятро тақводорона ва ба таври меҳрубона ҳал кунед.

Муҳаббати баркамол ва дурандешона мефаҳмад, ки шарикон дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ дар соҳаҳои бисёр ақидаҳои гуногун доранд ва одамро барои он дӯст медоранд, ки ӯ кӣ аст, на барои он ки ӯ чӣ пешниҳод карда метавонад.

Умедвориҳои худро донед

Қадами дигар — бо ҳам дидани умедвориҳои нисбати якдигар ва никоҳ аст. Ин шуморо аз оқибатҳои нохуши никоҳи бо умедвориҳои бемулоҳиза ва тасаввуротҳои нодуруст дар бораи каси дигар мухофизат мекунад. Дар бораи якдигар ҳар чӣ бисёртар дониста гиред, то ки муносибатҳои шумо асоси мустаҳкам дошта бошад.

Маслиҳатдеҳ оиди масъалаҳои никоҳ ва нависанда д-р Х. Норман Райт дар муҳокимаи умедвориҳои никоҳ аҳамияти самимиятро шарҳ медиҳад:

„Ҳар як фард ба никоҳ бо маҷмӯи умедвориҳои аниқ ва ниҳонӣ дар хусуси никоҳ ва рафтори шарик ва вазифаҳои худро иҷро кардани вай дохил мешавад. Ба дараҷаи мустаҳкамшавии никоҳ баъзеи онҳо ошкор мешаванд, баъзеи дигарашон ниҳон мемонанд. Вақте ки ҳамаи ин умедвориҳо кушода мешаванд, баҳо дода мешаванд ва муҳокима карда мешаванд, хушоҳангӣ дар никоҳ меафзояд. «Ва мисли дарахте хоҳад буд, ки назди ҷӯйҳои об шинонда шудааст ва меваи худро дар мавсимаш

медиҳад, ва баргаш пажмурда намешавад, ва ҳар чи мекунад, барор хоҳад ёфт» (Забур 1:3)“.

Баёни орзу ва умедворӣ — дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ бисёр амалияи фиоданок аст, чунки ин ба ҳар як шарик имконият медиҳад, ки худро дар асоси хоҳишҳои дигарон дуруст баҳо диҳад ва бинад, ки оё ҳар кас қодир аст, то эҳтиёҷотиҳои шахси дигарро қонеъ гардонда тавонад. Муошират инчунин ба аёншавии соҳаҳои муноқишаҳои имконпазир имконият медиҳад, то ки нуқтаи назари одами дигарро ба муноқиша фаҳмад. Дар айнӣ замон ҷуфти зану шавҳар соҳаҳои мутобиқ будан ва манфиатҳои умумиро дармеёбанд, ки ҳеҷ гоҳ пеш аз ин муҳокима нашуда буданд.

Зане тасвир кардааст, ки чӣ тавр мубодилаи умедвориҳо бо шавҳаршаванда сабаби ошкоршавии соҳаи сарчашмаи муноқишаҳо гашт. „Аксаран мувофиқшавии тарафайн ба он дахл дорад, ки чӣ тавр хубтар муошират кунанд ва якдигарро фаҳманд, зеро ҳар маротибае ки сухан дар бораи ду каси хонадор мешудагӣ равад, шумо бо ду ҷинс (албатта), оилаҳои гуногун, таҷрибаҳои маданияи гуногун ва ғ. сарукор хоҳед дошт. Ва ногаҳон шумо бояд ҳамаи инро якҷоя созед ва шумо ошкор месозед, ки шумо дар ҳамаи масъалаҳо нуқтаи назари гуногун доред. Вале ман, ба фикрам, мунтазир набудам, ки мо чунин нуқтаҳои назари гуногун хоҳем дошт.“

Бо кадом як сабабе ман гумон мекардам, ки ҳамин ки мо хонадор шудем, мӯъҷизае рӯй медиҳад ва мо ҳамеша бо якдигар ҳамфикр мешавем. Гуфтугӯи пешаки дар бораи умедҳои мо ба мо бисёр чизҳоро нишон дод. Ин аввали фаҳмиши ман дар бораи он буд, ки мо на ҳама вақт ҳамфикр хоҳем буд, вале, ба фикрам, маро он чӣ ба ҳайрат овард, ки умедҳои мо то чӣ андоза дар ҳақиқат гуногун буданд. Ва ҳамин чизҳоро доништан зарур аст“.

Маслиҳати дурушт

Бред ва Марчи, чун дигар ҷуфтҳои ба муқобили гуногунии худ ва асабонияти пеш аз никоҳ муборизабаранда, ба назди ман барои маслиҳат омаданд. Ман ба онҳо гуфтам: „Ман боварӣ надорам, ки шумо бояд хонадор шавед. Ин қарорро бояд ҳар дуи шумо қабул намоед. Аммо иҷозат диҳед ба шумо, ба қадри он ки муҳаббат ва муносибатҳоятонро баҳо медихед, ба ҳама шубҳа ва тарсу ҳароси ин соҳа рӯйрост ва бовиҷдонона назар карданро пешниҳод намоям. Фаҳмед, ки ҳамаи ин хавфҳо метавонанд асос надошта бошанд,

аммо онҳоро бе аҳамият намонед. Ҳиссиёти нодурусти бади худро дида баромада, шумо ё муносибатҳои худро мустаҳкам менамод ё дармеебед, ки шумо ба якдигар мувофиқ нестед.

Дуюм, ман мехоҳам арзиши никоҳро барои он шахсе ки «ҳамон одам»-ро ёфтааст, таъкид намоям! Никоҳ — баракати мӯъҷизасоест, аммо ба он набояд бо шубҳаҳо даромад. Доштани баъзе хавфи ўҳдадорихо дар никоҳ пурра табиист, ва агар ин ҳиссиётҳои шумо — чизе зиёдтар аз муборизаҳои пешазникоҳӣ бошад, худи ҳоло оиладор нашавед, каме сабр кунед.

Бадтарин коре ки шумо метавонед кунед — ба назар нагирифтани ҳисси нобоварӣ ё чунин вонамуд кардан аст, ки чизе нашудааст. Ман бисёр касонро дидаам, ки азоб кашидаанд, чунки ба никоҳ гумону шубҳахоро бартараф накарда, дохил шудаанд. Ман ҳамчунон дидаам, ки Худо никоҳҳои ба тамои вайроншударо, ки дуруст кардани он ғайриимкон буд, начот додааст. Масъала дар сари он аст, ки бисёрии одамон намехоҳанд аз талаботҳои худ даст кашанд ва ба Худо иҷозат диҳанд, ки аз болои ҳаёти онҳо кор кунад.

Ман аз барои Дотти ва он муносибатҳое ки мо дорем, Худоро шукр мегӯям, аммо ман медонам, ки барои ду одаме ки ба якдигар рост намеоянд, никоҳ метавонад фоҷиа бошад“.

Аз гузаргоҳи танги рӯҳонӣ дурӣ ҷӯед

Муҳаббати ҳақиқӣ — чашми кушода ва ҳақиқатнигор дорад. Мутаассифона, бисёр ҷуфтҳо ҳаракат мекунамд, ки муносибатҳояшонро аз ҳад зиёд рӯҳонӣ (маънаӣ) созанд, то ки шубҳаҳои худро рӯпӯш намоянд. Кӯчонидани зада ба ҷиҳати маънавии муносибатҳо дар ҳолати кӯшиши ба назар нагирифтани мушкилиҳои ҳаррӯза — гузаргоҳи танг аст.

Пеш аз он ки ба шарикӣ ояндаатон бо умедвориҳоятон наздик шавед, шумо бояд донед, ки онҳо чӣ гунаанд. Тарзи беҳтарини фаҳмиши тафаккури шахсии худ — ҳамаашро навиштан аст. Умедвориҳои худро нисбати худ, никоҳи худ, ҳамсари ояндаатон ва ҳамаи боқимонда чизе ки дар фикратон меояд, навишта гиред. Вақте ҳар кадоме аз шумо инро мекунад, шумо метавонед дар як ҷо ҷамъ шуда, чизҳои ногаҳониро интизор шавед. Ин имконияти донишмандон аст, ки дар ҳақиқат шахси дигар аз ҳаёт ҷӣ мехоҳад, ва оё шумо ҳар ду ба як роҳ рафта истодаед ё не. Ҳар қадаре ки ҳоло шумо ба ин одам дурандешона назар мекунад, бунёди шумо дар ҳолати оиладор шуданатон ҳамон қадар мустаҳкам мегардад.

Саволҳо барои андеша

- Монеаҳо барои муҳаббати ҳақиқатбинона чӣ гунаанд?
- Дар ҳаёти шумо чӣ гуна муҳаббат вучуд дорад?
- Оиди умедвориҳои худ шумо бояд ба худ чӣ хел саволҳои қатъӣ диҳед?

Маро ҳамеша он чиз ҳайрон мекунад, ки одамон дар назди ҳама дар бораи ҳамсарашон мегӯянд. Ин маро водор мекунад, то андеша намоям, ки онҳо дар танҳой ба якдигар чӣ мегуфта бошанд? Дар ҳозирии завҷаи худ як мард ба ман гуфт: „Иҷозат диҳед ба шумо гӯям, ки дар олам кам касоне ҳастанд, ки чун зани ман сухан гӯянд, аммо армия ба ин наздиктар аст“. Ва эҳтимол шумо аз шунидани ҷумлаи классикии „Ғам маҳӯр, азизам, дар ошхона аз ин бадтар меҳӯронанд“, — абрӯ чин карда бошед, вақте ки шумо дар меҳмонӣ бошед ва хӯрок мувофиқи табъ наомада бошад.

Муҳаббати ҳақиқӣ чунин эрод намегирад. Муҳаббати комил дар муносибати эҳтиёткорона зоҳир мегардад, ва агар танбеҳ гуфта шуда бошад ҳам, муҳаббати комил тавба карда, узрҳои мекунад.

Агар муҳаббати шумо комил бошад, шумо дар мадди аввал дар бораи шахси дигар фикр мекунед ва ҳаракат мекунед, ки он одамо дар назди одамон ва дар танҳой муҳофизат кунад. Вақте ки хушбахтӣ, беҳатарӣ ва тараққиёти одами дигар барои шумо аз худатон дида муҳимтар гардад, шумо меҷӯед ӯро аз ҳама зарарҳо муҳофизат намоед.

Як зан нақл кард, ки шавҳар дар назди умум ба таҳқиркунии ӯ сар кард: „Ман танҳо ҳазл мекунам — мегӯяд мард, — наҳод ту инро тоқат карда натавонӣ?“

„Ман ҳайратзада, таҳқируда ва пастзада шуда будам“ — иқро шуд зан.

Шуморо бовар мекунонам, ки беҳтараш дар хонаи ман дар ҳузури занам маро ҳаҷв накунед. Вай маро дӯст медорад ва хеле маро муҳофизат мекунад. Ӯ шуморо дар ҷоятон мемонад.

Баъди баромад дар як калосо дар Аляска, як беэтиборкунандаи ҳамонҷои асосҳо ба пеш баромад ва ба сарам борони айбдоркуниҳоро рехт. Ман ором мондам, дар ҳоле ки зани ман хост чатри дар пешаш бударо гирад ва ӯро аз дар ронад. Вай ба ёд меорад, ки ӯ чунон дар қаҳр шуда буд, ки лозим омад ду одам ӯро нигоҳ дорад. Норман Райт хирадмандона қайд кардааст, ки „Никоҳ ба тегҳои қайчӣ монанд аст, ки онҳо бо ҳам тавре васл карда шудаанд, ки онҳоро ҷудо кардан

номумкин аст; тез-тез онҳо ба тарафҳои муқобил ҳаракат мекунанд, аммо ҳамеша касеро, ки дар байн дарояд, чазо медиҳанд“.

Ба муҳофизат бархостан

Ман ҳам Доттиро бо тарзи хеле амалии дигар муҳофизат мекунам. Ман ўро аз фарзандон, вақте ки онҳо нисбати ў беҳурматӣ мекунанд, муҳофизат мекунам. Чанде пеш Дотти баён кард: „Ў ҳамеша обрӯи маро дар байни фарзандон мустаҳкам мегардонад ва ба онҳо мегӯяд, ки онҳо чӣ хел модари хуб доранд. Ба ман даркор аст дастгирии ўро дар машғулиятҳои ки ман бо бачаҳо мегузаронам ва дар он чизҳои ки ман ҳаракати ба онҳо омӯختанро мекунам, шунавам ва ҳис кунам. Махсусан Қош тарафдори ман буданаш ва дӯст доштанашро бо он дар амал нишон медиҳад, ки ҳамеша вақте ки ягон касе аз фарзандон нисбати ман ягон беҳурматие зоҳир кунад, ў ба ёрии ман мерасад.

Вақте ки мо нав хонадор шуда будем, ман китоберо хондам, ки чӣ тавр падар модарро аз фарзандон муҳофизат мекунад. Ман фикр карда мондам, ки дар ин ҷо дар бораи чӣ гуфта шудааст. Ин барои ман сухани беҳуда буд. Вале баъди гузаштани солҳо, вақте ки яке аз фарзандон ба ман дурушті кард, Қош ҳамон лаҳза омада гуфт: «Ту бо ин тарз бо модари худ гап заданро таҷриба карда метавонӣ, вале ман бори дигар нашунавам, ки ту бо зани ман чунин гап занӣ!» Фарзандон фаҳмиданд ва ин бори дигар тақрор нашуд.

Дар он лаҳза Қош маро аз хомии кӯдакона ва гуноҳкоркунӣ муҳофизат кард — ва ин чизи хеле хуб аст, ки падар барои модар карда метавонад: ў занро аз кӯдаки дар ҳамон лаҳза гапногир муҳофизат мекунад. Ин — барои модар хуб аст, зеро ў медонад, ки шавҳараш ўро дастгирӣ мекунад; ин ғоидаи кӯдак аст, зеро ў медонад, ки ҳар ду волидон яққоянд“.

Нависанда Гаролд Ч. Сала маслиҳати хубе дар мақолаи худ „20 аҳком барои никоҳи хушбахтона“ менависад: „Ту набояд ба ягон кас имконият диҳӣ, ки зани туро дар ҳузурат ҳаҷв кунад ва дар айни ҳол бечазо монад“. Муҳофизат кардани шарикатон маънои онро надорад, ки шумо ба норасоӣҳо ва хомииҳои дӯстдоштаи худ чашм мепӯшед. Ин маънои муҳофизати ҳамсаратонро, чӣ аз таҳқири даҳонӣ ва чӣ аз таҳқири ҷисмонӣ дар назар дорад.

Вақте шумо медонед, ки дӯстдоштаатон шуморо муҳофизат мекунад ва барои дастгириятон меояд, шумо зиёдтар боваринок ва ошкоро, ҳамдамтар ва ғамхортар мегардед.

Саволҳо барои андеша

- Муносибати эҳтиёткорона бо одами дӯстдошта чӣ маъно дорад?
- Касеро, ки дӯст медоред, аз чӣ муҳофизат карда метавонед?
- Натиҷаи мусбати зоҳир намудани муносибатҳои эҳтиёткорона чӣ гуна аст?

Шавхареро, ки худро ба баскетбол бахшида буд ва дӯстони ӯро дар хотир доред? Дар бораи рафтори ӯ чӣ фикр кардед? Ман боварӣ дорам, ки шумо ҳам чун ман ба ғазаб омада будед, зеро муҳаббати баркамол ҷавобгариро ба ӯҳда мегирад.

Муҳаббати ҳақиқӣ тайёрии ба ӯҳдаи худ гирифтани ҷавобгарӣ ба оила, маблағ, саломатӣ, кӯдаконро зоҳир карда, ҳамеша ба ғамхории ҳаққонӣ дар бораи одами дигар мегузарад. Агар шумо ҳисоб кунед, ки шарикатон дар муносибатҳои байниҳамдигариятон аз ҷавобгарӣ даст мекашад, шумо ба ин одам пурра боварӣ карда наметавонед.

Ва, баръакс, агар шумо донед, ки шарикатон ҳақиқатан ба ӯҳдаи худ ҷавобгариро барои муҳаббати шумо мегирад, шумо ҳақиқатан барои он озод мегардед, ки ин одамро бо фидокорӣ дӯст доред. Ин боздеҳии пурра ба одами дигар дар муносибатҳои баланди ишқӣ, зановашварӣ ва муносибатҳои ҷинсӣ он аст, ки Худо барои ҳаловати мо офаридааст. Вале, агар яке ё ҳар дуи шарикон бемаъсулият бошанд, он дастнорас мебошад.

Ҳамсарон Ли дар китоби „Ҷуфти баркамол“ менависанд:

„Дар асри «ичрои корҳои шахсии худ» ҷавобгарӣ қариб алфози қабех гаштааст. Дар ҳар сари қадам ба мо мегӯянд, ки худро гунаҳкор ҳисобидан даркор нест, вақте ки мо барои ғойдаи калон ҷавобгариро аз сар соқит мекунем. Чӣ тавр беҳиссиётӣ! Ҳақиқат аз он иборат аст, ки дилхоҳ каси аз ҳамаи ҷавобгариро даст қашида ва дар бораи дигарон ғамхорӣ намекардагӣ барои дигаргуниҳои ночор худро гунаҳкор ҳис мекунад... гуноҳ набояд ба мо дар ҳаёти шахсиямон ҳалал расонад, вай ба мо бояд дар бе эҳтиётот нохуш кардани ҳаёти дигарон монеъ шавад“.

Шаҳват ва ҷавобгарӣ

Агар шарикатон ягон ҳел ҷавобгариро ба ӯҳда нагирад, шумо ҳамеша дар муносибатҳои эҳтиёткор мешавед ва ҳеҷ гоҳ ба ӯ пурра боварӣ намекунед. Имрӯзҳо бисёриҳо шаҳвати бе ҷавобгарӣ ва наздикии бе

ӯҳдадори меҳоханд. Ва ҳеҷ ҷои аҷоибаш нест, ки ин одамон дар ҳаёти чинӣ худро ҳолӣ ва ғоратшуда ҳис мекунанд. Шаҳват барои он офарида шуда буд, ки дар матни вафодорӣ ва ҷавобгарӣ ифода ёбад.

Д-р Бетти Хэмбург, тадқиқотчи-рӯҳшинос дар донишқадаи миллии саломатии рӯҳӣ дар бораи ҷавонӣ мегӯяд: „Мо барои наврасон гузашти вақтро бефоида тез кунондем. Мо ба онҳо дар бораи тухмираҳа ва шахвати беҳавф нақл мекунем, вале дар бораи маъноӣ муносибатҳои байниҳамдигарӣ ва ҷавобгарӣ нисбат ба дигарон хеле кам мегӯем“.

Д-р Уолтер Тробиш дар китоби „Ман духтареро дӯст медоштам“ нишон медиҳад: „Муҳаббати ҳақиқӣ ҷавобгарӣ дар назди якдигар ва якҷоя — дар назди Худоро дар бар мегирад. Дар ҷое ки муҳаббат бошад, дигар «ман» нею «ту» мегӯянд; «Ман барои ту ҷавобгар ҳастам. Ту барои ман ҷавобгар ҳастӣ». Ҳамин тавр, вақте ки шумо якҷоя дар назди Худо меистед, шумо на «ту ва ман», балки «мо» мегӯед“.

Бе ҷавобгарӣ иттифоқи зановарӣ — ҳамту ду шахсияти бениҳоят худпараст ба муносибатҳои бениҳоят худпарастона дохил мешаванд. Муҳаббати баркамол муносибатҳои дилпурӣ ва ҷавобгариро дар назар дорад. „Қорҳои ба анҷом нарасонда, ваъдаҳои иҷронашуда ва мақсадҳои хуби дар амал татбиқ нашуда, — менависад Стросс, — инҳо намунаҳои шахси дилпур набудан аст.“

Одаме, ки ба камол нарасидааст, вазифахӯеро, ки барои онҳо ҷавобгар аст, бо хурсандӣ иҷро карда наметавонад. Ӯ ғур-ғур мекунад ва шикоят мекунад, чунки ҳаёт дилгир ва беҳаракат аст. Модарони қор мекардагӣ дар бораи бо қори хона машғул шудан орзу мекунанд. Мардҳо аз як қор ба қори дигар гузашта, қарорҳои саросемаю ногаҳонӣ қабул мекунанд ва ба занҳо эътибор намедиханд. Баъзе мардҳо хушмуомилагии оддиро аз мадди назар дур месозанд, ки ба хона занг зада, завҷаҳояшонро огоҳ намоянд, ки дар вақти муайяншуда ба хона омада наметавонанд. Самараи Рӯҳ боварӣ аст, ки маъноӣ вафодорӣ ва дилпуриро дорад. Мо бояд худро ба ихтиёри Рӯҳ гузорем ва дар вафодорӣ инкишоф ёбем“.

Саволҳо барои андеша:

- Агар ҳисси ҷавобгарӣ набошад, дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ чӣ рӯй медиҳад?
- Вақте ки ҳар ду шарикон ҷавобгариро ҳам барои худ ва ҳам барои муносибатҳо ба ӯҳда мегиранд, чӣ ҳодиса рӯй медиҳад?

Шумо дар қасами никоҳиатон кадом ўҳдадорихоро дохил кардаед. Оё шумо калимаҳои „то даме ки марг маро чудо накунад“-ро дохил кардед? Агар ҳа, пас шумо дар тарафи ақаллият мебошед. Имрӯзҳо калимаи „вафодорӣ“ дар ҳар як кунҷ садо намедихад.

Аз афташ маданияти „ҳасу хошоқӣ“-и мо принципи ҷавобгариро аз муносибатҳо бароварда партофтани аст. Д-р Роберт Тейлор, муаллифи китоби „Чуфти зану шавҳарон: санъати якҷоя будан“, гуфта буд: „Мо ҳозир дар давраи якмаротибагӣ зиндагӣ мекунем: як маротиба истифода бурдӣ — парто. Дар давоми даҳсолаи охир ҳиссиёте пайдо шудааст, ки муносибатҳо низ ҳамон қадар якмаротибагӣ шудаанд“. Бо вучуди ин нишонаи фарқкунандаи муҳаббати баркамол — ҷавобгарӣ мебошад.

Ман ба чунин эътиқод омадам, ки бисёрии чуфтҳо ҳанӯз то никоҳ ба шикаст дучор мешаванд. Онҳо ба никоҳ бо чунин муносибатҳо меоянд: „Агар ҳеҷ чиз ҳосил нашавад ё агар мушкilot ба миён ояд, мо ҳамту аз ин халос мешавем“. Назари рӯякӣ ба ўҳдадорихо аз ҳама беҳтар дар чунин ҷумлаҳо тавсиф карда мешавад: „Аз ҷашм дур — аз дил берун“ ва „Агар ту на бо он касе ҳастӣ, ки дӯст медорӣ, он касеро дӯст дор, ки ҳозир бо ӯ ҳастӣ“. Дар муносибатҳои ҳақиқии масеҳии зановуӣ, ҷинсӣ ва ишқӣ ба чунин нуқтаи назари ниҳоят худпарастона ҷой нест. Муҳаббати баркамол меғӯяд: „Агар ман ба он касе ки дӯст медорам, буда наметавонам, ман сабр хоҳам кард“.

Ба саволи „Оё шумо чунин фикр мекунед, ки ҷамъияти чунин номидашавандаи «Ман» ба шумораи зиёди никоҳҳои вайроншаванда бурда мерасонад?“, д-р Роберт Тейлор ҷавоб дода гуфт: „Ҳа, ман фикр мекунам, ки философияи «Ман» ҳиссаи худро дар ғоизи баланди ҷудошавиҳо, ки имрӯз ба ҳисоб гирифта мешавад, мегузорад. Масъала аз принципи тарбияи кӯдакон, ки аз миёнаи солҳои 40-ум то миёнаи солҳои 60-ум истифода мешуд, ибтидо мегирад. Ин даврае буд, ки ҳама чиз руҳсат дода шуда буд, вақте ки хоҳишҳо эҳтиёҷот гашта буд ва ба падару модарон муяссар намешуд, ки фарзандони

худо омӯзонанд, ки аз ӯҳдаи ҳиссиёти қонеънашуда бароянд. Ба падару модарон тарбия қардани ҳисси ҷавобгарӣ дар муносибатҳо ва дар муносибат бо дигарон муяссар намешуд. Бисёрии ин гурӯҳ ҳозир одамони калонсоланд, ки солҳои аввали хонадориро аз сар гузаронида истодаанд, вақте ки онҳо ба хатари ҷудой бештар рӯ ба рӯ мешаванд“.

Тарафи дигари медал

Боиси ҳайрат нест, ки худфидокунӣ ҳам монанди вафодорӣ чунин замонаҳои душворро аз сар мегузаронад. Бо вучуди ин, бе худфидокунӣ вафодорӣ бемазмун мебуд. Мо медонем, ки шарикамон ба мо вафодор аст, ҳангоме ки ӯ барои мо ба худфидокунӣ тайёр аст, на фақат бо он чи мегӯяд, балки бо он чи мекунад. Агар шумо боварӣ надоред, ки шарикатон ба шумо вафодор аст ва барои шумо ба фидокорӣ тайёр аст, шумо ба ӯ, ҷӣ тавре ки Худо инро нишон додааст, бовар қарда наметавонед. Шумо ботаҳаммул хоҳед буд. Дар натиҷа, шумо аз наздикӣ ва ягонагӣ дар муносибатҳои ки барои хурсандии шумо барпо қарда шудааст, маҳрум хоҳед шуд.

Ҳолати бартаридоштаи „ман аз болои муносибатҳо меҳнат мекунам. фақат, агар дар онҳо барои ман ягон чиз бошад“ тамоман вайронкунанда аст. Ба ҷои ҳангоми саршавии тӯфон аз кишти ҷастан, муҳаббати баркамол ба ҳал қардани масъалаҳо кӯшиш мекунад. Тадқиқотҳо нишон медиҳанд, ки вафодорӣ ба ҷуфти зану шавҳар барои ҳалли бомуваффақияти мушкилот ва муноқишаҳо зарур аст; вақте ки зану шавҳар бо якдигар вафодорӣ зоҳир мекунад, ҷозибии байниҳамдигарӣ зиёд мешавад — қабули шарик дигар мешавад ва ин одамон якдигарро зиёдтар дӯст медоранд.

Яке аз чунин тадқиқотҳо исбот мекунад, ки вафодорӣ зиёдшаванда ва тайёри ба худфидокунӣ ва қор оиди муносибатҳо калиди никоҳҳои мустаҳкам ва хушбахтона мебошад. Д-р Чарлз Суиндолл, барандаи радиопрограмаи машҳури „Назари бодикҷат ба ҳаёт“ ва зани ӯ Синтия мегӯянд: „Мо тез-тез ба ягон ҷои хилвату бароҳат танҳо меравем. Дар он ҷо мо ба якдигар нигариста, бо овози баланд ваъдаи вафодорӣ худро эълон мекунем. Мо фаҳмонда наметавонем, ки қай ва барои ҷӣ ин қор меояд, вале дар ин бо овози баланд гуфтани ақидаҳои ба ин монанд қадом як қизи оромкунандае ҳаст. Вақте ки гуфтаҳои лабони моро (дар ҳақиқат дилҳои мо) гӯшҳои мо мешунаванд, вафодорӣ мо боз як бор тасдиқ қарда мешавад“.

Ба наздикӣ ман зарурати бо овози баланд ба занам гуфтани вафодории худро ҳис кардам. Ман гуфтам, ки агар ҳамаашро аз нав сар кардан лозим мешуд, ман ягон лаҳза нақалавида ӯро интиҳоб мекардам. Вақте ки шарикатон медонад, ки шумо ба муносибатҳои ӯ чунин вафодор ҳастед, дар ӯ ҳисси бузурги боварӣ ва наздикӣ пайдо мешавад.

Барои чӣ дар ҳалли масъалаҳо вафодор будан зарур аст, ба ҷои он ки ҳамту онро сарфи назар дошт? Ч. Суиндолл сабабҳои зеринро номбар мекунад:

1. Инро ҳамеша Каломи Худо мефармояд.
2. Сабзиши одам дар Масеҳ мустаҳкам мегардад.
3. Шаҳодати Масеҳ дар назди одамон пурқувват мешавад.
4. Мубориза бо қувваҳои душманона дигаргуниҳоро металабад. Аз ҳалли масъалаҳо дури ҷустан онро мефаҳмонад, ки мо ҳамон масъалаҳоро ба муносибатҳои оянда мебарем.
5. Кӯдакон дар оилаҳои мустаҳкам ва баробарҳуқуқ худро беҳатар ҳис мекунанд. Онҳо ҳам аз душвориҳои гурехтанро меомӯзанд, агар волидон чунин кунанд, ё душвориҳоро ҳал мекунанд, агар волидон чунин намуна шуда бошанд.

Бигзор дар ин ҷо ба шубҳаҳо ҷой набошад; муҳаббати баркамол бо вафодорие ки ба қурбонӣ тайёр аст, тавсиф карда мешавад.

Саволҳои барои андеша:

- Шумо вафодории худро нисбат ба одаме ки дӯст медоред, чӣ тавр нишон медиҳед?
- Вақте ки вафодорӣ зоҳир шуд, ба муносибатҳои чӣ рӯй медиҳад?
- Барои чӣ дар ҳалли масъалаҳо собитқадам будан зарур аст?

Мухаббат беҳаракат нест. Мухаббати дар муносибатҳои занозӯй ва чинсӣ вучуддошта ё инкишоф меёбад, ё маълул мешавад. Ва муҳаббати баркамол нумӯ меёбад.

Вақте ки мо нав хонадор шуда будем, ба ман муяссар шуд, ки дар мавзӯи иқтисодиёт дар пеши 300-нафар муаллимони ва хизматчиёни Донишгоҳи штати Теннесси баромад кунам. Мисли ҳамеша дар давоми якчанд дақиқаҳои аввал ман дар бораи зани худ якчанд сухан гуфтам. Охир он чи дар дил аст, дар лабатон тез-тез ҳамон мешавад. Ба ҳар ҳол ба ман чунин намуд, ки ин суханон бачоанд. Нохост як муаллими ҷавон (қариб 30-сола) сухани маро бурида бо оҳанги истеҳзоомез гуфт:

„Чанд вақт шуд, ки шумо хонадор ҳастед?“

„6 моҳ“, — ҷавоб додам ман. Ва дар ҳамин ҷо ӯ изҳороти нохушкунандае кард, ки баъд онро ман маротибаи бисёр шунидам: „Мебинем, ки баъди 5-сол ҷӣ тавр месароед!“

Каме сабр кун...

То маросими никоҳи худ ман аллакай дар мавзӯи „Сирри муҳаббат“ лексияҳо хонда будам ва баъзе одамон ба ман мегуфтанд: „Мебинем, вақте фотеҳа мешавӣ, ҷӣ тавр месарой!“ Баъд изҳороти онҳо дигар шуданд — онҳо мегуфтанд, ки ман то хонадоршавӣ сабр кунам. Баъди он ки ман хонадор шудам, онҳо мегуфтанд, ки баъди 5-сол ман ба таври дигар „месароям“, баъд — баъди 10 сол, баъди 20 сол.

Ман боварӣ доштам, ки ин одамон хато мекунанд. Бо вучуди ин ақидаи ман ҳамеша аз он иборат буд, ки одами таҷрибадор аз одами далелдошта бартарӣ дорад. Барои ҳамин дар назди шунавандагон дар Донишгоҳи Теннесси истода ба ман чунин намуд, ки ин муаллим бартарии одами таҷрибадорро дорад. Ин яке аз ҳодисаҳои каме дар ҳаёти ман буд, ки ман надонистам ҷӣ ҷавоб диҳам.

Ва дар ҳамин лаҳза дар қатори қафо одаме бархост ва ба пеш баромад. Ӯ тақрибан 75-сола буд. Ман уро нашинохтам ва тайёр будам, ки ӯ ҳақиқатан одоби маро медихад. Баъдтар ман фаҳмидам, ки ин

Рочер Раск, масеҳии ҳаққонӣ, профессори мӯхтарами донишгоҳ ва бародари собиқ котиби Давлатӣ Дин Раск буд.

Ӯ то қатори якум омада рост ба чашмони ман нигоҳ кард. Баъд ӯ ба тарафи муаллими хушчақчақ тоб хӯрда, ба пеш ҳам шуд ва гуфт: „Чаноб, баъди 55-сол боз беҳтар мешавад!“ Ман сабукии фавқуллодаеро ҳис кардам. Ин ходиса барои ман яке аз сифатҳои муҳаббати баркамолро хотирнишон кард — он беҳаракат нест. Агар муҳаббати шумо баркамол бошад, он нумӯъ меёбад; агар не — он ғайб мезанад.

Чор марҳилаи сабзиш

Миқдори зиёди тадқиқотҳои илмӣ дар замони мо нишон медиҳанд, ки никоҳи пурра — муносибатҳои байниҳамдигарии инкишофёбанда, тағйирёбанда мебошад. Ин тадқиқотҳо инчунин дар бораи он мегӯянд, ки муносибатҳои зану шавҳарон аз 4 марҳилаи асосии инкишоф мегузаранд.

Дар марҳилаи якум „барои зану шавҳарон худпарастии бениҳоят хос аст, онҳо фақат онро меҷӯянд, ки муносибатҳои байниҳамдигарӣ ба онҳо шахсан чӣ хизмат карда метавонад“. Дар марҳилаи дигар онҳо дар бораи хизмат дар ивази хизмат, гузашт қардан дар ивази гузашт қардан, аҳду паймон мебанданд. Дар давоми марҳилаи сеюм онҳо ба қадриносии шахсияти якдигар сар мекунанд, ва ба хотири фоидаи муносибатҳои байниҳамдигарии заношӯй ва якдигар ба созиш меоянд. Ба марҳилаи 4-ум онҳо маҷмӯи қоидаҳо барои „муносибатҳои байниҳамдигарӣ“-ро тайёр карда меоянд, ки ба воситаи онҳо метавонанд масъалаҳоро ҳал кунанд ё аз онҳо дурӣ ҷӯянд. „Афсӯс ки бисёр никоҳҳо дар марҳилаи дуюм дармемонанд, — қайд мекунад д-р Роналд Левант, профессори Донишгоҳи Бостон ва терапевти оилавӣ. — Зану шавҳар ҳамин тавр аз ҷумлаи «Ту пушти маро мемолӣ, ман аз они туро» дур намераванд“.

Агар муҳаббати шумо дар асоси худ қатъӣ аст — яъне ин чунин муҳаббатест, ки одами дигарро чӣ тавре ки ҳаст, ҳамон тавр қабул мекунад ва дар баробари ин ба дигаргуниҳо барои беҳбудӣ ҳавасманд мекунад — шумо сабзиш хоҳед кард. Ба ин ҷо вафодорӣ ба муносибатҳои байниҳамдигарӣ ва омили боварио илова кунед, ки ба муоширати маҳрамонаи босифат бурда мерасонад ва инкишофи тез ҳосил мешавад. Ва ин инкишоф ба ҳиссиётҳои чуқуртар ва ғамхории зиёдтар аз тарафи ҳар яке аз шарикон бурда мерасонад.

Агар шумо дӯсти беҳтарин доред — касе ки шумо ўро хуб медонед ва аз наздик мешиносед, — эҳтимол ин одам ба шумо дар воҳўрии аввал маъкул шуда бошад. Шумо худро тақрибан ҳамин тавр ҳис кардед: „Инро бинед, ҳуди чодугарӣ кардагӣ барин. Муносибатҳои мо ҳамон замон барқарор шуданд ва мо хеле хуб муошират кардем“. Баъди гузаштани якчанд сол „оби бисёре қорӣ шуд“ ва шумо саргузашти умумӣ пайдо кардед ва шумо ин одамо бештар дӯст медоред, зеро ўро беҳтар медонед. Чӣ қадар вақт бисёр гузарад, ҳамон қадар дилбастагии шумо ба ў зиёд мешавад. Ана ҳамин тавр сабазиш дар муносибат ба Худо низ аз рӯи инсоф аст. Дар он лаҳзае ки шумо масеҳӣ мешавед, шумо Ўро чунон дӯст медоред, ки ба он бо душворӣ тоб меоред. Ва бо гузашти вақт ин ҳиссиёт пурзӯр мешавад.

Ба муносибатҳои худ бо диққат назар андозед. Оё шумо сабазиши онҳоро мебинед? Махсусан, агар шумо фотиҳа шуда бошед, шумо чуқурии ҳиссиётҳоятонро мебинед? Вафодории худро? Боварии худро? Маҳорати муошират кардани худ дар сатҳи аз ҳама маҳрамонаи ин ҳиссиётҳоро? Агар муҳаббати шумо комил бошад, ин аз сабазиши ҳайратангезе ки шумо дар муносибатҳои худ дида метавонед, ошкор мешавад.

Саволҳо барои андеша:

- Шумо дар муносибатҳои байниҳамдигарии худ дар кадом марҳила мебошед?
- Барои он ки сабазиши бештарро ҳис кунед, шумо чӣ кор карда метавонед?

Ман медонам, ки шумо чӣ фикр мекунад: „Ин санчиш барои муҳаббати комил бевичдонона аст. Ман шахсияти эҷодӣ нестам“. Майлаш, ором шавед. Эҷодиёти артистӣ, тавре ки шумо ба худ тасаввур мекунад, дар ин ҷо талаб карда намешавад. Аниқтараш, муҳаббати комил дар он эҷодӣ аст, ки чӣ тавр ҳурмату эҳтиром нисбат ба одами дигар зоҳир мешавад. Ё ба эҳтиёҷоти одами дигар ҳассос аст ва барои ҳамин роҳҳои ба таври эҷодӣ зоҳир сохтани худро меёбад. Муҳаббати комил имконият ва усулҳои беназир меҷӯяд, то ба объекти дилбастагии худ гӯяд: „Ман туро дӯст медорам“.

Яке аз роҳҳои эҷодие ки ман ба Дотти дӯст доштани худро нишон медиҳам, хеле амалӣ аст. Ман ба ӯ дар тарбияи кӯдакон ёрӣ мерасонам. Чун модари 4-нафар кӯдак, ӯ 24-соат дар як шабонарӯз „дар даъват“ аст. Вақте ки кӯдакон хурд буданд, ман дар иваз қардани парпечҳо ёрӣ мерасондам. Акнун ман тез-тез онҳоро ба ягон ҷо барои сайругашт мебарам, то ки ба ӯ имконияти танҳо буданро диҳам. Вақте ки ман дар хона бошам, ман хеле кӯшиш мекунам, ки усулҳо ёбам, то ӯро аз баъзе ўҳдадорӣҳои хона озод кунам ва нишон диҳам, ки ман ӯро дӯст медорам.

Дотти одами хеле эҷодӣ аст. Дар хоҳири ман махсусан ҳодисае мондааст, ки ӯ дар хонаи волидонаш меҳмон буду ман дар хона будам. Боре бегоҳӣ ман якхунакро кушодам, дар он мактубчае ёфтам, ки дар он гуфта мешуд: „Азизам, ман туро дӯст медорам“. Вақте ки ман ба шкафи худ наздик шудам ва барои сафар ашёҳоро ҷо ба ҷо қардан гирифтам, дидам, ки ҳамон хел мактубчаҳо дар костюми варзишӣ бо сарсӯзан халонда шудаанд. Ман чунин мактубчаро дар даруни пойафзол ёфтам, яке аз онҳо дар сачоки рӯйпоқкунак бо сарсӯзан халонда шуда буд ва боз як мактубчаи ҳамин хел дар оина бо лабсурхунак навишта шуда буд. Ин шавқангез буд!

Вақте ки мо ба сафар бароем, ман ба ӯ имконият медиҳам, ки бо худ бошад. Дотти дугонаи наздике дорад, ки дар Тампа, штати Флорида зиндагӣ мекунад, ва вақте ки ба наздикӣ ба мо лозим шуд ба Нью-Орлеон парвоз кунем, дугонаи ӯ тавонист моро пешвоз гирад. Ё ба Дотти бисту чор соатро ақҷоя гузарониданд, то даме ки ман бо

кӯдакон машғул будам. Ин тарзи эҷодии ман барои гуфтани „Ман ту ро дӯст медорам“ буд.

Купонҳои муҳаббатро тақсим кунед

Яке аз чизҳои дӯстдоштаи Дотти „Купони муҳаббат“ мебошад. Ӯ мефаҳмонад: „Чош бисёр вақт ӯ хангоми ба сафар баромадан дар тамоми хона «купони муҳаббат»-ро мегузорад. Дар ин сертификатҳо ӯ ба ман ваъда медиҳад, ки ба кино мебарад, ё ба хӯроки шом таклиф мекунад ё танҳо маро ба оғӯш мекашад. Ман ҳамаи инро вақте ки ӯ баргашт амалӣ карда метавонам. Ман онҳоро дар либосовезак часпонида шуда меёбам, ё гӯем, дар танаи дари душ ё болишт меёбам. Купоне ки қурбонии аз ҳама зиёдро талаб мекунад — онест ки дар он ӯ ба тамошои балет бурданро ваъда медиҳад, зеро ӯ тамошои балетро тамоман нағз намебинад“.

Акнун, агар ман рӯйхати ақидаҳои эҷодиро, ки мо бо Дотти ихтироъ мекунем, дар ин ҷо меовардам, то ки муҳаббатамонро нишон диҳам, ман метавонистам шуморо аз хурсандии фикр карда баровардани онҳо маҳрум созам. Ҳамаи он коре ки аз шумо талаб карда мешавад — нигоҳ кардан ба эҳтиёҷоти каси дигар аст. Ин метавонад амали оддӣ, чун ба ӯ аз кӯдакон осоиш додан ё чун харидани ягон чӣ бо пулҳои барои худ захиракардаатон бошад. Агар муҳаббати шумо баркамол ва нумӯш карда истода бошад, дар шумо ҳеҷ гоҳ норасоии идеяҳо дида намешавад. Намуди бехтарини эҷодиёт одатан арзиш надорад.

Саволҳо барои андеша:

- Бо кадом усулҳои эҷодӣ шумо ба одами дигар нишон дода метавонед, ки ӯро дӯст медоред?
- Шумо чӣ ақида доред, барои чӣ чунин зарур аст, ки доимо ва ба таври эҷодӣ муҳаббати худро ба одами дигар нишон диҳем.
- Дар муносибатҳои шумо чӣ гуна зохиршавии эҷодии муҳаббат вучуд дорад?
- Дар ин ҳафта барои он ки муҳаббати худро ба таври боз ҳам эҷодкорона нишон диҳед, шумо чӣ кор карда метавонед?

Шумо одами якуме нестед, ки „сирри муҳаббат-ро“ меҷӯед. Чустучӯи „худи ҳамон“ шарик дар никоҳ дахҳо тадқиқотчиёро маҷбур кард, ки садҳо мақолаю китобҳо нависанд. Ман ба таври васеъ аз бисёрии онҳо иқтибос овардам.

Вале мақсади асосии ман шуморо дар никоҳи мустаҳками дурудароз хушбахт дидан аст, ки ҳам ба шумо ва ҳам ба Худо хурсандӣ мебахшад. Ман мефаҳмам, ки никоҳи пурра ва хушбахтона чӣ маъно дорад. Ман меҳостам, ки инро ҳар як донад. Ман вичдонан бовар мекунам, ки ҳар як никоҳ метавонад бобаракат ва бомуваффақият бошад.

Равшан аст, ки ин тавр намешавад, ки шумо як рӯзи хуб аз хоб меҳезеду мебинед, ки нохост никоҳатон пурра шудааст. Муносибатҳои хуби занашӯи қори бузургеро талаб мекунад, чи пеш аз мубодилаи ангуштаринҳо, чи баъди он. Инро ман аз таҷрибаи шахсии худ медонам.

Ва на танҳо инро — лаҳзае мерасад, ки ба шумо чунин менамояд, ки фақат шумо ҳама корро мекунад. Шумо дармеёбед, ки медиҳед, вале намегиред; мебахшед, вале шуморо намебахшанд, дигареро бечуну чаро дӯст медоред, чун шахсияти том, вале шуморо пурра қабул намекунанд. „Барои чӣ ҳаракат кунам?“ — метавонед аз худ пурсед. Хайр, шумо метавонед бо як сабаби оддӣ ҳаракат кунед — ин меарзад.

Мо инро ба осонӣ фаромӯш месозем, вале зарур аст дар хотир нигоҳ дорем, ки никоҳ — чараёни омӯзиш дар тамоми ҳаёт аст. Агар ба шарикатон муносибатҳоро дар ҳамон ҷои будааш гузоштан маъқул бошад, ё ба ихтиёри худ вогузур созад, ҳақиқатан ӯ бой медиҳад, на шумо.

Ҳам шумо, ҳам шарикатон бо тимсоли Худо — Ҳамон Худое ки ҷаҳонро чунин дӯст дошт, офарида шуда будед. Ё дар ботини мо — дар худи ҳаёти мо — хоҳиши дӯст доштан ва ба муҳаббат ҷавоб доданро офарид. Ва вақте ки касе ба мо медиҳад, мо мефаҳмем, ки ин одам ба мо дастӣ худро дароз мекунад ва ин моро маҷбур месозад, ки мо низ дар навбати худ ба додан ҳаракат кунем. Вақте ки ягон кас моро бо ҳама норасоияҳоямон қабул мекунад, мо дарк мекунем, ки моро

ҳамин тавре ки ҳастем, қабул мекунамд, ва ин моро маҷбур месозад, ки дигаронро ҳамон тавре ки ҳастанд, дӯст дорем.

Агар шумо дар муносибатҳо ҳамаи 100 фоизро мегузоред, вале ба ивазаш каме мегириед, илтимос, наистед. Ман ба он боварӣ дорам, ки одами дигар ҷавоб медиҳад. Худо моро ҳамин тавр офаридааст.

Қувваи мағлубнашаванда

Шояд ин яке аз сабабҳои бошад, ки одамон Масеҳро рад мекунамд. Онҳо бовар карда наметавонанд, ки Касе ҳаст, ки онҳо ҳатто Ёро намедонанд, метавонад онҳоро чунон дӯст дорад, ки тайёр аст ҳаёти Худо барои он диҳад, то ба онҳо имконияти бахшиши пурраро аз Худо диҳад. Аз он сабаб ки бисёрии мо то ин дараҷа муҳаббатро надидаем, он аз фаҳмиши мо боло меистад ва ба мо рад кардани он чи намефаҳмем, осон аст.

Одам метавонад Инҷилро рад кунад ва ҳеҷ гоҳ дар бораи он фикр накунад. Вале аз ҳама душвор, ҳатто ғайриимкон аст аҳамият надодан ба муҳаббати одам, махсусан он касе ки бо шумо дар як хона зиндагӣ мекунад. Зане ки бахшиши Масеҳро қадр карда наметавонад, метавонад дар ҳақиқат бахшиши шавҳари худро ҳис кунад. Ва маҳз ҳамин ҳолати байниҳамдигарӣ дар ин ҷо, дар вақт ва фазо, метавонад аксуламали ҷавобиро нишон диҳад. Чӣ тавре ки ман пештар гуфтам, вақте шумо 100 фоиз диҳед, шумо 150 фоиз баргашта мегириед.

Бе истисно

Ҳар як сифате ки барои „худи ҳамон“ одам будан талаб карда мешавад, ва ҳар як ҷиҳати муҳаббати комил ба ҳама дахл дорад. Шумо хоҳ 30 сол хонадор бошед, хоҳ ханӯз воҳӯрии нахустини худро интизоред, шумо бояд дар ҳаёти худ ҳислат ва принципҳоро барои барпо кардани никоҳи дурудароз ва ғайридаҳш қор карда бароед.

Шояд шумо ҳис кунед, ки баъзе чизҳои гуфтаи ман зарур нестанд. Охир, дар вичдони пок чӣ ҳаст? Кӣ меғӯяд, ки ман бояд шарикамро ба таври эҷодӣ дӯст дорам? Агар шумо фикр кунед, ки ким-кадом сифатҳои шахсӣ ё омилҳои муҳаббати комил, ки дар бораашон ман гуфтаам, дар муносибатҳои байниҳамдигарӣ ҳақиқатан зарурӣ нестанд, шумо бояд бо диққат аз назар гузаронед, ки мулоҳизаҳоятон дар чӣ асос ёфтаанд. Шояд шумо хусусиятҳои номатлуби ҳислатро дар худ ё дар муносибатҳои худ мебинед ва намехоҳед, ки онҳоро ҳал кунед.

Масъалаҳо дар никоҳ худ аз худ ҳал намешаванд. Шумо бояд ба ҳолатҳое ки дар онҳо муноқишаҳо рӯй медиҳанд, бо назари бовиҷдонона, рост ва ҳамеша бо муҳаббат нигариста, ҳал кунед. Ва агар қарори аз ҳама беҳтар барои шумо ғурури худро фурӯ бурдан ва бахшиш пурсидан бошад, ҳаминро кунед! Ман эҳёи никоҳҳои беҳаётро мушоҳида карда, ҳисобамро гум кардам, чунки ин фақат барои он ба амал меояд, ки яке аз онҳо қадами нахустинро барои оштишавӣ гузошт. Агар никоҳи шуморо зиндаю шавқангез номида нашавад, ё шумо ба оштишавӣ эҳтиёҷ доред, ягон кор кунед. Ҷоидае ки шумо дар шакли муҳаббати аз нав пайдошуда ва никоҳи зиндашуда мегиред, аз ҳама гуна баёнкунӣҳо боло меистад.

Сирри ҳақиқӣ

Ана маслиҳати асосӣ: барои беҳтар кардани худ кӯшиш кунед ва ба манфиати дигар кас ба беҳбудӣ ҳаракат кунед. Ин сирри он аст, ки чӣ тавр „худи ҳамон“ одам бошӣ ва дар натиҷаи охири — сирри муҳаббат аст. Бисёр одамон ба ин аз тарафи муқобил наздик мешаванд. Агар боре шумо ба он мароқ зоҳир кардаед, ки барои чӣ дар вақти ҳозира ҳар никоҳи дуҷум бо ҷудошавӣ тамом мешавад, сабаб ҳамин аст.

Чидду ҷаҳд кунед, ки худро беҳтар гардонед. Дар Забур 118:11 гуфта мешавад: „Сухани Туро дар дили худ ниҳон доштаам, то ки пеши Ту хато накунам“. Сарояндаи Забур дар Қаломи Худо хирадмандӣ меҷуст. Вақте ки ӯ онро ёфт, онро дар хотири худ на барои он гирифт, ки роҳ раваду дигаронро омӯзонад, балки барои он ки дар назди Худо рафтори дуруст кунад.

Ба манфиати дигар кас барои беҳбудӣ чидду ҷаҳд кунед. Дар боби 25-уми Инҷили Матто Исо таърифи одамони тақводорро додааст. Тақводорон — пайравони Ӯ — инҳо касоне мебошанд, ки аз он чи доранд, медиҳанд, яъне онҳое мебошанд, ки ба донишони эҳтиёҷоти дигарон чидду ҷаҳд мекунанд ва бо оғӯши кушода қабул мекунанд ва мебахшанд. Оё шумо ба шарикатон ҳамин тавр муносибат мекунед?

Баъзан ба шумо лозим меояд, ки ба шарикатон он ҷиҳатҳои ҳаёти ӯро нишон диҳед, ки вай бояд бо онҳо кор кунад. Агар мақсади шумо танҳо аз ин одам сохтани он чизи ба шумо даркорӣ бошад, худпарастии шумо ба муносибатҳоятон чизеро зам намекунанд, балки кам мекунанд. Вале агар шумо вичдонан ба ҷоидаи беҳтари шарикати худ сайъ кунед, шумо дар роҳи ростед.

Агар шумо хонадор набошед, ба шумо чунин менамояд, ки дар пешатон вазифаи бузургеро истадааст. Дар якҷанд калима: ин ҳамин

тавр аст. Ба никоҳ бо сабукфикрӣ наздик шудан мумкин нест. Худо онро чун акси хислати Худ — пурра, бетамаъ, муҳаббати фидокоронаи ба чизе вобаста набуда офарида аст. Чӣ тавре ки Падар, Писар ва Рӯҳи Муқаддас — як аст, ҳамин тавр зану шавҳар бояд шахсиятҳои беҳамто бошанд, ки чун ягонагии комил амал мекунанд. „Аз ин сабаб мард падару модари худро тарк карда, бо зани худ хоҳад пайваст; ва як тан хоҳанд буд“ (Ҳастӣ 2:24).

Чун одамони гуноҳкор, ба ҳар тавре ки набошад, мо ҳеҷ гоҳ ягонагии комилро ба даст оварда наметавонем. Вале ин на худсафедкунӣ асту на сабаб барои он ки ба комил шудан ҳаракат карданро бас кунем.

Бо дуо муроҷиат кардан!

Муҳаббат, никоҳ ва муносибатҳои ҷинсии пурра ҳисшаванда — хурсандӣ ва ид аст. Ин — тӯҳфа аз Худо ва ўҳдадорӣ нисбат ба Худо ва нисбат ба яқдигар мебошад.

Дар бораи хирадмандӣ дуо кунед, барои он ки шавҳари тақводор ва роҳбари рӯхонӣ бошад, ки зани худро маҷбур месозад, то ташнаи Худо бошад. Дар бораи хирадмандӣ дуо кунед, то ки зани парҳезкор ва таъягоҳе бошад, ки шавҳарашро ба парҳезкорӣ дар ҳаёти худаш маҷбур месозад. Дар бораи он дуо кунед, ки Худо шуморо „худи ҳамон“ одам барои каси дигар кунад.

Ҳангоме ки шумо ба Худо, ба беҳбудии ҳаёти худ ва ба беҳбудӣ ба манфиати дигаре сайъ мекунед, никоҳи шумо пурра мегардад. Он ҷиҳати беҳтарини шуморо беш аз пеш ошкор месозад.

Чор қонуни рӯҳонӣ



Оё шумо дар бораи онҳо шундаед?

Ба ҳама маълум аст, ки дар Олами мо қонунҳои модии табиат амал мекунад. Вале боз қонунҳои рӯҳоние мавҷуданд, ки муносибатҳои байниҳамдигарии мо бо Худоро муайян мекунад.

Биёед онҳоро аз назар мегузаронем.

Қонуни якум

1

ХУДОВАНД ШУМОРО ДЎСТ МЕДОРАД; ВА ЎНИЯТИ ХЕЛЕ ХУБИ ҲАЙРАТОВАРЕ НИСБАТИ ҲАЁТИ ШУМО ДОРАД.

(Иқтибосҳои дар ин китобча овардашуда хуб мешуд, ки дар матни Китоби Муқаддас хонда шавад.)

Муҳаббати Худо

„Зеро Худо ҷаҳонро ҷунон дӯст дошт, ки Писари ҷаҳони Худро дод, то ҳар кӣ ба Ў имон оварад, талаф нашавад, балки ҳаёти ҷовидонӣ ёбад“ (*Юҳанно 3:16*).

Мақсади Худо

Масеҳ гуфт: „Ман омадаам, то ки онҳо ҳаёт ёбанд ва онро ба фаровонӣ дошта бошанд“, яъне ҳаёти пурраи бо маънои чуқури рӯҳонӣ пур кардашуда (*Юҳанно 10:10*).

Барои чӣ бисёр одамон ин „ҳаёти пур аз файз“-ро надоранд? Барои он ки...

Қонуни дуюм

2

ОДАМ ГУНОҲКОР АСТ ВА АЗ ХУДО ҶУДО КАРДА ШУДААСТ. БАРОИ ҲАМИН ОДАМ ДАР ҲОЛАТЕСТ, КИ МУҲАББАТИ ХУДО ВА МАҚСАДҲОИ ЁРО НА ДАРК МЕКУНАД ВА НА ҲИС МЕКУНАД.

Одам гуноҳкор аст

„Чунки ҳама гуноҳ карда, аз ҷалоли Худо маҳрум шудаанд“ (*Румиён 3:23*).

Одам барои он офарида шуда буд, ки бо Худо мушоракат кунад, вале аз худсарии якравона одам роҳи шахсии худро интихоб кард. Дар натиҷа мушоракат бо Худо вайрон карда шуд. Ин худсарӣ, ки бо ғаълола итлоат накардан ба Худо, ё фақат дар муносибати бетарафона ба Ӯ ифода меёбад, дар Китоби Муқаддас гуноҳ номида шудааст.

Одам аз Худо ҷудо ҷудо карда шудааст

„Зеро ки музди гуноҳ мамот аст“ (ҷудошавии рӯҳонӣ аз Худо) (*Румиён 6:23*).



Ин расм нишон медиҳад, ки Худо пок аст, одам гунаҳкор аст. Ҷарии бузурге онҳоро аз ҳам ҷудо мекунад. Тирчаҳо нишон медиҳанд, ки одам ҳамеша кӯшиш мекунад, ки ба Худо наздик шавад ва ҳаёти пурбаракатро бо қудрати худ, масалан, ақидаҳо ё дин ба даст орад.

Қонуни сеюм ба мо ягона баромадгоҳро аз ин роҳи сарбаста нишон медиҳад.

Қонуни сеюм

3

ИСОИ МАСЕҲ — ЯГОНА РОҲИ ХУДО ДОДАГӢ БАРОИ ХАЛОСШАВӢ АЗ ГУНОҲҲОИ ИНСОНӢ АСТ. БА ВОСИТАИ Ӯ ШУМО МЕТАВОНЕД МУҲАББАТИ ХУДОРО ҲИС КҶНЕД ВА МАҚСАДИ ӮРО ДАРК КҶНЕД.

Ӯ барои мо мурд

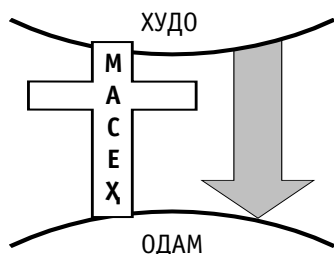
„Лекин Худо муҳаббати Худро нисбат ба мо бо ҳамин исбот мекунад, ки хангоме ки ханӯз гунаҳкор будем, Масеҳ барои мо мурд“ (*Румиён 5:8*).

Ў аз мурдагон эҳё шуд

„Масех барои гуноҳҳои мо мурд... Ва Ў дафн карда шуд; ва мувофиқи Навиштаҳо, дар рӯзи сеюм эҳё шуд, ва ба Кифо ва баъд ба он дувоздаҳ нафар зоҳир шуд; пас аз он ба зиёда аз 500 нафар бародарон дар як вақт зоҳир шуд...“ (*1 Қўринтиён 15:3–6*).

Ў — ягона роҳ сӯи Худо аст

„Исо ба вай гуфт: Ман роҳ ва ростӣ ва ҳаёт ҳастам; касе наметавонад назди Падар ояд, магар ин ки ба василаи Ман“ (*Юҳанно 14:6*).



Аз расм дида мешавад, ки Худо дар болои чарии Ўро аз одам ҷудокунанда кӯпруке барпо кард, Писари ягонаи Худ, Исои Масехро фиристод, то ки дар салиб барои гуноҳҳои мо ҷазо бинад.

Фақат дониستاني ин се қонун кам аст...

Қонуни чорум

4

МО БОЯД ШАХСАН ИСОИ МАСЕХРО ЧУН НАҶОТДИХАНДА ВА ХУДОВАНД ҚАБУЛ КУНЕМ: ФАҚАТ БАЪДИ ИН МУҲАББАТ ВА МАҚСАДИ ХУДОРО ДАРК КАРДА МЕТАВОНЕМ.

Мо бояд Масехро қабул кунем

„Лекин ба онҳое ки Ўро қабул карданд ва ба исми Ў имон оварданд, қудрат дод, ки фарзандони Худо гарданд“ (*Юҳанно 1:12*).

Мо Масехро ба воситаи имон қабул мекунем

„Зеро ки шумо бо файз ба воситаи имон наҷот ёфтаед, ва ин на аз шумост, балки атои Худост ва аз аъмол нест, то ки ҳеч кас фаҳр накунад“ (*Эфсусиён 2:8,9*).

Масеҳро қабул карда, мо аз нав таваллуд мешавем

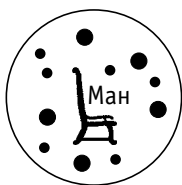
(*Юҳанно 3:1–8 нигаред.*)

Мо Масеҳро ба воситаи даъвати шахсии худ қабул мекунем

Масеҳ гуфт: „Инак, назди дар истода тақ-тақ мекунам: агар касе овози Маро шунида, дарро воз кунад, назди ӯ даромада, бо ӯ таоми шом хоҳам хӯрд, ва ӯ бо Ман“ (*Ваҳй 3:20*).

Қабули Масеҳ иборат аст аз худ ба Худо баргаштан (тавба кардан) ва қарори ба Масеҳ додани имконияти ба ҳаёти мо даромадан, гуноҳҳои моро бахшидан ва аз мо сохтани чунон одаме ки Ӯ мехоҳад моро бинад. Фақат аз рӯи ақл дарк кардани он ки Исои Масеҳ Писари Худо аст ва барои гуноҳҳои мо дар салиб ҷон додааст, нокифоя аст. Инчунин ҳиссиётҳои пуртаъсир доштан ҳам кифоя нест. Асос — Масеҳро бо имон қабул кардан аст. Қабули Исои Масеҳ бо имон — амали иродаи мост.

Ин ду доира ду намуди ҳаётро бо рамз ифода мекунанд

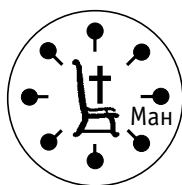


Ҳаёте ки худи одам идора мекунад

Ман — „ман“-и шахси дар болои тахт

+ — Масеҳ берун аз ҳаёт

● — Мақсадҳои ҳаёт аз аз худи одам бармеоянд, ки тез-тез ба ноумедӣ бурда мерасонанд



Ҳаёте ки Масеҳ идора мекунад

+ — Масеҳ дар тахти ҳаёти ман

Ман — „ман“ ҷояшро ба Масеҳ дод

● — Ниятҳои ҳаёти аз Масеҳ бармеоянд, ки ба мақсадҳои Худо мувофиқ меоянд

Кадам доира ҳаёти шуморо беҳтар ифода мекунад?
 Кадоме аз онҳоро меҳостед интиҳоб кунед?
 Дар зер фаҳмонда шудааст, ки чӣ тавр шумо метавонед
 Масеҳро қабул кунед.

Шумо метавонед Масеҳро ҳуди ҳозир бо имон, бо дуо ба Ё муроҷиат карда, қабул кунед

(Дуо — гуфтугӯ бо Худо аст)

Худо дили одамиро хуб медонад. Барои ҳамин ба Ё на суҳанон, балки ҳолати дили шумо зарур аст. Дуо тақрибан ҳамин тавр шуда метавонад:

„Худованд Исо, ман ба Ту мӯҳтоҷам. Шукронаи Ту ро мегӯям, ки барои гуноҳҳои ман дар рӯи салиб ҷон додӣ. Ман дари ҳаётро кушода, Ту ро ҳамчун Наҷотдиҳанда ва Худованди худ қабул мекунам. Барои бахшиши гуноҳҳоям ва барои ба ман ҳаёти ҷовидонӣ бахшиданат шукронаи Ту ро мегӯям. Ҳаёти маро бо дастони Худ гир. Аз ман ҷунун одаме соз, ки Худат маро ҳамон тавр дидан меҳоҷӣ. Шукронаи Ту, Худои Бузург: Ба номи Исои Масеҳ. Омин“.

Оё ин дуо хоҳиши дили шуморо ифода мекунад?

Агар ҳа, пас ҳуди ҳозир дуо кунед ва Масеҳ ба ҳаёти шумо чӣ тавре ки ваъда карда буд, ворид мешавад.

Чӣ тавр фаҳмед, ки оё Масеҳ дар ҳаёти шумо ворид шуд?

Оё шумо Масеҳро дар ҳаёти худ қабул кардед? Мувофиқи ваъдаи Ё (Ваҳй 3:20), акнун Масеҳ нисбат ба шумо дар кучо аст? Масеҳ гуфт, ки Ё ба ҳаёти шумо ворид мешавад. Оё Ё шуморо фиреб карда метавонад?

Боварии шумо дар чӣ асос ёфтааст, ки Худо ба дуои шумо ҷавоб гардонд? Дар он ки Худо ва Каломи Ё сазовори боварии мо мебошанд.

Китоби Муқаддас ба ҳамаи он касоне ки Масеҳро қабул кардаанд, ҳаёти ҷовидонӣ ваъда медиҳад

„Ва ин шаҳодат аз он иборат аст, ки Худо ба мо ҳаёти ҷовидонӣ ато намудааст, ва ин ҳаёт дар Писари Ёст. Касе ки Писарро

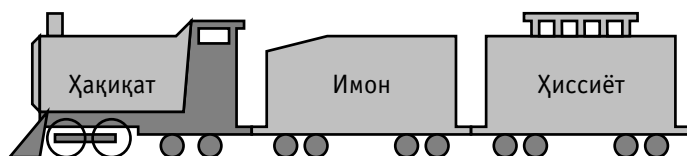
дорад, ҳаёт дорад, касе ки Писарро надорад, ҳаёт надорад. Ба шумо ки ба исми Писари Худо имон доред, инро навиштаам, то донед, ки шумо ба Писари Худо имон дошта, ҳаёти ҷовидонӣ доред“ (1 Юҳанно 5:11–13).

Ҳамеша Худоро барои он ки Масеҳ дар ҳаёти шумо ҳаст ва ҳеч гоҳ шуморо наменпартояд, шукрона гӯед (*Ибриён 13:5*). Ваъдаҳои Ӯро ба асос гирифта, шумо метавонед донед, ки Масеҳ дар шумо зиндагӣ мекунад ва шумо аз он лаҳзае ки Ӯро даъват кардед, ҳаёти абадӣ ёфтед, Ӯ шуморо фиреб намедихад.

Ба хотир гирифтани зарур аст...

Ба ҳиссиётҳо дода нашавед

Асоси имони мо — ҳиссиётҳои мо не, балки ваъдаҳои Худо мебошанд, ки дар Китоби Муқаддас оварда шудаанд. Масеҳӣ бо умед ба вафодории Худо ва Каломи Ӯ зиндагӣ мекунад. Ин расми қаторай тасвиршуда ҳаёти масеҳиро бо аломатҳои ӯфада мекунад ва алоқай байни ҳақиқат (Худо ва Каломи Ӯ), имон (боварии мо ба Худо ва Каломи Ӯ) ва ҳиссиётҳо (натиҷаи боварӣ ва итлоати мо)-ро нишон медиҳад (*Юҳанно 14:21*).



Фаҳмост, ки паровоз метавонад бе вагон ҳам равад. Вале тамоман бефоида мебуд, ки бо ёрии вагон қатораро қўшиши пеш кашидан кунем. Ба ҳамин монанд, мо, масеҳиён, набояд ба ҳиссиётҳо ё эҳсосот бахшида шавем, балки мо боварии худро ба эътибори мустаҳкамӣ Худо ва ваъдаҳои Каломи Ӯ мебахшем.

Акнун, вақте ки шумо Масеҳро қабул кардед

Дар он лаҳзае ки шумо Масеҳро бо имон қабул кардед, бисёр чизҳо ба амал омаданд:

1. Масеҳ ба ҳаёти шумо ворид шуд (*Ваҳй 3:20; Қўлассиён 1:27*).
2. Шумо бахшиши гуноҳхоро гирифтед (*Қўлассиён 1:14*).
3. Шумо фарзандони Худо шудед (*Юҳанно 1:12*).

4. Шумо ҳаёти абадӣ ёфтед (*Юҳанно 5:24*).
5. Шумо роҳро ба сӯи мақсади бузурге ки барои он Худо шуморо офаридааст, сар кардед (*Юҳанно 10:10; 2 Қўринтиён 5:17 ва 1 Таслўникиён 5:18*).

Оё шумо ягон чизи аз қабули Исои Масеҳ бехтарро ба худ тасаввур карда метавонед? Оё шумо дар дуо, ҳуди ҳозир барои ҳамаи он чи ӯ барои шумо кард, ба Худо шукрона карда метавонед? Ба Худо шукрона карда, шумо ба Ӯ имони ҳудро нишон медиҳед. Барои он ки ҳаёти нави шумо пурра бошад, шумо бояд рӯҳан инкишоф ёбед.

Барои инкишофи рӯҳонӣ чиро доништан зарур аст

Инкишофи рӯҳонӣ ба боварии шумо ба Исои Масеҳ вобаста аст. „Одил ба воситаи имон зиндагӣ хоҳад кард“ (*Ғалотиён 3:11*). Ҳаёти боимон шуморо қодир месозад, ки ба Худо боз ва боз, дар ҳар як майда-чуйдаи ҳаётатон боварӣ кунед ва чунин корҳоро иҷро кунед:

1. Ҳар рӯз бо дуо ба Худо муроҷиат кунед (*Юҳанно 15:7*).
2. Каломи Худоро ҳар рӯз хонед (*Аъмол 17:11*) — хонданро аз Инҷили Юҳанно сар кунед.
3. Дар ҳама кор ба Худо итоат кунед (*Юҳанно 14:21*).
4. Ба одамон дар бораи Масеҳ бо қорҳо ва гуфтаҳо, бо ҳамаи ҳаёти худ шаҳодат додан (*Матто 4:19; Юҳанно 15:8*).
5. Дар ҳама кор ба Худо таъя қардан (*1 Петрус 5:7*).
6. Ба Рӯҳи Муқаддас имконият додан, ки ба шумо роҳбарӣ кунад ба бо қувваи Худ шуморо пур кунад — барои ҳаёти ҳаррӯза ва барои дар бораи Масеҳ шаҳодат додан (*Ғалотиён 5:16,17; Аъмол 1:8*).

Муошират бо имондорон дар калисо

Каломи Худо ба имондорон маслиҳат медиҳад „чамъомади ҳудро тарк накунем“ (*Ибриён 10:25*).

Гулхан хуб месӯзад, агар ҳезум якҷоя чамъ карда шуда бошад, вале дар алоҳидагӣ хомӯш мешавад. Ҳуди ҳамин бо имондорон рӯй медиҳад. Агар шумо ба ягон калисо намерафта бошед, мунтазир шуда наистед, ки қай шуморо даъват мекунанд. Шахсони ба Масеҳ имондорро дар ҳамон ҷое ёбед, ки шумо он ҷо зиндагӣ мекунед, яъне калисо (чамъомади имондорон), ки дар он ҷо Масеҳро мепарастанд ва Каломи Ӯро мавъиза мекунанд. Ин барои ҳаёти рӯҳонии шумо тамоман зарур аст.

Феҳраст

Сарсухан.....	5
---------------	---

Сирр — ин шумоед

1. Андаке бештар	7
2. Дар ҷустуҷӯи „худи ҳамон шахс“	14
3. Автопортрети ҳақиқӣ	19
4. Бигузор муоширатро поки беолоиш бошад	37
5. Муоширатро чӣ хел омӯзем?	47
6. Ҳалли низоъ	68
7. Бахшиданро омӯzed	83
8. Сазовори боварӣ шудан	103
9. Аксуламал ба ҳокимият	108
10. Оиди асрори оилавӣ	114
11. Рӯхро тарбия кунед	119
12. Омили стресс	141
13. Аз ғуломии молиявӣ дури ҷӯед	153
14. Аз онӣ ту, аз онӣ ман ва аз онӣ мо	165

Калид — муҳаббати баркамол

15. Муҳаббате, ки пурра ба шахсият равона карда шудааст	171
16. Ҳарф ба ҳарф талаффуз кунед: д-о-д-а-н	179
17. Ҳурмату эҳтиромро зохир кунед	184
18. Бе ягон шарт	190
19. Ҳушбахтӣ дар якҷоягӣ будан	197
20. Ҳаққонӣ бошем	202
21. Муносибати эҳтиёткорона	214
22. Ҷавобгариро ба худ гирифтан	217
23. Изҳори вафодорӣ	219
24. Нумӯи бемайлони	222
25. Муҳаббати эҷодкорона	225
26. Хотима	227

Чор қонуни рӯҳонӣ

Оё шумо дар бораи онҳо шунидаед?	232
--	-----

Дӯстони азиз!



Шумо метавонед ба он муяссар гардед, ки муҳаббати шумо аз ҳама боровартар шавад, ва ман меҳостам ба шумо дар ин ёрӣ расонам. Ин китоб новобаста ба аҳволи

оилавиатон, ба шумо имконият медиҳад, ки ба муносибатҳои ошиқонаи худ ба таври нав назар андохта, онҳоро беҳтар гардонед.

Сафарҳои зиёд ва муошират бо ҳазорон одамон маро водор сохтанд, ки ба шумо принципҳои аз ҳама зарурии ин муносибатҳои байниҳамдигариро нишон диҳам.

Агар шумо муносибатҳои байниҳамдигарии маҳрамонаи дар муҳаббат асосёфтaro қадр кунед, бояд Китоби "Сирри муҳаббат"-ро хонед.

Агар шумо ба асрори муҳаббати боровар, никоҳ ва муносибатҳои шахвонӣ мароқ зоҳир месозед, ин китоб барои шумост.

Бо эҳтиром,

Ҷом