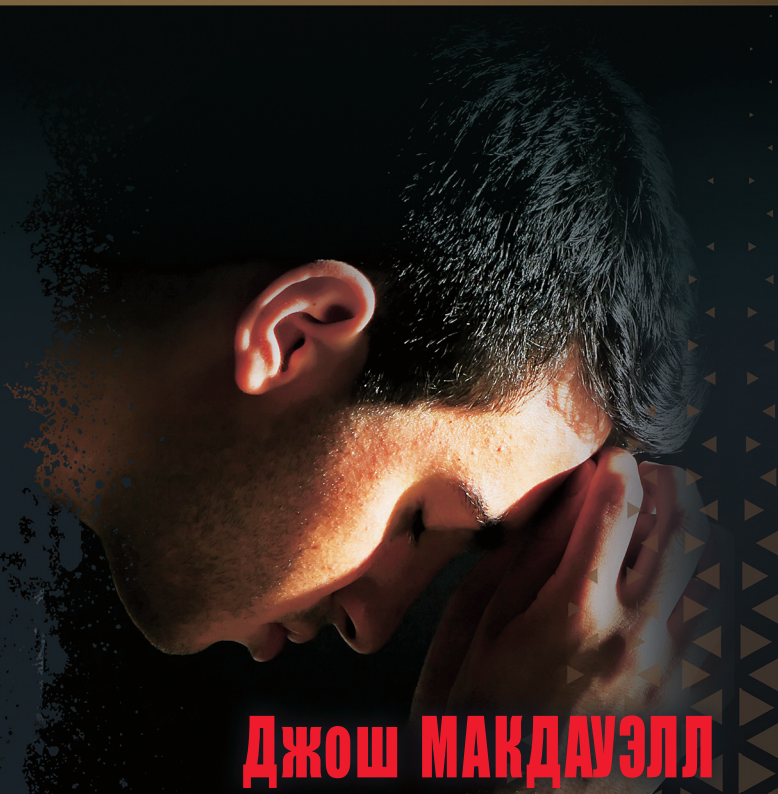




911

ЖАКЫН АДАМДЫН ӨЛҮМҮ

ПСИХОЛОГИЯЛЫК ТЕЗ ЖАРДАМ



ДЖОШ МАКДАУЭЛЛ

ЭД СТЮАРТ

911

ПСИХОЛОГИЯЛЫК ТЕЗ ЖАРДАМ



911



Уфа, 2023



ЖАКЫН АДАМДЫН ӨЛҮМҮ

Джош МАКДАУЭЛЛ
ЭД СТЮАРТ



Англис тилинен которулган

Originally published in English under the title:

**MY FRIEND IS STRUGGLING WITH...
DEATH OF A LOVED ONE**

by Josh McDowell and Ed Stewart.

Published by Word Publishing,
Thomas Nelson Company,
Nashville, USA.

All rights reserved.

Кыргыз тилинде чыгарылган

Макдауэлл Д., Стюарт Э.

Жакын адамдын өлүмү / Англис тилинен которулган —
У., Рубин, 2023. — 64 бет. — («911» Сериясы).

Бул китеп Джош Макдауэллдин «911 Долбоору. Психологиялык тез жардам» кызматынын бир бөлүгү. Кызматтын максаты — жаштар менен чоң адамдардын тил табышууга келүүсү жана Кудайдын эркине негизделген мамилени үй-бүлөсүндө жакшыртуу.

ISBN 0-8499-3794-9 (англисче)

© 2000 by Josh McDowell Ministry

© 2023, «Рубин» басмаканасы.

Бардык укуктар корголгон.

ЫРААЗЫЧЫЛЫКТАР

Биз ыраазычылыгыбызды «Интимет Лайф Министрисдин» (Остин ш. Техас штаты) директору Девид Фергюсонго билдиребиз. Ал ушул сериянын жазылышына чоң салым кошкон. Бул адамдын таасири, «Интимет Лайфтын» принциптери ушул китептердин ар биринде айкын көрүнүнүп турат. Өзүнүн жеке үлгүсү менен, Девид Кудайдын колдоосун, сооронучун жана кубаттоосун бизге көрсөтүп турду;

Ошондой эле жыйырма үч жылдан бери менин жардамчым болуп келген Дейв Беллиске долбоорубузду даярдоодо жана уюштурууда көрсөткөн жардамы үчүн терең ыраазычылык билдиребиз. Ушул сериядагы окуялар анын «Youth in Crisis Resource» үчүн жазылган программаларынан алынган;

Жана дагы, биздин китептерди басып чыгарган Джои Полго жана «Уорд Пабблишингге» биздин долбоорубузга колдоо көрсөткөндүгү үчүн терең ыраазыбыз.



Чаддын ОКУЯСЫ

«**М**унун бардыгы Мэтти үчүн, мен билем», — деп Чад Роджерс өзү менен өзү сүйлөшүп бара жатты. Дене түзүлүшү чымыр болгон өспүрүм чаң баскан жол менен, кечке маал бара жатты. Бутуна туш келген майда ташты бир тээп, инисине болгон ачуусун чыгарып алды. «Ал жетиге да чыга элек, апам болсо, ал жердеги эң маанилүү адам болгон-суп мамиле кылат! Азыр да ага дагы бир видео оюн сатып бериш үчүн дүкөнгө алып баргандыр. Мени мектептен алып кетүүгө келип да койбогону таң калыштуу эмес!»

Чад ийинине китептери салынган рюкзагын асынып алган болчу. Ал мектебинен бери бир чакырымдай жерди басып өтүп койгон эле, бирок үйүнө жетиш үчүн дагы беш чакырымдай жол калган.

«Мындан эч нерсе чыкпаарын билгем! — деп күңкүлдөп жатты Чад. — Апам мектепке бир саат

мурун келиши керек эле — ушинтип сүйлөшпө-
дүк беле. Ал шаарга барып, Робду машыгуу са-
багынан алар замат мектепке келем деген. Биз
саат беш жарымда кечки тамакты ичип алып, бир
сааттан кийин Роб экөөбүз жыйында болушубуз
керек. Эгерде биз кечигип калсак, анда жаштар
оюнга бизсиз эле кетип калышат да. Сениби, Мэт-
ти, менден бирди көрөсүң го!»

Көчө, адаттагыдай, ээн эле. Чад артынан унаа
келе жатканын укту. «Менимче, бул апамдын кичи
автобусу», — деп ойлоду ал, бирок мени күтүп
жаткан экен деп ойлоп калбашы үчүн, артын ка-
рабай баса берди. Чад апасы жакын келип, анын
жанына токтомоюнча, ага көңүл бурбай коюуну
чечти. Мэтти үчүн ал мектепте күткөн сыяктуу,
ал да Чадды күтө турсун! Чад болсо жөө эле баса
берет. Чаддын досу Роб да Мэтти жана апасы ме-
нен чогуу келмек. Ал мени түшүнөт, себеби анын
да ушундай эле өтө эле эркелеген кичинекей ини-
си бар.

Ал күткөндөй эле, артынан келген унаа жай
айдай баштады. Бирок ал токтогондо, апасынын
жашыл кичи автобусу эмес экенин көрдү. Бул ата-
сынын пикап унаасы экен.

— Чад! — деп чакырды атасы ачык терезе аркылуу.

Бен Роджерс жергиликтүү консерва заводунда текшерүүчү болуп иштетчү жана жайдын ортосунан бери күнүнө он-он эки сааттан иштеп жүргөн.

Чад таң кала карап, токтоп атасын карады да:

— Сен бүгүн жумуштан эрте келгенсиң го... — деди.

Атасы анын сөзүп бөлүп:

— Чад, тезинен унаага түш! — деди.

Атасынын үнү бир кызыктай чыкты, анын мындай үнүн Чад мурда эч качан уккан эмес болчу. Атасы ачууланган эмес, бирок кубанычтуу да эмес эле. Анын кебетеси кыйналгандай жана тынчы кеткендей көрүндү. «Балким, мени мектептин алдынан таппай коюп, апам коркуп кеткендир, анан атама телефон чалып, мени таап келишин сурангандыр», — деп ойлоп жатты ал.

Унаага түшөр замат, Чад эмне үчүн мектептен кетип калганын түшүндүрө баштады эле, атасы анын сөзүн бөлүп, колун Чаддын ийинине койду да:

— Чад... кырсык болду. Биз ооруканага барышыбыз керек... азыр тезинен барышыбыз керек, — деди кыйналган үн менен.

Чаддын денесинен электр тогу өткөндөй болду. Ал атасынын колун кармай салды да:

— Апам? Мэтти? Алар жакшы элеби? — деп сурады.

Бендин эрди титиреп, көздөрү жашка толуп кетти.

— Уулум, бардыгы жаман. Унаадагылардын бардыгын: апанды, Мэттини жана Робду ооруканага алып кетишти, — атасынын үнү үзүлүп чыгып жатты, анын жүзүнөн өтө терең кайгынын издери байкалып турду. — Жолдон чоң жүк ташуучу унаа кайрылып жаткан экен.

— Ата, жок! — деп кыйкырып жиберди Чад. — Мындай болушу мүмкүн эмес! Алар жөн гана, мени алып кетиш үчүн мектепке кечигип калышты! — деп артын карады. Ал апасынын кичи автобусун көрөм деп үмүттөнүп жатты, бирок көчө мурункусундай эле ээн болчу.

— Чад, бардыгы жаман, бирок биз өзүбүздү кармап, ооруканага барышыбыз керек. Биз азыр апана, Мэттиге керекпиз. Робго да керекпиз.

Чад колдору менен бетин жаап алды.

— Мындай болушу мүмкүн эмес, — деди ал, ичиндеги сезимдерин башкарууга аракет кылып. Анан ал колледжде окуган эжесин эстеп: — Бесс билеби? Ага телефон чалдыңбы? — деди.

— Мен сени табыш үчүн, түз эле жумуштан келдим, уулум. Ооруканага келип, апаң менен Мэтьюнун абалдарын билгенибизден кийин, мен ага чалам.

— Тезирээк, ата, тезирээк! — деп кыйкырды Чад, ый аралаш үнү менен.

Бен ылдамдыкты алмаштырып, пикапты артка буруп, шаарды көздөй айдап жөнөдү. Чад атасынын бекем колун сезип турду, ал: «Атаке, бизге жардам берчи. Биздин үй-бүлөбүзгө жардам берчи. Биз Сага муктажбыз», — деп сыйынып жатканын укту.

«Кудай, суранам, бизге жардам берчи», — деп Чад дагы ичинен кайталады.

Алар ооруканага келгенде жүк ташуучу унаа жолдон бурулуп, Роджерстердин кичи автобусун сүзгөн кезде, Чаддын алты жашар иниси дароо жан бергендигин угушту. Чад, Бен жана үй-бүлөнүн башка мүчөлөрү бирин-бири кучакташып

ыйлап жатышты. Ал жерде алардын достору жана кошуналары да бар эле, алар кырсык жөнүндө угаар замат ооруканага келишкен болчу. Алардын арасында жыйын жетекчиси О'Нейл мырза да бар эле. Чаддын үй-бүлөсү ал жетектеген жыйынга барышчу.

Күтүү бөлмөсүндө алардын достору да отурушту. Бул жол кырсыгы тууралуу суук кабарды укканда, жыйындын жаштары футболго барууну токтотушкан экен. Чад менен Робдун достору бири бирин сооротушуп, алардын үй-бүлөлөрү үчүн сыйынып жатышты. Алардын арасында жаштардын насаатчылары болгон Даг жана Джинни Шоулар да жүрүштү.

Ооруканада болгон бир сааттын ичинде, Чад өзүн толтуруп жаткан эмоцияларды эптеп башкарууга аракет кылып жатты. Мэтью жан бергендиги тууралуу кабарды уккандагы шоктон кийин, доктурлар анын апасы менен досунун өмүрү үчүн күрөшүп жатышкандыгы аны эсине келтирди. Бардыгы тез жардамдын кабылдама бөлмөсүнөн чыгып, хирургия бөлүмүнүн кабылдмасына келишти да, доктурлардан кабар күтө башташты. Ооруканага дагы башка туугандар келип жатыш-

кан эле, алардын ар бири келген сайын, кайгы менен көз жаштын улам жаңы толкуну каптап жатты. Чад болсо, көздөрү шишип, кызарып чыкты жана көкүрөгү ооруп, денесинин калтыраганын эптеп басып жатты.

Туугандарынын арасында турган Чад Даг менен Джинни Шоуларды байкаган эмес болчу. Алар Чадга жакын келип, аны кучактаганда, ал чыдабай кайрадан буркурап ыйлай баштады. Бир нече мүнөт алар үчөө чогуу ыйлап турушту. Даг менен Джиннинин шаарда кичинекей басмаканасы бар эле. Алар жыйындагы жаштар менен иштеген уюмда өз ыктыяры менен кызмат кылышчу. Даг жаштар менен Ыйык Жазууну изилдөө сабактарынын көбүн өткөрчү, ал эми Джинни ага жардам берчү. «Чад алардын багып алган уулу», — деп Даг менен Джинни көп тамаша кылышчу. Чад да аларга «экинчи ата-эне» катары мамиле жасачу.

Даг менен Джинни Чадды кабылдаманын бурчунда турган диванга отургузду, анан Даг ага ушул эле жерде турган автоматтан сатып алган муздак ширенин кичинекей бөтөлкөсүн сунду. Чад рахматын айтып, ширеден чоң жутту.

— Мен мунун баарына ишене албай турам, — деди Чад, көз жашын кармап.

— Мен билем, Чад, бул абдан оор. Биз сенин кайгыңды түшүнөбүз, — деди Даг, анын үнүндө толкунданып жатканы билинип турду.

— Биз сени жакшы көрөбүз, Чад, сенин башыңа ушундай кайгы түшкөнүнө өкүнүп турабыз. Биз Мэтью үчүн ичибиз ачышып жатат, — деп кошумчалады Джинни.

— Мэтью өлдү, апам менен Роб оор жаракаттарды алышты. Мен өзүмдүн эмоцияларымды башкара албай жатам, — деп өксүдү Чад.

Даг Чаддын колун таптап койду да:

— Эч нерсе эмес, ыйлап ал. Сен ичиндеги бугунду чыгарышың керек. Биз сени менен жана сенин үй-бүлөң менен чогуу ыйлап турабыз, — деди.

— Кудай да сенин кайгыңды сезип турарын билем, Чад. Эгерде Ыйса азыр биздин арабызда турса, менимче, Ал да биз менен чогуу ыйламак, — деди Джинни.

Чад улам көздөрүн аарчып, бир мүнөттөн ашык унчукпастан отурду. Даг менен Джинни мээримдүү колдору менен Чадды далысынан таптап,

анын жанында турушту. Бөлмөнүн башка бурчунда жыйын жетекчиси О'Нейл жана жыйындан келген тааныштар Бен Роджерсти сооротуп жатышты. Робдун үй-бүлөсү да жакындары жана досторунун курчоосунда, ушул бөлмөдө чогуу турушту. Бардыгы Мэтьюнун өлүмүнөн кийин Чаддын апасы, Маргарет жана Роб да аман калышы үчүн сыйынып жатышты, себеби алар дагы деле хирургия бөлүмүндө жатышкан болчу.

— Мен Мэттиге ачууланып жаткан элем. Апам ал үчүн мени мектептен алып кетүүгө кечигип жатат деп ойлогом, — деди Чад башын чайкап.

— Мен түшүнөм, бул абдан оор, — деп Дад жумшак үн менен соорото айтты.

— Мен кичинекей инимди ал кылбаган нерсе үчүн айыптадым. Бул анын күнөөсү эмес болчу. Эми болсо Мэтти жок, мен ага ачуулангандыгым үчүн андан кечирим сурай албайм, — деп кыйналып жатты Чад.

— Сен мындай абалдан өтүшүң керек болгондугу үчүн өкүнүп турабыз. Биз сени менен болобуз, — деди Джинни.

Анан бир аз унчукпай тургандан кийин, Чад мындай деди:

— Апам өлбөшү керек, ал өлбөшү керек. Ал менин апам, биз бири-бирибизге абдан жакынбыз, ал мага керек. Ал Бесске да керек. Кудай менин апамды алып кетпейт да, туурабы? Робду да... Эмне үчүн бул кырсык менин апам, менин жакын досум жана менин кичүү иним менен болду? Менин оюмча, Кудай адилеттүү эмес.

Джинни Чадды кайрадан мээримдүү кучактап:

— Мен да өкүнүп жатам. Сенин кайгырганыңды көрүү мен үчүн оор болуп жатат, — деди ал. Анын үнү титиреп кетти.

— Менин оюмча, туугандарың сенин жаныңда болууну каалап жатышат окшойт. Бирок биринчи сыйынып алалы, макулбу? — деди Даг.

Чад тил алуу менен башын ийкеди.

Үчөө бири-бирине жакын отуруп, колдорун кармашты. Анан Даг сыйына баштады:

— Биздин Асмандагы Атабыз, Сен Чадды сүйгөндүгүң үчүн жана анын кайгысын билгендигиң үчүн Сага ыраазыбыз. Сен азыр биздин жаныбызда болгонуңа жана сооронучуңа рахмат. Биз Мэтью үчүн өксүп турабыз жана Өзүңдүн Кудайлык күчүң менен Маргаретти жана Робду сактап беришиңди суранабыз. Сенин сүйүүгө толгон

жана баталаган колуң Чаддын жана анын үй-бүлөсүнүн үстүндө болсун. Биз Ыйсанын ысымынан сыйынабыз, омиин.

Чад башын көтөрүп, эми эле кирип келген тайкеси менен анын уулдарын көрдү.

— Мен тайкем жана туугандарым менен болушум керек, — деп түшүндүрдү ал. Анан алар ордунан турушту.

— Албетте, бар. Биз бул жерде болобуз. Алыс кетпейбиз, — деди Даг.

— Силерге рахмат! — деп Чад аларды бекем кучактады. Анан ал туугандарына жөнөдү.

Хирургия бөлүмүнөн доктурлардын чыгышын күтүү абдан оор болуп жатты. Жубайынын аман каларына үмүтү аз болгон Бен Роджерс кичинекей уулунун денесин ооруканадан алып кетүү үчүн, маркумду жерге берүү бюросу менен сүйлөшүп жатты. Андан соң, Чад менен Бен Бесске телефон чалышты жана ал бүгүн эле учуп келерин айтты. Анын үнү телефондон ушунчалык тынч болгондугуна Чад таң калды. Андан кийин алар кайрадан күтө башташты. Адамдар Чадга жакын келишип, аны сооротуп, күч берүүгө аракет кылып жатышты: «Сенин иниц, сага караганда, Кудайга

көбүрөөк керек болгон окшойт. Ошондуктан Кудай аны Өзүнө алып кетти»; «Ал көп кыйналган жок, ошонусуна да шүгүр»; «Иниң силер менен алты жыл жашагандыгы үчүн Кудайга ыраазы болушуң керек»; «Бардыгы жакшы болот». Бул адамдар жакшы ой менен бул сөздөрдү айтып жатышкандыгын Чад билгени менен, мындай сөздөрдөн ал өзүн жеңил сезе алган жок. Ал бир нече жолу Даг менен Джинниден: «Биз кайгырып турабыз» жана «Биз сени мененбиз» деген сөздөрдү угуу үчүн, аларга келип-кетип турду.

Биринчи болуп Робго операция кылган доктор чыкты. Ал сүйлөп жатканда, Чад демин ичине катып, уга баштады. Өмүргө кооптуу жарааттардын коркунучтуу деталдары жана операция учурундагы болгон кыйынчылыктар жөнүндө укканда, Чад селт эте түштү. Доктор Роб бир нече күн жандандыруу бөлүмүндө, анын өмүрүн кармап турган аппаратка туташылып турарын айтты. Анын аман калышы — элүү пайызды түзүп турган эле. Чад, Даг жана Джинни Робдун ата-энеси менен чогуу сыйынышты.

Жыйырма мүнөттөн кийин башка доктор, нейрохирург, чыкканда Чад качып, бир жерге бекинип

алууну каалап кетти. Эгерде ал доктурдун сөздөрүн укпаса, анда апасынын абалы жакшы экендигине жана бул коркунучтуу жагдай бир гана Мэтью менен Робго гана тийиштүү экендигине өзүн-өзү ишендире алмак. Бирок Бен аны колу менен чакырып, өзүнүн жанына диванга отургузуп, анын ийининен кучактап турду. Чад колун атасынын алаканына салып, доктурдун айтканын угуп жатты.

Доктур отургучка отуруп, Бен Роджерске кайрылып:

— Биз сиздин жубайыңызды операция бөлмөсүнөн чыгардык. Азыркы учурда анын денеси күрөшүп жатат, бирок абалы абдан оор. Авариядан ал баш мээсинен оор жаракат алган экен, биз колу-буздан келгендин баарын жасадык. Бирок ал өз алдынча дем ала албайт жана анын мээсинин функциясы да өтө алсыз абалда, кечириңиз, — деди.

— Менин апамдын мээси функциясын токтотту деп айткыңыз келип турабы? — деген сөздөр коркуп турган Чаддын оозунан чыгып кеткендиктен, ал өзүн токтотууга жетишпей калды.

Мектептеги жазгы семестр учурунда ал баш мээнин иштөө функцияларын окуп изилдеген болчу. Ошол кезде «баш мээсинин өлүмү» деген сөз-

дөр анын жашоосуна эч кандай тиешеси жок бол-
годуктан, башка чет тилдеги сөз сыяктуу угулган
эле. Азыр болсо, бул сөздөр эң эле коркунучтуу
реалдуулукка айланды.

Хирург Чадга бурулуп:

— Биз ушул түнү сенин апандын абалына кыл-
даттык менен көңүл буруп турабыз жана таң ат-
канда көбүрөөк маалымат бере алабыз. Азыр мен
анын мээсинин өлгөндүгүн айта албайм, бирок
бардыгы начар болуп жатат. Медицинанын көз ка-
рашында биз мүмкүн болгон нерсенин бардыгын
жасадык, бирок мен сыйынуу менен кереметке да
ишенем. Мындан аркысынын бардыгы — Улуу
Айыктыруучунун колунда, — деди.

Чад бул коркунучтуу дүйнөдөн алыс болугусу
келгендей түр менен, көздөрүн жаап алды. Эгерде
анын жанында атасы менен Даг болбогондо, ал ка-
былдамадан качып чыкмак.

— Биз аны көрсөк болобу? — деди Бен, анын
үнү толкунданып тургандыктан үзүлүп жатты.

— Азыр ал интенсивдүү терапия аппараты-
на туташылып турат. Ал комада, бирок силердин
үнүңөр ага күч бериши мүмкүн. Кааласаңар менин
артымдан баргыла, — деди доктур ордуна туруп.

Чад апасын көрүү үчүн барышы керектигин билсе да, батына албай турду. Ушул эшиктен кирүү менен, ал апасы чындап эле ооруканада экендигин жана анын өмүрүн кармап турган аппараттарга туташылып жаткандыгын кабыл алышы керек болмок. Бирок ал муну кабыл алгысы келген жок. Ар кандай кырсыктар башка адамдардын жашоосунда боло берсин, бирок анын жашоосунда болбошу керек. Бир нече мүнөттөн кийин Чад Даг Шоу менен биргеликте күнүрт коридордон жандандыруу бөлүмүнө бара жатканын түшүндү, О'Нейл мырза менен атасы алардын алдында бара жатышкан. Джинни Бессти аэропорттон тосуп, аны ооруканага алып келүүгө кеткен эле.

Керебетте жаткан аялды көргөндө, Чад жеңилдей түшкөндөй болду. Бул анын энеси эмес эле. Деги эле, ал ага окшош эмес эле. Аялдын шишиген бетинин бир жери көгөрүп, бир жери кара-кызгылт же өлүктөй купкуу болуп турган эле. Анын башы бинт менен таңылуу болчу. Ал эми оозу менен мурдуанан чыгып турган түтүктөр, анын бетин ого бетер коркунучтуу кылып көрсөтүп турду. Чаддын эсинде калган жалтыраган жашыл көздөр эмес, кочкул көк болуп көгөргөн көздөр жумулган экен. Бул аял анын апасы эмес,

башка бирөөнүн апасы экендигин тастыктоо үчүн, Чад жакын келди.

Бирок атасынын реакциясы аны ойготкондой болду. Ал шейшептин үстүндөгү жубайынын кубарган колун алып, жумшак жана назик үн менен сүйлөшө баштады. Бир мүнөттөн кийин Чадга да кезек келди. Ал керебетке жакындап, атасынын жанына турду.

Эч кыймылсыз жаткан денени көргөндө, Чад акырындык менен энесин тааный баштады. Таңылган башынан чыгып турган чачы, так эле анын апасыныкындай эле. Кулагынын формасы, ээгиндеги чукуру — мунун бардыгы ага тааныш көрүндү. «Бул аял сен экендигиңе ишенгим келбейт, апа, бирок бул сен экенсиң», — деп унчукпастан макул болду Чад.

Бул учурда ал ыйлаган жок. Ал жансыз денени карап турган мезгилде, анын ичинде башка сезимдер кайнап жатты. Анын оозунан: «Кудай, эмне үчүн бул кырсык менин апам менен болуусуна жол бердиң?» деген эч ким күтпөгөн, ачууга толгон сөздөр сыртка чыгып кетүүсүнөн корккон сыяктуу, Чад эрдин бекем тиштеп, жаагын карыштырды.

ОЙ ЖҮГҮРТҮҮ УБАКТЫСЫ

Чад кабыл болгондой, жакын адамыңдын же досундун өлүмүн баштан өткөрүү ушунчалык оор жана кыйын. Балким, сиз мындан өткөндүрсүз. Ал апаңызбы же атаңызбы, рактан каза болгон чоң энеңизби же чоң атаңызбы, унаа кырсыктан каза тапкан жакын досуңузбу, уктаган боюнча ойгонбой калган кичинекей инициңизби же карындашыңызбы, же дагы башка сизге жакын адамыңызбы — баары бир бул өтө оор. Унаа кырсыгында каза болгон Мэтью Роджерс сыяктуу же жүрөк оорусунан, же зордук-зомбулуктан каза болгон, күтүлбөгөн өлүмдү көтөрүү өзгөчө оор.

Чаддын окуясынын биринчи бөлүмүндө бир нече маанилүү жерлерин белгилеп кетүү зарыл. Эгерде сиз да жакын адамыңыздан ажыраган болсоңуз, анда бул жерлери сизге пайдалуу болушу мүмкүн.

Биринчиден, жакын адамыңыз өлгөндө, сизде ар түрдүү эмоциялар болушу мүмкүн. Сизде кайгыруу, үмүтсүздүк, ишенимсиздик, коркунуч, керек болсо каардануу да болушу мүмкүн. Сиз эч качан ыйлап көрбөгөндөй ыйлайсыз жана ички дүйнөңүз бош болуп калганын сезесиз. Ошондой

эле, ошол абалдын өзүнө да, сизди таштап кеткен адамга да, анын өлүмүнө себепкер болгондордун баарына, керек болсо, мунун баарына жол берип жаткан Кудайга да ачууланасыз. Бирок бул сезимдер кадимки жана табигый сезимдер экендигин билиңиз. Анткени бизди Кудай ушундай кылып жаратып койгон. Сиздин эмоцияларыңыз — ички жан дүйнөңүздүн ооругандыгын чыгарып турган клапанга окшош. Бул эмоцияларды түшүнүү жана аларды башкара билүү абдан маанилүү. Анткени сиздеги пайдалуу эмоциялар менен биргеликте, сизге зыян келтирген эмоциялар да чыгышы мүмкүн.

Даг менен Джинни Чадга берген эң жөнөкөй кеңеш — эмоцияларды жашырбастан, ичиндеги кайгыны сыртка чыгаруу кеңеши толугу менен туура болгон. Алар Чаддын жанында отурушуп, аны менен чогуу ыйлашты. Мындай мамиле Ыйсанын: «Ыйлагандар бактылуу, анткени алар сооронушат» (Мат.5:4) деген сөздөрүн чагылдырып турат. Ыйлоо — бул процесс, ал аркылуу жан дүйнөнүн ооруганы сыртка чыгат. Башка адамдар сиздин кайгыңыз менен азабыңызды бөлүшүп, сиз менен чогуу ыйлашы үчүн, аларга өзүңүздү ачып

бересиз. Мына ушундай жол менен Кудай сизди баталагысы келет жана оор жоготууга дуушар болгон жүрөгүңүздү айыктырууну каалайт. Сизде боло турган ар кандай эмоцияларды сезе билүү — өтө маанилүү жана пайдалуу боло алат.

Экинчиден, жакын адамынан же досунан ажырагандын биринчи сааттарында, сиздин үй-бүлөңүз сооронууга өзгөчө муктаж болот. Мына ошондуктан Даг менен Джинни Чад менен анын атасынын жанында болуу үчүн, дароо ооруканга жетип келишкен. Биздин жан дүйнөбүз ооруп, азап тартып жаткан кезде, биздин кайгыбызды тең бөлүшкөн адамдардын жаныбызда болгону — биз үчүн чоң сооронуч. Кудай бизге сооронучту жакындарыбыз аркылуу жөнөтөт. Элчи Пабыл жазгандай: «Кудай бизди соороткондой эле, ар кандай кыйынчылыктарды башынан кечирип жаткандарды соорото алышыбыз үчүн, Ал бизди бардык кыйынчылыктарыбызда сооротуп жатат» (2 Кор.1:4).

Сооротуу деген эмне? Алгач, ал эмне эмес экендигин көрүп алганыбыз пайдалуу болоттур. Сооротуу — бул бекем жана кайраттуу болууга чакырык эмес. Сооротуу — бул эмне үчүн адамдарда

кырсыктар боло тургандыгын түшүндүрүүгө аракет жасоо эмес. Сооротуу — бул Кудай бардыгын башкарып тургандыгы жөнүндөгү туура сөздөрдүн жыйындысы эмес. Мунун бардыгы убактысы келгенде пайдалуу болушу мүмкүн, бирок булар биздин сооронууга болгон муктаждыктарыбызды толтура албайт.

Адамдар биздин оор абалыбызды сезип жана биз менен кошо кайгыруусу аркылуу бизди соорото алышат. Ыйса Өзү да досу Лазар өлгөндө сооротуу кызматын көрсөтүп берген (Жак.11 бөлүмдү караңыз). Ыйса Лазардын карындаштары Марта менен Мариянын үйүнө келгенде, алар менен чогуу ыйлаган (33–34- аяттарды караңыз). Андан кийин гана Ал Өзүнүн ажайыбын — Лазарды өлгөндөн тирилтүүсү аркылуу көрсөткөн (38–44-аяттарды караңыз).

Эмне үчүн Ыйса кайгыдан азап тартып жаткан Марта менен Марияга: «Ыйлаштын кереги жок, Лазар жакында тирилет» деп айткан эмес? Анткени ошол учурда алар кайгысын тең бөлүшкөн адамга муктаж болуп турушкан. Ыйса алардын кайгысы менен көз жашын тең бөлүшүп, алардын муктаждыгын толтуруп берген. Андан кийин гана

Ал керемет жасап, алардын кайгысын кубанычка айланткан.

Биз кыйналып жатканда жалгыз эмес экенибизди билишибиз керек, ошондо гана биз соороно алабыз. Пабыл элчи да бизди: «Кубангандар менен кубангыла, ыйлагандар менен ыйлагыла» (Рим. 12:15) — деп үйрөткөн. Сиз кайгырып жаткан учурда, адамдар сизди кайраттуу болууга чакырып же болуп жаткан окуянын себептерин түшүндүрүүгө аракет кылуу менен сизди сооротушат. Бирок алар чыныгы сооротуу деген эмне экендигин билбеши мүмкүн. Ошондо жаныңызда сиз муктаж болгон сооротууну бере алган, Даг жана Джинни Шоуга окшогон адамдар бар экендигине үмүттөнүү керек. Сиз менен чогуу кайгырып, кыйналып жана керек болсо, чогуу ыйлаган адам аркылуу, сиз Кудайдын кам көрүүсүн сезе аласыз. Даг менен Джинни Шоу — оор абалга туш болгон адамды соорото алган, чыныгы сооротуучунун жакшы үлгүлөрү.

Бирок жакынын жоготуу менен бирге келген башка көптөгөн аспектилер жөнүндө Чад Роджерс эми жакында билет.



Чаддын ОКУЯСЫ

Чад атасы экөө дем алыш күндөрү ооруканада эле жашап калышты. Алар үйүнө уктаганга, жуунганга жана кийимдерин которгонго гана кечкисин келишчү. Аларга туугандары, коңшулары менен жыйындагы достору абдан чоң жардам берип жатышты. Коңшулары алардын эки чоң итине тамак берип, сейилдетип жатышты, ал эми достору аларга ооруканага тамак жеткирип, гүлдөрдү алып келип турушту. Алардын көбү ата — уулдун ооруканада түнү бою калган күндөрү келип, аларга күч берип турушту. Чад өзгөчө Даг менен Джинни Шоулардын келип турушканына ыраазы болуп жатты.

Ишембиден жекшембиге караган түнү Чад бир нече эле саат уктай алды. Эрте менен эрте ойгонгондо, өткөн жума күндүн коркунучу жөн гана түш болуп калсынчы деп сыйынып турду. Бир нече мүнөт ал апасы, атасы жана Мэтти аны аш-

канада күтүп жаткандыгын элестетип төшөктө жатты. Бирок ашканадан кружкасындагы кофени карап, ыйлап жаткан атасын көргөндө, кайрадан коркунучтуу реалдуулукка кайтып келди.

Жекшемби күнү эрте менен Бен менен Чад жыйынга келишти, андан соң ооруканага жөнөштү. Алар келгенден кийин Чаддын эң жакын досу Роб көз жумду. Чад Робдун ата-энесинин кайгысын тең бөлүшүү үчүн, аларга барды. Алардын жанында Даг менен Джинни жана жыйындан келген жаштардын тобу да бар экен. Чад үчүн бул чоң жоготуу болду. Ал Дагга жакын келип, досунун өлүмүнө өзүн күнөөлүү сезип жатканын сыр кылып айтты.

— Эгерде мен аны жума күнү мени менен барууга көндүрбөгөндө, ал унаага түшмөк эмес жана минтип өлмөк эмес, — деди ал.

Дагдын кам көрүүсү жана сезе билгичтиги Чадга абдан жардам берчү.

Күндүз Бен менен Чад О'Нейл мырзанын жардамы менен Мэтьюну жерге коюу расмиси жөнүндө сүйлөшө башташты. Бирок Бен Маргареттин абалы тууралуу доктурлар тагыраак маалымат бергенге чейин күтө турууну чечти. Чаддын эжеси Бесс маркумду көмүү жөнүндө сүйлөшүүдөн баш

тартты. Ишемби күнү ооруканада ал бир нече саат болду, бирок эч кандай эмоцияларын чыгарган жок. Анын атасы менен иниси күтүп, Маргарет үчүн сыйынып жаткан учурда да, ал шаарда, өзүнүн достору менен болууну чечти.

Дүйшөмбүдө нейрохирург менен сүйлөшкөндөн кийин, Бен кабылдамада Даг менен чогуу отурган уулуна жакын келди. Даг жумушуна бара жатып, алардын акыбалын биле кетүү үчүн, ооруканага келген эле. Чад атасынын бетин карады. Анда терең кайгыруунун мөөрү басылгандай көрүндү. Атасы уулунун жанына отуруп, жумшак бирок кайгылуу үн менен сүйлөй баштады.

— Чад, уулум, менде абдан жаман кабар. Норвел доктур азыр эле мага апак эч качан комадан чыкпай тургандыгын айтты. Ал башка адистер менен кеңешиптир, алардын бардыгы апактын аман калбашы тууралуу айтып жатышат. Убакыт гана көрсөтөт, — деди атасы.

Чаддын башы шылк дей түштү, ал өзүнүн эмоцияларын башкарууга аракет кылып жатты.

— Мен эмне деп айтышты билбей турам, ата, — деди. Ал ушул сөздөрдү да араң айтууга күчү жетти.

— Эч нерсе эмес, уулум. Мен Бессти таап, ага өзүм айтам. Бир аздан кийин баарыбыз чогулабыз, — деди атасы, ишеничтүү үн менен.

Атасы кеткенден кийин, Чад Даг менен бир нече мүнөт сүйлөшүп, андан соң экөө чогуу сыйынышты. Анан Даг кечке чейин дагы келип кетүүнү убада кылып, жумушуна жөнөдү.

Чад апасы менен бөлмөдө жалгыз калды. Бир нече мүнөт бою ал дем алдыруучу аппараттын жардамы менен гана жашап жаткан кыймылсыз денени карап турду. Апасынын кубарган бетинин көгөргөн жерлери, эми жагымсыз саргая түшкөн эле. Ал аял апасына таптакыр окшобогон, бейтааныш адамдай көрүнүп турду.

Чад анын кулагына ийилип:

— Сенин өлүп калышыңды каалабайм. Мен сени сагынып жатам, апа, — деп шыбырады.

Апасы ага жооп бере албасын түшүнүп тургандыктан, Чад башын ылдый салып:

— Теңир, Сен керемет жасап, апамды айыктырып беришиңди каалайм. Бирок эгерде андай кылбай турган болсоң, анда азыр мага айт. Мен аны ушундай абалда жатканын көрө албайм, — деп сыйынды.

Анан ал-күчү кетип, күчү калбай калган Чад креслодо отурган жеринен уктап кетти.

Бир аздан кийин Маргарет үчүн сыйынууга О'Нейл мырза жана дагы башка жакын достору келишти. Бирок Чад алар менен сыйынуудан баш тартып, кабылдама бөлмөсүндө башкалар менен калууну чечти. Ал Даг Шоуга жакын келип:

— Мындай болушу мүмкүн эмес, Даг. Мүмкүн эмес!

— Мен түшүнүп турам. Мунун бардыгы чын эместей, түнкү коркунучтуу түш сыяктуу болуп жаткандай.

— Апам өлбөшү керек, ал мындай кылбашы керек. Мен мектепти аяктап, колледжге тапшырганда, ал менин жанымда болушу керек. Биздин ушунчалык көп максаттарыбыз бар. Ал мени таштап кетпеши керек. Бул адилетсиздик.

— Сенин апаң сени менен чогуу боло албастыгы өкүнүчтүү, Чад, — деди Даг. — Сен өзүңдү дагы кандай сезип жатасың?

Чад эмне дээрин билбей калды.

— Мен ачуум келип турат. Бул жаманбы?

Даг жаш досун далысынан таптап койду.

— Ачуулануу — бул бардыгына белгилүү жана кадимки эле сезим. Мага өзүңдүн ачууланууң тууралуу айтып берчи.

— Мен ошол жүк ташуучу унаанын айдоочусуна, ал кесилиштен кайрылгандыгы үчүн ачууланып жатам. Эмне үчүн бул жерде жолдор өтө тар? Эгерде жолдор кененирээк болгондо, балким апам башка жолго буруп кетүүгө жетишмек.

Бул сөздөрдү айтып, Чад токтоп калды, анан көзүндөгү жашын аарчыды.

— Мен Кудайга да бул кырсыкка жол бергендиги үчүн бир аз ачууланып турам. Ал жүк ташуучу унаанын ошол жолдон бурулуусун токтотуп кое алмак. Эмне үчүн Ал муну кылган жок? Ал жүк ташуучу унаа башка бирөөнүн, балдары жок болгон бирөөнүн унаасын сүзсө болмок.

Даг башын ийкеп:

— Ооба, мунун бардыгын түшүнүү кыйын, туурабы? — деди.

Даг бир саамга унчупай турду, анан:

— Сен мага айткың келген дагы башка сезимдер барбы? — деп сурады.

Чад эки жагын карады, анан эч ким укпашы үчүн, үнүн акырын чыгарып:

— Менин оюмча, апам жана Мэтью менен ушундай болгондугуна мен күнөөлүүмүн, — деп шыбырады.

— Сенин күнөөң? Сен эмне дегин келип турат?

Чад башын ылдый салып:

— Акыркы күндөрү мен сыйынууда туруктуу болгон эмесмин. Балким, мен үй-бүлөм үчүн керектүү түрдө дайыма сыйынып турсам, мындай болмок эмес.

— О, Чад. Сенин тынчыңды ушундай ойлор алып жаткандыгы өтө өкүнүчтүү, — деди Чад.

Анан Чад сөзүн улантып:

— Кечээ кечинде мен муну мойнума алып, Кудайга тобо кылдым. Эгерде Ал апамды аман калтырса, мен Ага дайыма тил алчаак жана ишенимдүү болууга убада бердим, — деди.

Ушул учурда эшик ачылып, кабылдамага Бен жана О'Нейл мырза акырын кирип келишти. Чад башын көтөрүп атасын карады да, анын жүзүнөн бардыгын түшүндү.

— Менимче, менин сыйынуум кечигип калган окшойт, — деди ал.

Көз жашын кармоого аракет кылып, Бен кабылдамада отургандарга:

— Маргарет азыр Кудай менен жана Мэтью менен, — деди.

Туугандары менен достору бири-бирин сооротуп кучакташып, акырындык менен бөлмөдөн чыга башташты. Алар Маргареттин азап тартуусу бүткөндүгүнө жеңилдене түшкөндөй көрүнүп турду. Бирок анын он беш жаштагы уулу дагы деле аны толтуруп жаткан сезимдери менен күрөшүп жаткан эле.

Даг кетээр алдында Чадды бери чакырып:

— Мында сенин күнөөң жок. Коркпо, мен сенин жаныңда болом, бул абалдан чыгууга сага жардам берем, — деп шыбырады. Бул сөздөрдү айтып жатканда анын көздөрү аянычтуу мээримге толуп турду.

ОЙ ЖҮГҮРТҮҮ УБАКТЫСЫ

Чад Роджерстин жашоосун астын-үстүн кылып салган бул кырсыктын болгонуна үч күн толук өтө

элек. Бирок ушундай кайгыны башынан өткөргөн адамдардын жашоосунда болгон процесстер азыр Чадда да башталды. Мындай абал бир нече жумадан бир нече айга созулушу мүмкүн жана өзүндө беш стадияны камтыйт. Бул стадиялардан ар бир адам ар кандай түрдө өтөт. Кээ бир жеринен жеңил эле өтүп кеткен соң, ага кайрадан бир нече убакыттан кийин кайтып келген учурлар да болот. Бирок үй-бүлөнүздөгү кайгылуу жагдайларга карата болгон сиздин реакцияңыз Чаддын реакциясына көбүрөөк окшош болушу мүмкүн.

Эң биринчи стадия — баш тартуу. Кээде сиздин жашооңузда ушундай кырсыктар болуп жаткандыгына ишенүүдөн баш тартып жатканыңызды байкайсыз. Чадда бул реакция ал апасы жаткан бөлмөгө киргиси келбегенде көрүнгөн. Ал апасын ошол жерден көрүүнү каалаган жок, эгерде ал аны бөлмөдөн көрсө, бул кырсык анын башына чын эле түшкөнүн далилдемек. Кийинчерээк ал өзүн мунун бардыгы жөн гана түнкү коркунучтуу түш деп ишендирүүгө аракет жасаган. Сиздин башыңызга түшкөн оор абалдан сиздин мээңиз: «Жок, мындай болушу мүмкүн эмес» — деп өзүн коргоого аракет кылат. Бул да өзүн коргоонун бир ыкмасы.

Экинчи стадиясы — бул ачуулануу. Ушундай жагдайларда дайыма: «эмне себептен ушундай болуп жатат?» деген суроону өзүңүзгө берүү менен, сиз тез эле ачуулана баштаганыңызды байкайсыз, себеби бул суроого ылайыктуу жана туура жооп таба албай жатасыз. Сиз жакын адамыңыздан ажырадыңыз жана бул өтө чоң адилетсиздиктей сезилет. Чад сыяктуу эле, сиздин ачууланууңуз ар кандай багытта болушу мүмкүн: өлүмдүн себебине (унаага, жергиликтүү бийликке, рак же жүрөк оорусуна, ж.б.), ушул абалга кичине болсо да катышы бар бир адамга же көп адамдарга (айдоочу, доктур, кылмышкер ж.б). Бул канчалык таң калыштуу көрүнбөсүн, бирок өлүп калган адамдын өзүнө да ачууланышыңыз мүмкүн («Эмне үчүн ал мени таштап кетти»). Жана өзүңүзгө-өзүңүз ачууланышыңыз мүмкүн, анткени сиз ушул кырсыктын болушуна өзүңүздү күнөөлүү деп эсептейсиз. Чад да ушунун бардыгын башынан өткөрүп жатат.

Үчүнчү стадия — *Кудай менен келишим түзүүгө аракет кылуу*. Кудайдан болуп жаткан абалды өзгөртүп берүүсүн сурануу. Эгерде Кудай сиздин жакын адамыңызды аман калтырып, сиздин кай-

гыңызды азайтып берсе, анда сиз жашооңузду өзгөртүүгө убада берип, Аны менен келишим түзүп жатканыңызды да байкай аласыз. Чад өзүн жаман машаякчы деп эсептеген жана ушул себептен улам, анын жашоосунда бул кырсык болду деп ойлогондуктан, анда өзүн күнөөлөгөн жалган сезимдер пайда болгон. Ушундан улам ал Кудай менен келишим түзүүгө аракет жасаган. Кудай менен келишим түзүүгө болгон аракетинизде, сиз бардыгын мурунку калыбына келтирүүнү жана өзүңүздүн кетирген катачылыктарыңызды оңдоо мүмкүнчүлүгүн мотив катары колдонушуңуз мүмкүн.

Кийинки стадия — бул депрессия. Депрессия сиз жакын адамыңызды кайра көрбөй турганыңызды түшүнгөндө башталышы мүмкүн. Бул — үмүтсүздүк жана азап тартуу сезимдеринин сиздин ички дүйнөңүздү басмырлоосу. Депрессия коркунуч менен, өзүнө ишенбестик жана мындан ары ошол жакын адамыңыз жок болсо, кантип жашай турганыңыз жөнүндө тынчсыздануу менен коштолот. Депрессиянын дагы бир аспекти — жалгыздык. Комада жаткан апасынын жанында отурган Чад аны сагынып жаткандыгын

жана ансыз өзүнүн келечегин көрө албай тургандыгы үчүн канчалык кайгырып жаткандыгын айтып берген.

Акыркы стадия — бул кабыл алуу. Убакыт өткөн сайын, жогоруда айтылган стадиялар азая баштаганда, сиз жоготуунун реалдуулугун түшүнүп, анын артындагы натыйжалары менен кантип жашаш керектигин биле баштайсыз. Бул стадия сиздин жашооңузда кеңири орун алып калган күндө да, сизде ачуулануу, баш тартуу жана депрессия болушу толук ыктымал. Бирок эгерде бул кайгылуу тажырыйбаңыз сизге жакшылык алып келиши үчүн ичиңизде Кудай иштеп жаткан болсо, анда бул сезимдердин сизге тийгизген зыяндуулугу минималдуу болот (Рим. 8:28 караңыз).

Машаякчы жан сооротуучуларда бул беш стадия — жакын адамынан ажыраган учурдагы нормалдуу жана кадимки реакциялар экендигине толук кошулушат. Кээ бир учурларда ушул беш стадиядан өтүүгө бир нече апта өтүшү керек. Бул учурда сиздеги кээ бир эмоциялар же ойлор тынчыңызды алып, сизди буга чейин болуп көрбөгөндөй кыйнашы мүмкүн, же болбосо кээ бир

эмоциялар сизге таптакыр өөн сезилиши мүмкүн. Ушул себептен улам сизде: «Мени менен бир нерсе туура эмес болуп жатабы?» деген ойлор жана шектенүүлөр да пайда болот. Бирок андай эмес. Бул — жашооңузда боло турган эң эле кайгылуу абалга карата сиздин мамилеңиз кадимки эле көрүнүш, буга таң калыштын же коркуунун эч кажети жок.

Ушул стадиялардан өтүп жатканда сизге коркунуч жарата турган бир гана нерсе бар — бул сиздеги болгон эмоцияларды ырксыз жана зыян келтире турган жолдор менен чыгаруу. Мисалы, эгерде ачууланып турган Чад жүк ташуучу унаанын айдоочусунан өч алууга аракет жасаса, же өзүн-өзү өлтүрүүгө түртсө, анда анын бул кылганы туура эмес жана зыяндуу реакция болмок.

Жакын адамынан ажыроонун натыйжалары менен күрөшүүнүн эң эле мыкты жардамчысы — бул убакыт. «Убакыт баарын айыктырат» деген эски макалда бир кичинекей чындык бар. Кырсыктын натыйжаларын көтөрүп кетүү үчүн, сизге убакыт талап кылынарын билиңиз. Сизди толтуруп жаткан сезимдер менен ойлордун баш аламандыгын ирээттеп алыш үчүн, сизге убакыт керек. Булар

тууралуу тажырыйбалуу машаякчы достор жана жетекчилер менен сүйлөшүү үчүн да убакыт керек. Бир нече жума өткөндөн кийин гана, сиздин кайгыңыз акырындык менен азайып, кадимки жашоого кайтып келе аласыз. Убакыт сизге иштеп берүүсүнө жол бериңиз жана оору менен кайгы бат эле кетип калат деп күтпөңүз.

Эми Чаддын энеси көз жумгандан кийин, анын кыйналуусунун жаңы стадиясы башталды. Бирок ал жалгыз эмес болгону жакшы.



Чаддын ОКУЯСЫ

Маргарет жана Мэтью Роджерстерди узатуу расмиси жума күнү эрте менен жыйында боло турган болуп дайындалды. Атасынын уруксаты менен Чад бул аптада мектепке барбоону чечти. Бул убакыттын ичинде ал атасы, Бесс жана башка штаттардан келген туугандары менен болуп, алар менен чогуу аза күттү.

Чад жыйындагы досторунун колдоп турганына да абдан ыраазы болду. Ал сабактардан артта калып калуусунан тынчсыздангандыгын Дагга айтып бергенде, Даг анын мектебине барып, бардык мугалимдерден үй тапшырмаларды алып келип, көйгөйдү чечип койду. Себеби Чад күнүнө бир-эки саат көңүлүн сабакка бурса, пайдалуу боло турганын түшүндү.

О'Нейл мырза Роджерстерге тамак даярдоо жөнүндө ойлонбой эле коюусун суранды. Күн сайын кечинде жыйындагы үй-бүлөлөрдүн бири алар-

га ысык тамак жана азык-түлүктөрдү алып келип турушту, анткени Роджерстердин үйүнө Чаддын таякеси үй-бүлөсү менен келишкен болчу. Андан сырткары, кээ бир үй-бүлөлөр алардын башка туугандарын үйлөрүнө алып кетүүгө да даяр болуп турушту. Ошондой эле күнүмдүк иштер менен да жардам берүүгө сөзсүз бирөө даяр болчу. Даг менен Джинни Шоу Чаддын үй-бүлөсүнүн муктаждыктарын толтуруп турууга колдорунан келгендин бардыгын жасап жатышты.

Чад башка адамдардын колдоосунан тышкары, алардын кубаттап, жөлөк болуп тургандарын дайыма сезип турду. Күн сайын аларга гүлдөрдү, сүйүү жана кам көрүү сөздөрү жазылган каттарды алып келип турушту. Көптөрү аларга көңүл айтышып, аларды сүйөөрүн айтуу үчүн телефон чалып жатышты. Жыйындагы жаштар тобунун мүчөлөрүнөн чоң катты алганда, Чад абдан ыраазы болду. Анын ичине топтун ар бир мүчөсү бир нече сөздөрдү, Ыйык Жазуудан алынган аяттарды жазып, өздөрүнүн колун коюп койгон эле.

Бирок башкалардын колдоосу менен кубаттоосу канчалык көп болсо да, кээде Чаддын көңүлү абдан чөгүп кетээр эле.

— Уйкуга кетээр маалда мага өзгөчө кыйын болот. Адатта, апам мага келип, экөөбүз сүйлөшүп, чогуу сыйынгандан кийин, мен жарыкты өчүрчүмүн. Мен аны аябай сагынып жатам, — деп Чад бейшемби күнү кечинде Дагга айтып берди.

Алар кафеде шире ичип отурушту: Даг Чад өзүн кандай сезип калганын билүү үчүн сүйлөшүүгө чакырган эле. Чад үйүнөн бир азга болсо да чыкканына жеңилдеп калды.

— Апаң мындан ары сага келе албайт экендиги мени абдан өкүндүрөт, Чад, — деди Даг өкүнүчтүү үн менен.

Чад ширесинен бир ууртап, сөзүн улантты.

— Мени сен мага айтып берген сезимдер кайра-кайра толтуруп жаткандай жана мен бир эле жерде айланып жүргөндөй сезилип жатат. Бирде кайгырып, бирде ачууланып жатканымды сезип жатам.

— Эч нерсе эмес, Чад, мунун бардыгы ушул процесстин бир бөлүгү, — деди Даг.

— Мен Бесс үчүн бир аз тынчсызданып турам, — деди Чад кабагын салып. — Ал бир да жолу ыйлаган жок жана апам менен Мэтью жө-

нүндө сүйлөшкөндү да каалабайт. Көпчүлүк убакта ал же достору менен болот, же өзүнүн бөлмөсүндө жалгыз отура берет. Мен ага бир нерсе менен жардам кылсам болобу?

— Менин оюма эки нерсе түшүп жатат, — деп жооп берди Даг. — Биринчиден, аны сен билген ыкма менен соорот. Алар апаң менен кандай убакыт өткөрүшчү эле, эстеп көр...

— Алар компьютер аркылуу сүйлөшүшчү, — деп Чад Дагдын сөзүн бөлдү. — Жумасына бир нече жолу алар бири-бирине электрондук каттарды жөнөтүшчү.

— Жакшы, анда сен ага: «Бесс, сен эми апам менен компьютер аркылуу сүйлөшө албаганыңа мен абдан өкүнүп турам. Бул сен үчүн канчалык маанилүү болгондугун мен билем», — деп айтсаң болот.

— Мен сага апам мага уктаар алдында келбей калганы жөнүндө айтканда, сен мени соороткондой сыяктуу турбайбы.

— Туура! — деп, көзүн кысып койду Даг. — Жана анын апаң менен иниц жөнүндө өзгөчө кайгырып жаткандыгынын дагы башка себептери эсиңе түшсө, анда да соорот.

— Менин оюмча, мен муну кыла алам, себеби биз экөөбүз окшош эле кайгырып жатабыз да, — деп макул болду Чад.

— Экинчиден, сен ал үчүн сыйынсаң болот. Ал муктаж болгон сооронучту ала алышына Кудай жардам беришин сурап сыйын. Биз Джинни экөөбүз да ушул үчүн сыйынып жатабыз. Жана күн сайын сен үчүн да сыйынып жатабыз, Чад.

Чад түтүкчөсү менен стакандагы ширесин аралаштырып койду.

— Рахмат. Сен менин акыбалым менен кызыгып жатканың мен үчүн абдан маанилүү, — деди Чад жумшак үн менен. — Джинни экөөңөр жөнөткөн кат үчүн да рахмат. Атам экөөбүз акыркы апта ичинде абдан жакын боло түштүк, бирок силер да мени менен экениңерди билүү мен үчүн өтө маанилүү.

Даг башын ийкеди.

— Ишенгендердин үй-бүлөсү так ушундай болуусу керек эмеспи, туурабы?

Чад жылмайып, макул болду.

Кийинки күнү эрте менен боло турган маркумду жерге коюу расмисинен улам, Чадды жагымсыз

сезимдер толтуруп турду, себеби бул күн ага өтө оор жана караңгы боло тургандай сезилип жаткан эле. Бирок андай болгон жок. Абдан көп көз жаш төгүлүп жатты, өзгөчө Чад жана анын туугандары отурган катарда. Бирок О'Нейл мырза чогулушту Кудайды даңктоо менен жана Чаддын энеси менен инисине тартуулаган өмүр үчүн Кудайга ыраазычылык билдирүү менен өткөрдү. Насаат сөз менен даңктоо ырларынын сөздөрү, Кудай кыйын мезгилде да боорукер жана ырайымдуу экендигин Чадга далилдеп жатты. Ошондой эле көрүстөндүн жанында айтылган кыска насаат сөзү да, О'Нейл мырза өлгөндөн тирилүү жөнүндө эскертип кеткенде, үмүт берип турду.

Маркумду расмий узатуу чогулушу бүткөндөн кийин, жыйындын залында баарлашууну каалагандардын бардыгы үчүн кечки тамак уюшулду. Эки саат бою Чад сүйүү менен кам көрүүнү көрсөткүсү келген адамдардын курчоосунда болду. Бирок баарлашуу бүтүп, бардыгы тарап баштаган кезде, Чад бир аз тынчсыздана баштады. Эртең дээрлик көп туугандары өз үйлөрүнө кайтышат, ал эми жекшембиде Бесс да колледжине кетет. Чад атасы экөө, Маргарет менен Мэтьюнун өлүмүнөн

кийин, биринчи жолу үйдө жалгыз калышат. Мунун бардыгын Чад кантип башынан өткөрө турганын билбей турду.

ОЙ ЖҮГҮРТҮҮ УБАКТЫСЫ

Кайгырып турган Чадга туугандары менен досторунун сооротуусунан да көбүрөөк бир нерсе керек. Жана сизге да...

Биринчиден, *сиз колдоого муктажсыз*. Сооротуу менен колдоо көрсөтүүнүн ортосунда кандай айырмачылык бар? Адамдар сиздин кайгыңызды эмоционалдык жактан тең бөлүшүү менен соорото алат, ал эми алардын сизге иш жүзүндө жардам берүүсү — бул колдоо көрсөткөнү. Күнүмдүк жашоо койгон тапшырмалар сиз оор жагдайларды башыңыздан өткөрүп жаткан мезгилде деле кала бермекчи. Бирок эмоционалдык жактан кыйналып жатканыңызда, сиз күнүмдүк милдеттериңизге аз күч жумшап, аларга көңүл бурбай калышыңыз мүмкүн. Ошондуктан сизге жана сиздин үй-бүлөңүздүн мүчөлөрүнө, күнүмдүк иштерди жасоо үчүн кимдир бирөөнүн убактылуу жардамы керек.

Сиз «Бири-бириңердин кыйынчылыгыңарды көтөргүлө, ошентип, Машаяктын мыйзамын аткарасыңар» (Гал. 6:2) деген осуятты аткарган адамдардын жардамына муктажсыз.

Чадга жана анын үй-бүлөсүнө көрсөтүлгөн колдоо жөнүндө ойлонуп көрүңүз. Даг анын мектебине барып, ага үй тапшырмаларын алып келди. Жыйындагы үй-бүлөлөр аларга тамак даярдап берип, күнүмдүк үй жумуштарын жасап, алардын алыстан келген туугандарын үйлөрүнө жайгаштырып жардам берип жатышты. Андан да көп адамдар маркумдарды коюу чогулушуна келишип, Роджерстердин үй-бүлөсүн колдоп турушту. Роджерстер кайгыга батып турган кезде, алардын күнүмдүк түйшүктөрүн алууга дайыма бирөөлөр даяр болуп турушту.

Сизге бирөө жардам берейин деген сунушту этибарыңызга албай же андан таптакыр эле баш тартууну каалашыңыз ыктымал. Сиз бардыгын өзүңүз эле жасап кое алам деп эсептешиңиз мүмкүн, же өзүңүздүн көйгөйлөрүңүз менен башка адамдардын тынчын алууну каалабайттырсыз. Бирок мындай кылбаңыз. Сиздин жашооңузда сиз башка адамдардын жардамына муктаж болгон

күндөр болорун Кудай билет, ошондуктан Ыйык Жазуудагы Галаттыктарга жазылган катта (6:2) бул тууралуу сөздөр жазылган. Башка адамдарга сизге жардам берүүсүнө жол бериңиз жана алган жардамыңыз үчүн ыраазы болуңуз. Анткени сиздин башыңызга кыйынчылык түшкөн мезгилде, Кудай ушундай жол менен сиз үчүн кам көргөнүн көрсөтүп жатат.

Сиз иш жүзүндөгү жардамга муктаж болуп жатасыз дейли, бирок эч ким сизге өз жардамын сунуштабай койсо кандай болот эле? Ошондуктан сураңыз. Өзүңүздүн көйгөйлөрүңүздү жакын, ишенимдүү досуңузга, жаштар кызматынын жетекчисине же жыйын кызматчысына айтып берип, алардан жардам сураңыз. Жардам суроонун жаман жери жок. Мисалы, эгерде Даг мектепке барып, үй тапшырмаларын алып келүү жөнүндө ойлонбогон күндө да, Чад ага бул тууралуу жардам сурап кайрылса болот эле. Көпчүлүк учурда адамдар жардам берүүнү каалашат, бирок эмне кылышты билишпейт. Сиз аларга кандай жардамга муктаж экендигиңизди айтып берип, сизди колдоосуна көмөктөшүңүз.

Ошондой эле ***сиз кубатталууга да муктажсыз***. Сооротуу менен колдоо көрсөтүүдөн тышка-

ры, сиз кубатоого да муктажсыз. Кубаттоону сиз башка бирөө сиздин маанайыңызды көтөрүүгө аракет кылып жаткандыгы аркылуу кабыл ала аласыз. Даг Чадга, анын акыбалы кандай экендигин билүү үчүн телефон чалып, же ага келип кеткен сайын, анын көңүлү көтөрүлө түшчү. Алардын үйүнө гүлдөрдү алып келип жатканда да көңүлү көтөрүлчү. Жыйындагы жаштардан келген, ар биринин кыскача каалоолору менен Ыйык Жазуудан алынган аяттар жазылган чоң катты алуу да Чаддын көңүлүн көтөргөн.

Ушуга окшогон кубаттоолор иш түрүндө жардам берүү сыяктуу эффективдүү болбосо да, абдан маанилүү.

Жана дагы бир ирет кайталап кетмекчимин, эгерде муктаж болуп турганыңызда сизди эч ким кубаттабай жатса, анда сураңыз. Сиз үчүн кам көрүп жаткан адамга: «Мени кучактачы» же «Менин жанымда болуп турчу», — деп сурануу кадимки эле көрүнүш.

Жакын адамынан ажырагандагы кайгыруунун бардык стадияларынан өтүү үчүн, сизге убакыт талап кылынат. Бирок башындагыдай эле, кийин дагы сиз сооронууга, колдоого жана кубаттоо сөз-

дөрүнө муктажсыз. Жакыныңызды жерге бергенден кийин, сиздин жашооңуз мурунку калыбына дароо эле келип калат деп күтпөңүз. Чад түшүнгөн сыяктуу, сиз досторуңузга жана туугандарыңызга, сиз муктаж болуп турган жардамды берүүсүнө жол бериңиз.



Чаддын ОКУЯСЫ

Даг Чадга ишемби күнү эрте менен саат тогуз жарымда келди. Акыркы жолу алар автодромго, Чаддын апасы менен иниси кырсыктан көз жумганга чейин, бир ай мурда барышкан болчу. Өткөн жума бою Даг конференцияда болгондуктан, ал үйгө кирер замат, дароо:

— Иштериң кандай, Чад? — деп сурады.

Даг ага ушул суроону берерин билген. Анткени ал дайыма анын акыбалын сурап турчу.

— Дегинкиси, бардыгы жакшы эле го. Албетте, мен апамды сагынып жатам, кээде ушунчалык куса болуп кетем, бирок мунун бардыгынан өтүшүм керектигин түшүнүп турам. Сен мага кайгырууну башынан өткөрүүнүн ар кандай стадиялары жөнүндө айтып бергениң жакшы болду. Эгерде мен алар жөнүндө билбесем, анда ачууланган кезимде же Кудай менен келишим түзүүгө аракет жасаган

кезимде, мени менен бир нерсе туура эмес болуп жатат окшойт деп ойломокмун.

Чад өзүнүн башка сезимдери менен да бөлүштү. Анан Даг андан:

— Бесс кандай? Анын акыбалы жакшыбы? — деп сурады.

Чад терең дем алып:

— Анын абалы жөнүндө айтуу кыйын, анткени ал азыр колледжде да. Жумасына бир жолу ал телефон чалат, бирок апам же Мэтти, же ошол кырык жөнүндө эч качан сөз кылбайт. Мен ал үчүн сыйындым, сен кеңеш кылгандай, аны сооротууга аракет жасадым, бирок менин оюмча, ал дагы деле кыйналып, мындан кантип чыгуу керектигин билбей жүрөт, — деди.

Даг башын ийкеди да:

— Кээ бир адамдарга кайгы менен күрөшүү жана сооронучту кабыл алуу өтө кыйын. Ал үчүн сыйынганыңды токтотпо жана ага жардам берүүнүн жолдорун издей бер. Биз Джинни экөөбүз да ошентебиз, — деди

— Рахмат.

Даг автодромго алып баруучу шоссеге чыкты да:

— Баш тартуу, ачуулануу жана депрессия стадияларынан өтүүгө сага көбүрөөк эмнелер жардам берди? — деп сурап калды.

Чад бир саамга ойлоно калды. Андан соң:

— Эки нерсе жардам берди. Биринчиден, апамды, Мэттини жана Робду кайрадан асмандан көрөм деген үмүт. Бул тууралуу Ыйык Жазууда айтылган сөздөр кичине кезимден бери эле эсимде, бирок акыркы эки аптадан бери бул сөздөр мен үчүн өтө актуалдуу сөздөргө айланды. Машаяк менен биригип, жакындарын көрүү үмүтүсүз адамдар кантип жашай тургандыгын түшүнө албайм! Жана экинчиден, сага окшош адамдар дайыма менин жанымда болгондугу мага чоң жардам берди. Мен Робду сагына баштаганда, жыйындагы жакын докторум мени менен болуп жатышат. Ошондой эле мен бирөө менен сүйлөшкүм келгенде, сен сыяктуу эле, алар да мени угууга даяр. Бул аркылуу биз абдан жакын болуп калдык, — деп жооп берди.

— Ооба, качан достор Ыйык Жазуу үйрөткөндөй бири-бирин соороткондо, ушундай болот.

— Жана атам да абдан сонун адам! Кээде ал менин жаныма келип, мен өзүмдү кандай сезип жатканымды сурайт. А кээде биз сүйлөшпөйбүз

деле — жөн гана кучакташып чогуу ыйлайбыз. Кандай экенин билбейм, бирок ушул нерселер биздин кайгыбызды жеңилдетип жаткандай сезилет. Биз азыр атам экөөбүз бири-бирибизге болуп көрбөгөндөй жакынбыз.

— Бул эң сонун, Чад.

— Жана бир нерсени айтайынбы? Кээде мен апамды, Мэттини жана Робду ойлогондо мурункудай оор сезим болбой калды. Мен аларды аябай сагынып жатам, бирок алар менен өткөргөн жылдарым үчүн ыраазымын. Үмүт жана башка адамдардан алган сооронуум, ошондой эле убакыт менин эң эле терең жарааттарымды да айыктыра аларынан эч шектенбей калдым.

— Мени бул сөздөрүң кубантып турат. Менин кубануума эки себеп бар. Биринчиден, сенин жашоондун оор мезгилинде Кудай сага жардам берип жаткандыгы үчүн кубанам. А экинчиден, мен сени менен Марти Келлер тууралуу сүйлөшөйүн дедим эле, — деди Даг муну укканда.

— Марти Келлер? Биздин жаштар тобундагы жаңы балабы? — деп сурады Чад.

— Ооба, так ошол. Марти үй-бүлөсү менен биздин жыйынга өткөн айдан бери келип жүрүшөт.

Чад ийиндерин кууштуруп:

— Мен аны анчалык деле жакын тааны-
байм. — деди.

— Мен дагы, — деп жооп берди Даг. — Бирок
бүгүн эрте менен О'Нейл мырза мага телефон ча-
лып, кечээ күтүлбөгөн жерден Мартинин чоң ата-
сы инсульттан каза болгондугун айтты. Марти аб-
дан кайгырып жатыптыр, анткени ал чоң атасына
өтө жакын болчу экен.

— Кандай өкүнүчтүү. Менин оюмча, Мартини
сооротууга азыр эле баруубуз керек, — деди Чад.

— Мен да дал ушул тууралуу ойлонуп жат-
кам, — деди да, Даг унчукпай калды.

Дагдын айткысы келип турган оюн түшүнүү
үчүн, Чадга көп убакыт деле талап кылынган жок.
Ал Дагды карады да:

— Андай болсо, Мартиге азыр эле кире кете-
ли. Мен аны бир аз сооротуп коеюн, — деп Чад
жылмайып койду.

Даг да аны карап жылмайды.

— Бул Корунтуктарга жазылган экинчи кат-
тын биринчи бөлүмүндөгү, сооронуу жөнүндө жа-
зылган төртүнчү аятты чагылдырып турат — Ку-

дай сени соороткон сооронуч менен башкаларды да сооротуу.

— Ооба, мен да ушул жөнүндө ойлоп турган элем. Андай болсо кеттик, сооротуу кызматын аткаралы, — деди Чад.

— Ооба, кеттик, — деп Даг жооп берди да, унааны Келлерлердин үйү турган тарапка бурду.

ОЙ ЖҮГҮРТҮҮ УБАКТЫСЫ

Чад Роджерс башынан өтө оор кайгыны өткөрүүгө дуушар болду. Апасынан, инисинен жана жакын досунан бир нече күндүн аралыгында ажырап калганы ал үчүн оор сокку болду. Анткен менен, ал башына түшкөн оор кайгыны көтөрүп жатат. Ал аларды асмандан көрөм деген үмүт менен кубанып турат. Эми алар жөнүндө ойлогондо Чаддын жүрөгү оорубай калды. Ошондой эле, эми ал башкаларды да соорото алат. Чад дагы деле кайгырып жатат, бирок ошону менен биргеликте жетилип да жатканы көрүнүп турат.

Жакын адамдардан ажыраганда, ушул учурдагы азап тартканыңыз ушунчалык оор болгондук-

тан, сиз мурункудай жашоого кайрадан кайта алышыңыздан шектенишиңиз мүмкүн. Бирок сиз Кудайга таяныңыз жана төмөнкү нерселерди эсиңизден чыгарбаңыз:

Өзүңүздүн кайгыңызды сыртка чыгарыңыз. Кудай клапан катары кызмат кылуу үчүн эмоцияларды жараткан, алар аркылуу сиздин кайгыңыз, ачууланууңуз жана көңүл калууңуз сыртка чыгат. Өзүңүздүн сезимдериңизди ичиңизге катууга аракет кылбаңыз. Айыгуу процесси башталыш үчүн, алардын сыртка чыгуусуна жол бериңиз.

Башка адамдар сизди сооротуусуна, колдоосуна жана кубаттоосуна жол бериңиз. Кудай сиздин жүрөгүңүздү айыктыруу үчүн башка адамдардын катышуусун колдонот. Ошондуктан сиздин үй-бүлөңүз жана досторуңуз сиз менен чогуу ыйлап, сизге сооротуу берип, жардам беришет.

Бардыгы өтүп кетүүсү үчүн, өзүңүзгө убакыт бериңиз. Кайгыруунун ар бир тепкичинен өтүүгө — болуп жаткан нерседен баш тартууга, ачууланууга, Кудай менен келишим түзүүгө, депрессияга жана кабыл алууга бир нече жума, же бир нече айлар да талап кылынышы мүмкүн.

Бирок эсиңизде болсун, убакыт өтөт жана сизге жеңил боло түшөт.

Кудайдын жакшы экендигине болгон ишенимди жана үмүттү карманыңыз. Эгерде сиз ажыраган жакын адамыңыз машаякчы болгон болсо, анда аны менен бир күнү асмандан жолугасыз. Эгерде сиз мындан шектенип турсаңыз, анда жөн гана эсиңизде болсун — Кудай ырайымдуу жана адилеттүү, Ал жасаган нерселер дайыма туура.

Башка адамдарды да сооротуп, колдоп жана кубаттай алышыңыз үчүн, Кудай сизди колдоонуусуна жол бериңиз. Сиздин сооронуч алган кымбат тажырыйбаңыз сизге башкалардын кайгысында жардам берүүгө мүмкүнчүлүк түзүп берет. Бул үчүн убакыт талап кылынышы мүмкүн, бирок жакындарынан ажырап кыйналып жаткандарды сооротууга, колдоого жана кубаттоого сизде сөзсүз мүмкүнчүлүктөр болот.

АВТОРЛОР ЖӨНҮНДӨ

ДЖОШ МАКДАУЭЛЛ — атактуу насаатчы, жазуучу жана ар кандай өлкөлөрдө туруктуулук менен чогулуш өткөрүп жаткан эл аралык кызматынын өкүлү. Ошондой эле ал элүүдөн ашуун китептин автору жана башка атактуу жазуучулар менен авторлош. Джош жубайы Дотти жана төрт баласы менен Техас штатында, Даллас шаарында жашашат.

ЭД СТЮАРТ — көптөгөн машаякчыларга арналган китептердин автору жана башка атактуу жазуучулар менен авторлош. Өзүнүн жазуучулук бай тажырыйбасын колдонуп, Эд Стюарт жаштарга арналган адабий чыгармаларын Джош Макдауэлл менен биргеликте баштаган. Кийинчерээк Эд Стюарт чоңдорго арналган эң кызыктуу төрт романдын автору боло алган. Эд жубайы Керол экөө Орегон штатында, Хиллсбородо жашашат. Алардын бойго жеткен эки баласы жана төрт небереси бар.

Джош МАКДАУЭЛЛ
Эд СТЮАРТ

ЖАКЫН АДАМДЫН ӨЛҮМҮ