ШАҲВАТ: БО ФАРЗАНДОНИ ХУД ДАР БОРАИ ОН ЧӢ ХЕЛ БОЯД ГАП ЗАД?

Ҷош ва Доттӣ МАКДАУЭЛЛ

ГУФТУГӮИ РӮЙРОСТ БО НАВРАС

PUBLISHING RUBIN

Ҷош ва Доттӣ **МАКДАУЭЛЛ**

ГУФТУГӮИ РӮЙРОСТ БО НАВРАС

ШАҲВАТ: БО ФАРЗАНДОНИ
ХУД ДАР БОРАИ ОН ЧӢ ХЕЛ БОЯД ГАП ЗАД

Тарҷума аз англисӣ

Originally published in English under the title:
STRAIGHT TALK WITH YOUR KIDS ABOUT SEX
by Josh & Dottie McDowell.

Published by Harvest House Publishers,
Eugene, Oregon 97402, USA.
www.harvesthousepublishers.com

Translated by permission.
All rights reserved.

Tajik edition

Макдауэлл, Ҷош ва Доттӣ

ГУФТУГӮИ РӮЙРОСТ БО НАВРАС / Тарҷ. аз англ. — Иркутск:
Рубин, 2023 – 208 s.

© 2012 by Josh McDowell
© 2021, нашриёти «Рубин»

Ба волидоне ки ба фарзандони худ
нақшаи Худоро оид ба шаҳват мардонавор,
боварибахш ва бо муҳаббат мефаҳмонанд
ва дар давоми тамоми раванди тарбия
ин корро зуд-зуд ва ошкоро мекунанд

Боби 1

ҲАМАГӢ ДАР ЯК КЛИК

Алоқаи ҷинсӣ. Баъзеҳо ин калимаро «ифлос» меҳисобанд, дигарон — олидараҷа, ва барои сеюмиҳо он иғвогарона метобад… чизе ки дар бораи он бо овози шунаво гап задан маъмул нест. Новобаста ба он ки шумо ба ин калима чӣ гуна муносибат мекунед, алоқаи ҷинсӣ — мавзӯи маҳрамона ва дар айни замон хеле муҳим аст. Барои касоне ки онро қувваи олидараҷа, аммо тавоно меҳисобанд, ки (масалан, волидон ё сарварони ҷавонон) бояд бо он эҳтиёткорона муносибат кунанд, алоқаи ҷинсӣ, яъне муносибатҳои маҳрамона байни шахсони ба воя нарасида — масъалаи ташвишовар аст.

Агар ягон шахси бегона ҳар рӯз пинҳонӣ ба ҳуҷраи хоби фарзандатон медаромад, оё шумо ба ташвиш меафтидед? Ва агар ин бадкирдор мунтазам ба ӯ тасаввуротҳои таҳрифшуда, ва ё умуман фосидро дар бораи шаҳват талқин менамуд, чӣ мекардед? Ва агар чунин «маълумотноккунӣ» ягон вақт фарзандатонро ба роҳи бадахлоқӣ равона менамуд, чӣ мекардед? Шубҳае нест, ки агар ин нобакор ақл ва рӯҳи фарзандатонро ин гуна фосид мекард, шумо ба даҳшат меомадед, шумо хашмгин мешудед.

Пеш аз фаҳмондани он ки мо кадом хатарро дар назар дорем, иҷозат диҳед ба шумо дар бораи худамон каме маълу-

мот диҳем. Мо, Ҷош ва Доттӣ, ки худамон чор фарзандро ба воя расондаем, ин китобро на барои он навиштаем, ки шуморо тарсонем, агарчи сабаб барои хавотир шудан ҳаст, ва хатар ҷиддӣ аст. Пеш аз ҳама мақсади мо — ба шумо пешниҳод намудани стратегияи хуб андешидашудаи зиддият ба он чизҳоест, ки гоҳо фарзандатон бо он рӯ ба рӯ мешавад. Зиёда аз ин, мо умедворем ба шумо воситаҳои самарабахши бо фаҳмиши солими (худотарсонаи) шаҳват ба воя расонидани фарзандро нишон диҳем.

Ҳар чи гӯед ҳам, шаҳват хеле хуб аст! Олидараҷа аст! Чунон ҳаяҷонбахш аст, ки сухан дар тасвири он оҷиз аст! Худо онро ҳамин гуна офаридааст. Албатта, шумо мехоҳед, ки писар ё духтари ба воя расандаатон нақшаи Ӯро оид ба ҳаёти маҳрамона дарк намоянд ва қабул кунанд ва дар оянда аз шаҳват айнан ҳамон тавре ки Парвардигор ба нақша гирифта буд, ҳаловат бурда тавонанд. Аз ҳамин сабаб, агар ягон шахси бадахлоқ фарзандатонро водор менамуд, ки туҳфаи олидараҷаи Худоро бар зарари худ истифода барад, ин шуморо дилшикаста мекард.

Чунон ки тадқиқотҳо нишон медиҳанд, тарси рақами як дар байни волидони масеҳӣ ва роҳбарони калисо аз он аст, ки ҷаҳонбинии дунявӣ ва бадахлоқии ҷинсӣ, ки дар ҳама ҷо ҳукмфармост, ба ин ё он восита ба ақлҳо ва дилҳои фарзандони мо таъсир мерасонанд. Албатта, мо низ аз ин метарсидем. Бо таҳрики ин тарс бисёр волидон ба кушода шудани мактабҳои нави масеҳӣ ёрӣ мерасонанд ва бо тамоми қувват ба пешрафти онҳо мусоидат мекунанд, бисёр касон фарзандони худро ба лагерҳои тибистонаи масеҳӣ мефиристанд. Таҳсил дар хона беш аз ҳар вақти дигар маъмул шудааст. Оилаҳо ба калисоҳое мераванд, ки барномаҳо барои ҷавонон доранд ва аз ин рӯ рейтинги онҳо бениҳоят баланд шудааст. Ҳамин тавр волидон умед доранд

фарзандони худро аз таъсири харобиовари фарҳанги ҳозираи дунявӣ эмин нигоҳ доранд.

Аммо дар асл ҳамаи ин эҳтиёткориҳо, ки худ аз худ хубанд, боиси он мешаванд, ки бисёр волидон ва омӯзгорон ҳушёриро аз даст диҳанд, зеро онҳо фикр мекунанд, ки фарзандоне ки дар оилаҳои масеҳӣ ба воя мерасанд, ба калисоҳои хуб мераванд, таҳсилоти ҷиддии библиявӣ мегиранд ва дар машғулиятҳои зери назорати калонсолон иштирок мекунанд, асосан аз таъсири ҳалокатовар эмин мемонанд.

Бо вуҷуди ин ҳозир онҳо назар ба он ки, масалан даҳ сол пеш буд, хеле бештар ба хатар дучор шуда метавонанд. Сабаб дар он аст, ки ҳозир ҷамъият инкишофи пурҷӯшу хурӯши расонаҳои хабарии иҷтимоиро аз сар мегузаронад, ва ин ба он мусоидат мекунад, ки фарзандони мо дар бораи ахлоқ тасаввуроти таҳрифшуда ва фосидро ба даст меоваранд, ва инро онҳо дар синни аз ҳар вақти дигар барвақттар ба даст меоваранд. Барои ин ҳатто лозим намеояд, ки онҳо аз хона ва ҳуҷраи худ берун бароянд. Мо дар ин ҷо дар бораи ана ҳамин гуна «зараррасон» гап мезанем.

Инқилоб дар соҳаи расонаҳои хабарии иҷтимоӣ

Пештар ҷаҳон ба насли наврас ба воситаи радио, телевизион, синамо, нашрияҳои даврӣ ва ғайра таъсир мерасонд. Волидон он чиро, ки фарзандашон мешунид, медид ва мехонд, назорат карда, каму беш дилпур буда метавонистанд, ки ӯро аз таъсири фосиди ҷаҳон эмин нигоҳ доштаанд. Лекин инқилоби ҳозира дар соҳаи расонаҳои хабарии иҷтимоӣ вазъиятро ба куллӣ дигаргун намудааст Фарҳанги ҳозираи дунявӣ ба ҳаёти фарзандонамон ба воситаи чунин каналҳо ворид мешавад, ки дар бораи онҳо даҳ сол пеш ҳеҷ кас нашунида буд. Ана, масалан, ҷадвали муқоисавӣ,

ки афзудани таъсири Интернетро дар давоми даҳ соли охир нишон медиҳад (нишондиҳандаҳо ба аҳолии ИМА дахл доранд).

Дар соли 2000-ум	**Дар солҳои 2010–2011**
истифодабарандаи миёна 2,7 соат дар як ҳафта онлайн мегузаронад	истифодабарандаи миёна 18 соат дар як ҳафта онлайн мегузаронад
ҳар рӯз дар системаи ҷустуҷӯии Google 100 млн дархост карда мешавад	ҳар рӯз дар системаи ҷустуҷӯии Google 2 млрд дархост карда мешавад
ҳар рӯз 12 млрд паёмҳои электронӣ фиристода мешавад	ҳар рӯз 247 млрд паёмҳои электронӣ фиристода мешавад
12 ҳазор блогҳои фаъол ба қайд гирифта шудааст	141 млн блогҳои фаъол ба қайд гирифта шудааст
боргирӣ аз iTunes нест	боргириҳо аз iTunes 10 млрд[1]
твитҳо дар Twitter нест	твитҳо дар Twitter 25 млрд[2]
тамошои ҳаррӯзаи видео дар YouTube нест	тамошои ҳаррӯзаи видео дар YouTube 4 млрд[3]
дар ҳар як дақиқа 0 соат маводи видеоӣ аз YouTube боргирӣ карда мешавад	дар ҳар як дақиқа 60 соат маводи видеоӣ аз YouTube[4] боргирӣ карда мешавад
дар Facebook ягон истифодабаранда ба қайд гирифта нашудааст	Дар Facebook 845 млн истифодабарандаҳои фаъол ба қайд гирифта шудаанд[5]
Дар Википедия ягон мақола нест	Дар Википедия 20 млн мақола ҳаст

Дар соли 2010 зиёда аз 250 млн истифодабарандагони нав дар Facebook ба қайд гирифта шудаанд, ки дар он ҳар моҳ 30 млрд воҳиди контент ба тамошои умум пешкаш карда мешавад[6]. Агар Facebook ягон кишвар мебуд, аз ҷиҳати миқдори аҳолӣ ҷои сеюмро мегирифт.

Дар Facebook тақрибан 20 млн кӯдакон ва наврасон ба қайд гирифта шудаанд. Аз онҳо 7,5 млн то 13-сола, 5 млн — то 10-сола мебошанд[7]. Аз рӯи баъзе ҳисоббарориҳо, ба зудӣ Facebook дар ИМА 90% ҳамаи истифодабарандагони шабакаҳои иҷтимоӣ ва 57,1% истифодабарандагони Интернетро ба худ ҷалб мекунад. Интизор меравад, ки то соли 2013 дар Facebook 62% истифодабарандагони интернет ва нисфи аҳолии ИМА ба қайд гирифта мешаванд[8].

Агар ба видеоконтент рӯ оварем, аз рӯи ҳисоббарориҳои eMarketer, дар соли 2011 қариб 12 млн аз 50 млн кӯдакони амрикоӣ дар синни то дувоздаҳсола (ин тақрибан 25% аст) «онлайн видео тамошо кардаанд». То соли 2015 интизор меравад, ки ин адад аллакай ба 70% мерасад[9]. Мувофиқи пурсишҳои ширкати тадқиқотии «Harris Interactive», дар соли 2010 миқдори кӯдакони то дувоздасола, ки аллакай рӯзе на камтар аз як соатро онлайн мегузаронанд, аз 61% то 76% мерасад[10].

Ҳамчун воситаи ахбороти оммавӣ Интернет аз ҷиҳати шухрат дар байни кӯдакон ҳатто аз телевизион гузаштааст[11]. Чунон ки тадқиқоти Вазорати таҳсилоти ИМА нишон дод, 27% кӯдакон дар синни аз чор то шашсола аллакай ба Интернет дастрасӣ доранд[12]. Ҳозир ҳатто дар боғчаҳои кӯдакон на тахтаи синф, балки айпэд воситаи асосии таълим аст.

Инкишофи шабакаҳои иҷтимоӣ одамонро муттаҳид намуда, ба онҳо чунин имконияти муоширатро медиҳад, ки ҳамагӣ даҳ ё бист сол пеш ҳеҷ кас тасаввур ҳам карда на-

метавонист. Агар имконияти номаҳдуди бо ҳама гуна одамон дар ҷаҳон муошират кардани фарзандатон шуморо ба ташвиш меоварда бошад, бояд гуфт, ки ин хеле асоснок аст. Ба фарҳанги ҳозираи дунявӣ дастрасии фаврӣ доштани фарзандонамон ҷиҳати хатарноки худро дорад.

Бадахлоқии безоркунанда

Ҳамчун волидон ва роҳбарони калисо, мо мехоҳем, ки ҷавонписарон ва духтарон фаҳмиши библиявии шаҳватро аз самими дил қабул намоянд. Мо мехоҳем, ки мувофиқи нақшаи Худо онҳо дар вақти муқарраршуда, яъне пас аз никоҳи қонунӣ, аз ҳаёти маҳрамона ҳаловат баранд. Ва ҳамагӣ даҳ-понздаҳ сол пеш волидон, муаллимони мактабҳои якшанбегӣ, шубонон он чиро, ки ҷавонон мебинанд ва мешунаванд ва тасаввуроте ки дар бораи шаҳват пайдо мекунанд, назорат намуда, ба нуқтаи назари онҳо таъсир расонда метавонистанд. Мо чунин гуфта метавонистем: «Дар хонаи мо барномаҳои муайяни телевизиониро тамошо намекунанд ва китобҳои муайянро намехонанд». Ҳамин тавр фарзандони худро аз таъсири фосиди расонаҳои хабарӣ ҳимоя намудан мумкин буд. Ҳангоме ки онҳо ба хонаи ҳамсояҳо ё дӯстон ба меҳмонӣ рафтанӣ мешуданд, мо ташвиш намекашидем, чунки мо аллакай аз одамони дорои ақидаҳои якхела доираи муошират ташаккул дода будем.

Аммо ҳозир мо воситаҳои назоратро аз даст додаем. Дар замони мо фосиқӣ ва фасод дар масофаи ҳамагӣ дар як клик аз фарзандони мо мебошанд. Ҳамин ки фрзандатон як бор клавишаро дар смартфон, айпэд ё ноутбук зер кунад, даҳшатовартарин фото ва видеои порнографиро дида метавонад, ки ҳатто тасаввур кардан мумкин нест. Якчанд даҳсола пештар маҷаллаҳоро бо чунин тасвирҳо пинҳонӣ

мефурӯхтанд, онҳоро бо пакетҳои ғайришаффоф ба хона мебурданд. Бисёрии мардон намехостанд, ки касе дар кӯча онҳоро бо чунин нашрия дар даст бинад. Аммо ҳозир порнография ба ҳама дастрас аст, бо зимни кӯдакон, ва ин кам касеро хиҷил менамояд.

Контенти бадахлоқонаи шаҳвонӣ ба дастони бисёр кӯдакони ҳозира меафтад. Мувофиқи тадқиқоти «Family Safe Media», синни миёнаи аввалин тамошои интернетии порнография — нӯҳсолагӣ аст[13]. Дар айни ҳол интихоби сарчашмаҳои дастрас бениҳоят зиёд аст. Зиёда аз 5 млн сомонаҳои порнографӣ вуҷуд доранд, ки ҳар рӯз зиёда аз 68 млн дархост мегиранд[14]. Ҳар рӯз дар Шабака зиёда аз 2,5 млрд номаҳои электронии порнографӣ паҳн карда мешавад[15].

Дар соли 2009 пурсиши 29 ҳазор донишҷӯёни Амрикои Шимолӣ ошкор намуд, ки 51% мардон ва 32% занон бори аввал ҳанӯз то синни наврасӣ бо порнография рӯ ба рӯ шудаанд[16]. Дар мақолаи «Табиат ва динамикаи таъсири порнографияи интернетӣ ба ҷавонон» гуфта шудааст, ки 93% ҷавонписарон ва 62% духтарон бо порнография дар Интернет то синни 18-солагӣ шинос шудаанд. 83% ҷавонписарон ва 57% духтарон дар Шабака саҳнаҳои секси гурӯҳиро, 69% ҷавонписарон ва 55% духтарон — алоқаи ҷинси ҳомосексуалӣ ё лесбиягиро, 39% ҷавонписарон ва 23% духтарон — алоқаи ҷинсиро бо истифодаи кишан (наручники) мушоҳида кардаанд [17].

Мувофиқи тадқиқоте ки дар «Washington Post» иқтибос оварда шудааст, зиёда аз 11 млн наврасон мунтазам ба сомонаҳои порнографӣ рӯ меоваранд[18]. Пурсише ки ташкилоти «Focus on the Family» гузарондааст, нишон дод, ки 47% волидон майл ба порнографияро проблемаи ҷиддӣ дар оилаи худ меҳисобанд [19], дар айни ҳол дар ин пурсиш асосан оилаҳои масеҳӣ иштирок доштанд.

Ин киро ба ташвиш меоварад?

Бар хилофи вазъияте ки якчанд даҳсола пештар буд, бисёрии ҷавонписарон ва духтарони ҳозира чунин меҳисобанд, ки муроҷиат ба маҳсулоти порнографӣ ҳеҷ бадӣ надорад. Чунон ки тадқиқотҳои умумиҷаҳонӣ нишон медиҳанд, 67% мардон ва 49% занон дар синни аз 18 то 20-сола шавқ ба эротика ва порнографияро пурра дуруст меҳисобанд[20].

Волидони ғамхор буда, шумо, бешубҳа, аз фарзанди худ хоҳиш мекунед, ки аз сомонаҳои дорои мавзӯъҳои шаҳвонӣ канораҷӯӣ кунад. Ҳамчун одамони масъулиятшинос ва хирадманд, шумо ҳатто метавонед дар компютерҳои худ ба поксозии интернет-контент ва таъминоти барномавии назораткунанда рӯ оваред.

Ҳамаи инҳо чораҳои зарурӣ мебошанд.

Лекин чӣ мешавад, ҳангоме ки фарзандатон ба хонаи дӯстони худ меравад ва онҳо телефонҳои мобилии худро ба кор медароранд? Оё волидони онҳо ҳамаи асбобҳои электронии хонаро аз контенти шаҳвонӣ бехатар гардондаанд? Проблема дар он аст, ки контенти шаҳвонӣ ва дар айни ҳол аксаран таҳрифшуда тамоми фазои кибернетикиро фаро гирифтааст, ва аз он барканор будан душвор аст, ҳатто ҳангоме ки шумо маълумоти ношоистаро маҳкам карданӣ мешавед.

Илова ба ин мегӯем, ки ҳар моҳ истифодабарандагон ба Шабака (аз як компютер ба компютери дигар равона карда) зиёда аз 1,5 млрд воҳид маълумоти порнографиро бор мекунанд[21], ки «поккунандаҳои оилавӣ» бисёрии онҳоро шинохта наметавонанд. Амалан кӯдак метавонад фото ва видеои порнографиро чунон боргирӣ кунад, ки волидон ҳатто дар ин бора нахоҳанд донист.

Миқдори бешумори мавод оид ба таҳрифкориҳои шаҳвонӣ, ки ҳозир дастрас аст, новобаста ба он ки то чӣ

андоза он боиси барангезиши шаҳвонӣ мешавад, боиси кам шудани ҳассосияти ҷавонон мегардад. Ба ҷои пайдо кардани тасаввуроти дуруст дар бораи шаҳват ва фаҳмидани ҳудудҳои муайян, ки бояд боиси наздикӣ шаванд ва дар муносибатҳои никоҳӣ ҳаловат оваранд, ҷавонон ба хулосае меоянд, ки ҳама дар атроф ҳар кори мехостаашонро мекунанд ва ин ҳеҷ натиҷаи бад надорад. Ана ҳамин гуна фикрҳо ба онҳо ба воситаи фазои кибернетикӣ торафт возеҳу равшантар талқин карда мешаванд.

Бисёрии ҷавонписарон ва духтарон то ба он дараҷа ҳассосиятро ба маводи шаҳвонӣ гум кардаанд, ки дар фиристодани постҳои шармовар ва мубодилаи суратҳои иғвоангез ҳеҷ бадиро намебинанд. Оё медонед, ки аз ҳар даҳ наврас чор нафари онҳо ба якдигар паёмакҳоеро мефиристанд, ки боиси андешаҳои шаҳвонӣ мегарданд? 39% писарони наврас ва 38% духтарони наврас хабар медиҳанд, ки ба онҳо СМС-паёмакҳо ё номаҳои электронии шаҳвониро, ки дар ибтидо барои каси дигар муқаррар шуда буданд, фиристодаанд [22].

Фарзандони мо, бешубҳа, гумон мекунанд, ки тамоми ҷаҳони атроф, бо зимни ҳамсолонашон, пеш аз оиладоршавӣ бо алоқаи ҷинсӣ машғул мешаванд. Мо, волидон, албатта, медонем, ки на ҳама «ин корро мекунанд», лекин дар фаҳмиши фарзандонамон воқеият маҳз ҳамин гуна аст. Истеҳзои тақдир дар он аст, ки бисёр масеҳиёни калонсол гумон мекунанд, ки ин проблема ба *ҳеҷ яке* аз фарзандони онҳо таъсир нарасондааст, дар ҳоле ки фарзандони онҳо боварӣ доранд, ки *ҳама* «ин корро мекунанд». Ҳар дуи ин ақидаҳои мухолифи ҳамдигар васеъ паҳн шудаанд.

Ба қарибӣ ман (Ҷош) дар конфронсе ки яке аз ташкилотҳои инҷилӣ ташкил карда буд, аз рӯи китоби худ «Танҳо фактҳо» семинари дусоата гузарондам. Ҳангоми баромади

ман ҳазору ҳаштсад кас иштирок доштанд, бо зимни кӯдакон. Дар давоми се рӯзи минбаъда даҳ корманди ин ташкилот ба ман гуфтанд, что дар ҳадди ақалл яке аз фарзандони онҳо (ҳамаашон дар синни аз 14-сола поёнтар) ба порнография дар Интернет майл пайдо кардааст. Ҳар як волид хеле ба изтироб омада буд, зеро аз ин тамоман бехабар буд.

Ҳангоми конфронси шубонӣ, ки ба қарибӣ баргузор шуд, ман ба ҳамон мавзӯъ баргаштам, ва панҷ шубон пас аз баромадам назди ман омаданд, то ки дар бораи проблемаи худ гап зананд.

- Шубони якум: «Ман ҳозиракак фаҳмидам, ки ду писари ман (яке 14-сола, дигаре 18-сола) ба порнография дар Шабака майл пайдо кардаанд». Ӯ иқрор шуд, ки худаш низ дар давоми 11 сол ҳамин гуна мушкилӣ дошт.
- Шубони дуюм: «Ҳафтаи гузашта ман фаҳмидам, ки духтари дӯстдоштаи писари 17-солаи ман аз ӯ ҳомила шудааст ва духтари 15-солаи ман низ ҳомила аст. Ба зудӣ ман якбора ду набера хоҳам дошт! Чӣ кор кунам?» Ӯ нақл кард, ки писари ӯ мунтазам роликҳои порнографӣ тамошо мекардааст.
- Шубони сеюм (шубони ҷавонон): «Духтари чордаҳсолаи маро писарон аз мактаб [масеҳӣ] ба секси даҳонӣ водор намудаанд».
- Шубони чорум: «Ба қарибӣ ман дидам, ки писари ҳаштсолаам дар компютери ман видеои порнографиро тамошо мекунад».
- Шубони панҷум: «Маълум шуд, ки писари панҷсолаи ман аз 4-солагӣ порнографияро тамошо мекунад». Падари бадбахт аз ин хабар тамоман моту мабҳут шуда буд.

Ҳамаи ин панҷ гуфтугӯ дар муддати 20 дақиқа, то даме ки ман аз минбар то мошини худ рафта расидам, рӯй доданд.

Ҳанӯз пеш аз он ки ман ба мошин шинам, навраси ношиносе аз дастам дошта, чунин гуфт: «Мистер Макдауэлл, илтимос, оё метавонед барои ман дуо гӯед? Ман се сол инҷониб ба порнография майл пайдо кардаам, ва он рӯҳу ҷони маро вайро мекунад!»

Якчанд сол пеш маро даъват намуданд, то дар яке аз калонтарин ва боэътибортарин мактабҳои инҷилии Амрикои Шимолӣ дар бораи шаҳват ва муносибатҳои ошиқона лексия хонам. Маъмурияти мактаб аз ман хеле миннатдор буданд, ки ман розӣ шудам дар ин мавзӯъ баромад намоям, фақат дарҳол аз ман *хоҳиш карданд,* ки секси даҳониро зикр накунам. «Дар мактаби мо чунин проблема нест, — гуфтанд ба ман. — Агар шумо дар ин бора гап занед, дар кӯдакон фикрҳои носолим ва хоҳиши санҷида дидан пайдо шуда метавонанд».

Ин хоҳиш ба ман содалавҳона ва бемаъно тофт, аммо аз боиси эҳтиром ба маъмурияти мактаб ман онро иҷро кардам. Ҳамин ки баромадамро ба охир расондам, дар атрофи ман якчанд кӯдакон ҷамъ шуданд, ва онҳо маро саволборон карданд. Қариб ҳамаи ин саволҳо ба секси даҳонӣ дахл доштанд. «Оё ин алоқаи ҷинсӣ ҳисобида мешавад?», «Оё ин нодуруст аст?», «Оё ҳамин тавр сироят ёфтан мумкин аст?» Ва ғайра ва ҳоказо.

Ман мехостам, ки директори мактаб суханони талабаҳои худро шунавад. Ҳангоме ки ман ба кӯча баромадам, се писар ва ду духтари синфҳои поёнӣ назди ман омада пурсиданд: «Чаро шумо дар бораи секси даҳонӣ чизе нагуфтед?»

Ман қарор додам ба онҳо нагӯям, ки аз ман хоҳиш кардаанд дар ин бора чизе нагӯям, ва ба ҷои ин пурсидам: «Оё дар ин ҷо дар ин масъала проблемаҳо ҳастанд?» — «Уму-

ман, не», — ҷавоб доданд ба ман. «Ин хуб аст», — хурсанд шудам ман, ва онҳо гуфтанд: «Ҳеҷ проблема нест, аммо ҳама бо ин машғул мешаванд». (Ба ҳар ҳол кӯдакон низ муболиға карданд.)

Ман аз онҳо хоҳиш кардам, ки гуфтаашонро фаҳмонанд. «Хуб, — гуфтанд онҳо, — дар мактаби мо, ҳангоме ки ҷавонписар секси даҳонӣ мехоҳад, ӯ назди духтар омада мегӯяд: “Тако мехоҳӣ?”»* «Тако» калимаи рамзии онҳо буд. «Агар духтар розӣ шавад, — гуфтанд бачаҳо, — онҳо дар ягон ҳуҷраи дохили мактаб дарро маҳкам карда, бо секси даҳонӣ машғул мешаванд. Аммо пас аз дарс ӯ бояд духтарро ба “Taco Bell”** бурда, ба ӯ тако харад».

Аз рӯи суханони ин кӯдакон, секси даҳонӣ барои онҳо — падидаи муқаррарӣ аст. Аммо агар ба суханони роҳбарияти мактаб гӯш кунем, дар байни мактаббачаҳо секси даҳонӣ нест. Ин фарқ байни он чи бисёр волидон ва роҳбарони калисо фикр мекунанд, ва он чи дар асл бо фарзандони онҳо рӯй медиҳад, маро метарсонад. Албатта, мо худи фикрро дар бораи он роҳ додан намехоҳем, ки духтарон ва писарони мо ба ягон хел фаъолияти шаҳвонӣ ҷалб шудаанд ва майнаҳои онҳо бо тасаввуроти таҳрифшуда дар бораи шаҳват пур шудаанд. Лекин аз ҳақиқат дур шудан имкон надорад: фарзандони мо ба таъсири харобиовари фарҳанги ҳозираи дунявӣ дучор мешаванд, ва мо бояд бо ин мубориза барем.

Мо чӣ кор карда метавонем?

Чунин ба назар мерасад, ки ҳалли идеалӣ — пас гардондани инкишофи Интернет аст. Аммо ин ғайриимкон аст,

---

* Нони ҷуворимакка ё гандумӣ бо ҳашвҳои гуногун (хўроки анъанавии мексикой). — *Дар ин ҷо ва дар давомаш ҳамаи тавзеҳот дар поварақҳо ба тарҷумон тааллуқ доранд.*

** Шабакаи байналмилалии тарабхонаҳои хӯроки тезтайёр.

ва даркор ҳам нест. Аз рӯи баъзе ҳисоббарориҳо, дар давоми 12 моҳи охир зиёда аз дусад миллион кас дар Шабака барои худ таълимоти Исои Масеҳро ошкор намудаанд. Бинобар ин расонаҳои хабарии ҳозиразамонро дар ҳамаи ин айбдор кардан дуруст нест: решаи бадӣ дар онҳо нест. Онҳо танҳо асбоб мебошанд, ки дар зиндагии фарзандонамон ё натиҷаҳои нек, ё харобиовар ба вуҷуд оварда метавонанд.

Гурехта рафтан ба ҷазираи дурдаст, ки дар он ҷо танҳо масеҳиён зиндагӣ мекунанд, ҳамчунин чораи радикалӣ аст, аммо роҳи баромад мебошад. Дар он ҷо мо фарзандонамонро дур аз фарҳанги дунявӣ тарбия намудан метавонистем. Аммо ин, чун пас гардондани инқилоби расонаҳои хабарӣ, ки ҳозир мо аз сар мегузаронем, алтернативаи воқеӣ нест. Пас мо чӣ кор карда метавонем?

1. Мо бояд воқеиятро эътироф намоем: фарзандони мо ба таъсири манфии фарҳанги ҳозираи дунявӣ бо фаҳмиши таҳрифшудаи он оид ба шаҳват рӯ ба рӯ мешаванд. Воқеиятро минбаъд низ ба назар нагирифтан мумкин нест. Чунон ки як модари ҷавон гуфтааст, «таассуроте ҳосил мешавад, ки мо фарзандонамонро дар маркази Лас-Вегас тарбия мекарда бошем». Ҳамин тариқ, қадами аввалин дар ҳалли масъала — эътироф намудани он аст, ки проблема ҳақиқатан вуҷуд дорад.

2. Мо бояд ба тасаввуроти таҳрифшуда ва фосид дар бораи шаҳват, ки дар фарзандони мо ташаккул меёбад, зиддият намоем, ва ба онҳо фаҳмиши дуруст ва солимро дар бораи шаҳват диҳем. Фарз мекунем, ки шумо фарзандони синнашон аз ҳафтсола калонтар доред ва шумо ҳозиракак бо онҳо дар бораи шаҳват гуфтугӯ кардед. То ин муддат, бо фарҳанги ҳозираи дунявӣ рӯ ба рӯ шуда, онҳо аллакай дар бораи шаҳват маълумоти муайян пайдо кардаанд,

ки асосан таҳрифшуда ё фосид аст, яъне аз он чи шумо гумон мекардед, хеле фарқ дорад.

Дар чунин маврид шумо бояд ба фарзандони худ *аз нав* фаҳмонед, ки шаҳват чист ва Худо онро барои чӣ офаридааст. Аз бисёр ҷиҳатҳо ба шумо лозим меояд ба тасаввуроти онҳо ислоҳоти ҷиддӣ дохил намоед, то он фаҳмишро оид ба шаҳват, ки ба нақшаи Худо мувофиқат дорад, ба онҳо расонед. Аммо агар фарзандони шумо тамоман хурд бошанд, эҳтимол, шумо ҳанӯз вақт доред, ки аввалин шуда бо онҳо дар бораи шаҳват гуфтугӯ намоед, пеш аз он ки муҳити дунявӣ ин корро кунад. Аммо ба ин мавзӯъ хеле барвақт рӯ овардан даркор аст.

Барои ба фарзандон фаҳмондани нақшаи Худо оид ба шаҳват, мо, волидон ва роҳбарони калисо, пеш аз ҳама худамон бояд дарк кунем, ки барои чӣ Худо моро ҳамчун мавҷудоти шаҳвонӣ офаридааст. Мо бояд таъйиноти ҳақиқии шаҳватро фаҳмем ва донем, ки покии ҷинсӣ дар асл чӣ маъно дорад, чаро ба наздикии маҳрамона маҳдудиятҳои муайян ҷорӣ карда шудаанд ва чаро муҳаббати тарафайн — дар фаҳмиши фарогири нақшаи Худо асоси асосҳо аст. Бо ин фаҳмиш мо заминаи кофии библиявӣ хоҳем дошт, то ба фарзандони худ фаҳмонем (ё аз нав фаҳмонем), ки шаҳват чист. Ин фаҳмиш ба мо асоси библиявӣ медиҳад, то оилаҳоямон нуқтаи назари солимро (Илоҳиро) оид ба ҳаёти маҳрамона бо хурсандӣ қабул намоянд. Дар ин бора мо дар қисми якуми китобамон, ки «Шаҳват ҳамчун як ҷузъи нақшаи Худо» ном дорад, гап мезанем.

3. Мо бояд дар масъалаи нақшаи Худо оид ба шаҳват **устодони фаъоли фарзандони худ шавем**. Воситаҳои арзишноки амалӣ барои ин дар қисми дуюми китобамон, ки «Маслиҳатҳо ва идеяҳо барои суҳбатҳои шумо» ном дорад, пешниҳод шудаанд. Дар бобҳои кӯтоҳи пур аз намунаҳо ча-

вобҳо ба саволҳои мушкил ҳастанд ва роҳҳои ҳалли бисёр масъалаҳо пешниҳод карда мешаванд, ки шумо бо онҳо рӯ ба рӯ шудаед ё хоҳед шуд. Мо бо ҳам имкониятҳои хуберо ошкор менамоем, ки чӣ тавр фарзандони худро бо ин атои олидараҷаи Худо — шаҳват — шинос кунем.

Мо гуфтан наметавонем, ки аз уҳдаи вазифаи волидии худ хеле хуб баромадаем. Волидони идеалӣ вуҷуд надоранд. Аммо мо барои имконияти хубе ки ба ҳамаи чор фарзандамон нақшаи Худоро фаҳмонда тавонистем, Ӯро шукр мегӯем. Акнун фарзандони мо одамони оиладор ҳастанд ва худашон аллакай волидон мебошанд, ва мо бо ҳаяҷон ва ваҷд мушоҳида менамоем, ки онҳо ба фарзандони худ — ба набераҳои мо нуқтаи назари библиявиро оид ба ҳаёти маҳрамона то чӣ андоза бомуваффақият мерасонанд. Рӯҳбаланд шавед: арзишҳои библиявӣ, ки нисбати муҳаббат ва шаҳват қобили истифодаанд, ҳақиқатан ба насли минбаъда расонида мешаванд, ва мо умедворем, ки ин китоб ба шумо дар ин ҷода ёрӣ мерасонад.

ҚИСМИ I

ШАҲВАТ ЯК ҚИСМИ НАҚШАИ ХУДО

Боби 2

ШАҲВАТ БА ИНСОН, КИ БА СУРАТ ВА ШАБОҲАТИ ХУДО ОФАРИДА ШУДААСТ, ДОДА ШУДААСТ

Ин рӯзи хеле хуб буд. Ҳама чиз он қадар комил метофт, ки аз ин беҳтар буда наметавонад. Дар зери осмони мунаввар, дар байни алафҳо ва гулҳои биҳиштӣ, ҳама гуна навъҳои ҷонварон дар ҳолати беҳтарин зиндагӣ мекарданд... Ҳамаи ин ба мусаввараи бендоза зебо монанд буд. Аммо чизе дар ин боғи биҳишт ҳанӯз набуд, чунки аввалин инсон, Одам, дар ин боғ танҳо, бе ёри худ қадам мезад.

Ва Парвардигор гуфт: «...хуб нест, ки одам танҳо бошад...» (Ҳас. 2:18). Дар ин ҷо, дар ин ҷаҳони беҳтарин, ки гуноҳ ба он ҳанӯз шармсорӣ, дарди рӯҳиро наоварда буд, чизе камӣ мекард. Одам бо Худо муносибатҳои олидараҷа дошт. Ӯ бо кори беҳтарин машғул мешуд: боғи муъҷизаосоро нигаҳбонӣ мекард. Ӯ хӯроки фаровон дошт. Аммо дар умқи дили мард холигӣ буд, ки сабаби онро ӯ фаҳмондан наметавонист, то даме ки Худо як кори ғайриодӣ кард.

Дар аввал Ӯ бар Одам хоби сахтро овард. Ва ҳангоме ки Одам бедор шуд, мавҷудеро дид, ки аз фаҳмиши ӯ болотар буд — ӯ *занро* дид.

Тасаввур намоед, ки чӣ тавр Одам хиҷил шуда, бо кафи даст чашмонашро пӯшонд ва аз байни ангуштон ба чеҳраи зан менигарист, чеҳраи чунон ҷолиб, ки гӯё онро беохир аз назар гузарондан мумкин буд. Тасаввур намоед, ки Одам бо чӣ гуна ваҷд қадамзании хиромони занро мушоҳида менамуд. Ва бадани мавзуни ӯ — чизе ба он баробар шуда наметавонист! Тасаввур намоед, ки дили Одам чӣ гуна ба тапидан даромад. Зебоии ин зан, бӯи хуш ва наздик будани зан Одамро бо чунон ҳиссиётҳо пур карданд, ки ӯ аз ҳаяҷон қариб нафасгир мешуд. Чаро зан ӯро ин гуна ба ҳаяҷон овард? Ин чӣ майли маънидоднашаванда аст — фаҳмидани чизе ки аз он чи чашмон мебинанд, бештар аст? Ҳамин тавр одамон бори аввал ин атои ҳайратовари Худоро, ки шаҳвоният ном дорад, эҳсос намуданд.

Дар Китоби Муқаддас гуфта шудааст, ки мард ва зани нав офаридашуда луч буданд. Аён буд, ки онҳо хоҳони якдигар ҳастанд. Ва, албатта, аз наздикии маҳрамона ҳаловат мебурданд, бе ҳеҷ гуна ҳисси айбдорӣ ё шармсорӣ (ниг.: Ҳас. 2:25). Аммо ин майли пурэҳтирос аз куҷо ва бо чӣ сабаб пайдо шуд?

Шаҳвоният бояд аз ягон ҷой пайдо мешуд

Офтоб ва Моҳро Худо офаридааст. Ҳамин ки Ӯ сухане гуфт, уқёнусҳои беканор, кӯлҳои зебоманзар, дарёҳои тезоб ва обшорҳои хурӯшон пайдо шуданд. Қуллаҳои барфпӯши кӯҳҳо, ҷангалҳои сердарахт, саҳроҳои сералаф ва ҳамаи ҷонварони сокини онҳо бо сухани Худо офарида шуданд. Замин ва ҳамаи сайёраҳои коинот аз садои овози бузурги Ӯ пайдо шуданд. Аммо шаҳват — як чизи дигар аст, ки дар сатҳи тамоман дигар ба амал меояд. Тамоми офариниш бо сухани Худо офарида шудааст, аммо барои одамон ва шаҳвонияти онҳо Худо як чизи боз ҳам аҷибтар офарид.

Аввалин боби қисми якуми Китоби Муқаддас шубҳае дар ин боқӣ намегузорад: «Ва Худо одамро ба сурати Худ офарид, ӯро ба сурати Худо офарид; онҳоро марду зан офарид» (Ҳас. 1:27). Ба ҷои он ки, чун ҳамеша, одамро бо сухани Худ офарад, Худо шахсан Одамро аз хоки замин бисиришт, ва баъд ба он нафаси ҳаётро дамид (ниг.: Ҳас. 2:7). Яъне инсон аз ҳайвон, ки бо сухани Худо офарида шудааст, хеле бештар аст. Одам ва авлодони ӯ ҷонҳои зинда шуданд, ки ба сурат ва шабоҳати Худо офарида шудаанд ва шаҳвонияти инсонӣ доранд.

Ин маънои онро надорад, ки мо зоҳиран ба Ӯ монанд ҳастем, зеро «Худо рӯҳ аст, ва онҳое ки Ӯро парастиш мекунанд, бояд дар рӯҳ ва ростӣ парастиш кунанд» (Юҳ. 4:24). Агарчи дуруст аст, ки Ӯ дар шахси Исо симои одамиро дар бар намуд, лекин Худо мавҷуди ҷисмонӣ ё табиӣ нест: Ӯ Рӯҳ аст. Аммо ба ҳар ҳол сифатҳои ҷисмонӣ, эҳсосотӣ ва рӯҳонии мо, муносибатҳои мо аз як ҷиҳат бо сифатҳои Худо монанд мебошанд, ва шаҳвонияти мо истисно нест. Моро Худо ба сурат ва шабоҳати Худ офаридааст, ва дар айни замон мо — мавҷудоти шаҳвонӣ ҳастем, ки ба якдигар майл дорем. Оё ин майл як қисми симои Ӯро инъикос наменамояд?

Мувофиқи яке аз тахминҳо, майли байни мард ва зан ба он вобаста аст, ки дар табиати Худо ҳам тавсифоти мардона, ҳам тавсифоти занона ҳастанд. Мо медонем, ки Ӯ ба маънои таҳтулафзӣ на мард аст, на зан, агарчи дар бораи Худ дар ҷинси мардона сухан мегӯяд. Бо вуҷуди ин, мувофиқи нақшаи бузурги Худ, Ӯ одамонро ҳамчун мавҷудоти дуҷинса офарид — мардон ва занон, ва аз ҳамин сабаб майли тарафайни онҳо аз боиси ягонагӣ ва пуррагии Худо буда метавонад, ки дар як вақт ҳам тавсифоти мардона, ҳам тавсифоти занона дорад. Гуфтан мумкин аст, ки Худо табиа-

тан биполярӣ аст, ва ҳангоме ки ду маҷмӯи тавсифоти ин қадар фарқкунанда дар намояндагони ду ҷинс ҷойгир карда мешаванд, онҳо ба таври ҳақиқӣ якдигарро чун қутбҳои мухолифи оҳанрабо ҷалб мекунанд. Худо ягона (воҳиди сегона) аст, ва ду ҷинсро Ӯ ҳамчунин барои ягонагӣ офарид. Дар ҳадди ақалл, яке аз назарияҳо сабаби ба якдигар майл доштани мардон ва занонро чунин мефаҳмонад. Ва ин беасос нест.

Навишта таълим медиҳад, ки ягонагӣ хусусияти асосии Худо мебошад. Дар Китоби Муқаддас гуфта шудааст: «...Парвардигор ягона аст...» (Так. Шар. 6:4). Ин хусусияти Худо бо Воҳиди Сегона будани Худо — Падар, Писар ва Рӯҳулқудс — мухолифат надорад. Дар ин бора ҳамчунин дар Навишта возеҳу равшан гуфта шудааст. Ин маънои онро дорад, ки дар дохили Ваҳдати Сегона мувофиқати комили ягонагӣ вуҷуд дорад. Падар ҳамеша бо Писари худ бениҳоят наздик буд. Писар ҳамеша дар ягонагӣ бо Падари Худ буд. Рӯҳулқудс ҳамеша дар мувофиқати беинтиҳо ҳам бо Падар, ҳам бо Писар буд. Худо ба ягонагии идеалӣ *саъй намекунад*, онро *бунёд намекунад* — Ӯ Худ ягонагӣ *аст*. «Ман ва Падар як ҳастем, — гуфт Исо ба шогирдонаш. — ...Ба корҳо бовар кунед, то донед ва бовар кунед, ки Падар дар Ман аст, ва Ман дар Ӯ» (Юҳ. 10:30, 38).

Симои Худо ягонагӣ ва мувофиқати муносибатҳои идеалиро инъикос мекунад. Ягонагии Ӯ муносибатҳое мебошанд, ки дар муҳаббати беинтиҳо асос ёфтаанд. Ин муҳаббати беинтиҳо наздикӣ ва робитаи беҳамтоаро ба вуҷуд меоварад. Худоро ҷудо кардан ғайриимкон аст. Ягонагии Ӯро аз байн бурдан ғайриимкон аст. Ӯ — ягонагӣ ва наздикии абадӣ ва тағйирнопазир аст. Бинобар ин лаёқати бунёд намудани муносибатҳои ҳақиқатан наздикро одамон аз Худо ба даст овардаанд.

Наздикии ҳақиқӣ

«...Мард падару модари худро тарк карда, бо зани худ мепайвандад; ва як тан мешаванд» (Ҳас. 2:24). Майли мо ба муносибатҳои наздики дӯстдорона ва эҳтиёҷ ба он дар симои Худои ягона асос ёфтааст. Шаҳвати марду зани бо ҳам оиладоршуда табиати илоҳии ягонагиро дар мувофиқат инъикос мекунад. Шаҳвоният — туҳфаи муъҷизаосои Худо буда, ба одамон лаёқат медиҳад бо ҳам муносибатҳои маҳрамона дошта бошанд, ки дар муҳаббат асос ёфтаанд.

Ман (Доттӣ) занҳоеро вохӯрдаам, ки аз ҷавонӣ шаҳватро як чизи нопок меҳисобанд. Ҳатто дар оиладорӣ баъзеи онҳо аз боиси наздикии маҳрамона бо шавҳаронашон худро айбдор ҳис мекунанд. Фаҳмост, ки ин занон замоне дар бораи шаҳват тасаввуроти таҳрифшуда пайдо кардаанд. Ҳеҷ сабабе нест, ки шахс аз боиси муносибатҳои наздик дар оиладорӣ худро нопок ё айбдор ҳис кунад. Худо шаҳватро барои ҷуфтҳои оилавӣ офаридааст, то ки онҳо аз наздикии маҳрамона ҳаловат бурдан тавонанд.

Ин ҳақиқат ҳатто дар сатҳи биологӣ тасдиқ мешавад. Олимон гормони окситосинро ошкор намудаанд, ки ҳамчунин гормони боварӣ (дилбастагӣ, муҳаббат) номида шудааст. Ин моддаи кимёвӣ аст, ки онро майнаи мо ҳангоми ё дар арафаи наздикии ҷинсӣ ҷудо мекунад. Ба хун дохил шуда, окситосин ҳисси амиқи навозиш, ҳимоятшуда будан ва боварирo ба вуҷуд меоварад. Худи ҳамон гормон ҳангоми кӯдакро сина макондан ба хуни модар дохил мешавад, ва он маҳз барои он хизмат мекунад, ки дилбастагии амиқро байни одамон ба вуҷуд оварад.

Ҳар боре ки шумо бо одами дигар наздикии ҷинсӣ мекунед, дар бадани шумо аксуламали кимиёвии ҷудошавии окситосин ба амал меояд, ки робитаи байни шуморо мустаҳкам мекунад. Яке аз таъйиноти асосии шаҳват маҳз

дар он аст, ки шуморо ба наздикии ҳақиқӣ оварад. Худо онҳо чун воситаи қонеъ намудани эҳтиёҷи инсонӣ ба наздикӣ дар сатҳи биологӣ офаридааст. Аммо ин фақат як ҷузъи манзараи умумӣ аст. Наздикии пурра дар муносибатҳо бо роҳи наздикшавии одии баданҳо пайдо намешавад. Шаҳвонияти инсон ҳамаи ҷиҳатҳои мавҷудияти инсонро — ҷиҳатҳои ҷисмонӣ, эҳсосотӣ, рӯҳонӣ ва иҷтимоиро дар бар мегирад. Шаҳват моро дар ҳар яки ин сатҳҳо бояд ба ҳам бипайвандад.

Дар давоми солҳои кор мо бо бисёр ҷуфтҳои оилавӣ рӯ ба рӯ шудаем, ки фаҳмидан мехоҳанд, ки чаро дар муносибатҳои онҳо наздикӣ аз байн рафтааст. Онҳо бо алоқаи ҷинсӣ машғул мешаванд, аммо ба онҳо муҳаббати амиқ камӣ мекунад, ки онҳоро дар ҳамаи сатҳҳои дигар ба ҳам бипайвандад. Онҳо шаҳватро фақат ҳамчун ҳаловати ҷисмонӣ меҳисобанд, ки аз ҳаёти эҳсосотӣ, рӯҳонӣ ва иҷтимоӣ ҷудо аст. Ҳамсарон бо алоқаи ҷинсӣ машғул мешаванд, аммо он ҳамаи ҷиҳатҳои ҳаёти якҷояи онҳоро инъикос намекунад. Ба ҳақиқат нигаред: алоқаи ҷинсии фантастикӣ боиси муносибатҳои олидараҷа намешавад. Балки баръакс: муносибатҳои олидараҷа дар ҳамаи сатҳҳо боиси ҳаёти шаҳвонии фантастикӣ мегарданд.

Дар аксарияти худ фарзандони мо ба ин масъала бо душвориӣ сарфаҳм мераванд, ва дар сарҳои онҳо ҳарҷумарҷ пайдо мешавад. Бисёриҳо фикр мекунанд, ки ин танҳо воситаи ҷисман ба ҳам наздик шудан аст. Албатта, ба муддати кӯтоҳ алоқаи ҷинсӣ ба онҳо ҳисси наздикиро медиҳад, аммо, чунон ки мо аллакай гуфта будем, яке аз мақсадҳои асосии он — умрбод дар сатҳҳои эҳсосотӣ, рӯҳонӣ ва иҷтимоӣ ба ҳам пайвастани ду шахс аст. Аз ҳамин сабаб Исо гуфтааст: «...ба тавре ки онҳо[ҳамсарон] акнун ду тан не, балки як тан мебошанд. Пас, он чиро, ки Худо бо ҳам пай-

вастааст, одам набояд ҷудо кунад» (Мат. 19:6). Аз ҳамин сабаб, агар шумо тамоми умр бо ҳам будан нахоҳед, набояд кореро кунед, ки шуморо ин гуна ба ҳам мепайвандад.

Фарзандонро тарбия намуда, мо бояд ба онҳо фаҳмонем, ки шаҳват ҳамчун натиҷаи ба ҳам ҷалб шудани ҷинсҳои муқобил — туҳфаи муъҷизаосои Худост ба ҳар яки мо. Ин на як чизи нопок аст, агарчи баъзе одамон онро суиистифода карда, таъйиноти онро таҳриф менамоянд. Шаҳват, ки чизи олидараҷа аст, танҳо аз он сабаб, ки фарҳанги ҳозираи дунявӣ фаҳмиши онро таҳриф намудааст, нафратовар намешавад. Мо бояд шаҳват ва шаҳвонияти инсониро ба баландие бардорем, ки ба нақшаи ибтидоии Худо мувофиқат дошта бошад. Дар ниҳояти кор, Ӯ муносибатҳои маҳрамонаро офаридааст, Ӯ моро ба сурат ва шабоҳати Худ ҳамчун мавҷудоте офаридааст, ки хоҳони наздикӣ бо якдигар мебошем.

Лаззати ҳақиқӣ

Худо муносибатҳои шаҳвониро барои он офарид, ки мард ва занро умрбод дар сатҳҳои ҷисмонӣ, эҳсосотӣ, рӯҳонӣ ва иҷтимоӣ ба ҳам бипайвандад. Ин «моддаи пайвасткунанда» барои вақтхушиҳои яккарата муқаррар нашудааст, агарчи «хоҳиши ба ҳам пайвастан» на камтар аз эҳтиёҷ ба хӯрок пайдо шуда метавонад, ва дар баъзе мавридҳо ҳатто бештар.

Албатта, алоқаи ҷинсӣ ба мо лаззат меоварад, аммо дар оиладорӣ байни мард ва зане ки тамоми умр якдигарро дӯст доштан мехоҳанд, он комилан дилпазир аст. Албатта, лаззати шаҳвонӣ на ҳамеша то пирии амиқ давом мекунад, агарчи ин низ имконпазир аст. Як профессори 84-сола дар донишгоҳ оид ба шаҳвонияти инсон курси лексияҳоро мехонд. Яке аз донишҷӯён аз ӯ пурсид, ки дар кадом синну сол алоқаи ҷинсӣ лаззат оварданро бас мекунад. «Аниқ на-

медонам, — ҷавоб дод профессор, — аммо ман то чунин синну сол ҳанӯз нарасидаам». Одитар карда гӯем: шаҳват барои ҳаловат муқаррар шудааст, то ки ҳамсарон аз якдигар бепарвоёна ва хурсандона ҳаловат бурдан тавонанд, то даме ки баданҳои онҳо барои ин амал қувват доранд.

Мо медонем, ки одамоне ҳастанд, ки розӣ нестанд, ки шаҳват барои ҳаловат низ офарида шудааст, ва касонеро, ки бо ақидаи мо ҳамфикр нестанд, маҳкум намекунем. Мо касонеро, ки алоқаи ҷинсиро вазифа ва уҳдадории ҳамсарона меҳисобанд, эҳтиром менамоем. Аммо мо ҳис мекунем, ки бояд ба онҳо фаҳмонем, ки онҳо чӣ гуна хурсандии бузургро аз даст медиҳанд! Дар он ҳолатҳое ки ин бамаврид аст, мо ҳатто суханони худро дар бораи он ки наздикӣ дар оиладорӣ лаззати ҳақиқӣ меоварад, бо иқтибосҳо аз Навиштаи Муқаддас тасдиқ менамоем.

Гоҳо одамон аз ман мепурсанд (аз Ҷош): «Магар шумо Китоби Муқаддасро ба таври таҳтуллафзӣ мефаҳмед?» Ва ман ба онҳо ҷавоб медиҳам: «Ҳангоме ки масъала ба маслиҳати хирадмандонаи подшоҳ Сулаймон дахл дорад, албатта!» Худатон ҳукм намоед:

> *Чашмаи ту муборак хоҳад буд; ва аз зани ҷавонии худ шод бош, ки мисли ғизоли шаҳватангез ва оҳуи меҳрафрӯз аст; пистонҳои вай ҳамеша ба ту лаззат хоҳад бахшид; доимо саргарми муҳаббати вай хоҳӣ буд.*
>
> Мас. 5:18–19

> *...Ин қоматат ба нахл монанд аст, ва пистонҳоят — ба шингилҳои меваи он. Гуфтам, ки бар нахл баромада, навдаҳояшро нигоҳ хоҳам дошт; ва пистонҳоят мисли шингилҳои ангур хоҳад буд, ва роиҳаи нафасат — мисли себҳо, ва даҳонат — мисли шароби ноб. Он ба гулӯи маҳбуби ман бемалол фурӯ меравад, лабҳои хуфтагонро ба ҳаракат меоварад.*
>
> Суруди Сурудҳо 7:8–10

Ин суханон аз Навишта мебошанд! Ба ҳеҷ чиз — на ба фарҳанги дунявӣ, на ба тасаввуроти таҳрифшудаи худ аз гузашта — имкон надиҳед, ки он хурсандиро, ки Худо бароятон дар ҳаёти маҳрамона мехоҳад, аз шумо кашида гирад.

Дар он вақтҳое ки фарзандони мо ба воя мерасиданд, ман (Доттӣ) бисёр вақт ба онҳо мегуфтам, ки ману Ҷош то чӣ андоза хурсандем, ки бо ҳам мебошем. Албатта, фарзандон алоқаҳои ҷинсии волидони худро фикран тасаввур кардан намехоҳанд, аммо ман ба фарзандонам мефаҳмондам, ки шаҳватро Худо махсус барои муносибатҳои ҳамсарона ҳамчун таҷрибаи олидараҷа ва хеле дилписанд офаридааст, ва онҳоро ба фаҳмидани он меовардам, ки ману Ҷош аз ин тухфаи Худо ҳаловат мебарем. Дар омади гап, агар ба шумо тасдиқҳои иловагии библиявӣ даркор бошанд, ки хости Худо дар он аст, ки ҳамсарон аз алоқаи ҷинсӣ ҳаловат баранд, давоми Суруди Сурудҳои Сулаймонро хонед.

Давом додани насл

Яке аз аввалин фармудаҳое ки Худо ба ҷуфти аввалини одамон — ба Одаму Ҳавво дод, ин буд: «...борвар ва афзун шавед...» (Ҳас. 1:28). Ана ин яке аз фармудаҳоет, ки иҷро карданаш дилписанд аст! Ва агар ин фармуда иҷронашуда мемонд, насли инсон аллакай аз байн мерафт.

Ибтидои ин оят аз китоби Ҳастӣ чунин аст: «Ва Худо онҳоро баракат дод, ва ба онҳо гуфт: борвар ва афзун шавед...» Яъне фарзандон — баракат мебошанд. Чунон ки Сулаймон гуфтааст, «Тоҷи пирон наберахо мебошанд, ва фахри фарзандон — падаронашон» (Мас. 17:6).

Шояд, ҳеҷ чиз ҷолибтар аз дарки он нест, ки маҳрамонатарин ифодаёбии муҳаббати шумо боиси пайдо шудани ҳаёти гаронбаҳо гардидааст, ки минбаъд ва барои ҳамеша писар ё духтари шумо хоҳад буд. Албатта, дар замони мо

дар робита бо таваллуд ва тарбияи кӯдакон бисёр мушкилот вуҷуд доранд, аммо ба ҳар ҳол ин то чӣ андоза имтиёз ва баракати бузург аст — оила доштан!

Волидон ё роҳбарони калисо барои кӯдакон масъулиятдор буда, шумо, албатта, мехоҳед, ки фарзандонатон дар зиндагӣ осудаҳолона пеш раванд, на чун дар майдони минаҳо, ки дар ҳар як қадам онҳоро порнография, алоқаи ҷинсӣ пеш аз оиладоршавӣ, кандани муносибатҳо, ғаму андӯҳи дили шикаста, ҷудошавӣ барин «қотилон» интизоранд. Шумо мехоҳед, ки фарзандонатон барои шумо, барои Худо ва барои ҷаҳони атроф баракат шаванд. Ҳамаи мо инро мехоҳем. Ва яке аз аввалин қадамҳо ба сӯи ин — ба фарзандони худ фаҳмондани он аст, ки шаҳват аз Худост, ва он олидараҷа аст ва на танҳо барои давом додани насл, балки ҳамчунин барои мустаҳкам кардани наздикии ҳамсарона ва ҳаловат бурдан муқаррар шудааст. Китоби мо ба он бахшида шудааст, ки *чӣ гуна* дар бораи ҳамаи ин ба фарзандон гуфтан даркор аст.

Фарзандонамон бояд фаҳманд: хости Худо аз он иборат аст, ки шаҳват барои ҳаёти онҳо ва муносибатҳо бо ҳамсари ояндаашон баракат гардад. Онҳо бояд дарк кунанд, ки мақсади он аз чӣ иборат аст. Ғайр аз ин, онҳо бояд фаҳманд, ки ин имтиёзро чӣ гуна дуруст истифода баранд, ва ба қоидаҳои истифодаи он сарфаҳм раванд, зеро ҳар чизи тавоно ва динамикӣ эҳтиёткории махсусро металабад. Дар боби оянда мо дар бораи он гап мезанем, ки Худо барои шаҳват кадом ҳудудҳоро муқаррар намудааст.

Боби 3

Шаҳват: ҳаловат дар чаҳорчӯбаи оиладорӣ

Бегоҳии гарм буд. Ҷастин ва дӯстдоштааш Мэддӣ қарор доданд, ки рафта, шиноварӣ кунанд. Ҷастин медонист, ки соҳибони хонаи ҳамсоя ба муддати дароз ба сафар рафтаанд, ва онҳо дар ҳавлии худ ҳавзи олидараҷае доранд. Ҳамин тариқ, ӯ ва Мэддӣ ба ҳавлии ҳамсоя даромада, аз тавораи ҳавз гузаштанд ва хостанд аз шиновари бегоҳирӯзӣ ҳаловат баранд.

Мэддӣ ҳанӯз либосашро бадар накарда буд, ки Ҷастин аллакай пойафзолашро партофта, ба баландӣ баромад ва аз он ҷо ба об ҷаст. Охирин чизе ки ӯ пеш аз беҳуш шудан шунид, фарёди Мэддӣ буд.

Пеш аз сафар ҳамсояҳо қисми зиёди оби ҳавзро холӣ карда буданд, аз ҳамин сабаб оби он кам буд, аммо дар нимторикӣ Ҷастин инро пайхас накард. Ӯ ба об ҷаст ва устухонҳояш шикастанд. Дӯстдори шиновари бегоҳирӯзӣ барои тамоми умр маъюб шуд.

Ин ду ҷавон фақат мехостанд аз шиноварӣ лаззат баранд. Тавораи ҳавз ҳудудеро муқаррар намуда, гӯё мегуфт: «Надароед» ё «Даромадани бегонаҳо манъ аст». Ҷастин дар он мо-

неаро ба лаззате ки ӯ ва дӯстдоштааш меҷустанд, дид, ҳол он ки дар асл тавора барои ҳимояи онҳо гузошта шуда буд.

Шаҳват ҳаловат меоварад

Фарзандро тарбия намуда, шумо эҳтимол ягон вақт ӯро огоҳ кардаед: «Ба дарзмол даст нарасон» ё «Ҳангоме ки аз кӯча мегузарӣ, дар аввал саратро ба чап гардон, баъд ба рост». Шумо бисёр вақт мегуфтед: «Тоза кардани дандонҳоятро фаромӯш накун». Ва шумо инро на барои он мегуфтед, ки фарзандро аз лаззат маҳрум намоед, балки ба манфиати ӯ. Албатта, шумо намехостед, ки ӯ дасташро сӯзонад, ба садамаи автомобилӣ дучор шавад ё дандонҳояш гирифтори кариес шаванд. Манъҳо — ҳудудҳои муқаррар-кардаи одамон, як навъ тавора мебошанд, ки кӯдаконро аз зарар дидан ҳимоят мекунад.

Эҳтимол шумо ба фарзанди худ малакаҳои асосиро омӯзонда тавонистаед. Албатта, ӯ фаҳмид, ки ба дарзмоли гарм даст расондан боиси сӯхтани даст мешавад, ва агар ҳангоми гузаштани мошин ба роҳ қадам монад, ба зери он афтода метавонад, ва агар дандонҳояшро тоза накунад, онҳо сӯрох мешаванд. Лекин ба ҷавонон, чунон ки ба калонсолон низ, фаҳмондан хеле душвортар аст, ки вайрон кардани фармудаҳои Худо оид ба фаъолияти шаҳвонӣ боиси дард ва азоби рӯҳӣ мешавад. Ва ин сабаби асоснок дорад.

Даст расондан ба дарзмоли тафсон фавран боиси дард мешавад. Зери мошин афтода, шахс фавран маъюб мешавад. Аммо иштирок дар алоқаи ҷинсӣ одатан ҳаловат меоварад, новобаста ба он ки оё он дар байни ҳамсарон рӯй медиҳад ва оё ахлоқан мумкин аст ё не. Барои бадани инсон фарқ надорад, ки соҳиби он оиладор аст ё не.

Ҳақиқат аз он иборат аст, ки ҳангоми ҷӯшу хурӯши шаҳват шахс худро хеле хуб ҳис мекунад, новобаста ба он ки

оё и кори ӯ аз ҷиҳати ахлоқӣ хуб ва дуруст аст ё не. Агар мо ба фарзандони худ талқин намоем, ки алоқаи ҷинсӣ то оиладоршавӣ бад аст, ба муваффақият ноил намешавем, чунки, аз нуқтаи назари онҳо, ин ба ҳар ҳол дилписанд аст: аз бисёр сарчашмаҳои беруна онҳо аллакай медонанд, ки шаҳват худ аз худ олидараҷа аст. Дар расонаҳои хабарӣ тимсоли ҳаловати муваққатӣ бе натиҷаҳои манфии дарозмуддат васеъ паҳн шудааст. Пас мо бояд ба ин чӣ тавр муқобилат намоем?

Аз алоқаи ҷинсӣ чӣ гуна ҳаловати бештар ба даст овarданро ба фарзандони худ фаҳмонед

Волидон ё роҳбарони калисоӣ буда, шумо одатан ба кӯдакон *чӣ* мегӯед, то ки онҳоро аз ягон хел амали хатарнок ҳифз намоед? Шумо ба кӯдакон мегӯед, ки чунин корҳоро кардан бад аст, ва огоҳ мекунед, ки агар фалон ва фалон корҳоро кунанд, ба натиҷаҳои манфии онҳо рӯ ба рӯ мешаванд. Чунин ба назар мерасад, ки охирин фикре ки дар айни ҳол ба сарамон меояд, ба фарзандон фаҳмондани он аст, ки чӣ гуна аз коре ки кардани онро манъ мекунем, манфиати бештаринро ба даст овардан мумкин аст. Шумо розӣ ҳастед?

Ҳангоме ки сухан дар бораи шаҳват меравад, фарзандонамон бояд фаҳманд, ки он то чӣ дараҷа дилписанд аст, агар *бо шахси дӯстдошта дар вақти дуруст бо шаҳват машғул шавем*. Дигар хел карда гӯем, ҳангоме ки шахс дар чаҳорчӯбаи нақшаи Худо бо шаҳват машғул мешавад, фақат ҳамон вақт ӯ лаззати ҳақиқӣ бурда метавонад! Агар дастуруламали чизеро бо диққат омӯзем ва онро риоя намоем, он ҳар чизе ки бошад, ба таври беҳтарин ба мо хизмат мекунад.

Оё шумо ягон вақт моҳичаи аквариумиро бо банд ба сайру гашт бурдаед? Ё дар қутби шимолӣ нахл парвариш

кардаед? Ё бо отверткаи одӣ винти Phillips-ро ба девор даровардаед? Кӯшиш ҳам накунед — ҳеҷ натиҷаи хуб ба даст намеояд. Чаро? Чунки моҳича барои сайру гашт офарида нашудааст — ҷои он дар об аст, на дар хушкӣ. Агар моҳича аз ҳаёт мувофиқи нақшаи Худо ҳаловат бурдан хоҳад, он бояд дар ҳамон ҳудуде ки барояш муқаррар шудааст, яъне дар об бимонад. Нахлҳо бояд дар шароити гармии доимӣ сабзанд. Онҳо растаниҳои тропикӣ мебошанд. Агар нахлҳо ҳаёти пурра ба сар бурдан хоҳанд, бояд аз қутби шимолӣ барин ҷойҳои хунук дуртар бошанд. Ҳатто ба девор даровардани винти Phillips барин вазифаи одӣ иҷронашаванда мегардад, ҳангоме ки шумо отверткаи нодурустро ба даст мегиред. Ҳама чиз дар ин ҷаҳон ба таври беҳтарин рӯй медиҳад, агар мувофиқи нақшаи Офаридгор амалӣ гардад. Ин ҳеҷ мушкилӣ надорад, ҳамин тавр не?

Фарзандони мо бояд фаҳманд, ки Худо шаҳватро бо мақсади муайян офарида буд. Ин туҳфаи муъҷизаосои Ӯст, ки вазифааш — доимо мустаҳкам намудани наздикӣ байни ҳамсарони дӯстдор, овардани хурсандӣ ва лаззати ҷисмонӣ ба муносибатҳои онҳо ва ба дунё овардани фарзандон аст. Агар шаҳватро эҳтиром намуда, дуруст истифода барем — ҳамон тавре ки онро Худо офаридааст, — бе шубҳа, он яке аз туҳфаҳои беҳтарини Ӯ мешавад.

Бигузор фарзандатон донад, ки дар ин туҳфаи олидараҷаи Худо ҳеҷ чизи ифлос ё шармовар нест ва воситаи одии аз он ҳаловат бурдан ҳаст. Ин туҳфаи олидараҷаи Худо муҳаббатро устувор намудан метавонад, фақат ба «дастуруламал»-и истифодаи он пайравӣ бояд кард! Пас кӯшиш кунед, ки фарзандатон донад: Худо маҷмӯи қоидаҳоро додааст, ки барои аз алоқаи ҷинсӣ ба даст овардани ҳаловати бештарин ёрӣ мерасонанд.

Рад кардан — ҳамчунин ҷавоби мусбат аст

Оё шумо ягон вақт пай бурдаед, ки гоҳо Худо дар Каломи Худ ба мо «не» мегӯяд, ва Ӯ инро танҳо аз боиси муҳаббат мекунад? Ӯ доимо мехоҳад, ки ғамхорӣ кунад ва ҳимоя намояд. Мусо халқи Исроилро даъват намуда, маҳз ҳамин хоҳиши Худоро эътироф намуд:

> *...эй Исроил, Парвардигор Худоят аз ту чӣ талаб дорад? Талабаш фақат ин аст, ки аз Парвардигор Худои худ тарсӣ, бо ҳамаи роҳҳои Ӯ равона шавӣ, ва Ӯро дӯст дорӣ, ва Парвардигор Худои худро бо тамоми дили худ ва бо тамоми ҷони худ ибодат намоӣ, ва фармудаҳои Парвардигор ва қоидаҳои Ӯро, ки ман имрӯз ба ту, барои манфиати ту мефармоям, риоя кунӣ.*
>
> Так. Шар. 10:12–13

Ҳар гоҳе ки Худо «фалон ва фалон корро накун» гӯяд, ин ҳар дафъа ба нафъи мо мебошад. Агар Ӯ ҳудуд муқаррар намояд ва аломати «Даромадан мумкин нест!» гузорад, пас, хоҳиши ягонаи Ӯ ин аст: ғамхорӣ кардан ва ҳимоя намудан. Таронаи 144-уми Забурро аз нав хонда бароед. Дар он Худо чун ҳимоятгар ва таъминкунандаи ғамхор тасвир ёфтааст. Ҳангоме ки сухан дар бораи шаҳват меравад, дар ин масъала Худо ҳамчунин мехоҳад моро бо ҳимоят ва ғамхории Худ фаро гирад. Аммо барои он ки аз наздикии маҳрамона ҳаловати пурра барем, мо бояд ҳудудро риоя намоем ва ба аломатҳои манъкунанда диққат диҳем. Дигар хел карда гӯем, мо бояд аз фосиқӣ канораҷӯӣ кунем.

Дар фаҳмиши библиявӣ фосиқӣ (зино) — ҳама гуна алоқаи ҷинсии берун аз ҳудуди никоҳ байни як мард ва як зан аст (ҳам алоқаи ҷинсии пеш аз никоҳ, ҳам берун аз никоҳ дар назар дошта шудааст). Инак он чи Навишта мегӯяд:

- «...аз фосиқӣ парҳез кунед» (Аъм. 15:29).
- «Аз фосиқӣ гурезед...» (1 Қӯр. 6:18).
- «Фосиқӣ накунем...» (1 Қӯр. 10:8).
- «Лекин фосиқӣ ва ҳар гуна нопокӣ ё тамаъкорӣ набояд дар байни шумо ҳатто зикр ёбад, чунон ки ба муқаддасон муносиб аст» (Эфс. 5:3).
- «...Хости Худост, ки шумо муқаддас бошед ва аз фосиқӣ парҳез кунед» (1 Тас. 4:3).

Ҳамин тариқ, мамнӯъ будани алоқаи ҷинсии пеш аз никоҳ ва берун аз никоҳ ба мо ҳимоя ва ғамхории Худоро таъмин менамояд. Танҳо баъзе пунктҳоро номбар мекунем.

Мо аз чӣ барканор мемонем	**Чиро ба даст меоварем**
Азоби виҷдон	Атоҳои рӯҳонӣ
Ҳомилашавии нодаркор	Вақти беҳтарин барои ба дунё овардан ва тарбия намудани фарзандон
Бемориҳое ки бо роҳи ҷинсӣ мегузаранд	Дилпурӣ ба набудани бемориҳое ки бо роҳи ҷинсӣ мегузаранд
Ба шарики худ дилпур набудан	Боварӣ ба шарики худ
Ихтилолҳои рӯҳӣ	Наздикии ҳақиқӣ

Дар мавриди чунин афзалиятҳо ба андозаи пурра аз наздикии маҳрамона ҳаловат бурдан мумкин аст. Масалан, ҳангоме ки мо ҳанӯз дар марҳалаи вохӯриҳо будем, ҳар яки мо қарор дод, ки то оиладоршавӣ сабр кунад, ва то

он вақт хоҳишҳои шаҳвонии худро зоҳир накунад. Ин ба мо умед мебахшид, ки дар оиладорӣ низ мо аз хиёнатҳо худдорӣ карда метавонем. Ва мо ба ин муваффақ шудем! Фармудаҳои Худоро дар масъалаи шаҳват иҷро карда, мо ҳимоятро аз азоби виҷдон ба даст овардем ва аз наздикии пок ҳаловат бурданро давом медиҳем.

Ба мо лозим наомад, ки дар натиҷаи ҳомилашавии пеш аз никоҳ азоб кашем. Пас, мо аз раванди нохуши ба «фарзандӣ» додани кӯдаки худ барканор мондем ва ҳанӯз пеш аз он ки ҳар дуямон барои ин қадам тайёр шуда бошем, шитобкорона оиладор нашудем.

Дар бистари ҳамсарона моро тарси сироят ёфтан аз ягон беморӣ ки бо роҳи ҷинсӣ мегузарад, таъқиб намекард.

Моро нобоварӣ ба худ аз боиси муқоиса ба шарики пештар азоб намедод. Ҳамин тариқ, муносибатҳои мо дар боварии пурра ба якдигар асос ёфтааст.

Худо моро аз азобҳои маънавӣ, ки алоқаи ҷинсии пеш аз никоҳ бисёр вақт боиси онҳо мегардад, ва аз хиёнаткорона баркандани робитаҳо ҳифз намуд. Дар натиҷа мо аз муносибатҳое ки онҳоро ҳеҷ гуна нобоварӣ ё шабаҳҳои гузашта тира намегардонанд, осудаҳолона ҳаловат мебарем.

Худо шаҳватро ҳамчун лаззати ҷисмонӣ дар ҳудудҳои солим муқаррар карда буд. Ҳудудҳо пеш аз ҳама манъи алоқаи ҷинсӣ то никоҳ ва вафодорӣ дар оиладорӣ мебошанд. Агар мард ва зан нақшаи Худоро бе каму кост риоя кунанд, аз наздикии шаҳвонӣ дар мувофиқати пурра бо он ҳаловат мебаранд. Муҳим он аст, ки фарзандони мо дар бораи ин ҳудудҳо тасаввуроти аниқ дошта бошанд, зеро маҳз ҳамин ҳудудҳо ҳаёти маҳрамонаи ояндаи онҳоро аз ҳамаи он чи халал расондан метавонад, ҳифз менамоянд. Ин маҳз ҳамон маврид аст, ки радд кардан — ҳамчунин ҷавоби мусбат аст.

Ҳудуди рафтори шаҳвониро муқаррар менамоем

Мо аллакай гуфта будем, ки Худо ҳудудҳои муайянро муқаррар намудааст, то ки моро бо ҳимоят ва ғамхории худ иҳота намояд. Дар Навишта дар ҳадди ақалл се қоида зикр шудаанд, ки нисбати ҳаёти шаҳвонӣ қобили истифода мебошанд. Ба таври маҷозӣ гӯем, онҳо ҳамчун кӯпрук ва тавораҳои ду канори кӯпрук мебошанд. Дар кӯпрук қадам гузошта ва ба чапу рост нагашта, мо ҳамон тавре ки Худо муқаррар намудааст, аз наздикии шаҳвонӣ ҳаловат бурда метавонем.

Покӣ

Дар Китоби Муқаддас гуфта шудааст: «Бигзор заношӯӣ дар назари ҳама мӯҳтарам бошад, ва ҷойхоби он беайб...» (Ибр. 13:4). Ва боз: «...Хости Худост, ки шумо муқаддас бошед ва аз фосиқӣ парҳез кунед. Ҳар яке аз шумо донад, ки чӣ гуна бадани худро дар муқаддасӣ ва шараф нигоҳ дорад. Дар оташи шаҳват набошед… Худо моро на ба нопокӣ, балки ба муқаддасӣ даъват кардааст» (1 Тас. 4:3–5, 7).

Покӣ — қоидаи Илоҳӣ аст, ки риояи он имконият медиҳад, ки аз шаҳват ба таври бештарин ҳаловат барем, ва аз натиҷаҳои манфии фосиқӣ ҳимоят мекунад. Аммо ин чӣ маъно дорад — пок будан?

Бигӯед, оё шумо ягон вақт конфетеро хӯрдаед, ки дар коғазпечи он «шоколади табиии ширӣ» навишта шудааст? Ё, масалан, асалеро, ки дар банкаи он навишта шудааст: «Асали табиӣ бе ширинкунандаҳои сунъӣ». Дар мавриди шоколад ё асал калимаи «табиӣ» (яъне пок) маънои онро дорад, ки дар онҳо ҳеҷ гуна моддаҳои бегона, ки мазаи ҳақиқии онҳоро вайрон карда метавонанд, нестанд.

Покии ҷинсиро нигоҳ доштан ин аст: дар мувофиқат бо хости Худо зистан, роҳ надодан ба ҳеҷ чизе ки нақшаи

ҳақиқӣ ва идеалии Худоро оид ба шаҳват вайрон мекарда бошад. Мефаҳмед, шаҳват барои мустаҳкам намудани наздикӣ байни шавҳар ва зан офарида шуда буд. Бо дигар шарики ҷинсӣ алоқа кардан — ба муносибатҳои ҳамсарона ворид намудани чизи бегона аст, ки дар натиҷа онҳо покии худро гум мекунанд. Агар ба стакани об санги ифлосро партоем — об ифлос мешавад. Танҳо оби софро пок номидан мумкин аст. Худо мехоҳад, ки ҳаёти маҳрамонаи мо бо ҳеҷ чизи бегона ифлос нашавад.

Идеяи Худо аз он иборат аст, ки ду шахси пок ба иттиҳоди поки канданашаванда дохил шаванд ва танҳо бо якдигар аз наздикии ҷинсӣ ҳаловат баранд. Покии бистари заношӯӣ ҳанӯз пеш аз оиладоршавӣ халалдор шуда метавонад, агар як ё ҳар ду шарик дар пайи лаззати муваққатӣ худро дар покӣ нигоҳ надошта, аз наздикии ҳақиқӣ, ки бояд байни шавҳар ва зан бошад, даст кашанд.

Покии муносибатҳои шаҳвонӣ аз куҷо бармеояд? Аз Худи Худо, ки мегӯяд: «Муқаддас бошед, чунки Ман қуддус ҳастам» (1 Пет. 1:16) ва «...ҳар кӣ аз Ӯ чунин умед дорад, худро пок менамояд, чунон ки Ӯ пок аст» (1 Юҳ. 3:3). Худо табиатан пок ва қуддус аст, ва «дар Ӯ ҳеҷ ноинсофӣ нест» (Заб. 91:16). Ҳамин тариқ, то оиладоршавӣ ва дар оиладорӣ покиро нигоҳ дошта, мо симои Худоро инъикос менамоем ва зери ҳимоя ва ғамхории дӯстдоронаи Ӯ ва дар мувофиқати пурра бо нақшаи Ӯ аз шаҳват ба андозаи пурра ҳаловат мебарем.

Вафодорӣ

Фармудаи ҳафтум чунин аст: «Зино накун» (Хур. 20:14). Исои Масеҳ ба мардон ва заноне ки оиладор шудаанд, фармудааст, ки зино накунанд, балки ба якдигар вафодор бошанд. Ӯ ҳамчунин гуфтааст: «...он чиро, ки Худо бо ҳам

пайвастааст, одам набояд ҷудо кунад» (Марқ. 10:9). Худо ба Исроил фармудааст: «...рӯҳи худро нигоҳдорӣ намоед ва хиёнат накунед» (Мал. 2:16).

Дар маросими ақди никоҳ мард ва зан худро ба якдигар мебахшанд: «Аз ҳамин рӯз сар карда, мувофиқати муқаррароти муқаддаси Худо, ман туро дӯст хоҳам дошт, дар хурсандӣ ва ғам, дар сарватмандӣ ва бенавоӣ, дар беморӣ ва солимӣ дар ҳаққи ту ғамхорӣ хоҳам кард, то даме ки марг моро аз ҳам ҷудо кунад». Ин, шояд, ҳиссиёти беҳтарин аст — донистани он ки касе шуморо беш аз ҳар чизи ҷаҳон дӯст медорад ва ҳаёти худро ба шумо мебахшад. *Вафодорӣ қоидаи Илоҳӣ* аст, ки риоя намудани он ба мо имкон медиҳад, ки аз шаҳват ба таври бештарин ҳаловат барем, ва моро аз натиҷаҳои манфии фосиқӣ ҳимоят мекунад.

Дар тӯли қисми зиёди ҳаёти оилавии мо шавҳарам, Ҷош, дар сафарҳо буд. Ӯ имкониятҳои зиёд дошт, то ба ман хиёнат кунад. Лекин дар давоми зиёда аз чил соли оиладорӣ Ҷош ба ягона зан вафодор буда, ӯро дӯст медорад ва хоҳони ӯст. Яъне маро. Ман бо суханон ифода карда наметавонам, ки ин барои ман то чӣ андоза муҳим аст. Вафодории ӯ ба ман ҳисси арзишнокии худро медиҳад, ман осуда ҳастам ва худро дар бехатарӣ ҳис мекунам. Дар замин, ки зиёда аз се миллиард занон зиндагӣ мекунанд, ман барои шавҳарам ягона ва нотакрор ҳастам. Ана ҳамин гуна муносибатҳоро қадр кардан ва нигоҳ доштан даркор аст!

Худованд аз ибтидо дар мо хоҳиш ва майлеро ҷой додааст, ки барои касе ягона ва нотакрор бошем. Табиати Худи Худо чунин аст. «Пас дон, ки Парвардигор Худои ту Худост, — гуфт Мусо ба Исроил, — Худои бовафо аст, ки аҳд ва меҳри Худро ба онҳое ки Ӯро дӯст медоранд ва фармудаҳояшро риоя менамоянд, то ҳазор насл нигоҳ медорад...»

(Так. Шар. 7:9). Вафодорӣ ба ваъдаи никоҳӣ — боз як қоида ё ҳудуд аст, ки Худо барои ҳимояи ҳаёти маҳрамонаи мо муқаррар намудааст.

Роҳи муҳаббат

Ҳамин тариқ, ҳаёти шаҳвониро ҳимоя намудан даркор аст, аз як тараф, бо покӣ, аз тарафи дигар — бо вафодорӣ. Онҳо — чун тавораҳои боварибахши кӯпруке мебошанд, ки ҳамсарон даст ба даст аз он гузашта меравaнд. Ва кӯпрук — роҳи муҳаббат аст.

Бисёрии кӯдаконе ки дар оилаҳои масеҳӣ ба воя расидаанд, як навъ нишондиҳандаи ахлоқӣ доранд. Эҳтимол, фарзандатон боварӣ дорад, ки муносибатҳои наздик бо ҳар каси рост меомада — хатои калон аст. Албатта, шумо метавонед фахр намоед, ки ӯ чунин нуқтаи назар дорад, аммо дар ин ҷо як нозукӣ ҳаст.

Бисёр фарзандон, бигузор ҳатто аз оилаҳои имондор ва калисоҳои хуб, чунин меҳисобанд, ки агар ду шахс якдигарро «ба таври ҳақиқӣ» дӯст доранд, қоидаро вайрон кардан мумкин аст. Дар ин маврид алоқаи ҷинсии пеш аз никоҳ ё берун аз никоҳ барои онҳо дуруст метобад, зеро «ҳангоме ки дӯст медорӣ — ҳама корро дуруст мекунӣ»*.

Ба фикрам, ҳозир ман (Ҷош) бисёр волидон ва роҳбарони калисоиро хеле ҳайрон мекунам, аммо бояд гуфт, ки ба як маъно ман бо ҷавонони ҳозира ҳамфикр ҳастам — ман низ боварӣ дорам, ки муҳаббати ҳақиқӣ ҳама корро дуруст мекунад. Аммо акнун, пеш аз он ки номаи эътирозӣ нависед, ба ман гӯш диҳед. Муҳаббати ҳақиқӣ маҳз меъёри библиявӣ барои шаҳват *мебошад*. Бадӣ дар он аст, ки бисёр вақт ҷавонон меъёри қалбакии муҳаббатро ба назар ме-

* Сатр аз суруди машҳури сарояндаи британиягӣ Боннӣ Тайлер.

гиранд, ки мувофиқи он муҳаббат алоқаи ҷинсии аз ҳудуди покӣ ва вафодорӣ берунро сафед мекунад.

Биёед *маънидоди Илоҳии муҳаббат*ро аз назар мегузаронем. Дар Номаи 1-ум ба Қӯринтиён ҳаввориӣ Павлус дар бораи он навиштааст, ки муҳаббат чӣ кор мекунад ва чӣ корро намекунад:

> *Муҳаббат пурсабр ва меҳрубон аст; муҳаббат ҳасад намебарад; муҳаббат худситоӣ намекунад, худписанд намешавад. Рафтори ношоиста намекунад, фоидаи худро намеҷӯяд; ба хашм намеояд, ба дил кина намегирад; муҳаббат аз беинсофӣ шод намешавад, балки аз ростӣ хурсанд мешавад...*
>
> 1 Қӯр. 13:4–6

Аммо ин ҳанӯз маънидоди пурраи муҳаббат нест.

Павлус ҳамчунин навиштааст, ки «муҳаббат ба ёр бадӣ намекунад» (Рум. 13:10). Ба ҷои ин мо бояд ба ҳама одамон чунон муносибат намоем, ки мехоҳем онҳо низ бо мо он гуна муносибат намоянд. Оё қоидаи тиллоиро дар ёд доред? Исо мегӯяд: «...ҳар он чи мехоҳед, ки одамон ба шумо кунанд, шумо низ ба онҳо кунед...» (Мат. 7:12). Павлус бошад чунин гуфтааст: «Ҳар яке на танҳо дар бораи кори худ, балки дар бораи кори дигарон низ ғамхорӣ намояд» (Флп. 2:4). Акнун ба мо фаҳмо мешавад, ки муҳаббати ҳақиқӣ манфиати худро намеҷӯяд.

Нигаред, ки чӣ гуна Навишта ба шавҳарон мефармояд, ки занҳои худро дӯст доранд:

> *Ҳамин гуна бояд шавҳарон занони худро ҳамчун бадани худ дӯст доранд. Он ки зани худро дӯст дорад, худро дӯст медорад. Зеро ҳеҷ кас ҳаргиз ҷисми худро бад намебинад, балки онро ғизо медиҳад ва гарм мекунад, чунон ки Худованд низ ҷамоатро...*
>
> Эфс. 5:28–29

Муҳаббати ҳақиқӣ чист? Он аст, ки ёри худро ғизо медиҳад, гарм мекунад ва дар ҳаққи ӯ ғамхорӣ мекунад, ӯро эҳтиёт менамояд ва ҳимоят мекунад?

Ба ин оят ва дигар оятҳои Китоби Муқаддас такя карда, мо метавонем муҳаббати ҳақиқиро ин гуна маънидод намоем:

Дӯст доштан — ба андозаи бехатарӣ, хушбахтӣ ва некӯаҳволии худ қадр кардани бехатарӣ, хушбахтӣ ва некӯаҳволии шахси дигар аст.

Ҳангоме ки мо маҳз ҳамин тавр дӯст медорем, мо ба қоидаҳои покӣ ва вафодорӣ имкон медиҳем, ки ҳаёти шаҳвонии моро ҳифз намояд, чунки онҳо хушбахтии моро таъмин менамоянд ва моро аз зарар ҳимоя мекунанд. Муҳаббат — аммо маҳз муҳаббати ҳақиқӣ! — ба хотири покӣ ва вафодорӣ дар оиладорӣ аз алоқаи ҷинсӣ то никоҳ худдорӣ мекунад. Аз ин нуқтаи назар изҳороти «ҳангоме ки дӯст медорӣ — ҳама корро дуруст мекунӣ» комилан дуруст аст.

Чунин муҳаббат аз куҷо омада метавонад? Аз Худо, чунки «Худо муҳаббат аст» (1 Юҳ. 4:8). Меъёри илоҳии муҳаббат — он муҳаббат аст, ки дӯстдоштаи худро аз зарар ҳимоят мекунад ва некӯаҳволии ӯро таъмин менамояд. Чунин муҳаббат ато менамояд ва боварӣ мекунад, он боварибахш, бехатар, то абад вафодор аст. Ва азбаски мақсади асосии он — ҳимояи шахси дӯстдошта ва ғамхорӣ дар ҳаққи ӯст, ӯ кореро намекунад, ки ба бехатарӣ, хушбахтӣ ва некӯаҳволии шахси дигар зарар расонида метавонад.

Магар шумо ба фарзанди худ чунин роҳро намехоҳед? Магар шумо намехоҳед, ки барои фоидаи худ ӯ ҳудудҳои Илоҳии покӣ ва вафодориро хушнудона қабул намояд? Дар замони мо ба ӯ талқин намудани ин ҳақиқатҳо он қадар

осон нест, ҳангоме ки фарҳанги ҳозираи дунявӣ ба чизи дигар даъват мекунад, аммо мо шуморо бовар мекунонем, ки ин имконпазир аст. Шумо набояд фарзанди худро ба парта шинонда, чун дар мактаб таълим диҳед: ин натиҷаи баръакс оварда метавонад.

Аммо ба ҳар ҳол воситае аст, ки ба фарзандонамон фаҳмиши Нақшаи Худоро оид ба шаҳват талқин намоем. Чунин тарзи амал ҳаст, ки боиси аксуламали мусбати онҳо мешавад. Бисёр волидон ва роҳбарони калисо онро аз назар дур гузоштаанд. Дар боби оянда мо маҳз дар ин бора гуфтугӯ мекунем.

Боби 4

ДАР БОРАИ ШАҲВАТ ДАР ЗАМИНАИ МУНОСИБАТҲОИ НАЗДИК ЧӢ ГУНА ГУФТУГӮ КАРДАН ЛОЗИМ АСТ

Ӯ сӯи ман шитофт ва дастамро фишурд. Ман ба ӯ нигаристам. Пеш аз он ки худро муаррифӣ кунад, ӯ гуфт:

— Ҷош, ман бо оилаам чӣ кунам?

Ман ҳозиракак баромадро дар назди зиёда аз аз шашсад шубон дар Филиппин дар мавзӯи «Чӣ гуна барои фарзандони худ қаҳрамон бояд шуд» ба охир расондам. Ва инак як шубон ба ман нақл намуд, ки се фарзанди ӯ — 17-сола, 13-сола ва 10-сола — «бадтарин фарзандон дар калисо» ҳисобида мешаванд.

— Ман ҳама кори метавонистаамро кардам, — гуфт ӯ бо изтироб. — Ман доимо ба онҳо Каломи Худоро таълим медодам. Онҳоро маҷбур мекардам, ки оятҳои Китоби Муқаддасро аз ёд кунанд. Онҳо хуб медонанд, ки аз онҳо чиро интизоранд, аммо зидди ҳама гуна қоидаҳо мебароянд. Ман чӣ кунам?

Дар овози падар ноумедӣ садо медод. Ӯ бо тамоми қувват кӯшиш мекард фарзандони худро маҷбур намояд, ки аз ҳудуди муқарраркардаи Худо берун набароянд. Ӯ мехост,

ки онҳо дар итоаткорӣ, зери ҳимояти Худо ва дар иҳотаи ғамхории Ӯ зиндагӣ кунанд. Ҳамаи мо ба фарзандони худ ҳаминро мехоҳем.

Ман ба китфи ӯ даст расонда, рост ба чашмонаш нигаристам:

— Бародар, ба шумо чунин маслиҳат медиҳам — қоидаҳоро фаромӯш кунед.

— Чӣ-ӣ-ӣ? — гуфт ӯ нобоварона. — Мушкилии ман маҳз дар ҳамин аст: онҳо ба ҳеҷ гуна қоидаҳо итоат намекунанд. Онҳо фикр ҳам намекунанд, ки ба қоидаҳо эҳтиёҷ доранд!

— Ман гапи шуморо фаҳмидам, — ҷавоб додам ман, — аммо такрор мекунам: ба қоидаҳо диққати асосӣ доданро бас кунед.

Дар назари аввал ин маслиҳат на он қадар хуб аст, ҳамин тавр не? Ҳамаи мо медонем, ки қоидаҳо то чӣ андоза муҳиманд, охир, онҳо ҳудудҳои бехатарии моро ифода менамоянд ва амалҳои моро равона мекунанд. Аммо ин, чунон ки мегӯянд, танҳо қуллаи айсберг аст. Мо бояд фаҳмем, ки чӣ чиз боиси дигаргуниҳои *воқеӣ* дар рафтори фарзандони мо мешавад, чунки пеш аз ҳама мо мехоҳем, ки фарзандонамон интихоби дуруст карда тавонанд, ва ҳангоме ки онҳо ин корро карда наметавонанд, мо кӯшиш мекунем онҳоро ба роҳи ҳақиқат баргардонем. Аммо *чӣ тавр* ин корро бояд кард? Ману Доттӣ диаграммаҳоро меоварем ва мефаҳмонем, ки чӣ чизҳо ба шумо ёрӣ мерасонанд, то ба фарзандони худ интихоби дурусти ахлоқӣ карданро ёд диҳед.

Чунон ки маълум аст, ҳар як амали мо ва тамоми рафторамон умуман бо арзишҳои мо муайян карда мешаванд. Интихоби ахлоқии мо низ ба арзишҳои мо такя мекунад. Ҳа, аммо арзишҳои мо чӣ гуна ташаккул меёбанд? Онҳо аз ақидаҳои мо бармеоянд. Баъзе изҳоротро дар хусуси

ҷаҳони атрофамон мо дуруст меҳисобем, баъзеи дигарро — нодуруст. Маҳз ҳамин ақидаҳо арзишҳои моро ташаккул медиҳанд, ва онҳо, дар навбати худ, рафтори моро муайян мекунанд (ниг. Диаграмма).

Он чиро, ки мо ба он бовар мекунем, ҷаҳонбинии мо номидан мумкин аст. Ҷаҳонбинӣ чист? Агар мухтасар фаҳмонем, ин нуқтаи назари мо ба ҷаҳон аст. Ин маҷмӯи ақидаҳоест, ки мо дар хусуси сохт ва тартиби ҷаҳон дуруст меҳисобем. Ин объектив аст, ки ба воситаи он мо ба ҳаёт менигарем. Ин чизест монанди харитаи хаёлан кашидашавандаи воқеият. Пас чаро, масалан, 67% мардони ҷавон ва 49% занони ҷавон ба порнография рӯ оварданро рафтори дуруст меҳисобанд?[1] Чунки ҷаҳонбинии онҳо чунин ташаккул ёфтааст. Дар харитаи ҷаҳони онҳо ба порнография рӯ овардан — шакли муқаррарии зоҳиршавии шаҳвоният аст. Аз ақидаҳои онҳо арзишҳояшон ташаккул ёфтаанд, ки акнун амалҳои онҳоро муайян мекунанд.

Ҳамин тариқ, агар дӯсти мо, шубон аз Филиппин, ба амалҳо ё рафтори фарзандони худ таъсир расонданӣ шавад, оё бо ҷорӣ намудани манъҳо ва қоидаҳои қатъӣ ба натиҷаҳои назаррас ноил мешавад? Шояд, баъзе чизҳо дигаргун мешаванд, аммо ба муддати кӯтоҳ, чунки дигаргуниҳои

дарозмуддат бояд дар сатҳи амиқтар сар шаванд. Бисёр волидон, чунон ки мо пештар навишта будем, фарзандони худро ба таълими хонагӣ ё ба мактабҳои масеҳӣ гузаронда ё онҳоро ба лагерҳои тобистонии масеҳӣ фиристода, умед доштанд, ки ин боиси дигаргуниҳо дар рафтори онҳо мешавад. Онҳо ба он умед мебастанд, ки ба фарзандонашон чизҳои дурустро ёд медиҳанд, ба онҳо дар қабул намудани ҳақиқатҳои Худо оид ба муҳаббат ва шаҳват ёрӣ мерасонанд, ба онҳо мефаҳмонанд, ки чӣ чиз хуб аст ва чӣ чиз бад аст. Он гоҳ, шояд, фарзандон интихоби дурусти ахлоқӣ кардан метавонанд. Ҳамаи ин хуб аст, лекин мо мехоҳем ба шумо гӯем: ба кӯдакон ёд додани қабул кардани ҳақиқатҳои Худо — кифоя нест.

Таҳкурсии вайроншуда

Боре ман (Ҷош) дар калисои калон дар Ғарби Миёна баромад мекардам. Калисо ба қарибӣ лоиҳаи сохтмониро ба охир расонда, ба бинои нав кӯчида буд. Ба дари он наздик шуда, ман дидам, ки дар болои даромадгоҳ баннери калоне бо чунин суханон часпонда шудааст: «Мо ҳақиқатро ва танҳо ҳақиқатро мавъиза мекунем!»

Албатта, мо ба фарзандони худ ҳақиқатро меомӯзонем, охир, фақат ҳамин тавр дар онҳо ақидаҳои дуруст ҳосил шуда ва ҷаҳонбинии библиявӣ ташаккул ёфта метавонанд. Аммо ман гуфтугӯҳоро аз қабили «ҳақиқат ва фақат ҳақиқат» хеле бисёр шунидаам, ва онҳо дар ман шубҳаҳоро ба вуҷуд меоваранд, аз ҳамин сабаб аввалин фикри ман ҳангоми дидани ин баннер чунин буд: *«Агар ҳамааш ҳамон тавр бошад, ки ман тахмин мекунам, ин калисо пешрафт нахоҳад кард»*.

Бисёр волидон ба ин дом меафтанд. Онҳо чунин меҳисобанд, ки агар ба фарзандони худ ҳақиқати Илоҳиро раса-

нида бошанд, ба қуллаҳо расидаанд, охир, акнун онҳо арзишҳои «дуруст» ва рафтори «дуруст» хоҳанд дошт. Аммо чунин ақида дуруст нест, зеро ҷузъи асосиро, ки ҳақиқати Илоҳиро зинда гардонда, ҳаёти шахсро дигаргун менамояд, ба назар намегирад. Ва ин ҷузъи асосӣ ё калид — *муносибатҳо* мебошанд!

Подшоҳ Довуд гуфтааст: «Маро дар доварӣ ҳимоя намо, эй Парвардигор, зеро ки ман дар беайбии худ рафтор кардаам… Ва дар ростии Ту рафтор мекунам...» (Заб. 25:1, 3).

Ҳангоме ки мо фақат ояти 1-ум ва нимаи дуюми ояти 3-юмро меоварем, чунон ки дар ин ҷо кардаем, мо контекстро аз назар дур мегузорем: ҳақиқат дар ботин сокин аст. Мефаҳмед, ҳақиқати Илоҳӣ ҳамеша ба мо аз Худои дӯстдор меояд, ва Ӯ ба дили мо таваҷҷуҳи зиёд дорад. Биёед ояти 3-юмро пурра мехонем:

> *...Зеро ки меҳру вафои Ту пеши чашми ман аст, ва дар ростии Ту рафтор мекунам...*

Довуд ҳамеша дар бораи муҳаббати доимии Худо медонист ва бо Худо муносибатҳои наздик дошт. Ҳақиқати Илоҳиро дар заминаи он фаҳмондан даркор аст, ки чӣ тавр Падари осмонӣ дар ҳаққи фарзанди Худ ғамхорӣ мекунад. Сипас Довуд дуо мегуфт: «Эй Парвардигор, роҳи Худро ба ман таълим деҳ, то ки дар ростии Ту рафтор намоям», — ва эътироф менамуд: «...Зеро ки меҳру вафои Ту ба ман бузург аст...» (Заб. 85:11, 13). Довуд байни шинохтани Худо ва муҳаббат ба Ӯ, ки хоҳиши ба Падари ғамхори худ писанд омадан аз онҳо бармеомад, робитаи бевоситаро медид. Нависандаи Забур аз ҷавонӣ ошкор карда буд, ки сарчашмаи тарзи дурусти зиндагӣ дар эҳсос намудани «меҳру вафои бузург», дар муҳаббати доимии Худо ба ӯст. Ҳавворӣ

Юҳанно ҳамон қувваро дар назар дошт, ҳангоме ки навишта буд: «Мо Ӯро дӯст медорем, чунки аввал Ӯ моро дӯст дошт» (1 Юҳ. 4:19).

Чунон ки мо аллакай гуфта будем, ақидаҳо ҳақиқатан арзишҳои моро ташаккул медиҳанд, ва арзишҳо амалҳои моро муайян мекунанд. Аммо гап дар он аст, ки ҳамаи мо тасаввуроти худро дар бораи Худо, дар бораи ҳаёт ва дар бораи худ дар асоси таҷрибаи муносибатҳо бунёд менамоем. Подшоҳ Довуд дуруст гуфтааст: дуруст рафтор карда тавонистани ӯ аз пайдо намудани ҳақиқати Худо (ақидаҳо ва арзишҳо) бармеомад, ва асоси ҳама чиз дар «меҳру вафои бузург» — муҳаббати доимии Худо (яъне муносибатҳо) буд.

Ҳамаи он чи фарзандони шумо омӯхтаанд, ҳамаи он чи онҳо медонанд, ва ҳатто *чӣ гуна* дар ин бора фаҳмидани онҳо аз муносибатҳо бо касе ё чизе бармеоянд. Одамон хеле кам дар ин бора фикр мекунанд, аммо ҳамаи он чи мо аз худ таҷассум менамоем, асосан ба шарофати муносибатҳо ба вуҷуд омадааст. Ақидаҳои мо — ва аз ин рӯ, ҷаҳонбинии мо — натиҷаи бевоситаи он мебошанд, ки мо онҳоро бо кӣ ва чӣ гуна бунёд кардаем. Муҳаббат — инак заминаи пурфайз, ки ақидаҳои дурусти ҷавонон дар он сабзида метавонанд, ва ақидаҳои дуруст, дар навбати худ, арзишҳои онҳоро ташаккул медиҳанд, ва арзишҳо амалҳоро муайян мекунанд (ниг. Диаграмма).

Чаро муносибатҳо барои ташаккули ақидаҳо ва арзишҳои дуруст, ва яъне, барои кардани корҳои нек ин қадар муҳиманд? Чунки мову шумо ҳамин тавр офарида шудаем. Худои Воҳиди Сегонаи олам дар умқи дили ҳар кас муҳри маълумкунанда, аломати фарққунандаи симо ва шабоҳати Худро гузоштааст: барпо карда тавонистани муносибатҳое ки дар муҳаббат асос ёфтаанд. Ин кайҳо боз аз Навишта

маълум аст (ниг.: Ҳас. 1:26–27), илова ба он, тадқиқотҳои тиббии инкишофи майна, ки ба қарибӣ гузаронида шудаанд, ин ҳақиқатро тасдиқ кардаанд.

Якчанд сол пеш Мактаби тиббӣ дар назди коллеҷи Дартмут тадқиқоти илмии дигаргуншавиҳои синнусолии майнаро ташкил намуд. Дар чаҳорчӯбаи лоиҳа, ки «Hardwired to Connect» ном дошт, маълумотҳои зиёда аз дусаду шаст ҳисобот таҳлил карда шуданд. Дар ҳисоботи натиҷавӣ гуфта шуда буд: «Ҳамаи ҳисоботҳо дар бораи он шаҳодат медиҳанд, ки ҳангоми таваллуд шудани кӯдак майнаи ӯ аз ҷиҳати ҷисмонӣ, биологӣ ва кимиёвӣ барои робита бо одамон ба воситаи муносибатҳо барномарезӣ шудааст»[2]. Чунон ки доктор Аллан Шор аз Мактаби тиббӣ дар назди Донишгоҳи Калифорния дар Лос-Анҷелес гуфтааст, «мо барои муносибатҳо таваллуд мешавем. Майнаи мо табиатан барои он “барномарезӣ” шудааст, ки дар якҷоягӣ бо дигар одамон ба воситаи муоширати эҳсосотӣ инкишоф ёбад — ҳанӯз пеш аз он ки суханон гуфта шаванд»[3]. Оё меарзад, ки аз ин ҳайрон шавем, агар мо ба

сурат ва шабоҳати Худои воҳиди сегона — Худои муҳаббат — офарида шуда бошем? Аммо мо, чун пештара, ба якдигар дар бораи ҳақиқат ва қоидаҳое ки аз он бармеоянд, беҳад бисёр гап зада, муносибатҳои наздикро сарфи назар мекунем. Мо, чун он шубонон аз калисои калон дар Ғарби Миёна, «ҳақиқатро ва танҳо ҳақиқатро мавъиза мекунем».

Дар Нома ба Эфесусиён ҳаввориӣ Павлус моро даъват кардааст, ки «ҳақиқатро бо муҳаббат гӯем» (Эфс. 4:15)*. Аз ибтидо ҳақиқат барои «аз худ карда шудан» дар дохили муносибатҳои наздик муқаррар шудааст. Ҳаввориӣ Павлус навишта буд: «Мо чунон ба шумо дил бастем, ки хостем ба шумо на танҳо Инҷили Худоро расонем, балки ҷонҳои худро низ барои шумо фидо созем, чунки шумо ба мо азиз шудед» (1 Тас. 2:8). Павлус тарзи корбурди «ҳақиқат ва танҳо ҳақиқат»-ро амалӣ намекард — ӯ бародаронро дар заминаи муносибатҳои зинда ва боварибахш таълим медод. Аз ҳамин сабаб дар одамон ҳақиқати суханони ӯ реша гирифт ва худи рафтори одамон дигаргун шуд.

Метавонед дилпур бошед: бе муносибатҳои солим ҳама гуна кӯшишҳои ба касе талқин намудани ақидаҳо ва арзишҳои худ, ёд додани амалҳои дуруст бефоида мебошанд, чунки дар онҳо унсурҳои асосӣ — муҳаббат ва ғамхорӣ камӣ мекунанд. Худо маҳз муҳаббат ва ғамхориро истифода мебарад, ҳангоме мехоҳад ба шахс дар интихоби дурусти ахлоқӣ кардан ёрӣ расонад. Аз ҳамин сабаб ҳақиқат бе наздикии маънавӣ беш аз ҳама рад карда мешавад, ва интизомнок кардан бисёр вақт боиси эътироз ва хашм мегардад. Лекин, ҳақиқат ва қоидаҳои рафторро дар заминаи муносибатҳои наздик устувор намуда, шумо қариб ҳамеша ҷавоби мусбат

* Дар таҳрири нави тоҷикӣ: «...Балки дар муҳаббат ростиро баён намуда, дар ҳар чиз сӯи Он ки Сар аст, яъне сӯи Масеҳ нашъунамо мекунем...».

ба даст меоваред. Чаро подшоҳ Довуд дар покӣ қадамгузор буд? Чунки ӯ доимо «меҳру вафои бузург»-и Падари Осмонии худ — ҳақиқатро дар заминаи муносибатҳои наздик дарк менамуд.

Як бор дидан беҳ аз сад бор шунидан

Ба кӯдакон ва ҷавонон ҳақиқатеро расондан ҳаётан муҳим аст, ки дар масъалаи шаҳват, дар заминаи муносибатҳои наздик чӣ чиз дуруст аст, ва чӣ чиз дуруст нест. Эҳтимол, ба онҳо лозим меояд, ки интихобе кунанд ва амалҳои худро ислоҳ намоянд: аз порнография канораҷӯӣ кунанд, ба фишори аксарият муқобилат намоянд, покӣ ва вафодориро нигоҳ доранд ва муҳаббати ҳақиқиро, ки Худо фармудааст, зоҳир намоянд. Пас бидонед, ки агар онҳо «меҳру вафои бузург» ва муҳаббати доимии шуморо ҳис кунанд, он гоҳ ба панду насиҳатҳои шумо бештар гӯш медиҳанд ва барои мувофиқи он зистан майли бештар хоҳанд дошт. Ва ғайр аз ин, онҳо бояд бинанд, ки худи шумо ҳамин гуна зиндагӣ мекунед.

Ҳавворӣ Юҳанно навишта буд: «Эй фарзандонам! На бо сухан ва забон, балки бо амал ва ростӣ дӯст дорем» (1 Юҳ. 3:18). Барои он ки фарзандонамон ақидаҳои мо ва арзишҳои моро қабул кунанд, интихоби дурусти ахлоқӣ карданро ёд гиранд, онҳо бояд ҳақиқати дар ҳаёти мо амалишударо бинанд.

Ҳангоме ки дар фарзандонамон муносибатҳои носолим ё амалҳои нодурустро медидем, мо, албатта, онҳоро ислоҳ менамудем. Аммо мо зуд фаҳмидем, ки агар фарзандон ба се саволи муҳим ҷавоби мусбат додан натавонанд, он гоҳ суханони мо танҳо ҳаворо меларзонанд. Их ҷавобҳо дарҳол ба мо мегуфтанд, ки оё мо ба онҳо намунаи хуби рафторро нишон медиҳем ё не. Аз ҳамин сабаб, ҳангоме ман (Ҷош)

медидам, ки Келлӣ нодуруст рафтор мекунад ва дахолати ҳатмӣ даркор аст, ман аз ӯ мепурсидам:

1. «Келлӣ, оё ту медонӣ, ки ман туро дӯст медорам?»
2. «Оё ту медонӣ, ки ман модари туро дӯст медорам?»
3. «Ҳангоме ки ту ба шавҳар мебарой, оё мехоҳӣ чунин оила ва чунин муҳаббат дошта бошӣ, ки ҳозир ману модарат ва шумо дорем?»

Агар ба ҳар яки ин саволҳо ӯ ҷавоби мусбат диҳад, ман мефаҳмидам, ки суханони ман шунида мешаванд ва қабул мегарданд. Ман метавонистам, масалан, чунин гӯям: «Келлӣ, он чи ту мекунӣ, дар оянда метавонад ба оиладории ту зарар расонда, туро аз он хушбахтӣ, ки дар оилаи мо дорӣ, маҳрум намояд». Ва азбаски духтарам намунаи муносибатҳои сазовори бовариро медид, ӯ ба панди насиҳати ман бо майли бештар гӯш медод. Аммо агар фарзандон намунаи рафтори некро набинанд, ба суханони волидон бовар кардани онҳо душвор аст.

Ҳавворӣ Павлус навишта буд: «Эй бародарон, ба ман тақлид намоед ва ба касоне нигоҳ кунед, ки мувофиқи намунае ки дар мо доред, рафтор мекунанд» (Флп. 3:17). Калимаи юнонии *typos*, ки ҳамчун «тимсол» тарҷума мешавад, маънои «намуна барои тақлид»-ро дорад. Павлус гуфта буд, ки ҳаёти ӯ намунаест, ки ба он тақлид намудан даркор аст. Ҳамчунин ҳаёти мову шумо низ бояд барои фарзандонамон намунаи ибрат бошад. Не, мо идеалӣ нестем. Волидони идеалӣ вуҷуд надоранд. Аммо ҳатто нокомил буда, мо метавонем намунаи фурӯтаниро нишон диҳем ва касоне бошем, ки агар хато кунанд, бахшиш мепурсанд.

Ман (Доттӣ) дар ёд дорам, ки боре ману Ҷош дар ҳузури кӯдакон сахт ҷанҷол кардем. Дар кадом як лаҳза Ҷош

худдориро аз даст дода, папкаи варақҳоро ба рӯи миз партофт ва гуфт: «Ман меравам». Баъд давида аз дар баромад ва ба мошин нишаста, куҷое рафт. Инро фарзандонамон диданд.

Аммо ба зудӣ Ҷош баргашт ва моро дар хонаи қабули меҳмонон ҷамъ карда, дар назди ҳамаи фарзандон иқрор шуд, ки хеле нохуб кардааст. Ӯ гуфт, ки барои дарди маънавӣ, ки ба ман расондааст, афсӯс мехӯрад, ва аз ман бахшиш пурсид. Сипас ӯ ба кӯдакон муроҷиат намуд ва аз онҳо барои гуфтугӯи беэҳтиромона бо модарашон бахшиш пурсид.

Аён аст, ки агарчи асабонӣ шудани Ҷош хуб набуд, бо вуҷуди ин ӯ намунаи олии онро нишон дод, ки ҳангоме кори нохуб мекунӣ, барои ислоҳи он чӣ кор кардан даркор аст.

Шояд шумо бовар намекунед, аммо ба фарзандонатон ё ба касоне ки зери васояти шумо ҳастанд, дидани он муҳим аст, ки шумо пас аз хато кардан бо фурӯтанӣ бахшиш мепурсед, муҳим аст, ки дар шумо намунаи ҳаёти ростқоронаро бинанд. Павлус навишта буд, ки бутпарастонро «бо сухан ва амал» ба имон овардааст (Рум. 15:18). На танҳо суханони мо оид ба ҳақиқат, ки дар заминаи муносибатҳои наздик гуфта шудаанд, балки худи ҳаёти мо бояд ҳамчун намуна барои тақлид хизмат кунад. «...На бо сухан ва забон, балки бо амал ва ростӣ дӯст дорем» (1 Юҳ. 3:18).

Робита бо падар... ё набудани он

Мактаби ҳифзи саломатии ҷамъиятии Майкл Блумберг дар назди Донишгоҳи Ҷон Хопкинс бо иштироки 1337 духтурон — хатмкунандагони ин мактаб тадқиқот гузаронд. Объекти тадқиқот муносибатҳои оилавӣ дар оилаи воли-

дон чун омили ба миён омадани ҳолатҳо ва бемориҳои муайян буд. Маълум шуд, ки инкишофи бемориҳои психикӣ ва навъҳои асосии саратон бо набудани наздикӣ бо волидон, хусусан падар, бо робитаи бевосита дорад[4].

Дар ин бора хонда, ман он қадар мутаассир шудам, ки ба ин мактаб занг задам, то бо касоне ки ин тадқиқотро гузаронда буданд, гуфтугӯ кунам. Ман мехостам фаҳмам, ки чаро набудани наздикӣ бо падар чунин омили муҳим аст. Ба олимон на зиёда аз се дақиқа даркор шуд, то ба ман фаҳмонанд, ки чаро ин тавр аст. Чунон ки онҳо гуфтанд, шахсе ки муносибатҳояш бо падар вайрон шудаанд, дар зиндагӣ бештар ба стресси ҷиддӣ дучор мешавад, ва стресс омили асосии инкишофи бемориҳо ва ҳолатҳои зикршуда аст.

Ин ва дигар тадқиқотҳо ҳанӯз дар аввал ва миёнаи солҳои 1980-ум ба натиҷаҳои хеле муҳим расиданд. Бисёре аз олимон ба чунин хулоса омадаанд, ки саломатии ҷисмонӣ ва муносибатҳо бо ҳам алоқаманданд. Моҳи феврали соли 2012 дар маҷаллаи «Time» чунин маълумот нашр шуда буд:

> *Чунон ки тадқиқотҳо нишон медиҳанд, касоне ки доираи дӯстон ва хешовандони наздик доранд, дар муқоиса бо касоне ки чунин доира надоранд, фишори артериалии пасттар, сатҳи пасттари гормонҳои стресс ва иммунитети қавитар доранд. Дар соли 2010 олимон аз Донишгоҳи Бригам Янг маълумотҳои зиёда аз сесад ҳазор одамонро таҳлил карда, ошкор намуданд, ки камии робитаҳои иҷтимоӣ хатари марги бармаҳалро ба дараҷаи одати тамокукашӣ, ва ҳатто беш аз фарбеҳӣ зиёдтар карда метавонад[5].*

Фарзандон ба муносибатҳои наздик бо модар ва падар эҳтиёҷ доранд, то ки аз ҷиҳати ҷисмонӣ, эҳсосотӣ, рӯҳонӣ ва иҷтимоӣ солим ба воя расанд, чунки дар оянда ин ба

онҳо имконият медиҳад, ки интихоби дурусти ахлоқӣ кунанд. Ва робита бо падар аз ин ҷиҳат ҳаётан муҳим аст.

Ҷомеашинос Мария Кефалас, ки феномени оиладорӣ ва мушкилот дар оиларо меомӯзад, ҳаммуаллифи китоб дар бораи модарони даромадашон паст бо номи «Ваъдаҳое ки ман ба ҷо намеоварам. Чаро занони камбағал модар буданро аз оиладорӣ муҳимтар меҳисобанд», навиштааст: «Занон бисёр вақт ба ман мегӯянд: “Ман ба фарзандам ҳам ба ҷои модар, ҳам ба ҷои падар буда метавонам”, аммо ин ҳақиқат нест. Кӯдакии бе падар ба фарзанд таъсири амиқи психологӣ мерасонад. Ба модар, шояд, ин шахс аллакай даркор нест, аммо ба фарзандони ӯ падар ҳамеша даркор хоҳад буд»[6].

Донишгоҳи Колумбия тадқиқоти васеъ гузаронд, то муайян намояд, ки аз ҷониби ҳар ду волидони биологӣ ё модари якка тарбия ёфтани наврас ба муносибати ӯ ба машруботи спиртӣ, маводи нашъаовар ва зӯроварӣ чӣ тавр таъсир мерасонад. Чунон ки маълум шуд, фарзандоне ки онҳоро модарони якка тарбия кардаанд, назар ба онҳое ки дар оилаи волидон дар муҳити дастгирии ҳар ду волидон ба воя расидаанд, 30% бештар дар зӯроварӣ иштирок мекунанд ва машруботи спиртӣ ва маводи нашъаовар истеъмол мекунанд[7]. Агар сухан дар бори рафтори наврас равад, муносибатҳо дар оила — бо модар ва хусусан бо падар —нақши хеле муҳим мебозанд.

Худо моро мавҷудоти иҷтимоӣ офаридааст. Ҳамаи мо ба муҳаббати доимии модар ва падар, ва низ ба дӯстони мушфиқ эҳтиёҷ дорем. Ин наздикиро ба даст наоварда, хусусан ҳангоме ки робита бо падар камӣ мекунад, мо маҷбурем аз натиҷаҳо азоб кашем.

Боз як бор таъкид кардан мехоҳем: падарон бояд бо фарзандони худ муносибатҳои амиқ бунёд кунанд. Мо тамоман гуфтанӣ нестем, ки падарон инро назар ба модар камтар

мехоҳанд, фақат, бар хилофи модарон, онҳо дар сатҳи гувоҳии дил намедонанд, ки ин корро чӣ гуна ба ҷо оваранд. Аз ҳамин сабаб мо як китобро ба муносибатҳои фарзанд бо падар бахшидаем*. Мо мехостем ба падарон дар масъалаи наздиктар шудан ба писарону духтаронашон ва амиқтар кардани робитаҳо бо онҳо ёрӣ расонем. Албатта, он факт, ки фарзандон ба падарон эҳтиёҷи зиёд доранд, нақши модарро дар ҳаёти онҳо тамоман кам намекунад.

Ҳам тадқиқотҳои илмӣ, ҳам мушоҳидаҳои худамон нишон медиҳанд, ки шумо, модарон, аксаран аз уҳдаи вазифаи худ хеле хуб мебароед, аз ҳамин сабаб бисёрии фарзандон аз бисёр ҷиҳатҳо муҳаббат, ғамхорӣ ва дастгирии модаронашонро як чизи худ аз худ маълум меҳисобанд. Кӯдак ҳис мекунад, ки модараш ҳамеша ба суханони вай гӯш медиҳад ва ба ӯ раҳму шафқат зоҳир менамояд. Падар — гапи дигар аст. Кӯдакон одатан худро дар назди падаронашон ба ҳамон андоза дар бехатарӣ ҳис намекунанд, ва ин ба онҳо таъсири манфӣ мерасонад. Ҳол он ки агар бисёрии падарон ба суханони занҳояшон гӯш медоданд, аз онҳо бисёр чизҳоро фаҳмида метавонистанд!

Агар шумо модари якка бошед, иҷозат диҳед ба шумо гӯям: кори шумо назар ба он чи шумо гумон мекунед, хеле васеътар ва мураккабтар аст. Не, шумо ба фарзанди худ намунаи муҳаббати байни зан ва мардро нишон додан наметавонед, аммо метавонед дар назди ӯ буда, тамоми муҳаббат, ғамхорӣ ва дастгириро, ки аз Худо ба даст овардаед, ба ӯ диҳед. Фарзандатон бо кадом як тарз мефаҳмад, ки шумо душворӣ мекашед ва ҳар рӯз ба шумо лозим меояд, ки «масофаи бештареро тай намоед».

* Сухан дар бораи китоби Ҷ. Макдауэлл «The Father Connection» меравад (ба забони русӣ бо номи «Взаимосвязь с отцом» тарҷума шудааст). Китоб бо иштироки фаъолонаи Д. Макдауэлл навишта шудааст.

Бо вуҷуди ин дар бораи ин чиз фикр кунед: агар падари фарзандатон акнун дар назди ӯ набошад ё ба нақши падар тамоман мувофиқ набошад, дар калисои худ шахси болиғи худотарсро ёбед, ки барои писар ё духтари шумо намунаи мусбати мардӣ масеҳӣ буда тавонад. Шояд, падари касе розӣ мешавад, ки фарзандатонро ба сайру гашти оилавӣ барад ё кӯшишҳои махсус ба харҷ медиҳад, то ки бо ӯ дӯстӣ пайдо кунад ё фақат гуфтугӯ кунад. Симои ахлоқии падар ба ҳаёти фарзанд таъсири зиёд мерасонад. Агар дар оила падар набошад, ин холигиро бо дӯсте ки ба фарзанди шумо намунаи сазовор нишон дода метавонад, оқилона аст.

Ва акнун мо ба ҳамаи модарон муроҷиат мекунем: аз бисёр ҷиҳатҳо ба шумо вобаста аст, ки фарзандонатон падари худро чӣ гуна мебинанд. Шумо қудрати бузурге доред — дастгирӣ намудани муҳаббати падар ба фарзандон, ё барҳам задани эътиборнокии ӯ ва дар назари фарзандон шахси нобарор қаламдод намудани ӯ. Шавҳаратонро ҳангоми иҷрои нақши падар ҳавасманд намоед. Ин ба ӯ даркор аст. Эҳтимол, ӯ ҳатто худаш намефаҳмад, ки то чӣ андоза даркор аст. Ӯро бо ҳусни таваҷҷуҳ дастгирӣ намоед, дар назди фарзандон дар бораи ӯ суханони нек гӯед. Пурсабр ва хирадманд буда, ӯро ҳавасманд намоед, ки ҳар чи бештар дар назди фарзандонаш бошад.

Кай шумо бори охир фарзанди худро оғӯш карда будед?

Ҳангоме ки фарзандатон ба синни гузариш мерасад, шояд ба шумо чунин метобад, ки ӯ дигар ба дилбастагии ҷисмонӣ ва эҳсосотии волидон эҳтиёҷ надорад. Аммо, шояд, маҳз акнун беш аз ҳар вақти дигар ба ӯ дилпурӣ ба «муҳаббати ҳамешагӣ»-и онҳо даркор аст.

Як духтар дар бораи падари худ шеър эҷод намуда, дар он дар бораи он нақл намудааст, ки либоси кӯҳнаи ӯро мепӯшад. Ӯ ҳамеша дар орзуи чунин падар буд, ки ҳеҷ гоҳ ӯро тарк намекунад ва ҳамеша диққати ӯро қадр мекунад.

Ҳангоме ки духтар ба воя расид, ин сурудро бо номи «Эътирофи дили шикаста» сабт намуд. Сарояндаи боистеъдод дар филмҳо нақш мебозид, ба ҳабсхона афтид ва ба озодӣ баромад, баъд марҳалаи офият ёфтанро гузашт, то ки «худро ба даст гирад». Хулоса, агар рафтори ноустувори ин ҳунарпеша, оҳангсоз ва сароянда Линдсӣ Лоҳан шуморо ҳайрон мекарда бошад, амиқтар нигаред, ва шумо духтареро мебинед, ки ҳанӯз ҳам пазмони муҳаббати падар аст.

Як писари панҷсолаи хеле болаёқат ҳамроҳи чор бародараш сурудеро барои барномаи телевизионӣ машқ мекард. Падар мекӯшид онҳоро роҳбарӣ намояд, аммо онҳо на ҳамеша дастурҳои ӯро мефаҳмиданд. Писараки панҷсола чизеро аниқтар фаҳмиданӣ шуда, ба падараш савол дод. «Падарҷон...» — сар кард ӯ, аммо падар ҳамон замон гапи ӯро бурида, гуфт: «Ман акнун барои ту падар нестам — ман менеҷери ти ҳастам. Инро фаҳмида мон». Ва Майкл Ҷексон ин суханонро умрбод дар ёд нигоҳ дошт.

Якчанд сол пеш аз вафоти худ ӯ дар назди тақрибан ҳаштсад нафар донишҷӯёни донишгоҳи Оксфорд баромад карда, фонди «Help the Children»-ро, ки ба қарибӣ бунёд карда буд, пешбарӣ менамуд. Дар дақиқаи понздаҳуми баромадаш ӯ ногоҳ назоратро аз даст дода, бо садои баланд кард. Баъд ӯ ба ҳар ҳол худро ба даст гирифт ва гӯё бе сабаб чунин гуфт: «Ман фақат мехостам падар дошта бошам. Мехостам, ки муҳаббати ӯро бинам. Аммо ман ягон бор нашунида будам, ки ӯ “Майк, ман туро дӯст медорам” гуфта бошад»[8].

Муҳимтар аз пул ва шуҳрат, муҳимтар аз эътироф аз ҷониби ҳамсолон ё ягон чиз дигар, ки фарзандони шумо орзу кардан метавонанд, — барои онҳо эҳсос намудани он муҳимтар аст, ки шумо дар назди ӯ ҳастед, ва ҳамеша ӯро дӯст медоред. Ин маънои онро надорад, ки аз қоидаҳо даст кашидан ё ҳудудҳоро, ки шумо барои ҳимояи фарзандони худ муқаррар намудаед, фаромӯш кардан даркор аст. Ба онҳо қоидаҳо ва ҳудудҳо даркоранд, то ки худро дар бехатарӣ ҳис кунанд, аммо ин танзимдиҳандаҳо барояшон дар заминаи муносибатҳои наздики шумо бо онҳо даркоранд. Қувваи муҳаббати шумо ба фарзандонатон барои онҳо дар қабул кардани қарорҳои дуруст ва ахлоқӣ омили таҳрикдиҳада мешавад.

Ҳангоме ки шумо хондани ин суханонро ба охир мерасонед, назди фарзанди худ, ки шояд наврас аст, рафта, ӯро оғӯш кунед. Бигузор ӯ ҳайрон шавад! Бигузор гармии дастони шуморо ҳис кунад ва аз шумо шунавад: «Ман туро дӯст медорам». Сипас ба худ ваъда диҳед, ки дар пеши назари фарзандатон ҳар рӯз намунаи муҳаббат хоҳад буд. Бигузор ӯ ҳамеша ҳис кунад, ки шумо дар назди ӯ ҳастед, ва бинад, ки шумо ҳамеша ӯро дӯст медоред. Муносибатҳои наздики шумо ба ӯ имконият медиҳанд, ки ақидаҳои дурустро ташаккул диҳад, арзишҳои муносибро аз худ намояд ва дуруст зиндагӣ кунад.

Эҳтимол, инро гуфтан аз кардан осонтар аст. Албатта, мо — волидон ва роҳбарони калисо — медонем, ки бо ҳар як фарзанди худ муносибатҳои наздик барпо намудан ҳаётан муҳим аст. Аммо фаҳмидани он ки инро *чӣ тавр* кардан даркор аст, — масъалаи тамоман дигар аст! Барои ин боз бисёр китобҳо даркор шуда метавонанд. Аз ҳамин сабаб дар ин ҷо мо на танҳо дар бораи зарурати чунин муносибатҳо мегӯем, балки мехоҳем ба шумо ақаллан асос-

ҳои бунёд намудани онро ёд диҳем. Қисми зиёди он чи мо дар боби оянда мегӯем, аз китоби ману Дик Дей «Чӣ гуна барои фарзандони худ қаҳрамон бояд шуд»* гирифта шудааст. Аз он вақте ки мо онро навиштем, фарзандони мо ба воя расида, оилаҳои худро бунёд кардаанд. Ва инак мо аз онҳо хоҳиш намудем нақл намоянд, ки он хиштчаҳо ба бунёд намудани муносибатҳое ки мо дар онҳо ҷойгир карданӣ будем, ба ҳаёти онҳо чӣ гуна таъсир расондаанд. Бо мо бимонед.

---

* Китоби Ҷ. Макдауэлл ва Д. Дей «Чӣ гуна барои фарзандони худ қаҳрамон бояд шуд» (номи аслияш «How to Be a Hero to Your Kids») борҳо ба забони русӣ нашр шудааст.

Боби 5

Хиштчаҳо барои бунёд намудани муносибатҳои наздик

«Хуб, ба ман кафолат диҳед, ки агар ман бо фарзандонам муносибатҳои наздик бунёд кунам, онҳо ҳамеша қарорҳои дуруст қабул мекунанд, дуруст рафтор менамоянд ва ҳаётеро ба сар мебаранд, ки аз он фахр кардан мумкин аст».

Афсӯс, ки наметавонем. Албатта, мо мехоҳем чунин гӯем: ба беҳтарин маслиҳат гӯш диҳед, ба фарзандони худ наздиктар шавед, ва ин барои ҳамеша онҳоро аз дарду алам ва қабул намудани қарорҳои нодуруст ҳимоя мекунад, ва дар охир ба онҳо хушбахтии ҳақиқӣ меоварад. Аммо мо онро ваъда додан наметавонем.

Бо вуҷуди ҳамаи кӯшишҳои шумо, фарзандон ба ҳар ҳол метавонанд шуморо ва арзишҳоятонро рад кунанд. Аммо ба ҳар ҳол мо ин чизро мегӯем: агар шумо барои бунёд намудани муносибатҳои солим бо фарзандони худ ҳамаи кӯшишҳоро ба харҷ диҳед ва бо онҳо дар бораи шаҳват хирадмандона гуфтугӯ намоед, имкониятҳои шумо барои натиҷаи мусбат хеле бештар мешаванд. Якчанд қадамҳои даркорӣ гузоред, ва шумо ба фарзандони худ умед мебахшед, то дар масъалаи шаҳват аз он домҳое ки душмани насли башар барояшон тайёр кардааст, барканор монанд.

Дар зер баёни мухтасари он чи оварда мешавад, ки мо «хиштчаҳо барои бунёд намудани муносибатҳои наздик» номидаем. Маслиҳатҳои моро дар амал истифода баред, ва фарзандони шумо бо майли бештар ба суханони шумо гӯш медиҳанд, зеро ҳис мекунанд ва мефаҳманд: шумо ҳақиқатан дар ҳаққи онҳо ғамхорӣ мекунед*.

1. Ба шавқмандиҳои фарзанди худ аҳамият диҳед

— Ҷош, ин маслиҳат натиҷае набахшид, — боре ба ман шикоят кард яке аз падарон. — Ман вақти худро сарф кардам — онро бо писарам гузарондам, аммо ҳамаи кӯшишҳо беҳуда буданд.

— Шумо бо ҳам бо чӣ кор машғул шудед? — пурсидам ман.

— Хуб, ман голф бозӣ карданро дӯст медорам, — гуфт ӯ, — аз ҳамин сабаб ӯро бо худ ба майдонча бурдам, ва ин ҳеҷ натиҷае набахшид.

— Оё писари шумо бозии голфро дӯст медорад? — пурсидам ман.

— Не, аммо ман дӯст медорам, — ҷавоб дод падар.

Ӯ писарашро ба ҷаҳони худ — ба ҷаҳони голф овард, ҳол он ки писараш ба он тамоман шавқ надошт, — ва натиҷаи дилхоҳ ба даст наовард. Чаро? Чунки писар як чизро фаҳмид: падар танҳо ба он чи ба худаш маъқул аст, шавқ дорад. Агар мо, баръакс, *ба шавқмандиҳои фарзанди худ таваҷҷуҳ намоем, гӯё ба ӯ мегӯем: «Ман ба худи ту ва ба он машғулияте ки ту дӯст медорӣ, таваҷҷуҳи зиёд дорам».*

Ман, Келлӣ, фарзанди калонӣ дар оилаи Макдауэлл ҳастам. Акнун, ҳангоме ки ман худам оиладор шуда, дар кору ва-

* Муфассалтар ҳар як боб дар китоби Ҷ. Макдауэлл ва Д. Дей «Чӣ гуна барои фарзандони худ қаҳрамон бояд шуд» аз назар гузаронида шудааст.

зифа низ пешрафт мекунам, ба ақиб нигариста ба ёд овардан бароям шавқовар аст, ки чӣ тавр волидон бо ман муносибатҳои наздикро меҷустанд. Масалан, замоне буд, ки ҳар сеи мо, кӯдакон, футбол бозӣ мекардем, ва ҳама — дар дастаҳои гуногун. Бисёр вақт мо ҳафтае то шаш бор футболбозӣ мекардем, аммо модар ҳатман моро ба ҳар яки онҳо мебурд. Ҳатто тасаввур карда наметавонам, ки ин барои модарамон то чӣ андоза «хушҳолкунанда» буда метавонист.

Лекин ҳар боре ки мо ба бозӣ ё ба машқ мерафтем, модар нидо мекард: «Оҳо! Ҳозир мо ба футбол меравем! Ман мухлис мешавам! Ин хеле хурсандибахш аст!» Албатта, мо шубҳае надоштем, ки ӯ моро дӯст медорад ва шавқмандиҳои мо барои ӯ низ дилписанд ҳастанд.

Боз як мавридро дар ёд дорам, ҳангоме ки ман ба сноубординг шавқ пайдо кардам. Падар он вақт моро ба курорти лижаронии кӯҳӣ бурд, то ки сноубордҳои навро санҷида бинем. Мо гумон мекардем, ки падар дар як тараф истода моро мушоҳида мекунад, зеро ӯ ба лижаронӣ шавқи зиёд надошт. Ва инак ҳангоми сайри навбатӣ бо споуборд ман дидам, ки падарам аз паси мо лижаронӣ карда омада истодааст! Ман хеле ҳайрон шудам! Падар дар ҳаёташ лижаронӣ накарда буд, аммо ӯ чунон мехост моро ҳайрон кунад, ки ба баландии кӯҳ баромада, ҳамроҳи мо аз он ҷо ба поён сайр кард. Хушбахтона, ӯ наафтид ва осебе надид! Ин рафтори ӯ барои ману хоҳарам маънои зиёд дошт. Падар дар амал нишон дод, ки ба шавқмандиҳои мо таваҷҷуҳ дорад ва мо барои ӯ азиз ҳастем.

Ташкилкунандагони Маъракаи миллӣ оид ба пешгирии ҳомилашавии нодаркори наврасон ба волидон бо даъвате муроҷиат намуданд: «Ба онҳо диққат диҳед, ба шавқмандиҳои онҳо таваҷҷуҳ намоед. Ба чорабиниҳои варзишии онҳо равед; дар бораи машғулиятҳои дӯстдоштаи онҳо маълумоти бештар пайдо намоед; аз дастовардҳои онҳо ба ваҷд оед, бигузор ҳатто дастовардҳои хурд бошанд ҳам; саволҳо

диҳед, то онҳо фаҳманд, ки шумо ба он чи дар ҳаёти онҳо рӯй медиҳад, бепарво нестед»[1]. Чунин кунед, ва фарзандон бо майли бештар ба суханони шумо гӯш медиҳанд, аз шумо меомӯзанд ва ба намунаи шумо пайравӣ менамоянд.

2. Фарзанди худро қабул намоед

Ин ба хоби бад монанд буд. Ман (Доттӣ) ба капоти мошин, ки дар пеши чашмонам дуд мебаровард, нигариста шах шуда мондам. Ман дар иҳотаи металли пачақшуда будам. Ман ҳатто намефаҳмидам, ки оё худам осеб дидаам ё не. Оё боз ягон кас осеб дидааст? Ман ҳамагӣ 16-сола будам, ва ман ҳозиракак мошини падарамро ба садама дучор кардам.

Албатта, ман метарсидам дар ин бора ба ӯ хабар диҳам. Ӯ чӣ мегӯяд? «Доротӣ, ин чӣ кори кардагият буд?» Ё: «Наход мумкин набуд, ки роҳро бо диққати бештар назорат кунӣ?» Ё: «Ту бо кадом суръат мошинро мерондӣ?» Ё: «Оё медонед, хонумаи ҷавон, ин кори шумо боиси чӣ қадар хароҷот мешавад?» Аммо падар ҳеҷ чизи ба ин монанд нагуфт. Аввалин суханоне ки ӯ гуфт, чунин буданд: «Оҳ, Доротӣ, чӣ хушбахтӣ, что ту осеб надидӣ!» Падар гаштаву баргашта такрор мекард, ки шод аст, ки ман ҳеҷ осебе надидаам. Ӯ ягон бор маро сарзаниш накард, барои аз даст рафтани мошин изҳори таассуф накард. Ҳеҷ гоҳ фаромӯш намекунам: ҳатто ҳангоме ки ман дар 16-солагӣ дар роҳ бемасъулиятӣ зоҳир намудам, падар аз ман рӯ нагардонд.

Фарзандро чунон ки ҳаст, қабул намуда, мо ба ӯ ҳисси бехатарӣ медиҳем. Қабул кардан — на аз боиси он ки ӯ чӣ гуна рафтор мекунад, балки барои кӣ будани шахс қадр кардани ӯст. Бе ҳеҷ гуна шарт қабулшуда будани худро ҳис карда, фарзандон бештар ошкорбаён мешаванд, бештар ба

волидон боварӣ мекунанд. Ман дар муҳити чунин қабул кардан ба воя расидаам ва аз ҳамин сабаб ҳамеша худро дар бехатарӣ ҳис мекардам, зеро медонистам: новобаста ба он ки чӣ воқеа рӯй медиҳад, маро ҳамеша дӯст хоҳанд дошт.

Ҳавворӣ Павлус навишта буд: «...якдигарро қабул кунед, чунон ки Масеҳ низ шуморо барои ҷалоли Худо қабул кардааст...» (Рум. 15:7). Масеҳ шуморо *чӣ гуна* қабул мекунад? Бе шарт, чунон ки ҳастед, бо озаххову холҳо ва ҳама чизи дигар. Албатта, Худо мехоҳад, ки шумо рафтори гуноҳкоронаро тарк намоед ва интихоби дуруст кунед. Аммо норасоиҳои шумо ба муҳаббате ки Ӯ ба шумо дорад ва қабул кардани шумо танҳо барои он ки шумо писар ё духтари Ӯ ҳастед, таъсир намерасонанд. Оё ҳамин тавр нест, ки дарки ин ҳақиқат ҳисси олидараҷаи бехатариро медиҳад? Бо Падари Осмонии худ муошират карданатон осонтар мешавад, агар донед, ки Ӯ шуморо маҳкум намекунад? Фарзандонатон низ худи ҳаминро ҳис мекунанд, агар бештар ба онҳо нишон диҳед, ки онҳоро бе ҳеҷ гуна шарт қабул менамоед.

3. Ба фарзанди худ вақт ҷудо кунед

Шумо хеле серкор ҳастед? Доимо худро хасташуда ҳис мекунед? Барои кардани ҳамаи корҳо соатҳои шабонарӯз камӣ мекунанд? Чунин ба назар мерасад, ки дар замони мо вақт бо суръати бештар медавад.

Ман (Ҷош) ҳатто ҳисоб кардан наметавонам, ки чанд бор аз боиси беҳад бо кор банд буданам муоширатро бо фарзандон мавқуф мегузоштам. «Ҳозир не, Шон, ман бояд баромади худро тайёр кунам. Баъдтар гуфтугӯ мекунем». «Кэтӣ, ман бояд ба шаҳр ба як вохӯрӣ равам... Ҳангоме ки ҳамааш ба охир мерасад, гуфтугӯ мекунем». «Ҳизер, ҳозир не: ман ба фурудгоҳ шитоб дорам». «Келлӣ, ман ҳозир хеле хаста шудаам, пас аз хӯроки шом гуфтугӯ мекунем,

майлаш?» Чунин суханонро гуфта, ман дар асл ба фарзандон хабар медодам, корҳоям барои ман аз онҳо муҳимтар мебошанд.

Ва акнун хотираҳо дар ин бора дили маро реш-реш мекунанд.

Оё шумо медонед, ки муҳаббат барои кӯдак — пеш аз ҳама вақт аст? *Ба фарзанди худ вақт ҷудо карда, мо ба ӯ ҳисси аҳамиятнокии худро медиҳем.* Муоширатро бо ӯ мавқуф гузошта, мо дар асл мегӯем: «Ман туро дӯст медорам, аммо на ба он дараҷае ки бисёр чизҳои дигарро дар ҳаёти худ дӯст медорам».

Ҳаёт бо тамоми талаботҳояш ба мо имкон намедиҳад, ки ҳар дафъа корҳоямонро монда, ба фарзандон он қадаре ки онҳо мехоҳанд, диққат диҳем. Аммо мо бояд ба онҳо нишон диҳем, ки онҳо барои мо хеле муҳим ҳастанд, ва яке аз беҳтарин воситаҳои нишон додани ин — ба онҳо додани вақти худ аст.

Ман, Кэтӣ , фарзанди сеюм дар оилаи Макдауэлл ҳастам. Падари ман бисёр сафар мекард ва на ҳамеша дар назди ман буд, аммо ман бисёр гуфтугӯҳои телефониро бо ӯ дар ёд дорам. Ман дар ёд дорам, ки мо бо ҳам ҳангоми таътил сайру гашт мекардем. Ҳангоме ки ӯ дар хона буд, ӯ қариб ҳамеша пас аз дарсҳо барои бурдани ман меомад, ва боре ҳатто барои бурдани ман бо фойтун омад ва ба тарабхона бурд, то ки бо десерти бананӣ зиёфат кунад. Ҳатто агар волидон корҳои беҳад зиёд дошта бошанд ҳам, ҳамеша воситаи ба фарзанд нишон додани он ёфт мешавад, ки ӯ аҳамиятнок аст. Акнун ман ҳам тайёрам ҳама корро кунам, то ки барои наздикони худ вақт ёбам.

4. Ҳиссиёти фарзанди худро ҷиддӣ қабул намоед

Ман, Ҳизер, фарзанди хурдӣ дар оилаи Макдауэлл ҳастам. Ман ҳозир ҳам, ба воя расида, майл ба он дорам, ки ба ҳама

чиз муносибати андаке эҳсосотӣ намоям, ва дар давраи таҳсил дар мактаби миёна тамоман эҳсосотӣ будам. Дар давоми даҳ дақиқа метавонистам аз авҷи хушнудӣ ба ғаму андӯҳ рӯ оварам ва баръакс. Аммо, медонед, модарам ҳеҷ гоҳ ҳиссиёти маро сарфи назар намекард. Ман на ҳамеша ҳиссиёти худро ба таври бояду шояд зоҳир манамудам, ва гоҳо тамоман ноҳақ будам.
Аммо модарам маро маҳкум намекард —ҳангоме ки ман ноумедӣ ё дарду аламро эҳсос менамудам, ӯ дар назди ман буд ва маро бо ҳамаи хуруҷҳои эҳсосотиям ҷиддӣ қабул менамуд. Ба шарофати ӯ ман худро номақбул ва танҳо ҳис намекардам.

Мо, волидон, на ҳамеша бо ҳиссиёти фарзандонамон шарик хоҳем буд, аммо мо метавонем ба онҳо тасдиқ намоем, ки ин ҳиссиёт ҳақиқӣ мебошанд. Бо таҷрибаи ҳаётӣ бархӯрдани ҷаҳони ботинии ихтилофноки наврас бисёр вақт боиси зоҳиршавии пурҷӯшу хурӯши ҳиссиёте мегардад, ки *воқеияти* ҷавонписар ё духтарро ифода мекунанд, ва ҳангоме ки мо онро фаҳмиданӣ мешавем, гӯё кӯпруке барои муошират бунёд менамоем. *Ҳиссиёти фарзанди худро ҷиддӣ қабул намуда, мо ба ӯ мегӯем, ки ӯ одами ба мо баробар аст, ӯ азиз, дӯстдошта аст, ва пурра ҳақ дорад он чиро, ки ҳис мекунад, ҳис кунад.* Барои бо суханон ифода намудани ваҷд, ҳаяҷон ё ноумедӣ ба фарзандамон ёрӣ дода, мо ба ӯ нишон медиҳем, ки ӯро мефаҳмем ва ба ҷаҳони ботинии ӯ бепарво нестем. Ин ба наврас дар фаҳмидани ҳиссиёти худ бо самаранокии бештарин ёрӣ мерасонад, ба ӯ ҳисси онро медиҳад, ки ӯро мефаҳманд ва қабул менамоянд.

5. Фарзанди худро таҳсин намоед

Дар оила фарзанди аввалин буда дар иҳотаи меҳру муҳаббат ва диққати бибиҳову бобоҳо будан хеле дилпазир аст.

Эҳтимол, набераамон Скоттӣ Ҷеймс маҳз ҳамин тавр меҳисобид, то даме ки хоҳарчааш Шона ба дунё омад.

Ман (Доттӣ) дар наздикӣ зиндагӣ мекардам ва гоҳо ба хабаргирии Скоттӣ мерафтам. Ҳангоме ки хоҳарчаи ӯ таваллуд шуд, ман аз ҳамсоя буданамон дучанд хурсандӣ мекардам. Шона духтараки нозук буд, аммо Скоттии сесола ба ӯ дарафтода, андаке сахттар дар оғӯш фишор додани ӯро дӯст медошт. Ман ҳеҷ гоҳ ӯро барои «ҳуҷумҳо» сарзаниш намекардам. Ба ҷои ин ман наздик омада, аз дасти ӯ дошта, нишон медодам, ки чӣ тавр сар ё кафи дасти хоҳарчаро сила кардан мумкин аст. Ва баъд таҳсину офарин мегуфтам: «Офарин, Скоттӣ! Ту бародари хеле меҳрубон ҳастӣ! Бибӣ аз ту фахр мекунад!» Набераам бо камоли хушнудӣ сар меҷунбонд, гӯё чунин гуфтан мехост: «Ташаккур, бибӣ, ман ба таҳсини ту хеле эҳтиёҷ доштам».

Агарчи қабул кардан асоси муносибатҳои боваринок мебошад, таҳсинро асоси асосҳои онҳо ҳисобидан мумкин аст. *Фарзанди худро таҳсин намуда, мо ба ӯ ҳисси аҳамиятнокиро медиҳем*, ҳисси онро, ки ӯ ягон чизи арзишнок кард ё гуфт. Наврасро чунон ки ҳаст, қабул кардан — ба ӯ фаҳмондани он аст, ки аллакай худи *мавҷудияти* ӯ барои шумо муҳим аст. Барои амалҳо таҳсин намудани ӯ — ба ӯ нишон додани он аст, ки *амалҳои* ӯ барои шумо арзишнокии муайян доранд. Ҳамин ки фарзандатон ягон кори хуб кунад, ӯро таҳсин намоед. Ҳар қадар бештар чунин кунед, имконияти он ки боре ӯ ягон кори бад мекунад, ҳамон қадар камтар мешавад.

6. фарзанди худро навозиш намоед

Чӣ ибтидои олидараҷаи ҳаёт — нӯҳ моҳи расоро дар иҳотаи гармии инсон гузарондан! Дар батни модар лаҳзае набуд, ки шумо худро таркшуда ва танҳо ҳис кунед. Баъд,

аллакай пас аз таваллуд, шумо, эҳтимол, оғӯшгириҳои гарми дастони модарро ҳис мекардед. Ва тамоми умри боқимонда ҳам шумо, ҳам фарзандатон ин эҳтиёҷро ба навозиш эҳсос менамоед.

Ба фарзанди худ бо ёрии суханони меҳрубонона ва ламсҳо навозиш зоҳир намуда, мо ба ӯ мефаҳмонем, ки ӯ сазовори муҳаббат аст. Ҳар як чунин зоҳиршавии навозиш робитаи эҳсосотиро байни шумоён қавитар мегардонад ва ба фарзанд дар эҳсос намудани он ки ӯро дӯст медоранд, ёрӣ мерасонад.

Мо бо воситаҳои гуногун «ман туро дӯст медорам» гуфтан метавонем — фарзандро оғӯш карда, аз рухсорааш меҳрубонона пучида, дастро ба китфони ӯ гузошта. Суханон ва ламсҳои навозишкорона бо кадом як тарз моро ба ҳамдигар мепайванданд, ба мо ҳисси наздикӣ медиҳанд. Ба фикрам, ҳеҷ чиз ин қадар зуд деворҳои байни одамонро аз байн намебарад, чунон ки ба шахси наздик навозиши бамаврид зоҳир намуда, дар кушодани дилаш ёрӣ додан. Боиси ҳайрат нест, ки Навишта моро таълим медиҳад: «Ба якдигар бо бӯсаи муқаддас салом гӯед» (Рум. 16:16).

7. Аз фарзанди худ пурсед

Ман, Шон, ягона писар дар оилаи Макдауэлл ҳастам. Ман низ аз модар ва падарам барои муносибатҳои мустаҳкам, ки дар асоси қабул кардан, фаҳмиш, вақт ҷудо кардан, таҳсин намудан, навозиш кардан бунёд гардидаанд, миннатдор ҳастам. Аммо, ғайр аз ин, ман шодам, ки ба мо масъулиятшиносиро омӯзондаанд.

Дар ёд дорам, ки боре ман кори нодуруст кардам... Ин дар мактаби ибтидоӣ буд. Дар дастаи футбол якчанд писарон буданд, ки маро дӯст намедоштанд. Намедонам чаро, аммо онҳо ба таври ошкоро маро сарфи назар мекарданд, маҷбур мекарданд, ки худро радди маърака ҳис кунам. Боре ҳанго-

ми дарс муаллимаамон, хонум Карлсон, ду нафар «дӯстони ашаддӣ»-и маро сарзаниш кард.
Ҳангоме ки муаллима сӯи тахтаи синф тоб хӯрд, дар сари ман фикре пайдо шуд, ки рафиқонамро аз дастаи футбол тарафдорӣ намоям. Гумон мекардам, ки шояд, ба шарофати ин онҳо сарфи назар кардани маро бас мекунанд ва маро қадршиносӣ менамоянд. Ва ман ба хонум Карлсон ангушти миёнаамро нишон додам. Ин «қаҳрамонӣ»-ро ҳама диданд.
Дарҳол пас аз дарс ҳамаи ҳамсинфон, бо зимни он ду рафиқ аз даста, маро иҳота намуданд, гӯё ман ягон шахси машҳур бошам. Мушкилот он вақт сар шуданд, ки овозаи ин ба гӯши волидони ман расид.
Модар ва падар ҷанҷол накарданд, аз хӯроки шом ё ширинӣ маҳрум накарданд, ба ҳуҷраи кӯдакон равона накарданд. Ба ҷои ин онҳо маро дар назди худ шинонда, оромона пурсиданд, ки ман чӣ кор кардаам ва чаро. Дар рафти ин суҳбат ман фаҳмидам, ки нисбат ба муаллима то чӣ андоза беэҳтиромона рафтор намудаам.
Эътироф намудани хатои худ осон буд. Аммо кардани коре ки волидон фармуданд, — осон набуд. Онҳо гуфтанд, ки ман бояд дар ҳузури тамоми синф аз миссис Карлсон, ва аз ҳамсинфонам бахшиш пурсам. Падарам пешниҳод кард, ки агар даркор бошад, ҳамроҳи ман ба мактаб равад. Ман гуфтам, ки худам аз уҳдааш мебароям. Ин таҷрибаи ногувор буд. Аммо ба шарофати он ман фаҳмидам, ки барои амалҳои худ ҷавобгар ҳастам.
Ғайр аз ин, боз як бонус буд: рафиқонам аз дастаи футбол гуфтанд, ки бахшиш пурсидани ман — беҳтарин амалест, ки онҳо дар ҳаёти худ дидаанд, ва пас аз ин ҳақиқатан дӯстони ман шуданд.

Барои бунёд намудани муносибатҳо бо фарзандони худ, мо бояд онҳоро навозиш намоем, онҳоро таҳсин кунем, қабул кунем, ба онҳо вақт ҷудо кунем ва ба шавқмандиҳои онҳо таваҷҷуҳ намоем. Бо вуҷуди ин, агар ин хиштчаҳои сохмони муносибатҳои наздикро бо муқаррар намудани ху-

дудҳо ба мувозинат наоварем, фарзандон ба уҳда гирифтани масъулиятро ёд намегиранд. *Ҳангоме ки мо бо муҳаббат аз фарзанди худ барои амалҳояш ҷавобгариро талаб менамоем, мо дар ӯ ҳисси масъулиятро мепарварем.*

Ҳисоботдиҳандагӣ ҳудудҳоро муқаррар менамояд, ки дар дохили онҳо наврас худро осуда ва дар бехатарӣ ҳис карда метавонад. Кӯдакон ба эътиборнокии волидони дӯстдор ва дигар калонсолони ғамхор эҳтиёҷ доранд, ки ба онҳо қабул кардани қарорҳои масъулиятнок ва дурустро ёд медиҳанд.

Муносибатҳо бисёр чизҳоро дигаргун мекунанд

Ҳеҷ кадоми мо қабул кардани қарорҳоро дар вакуум намеомӯзад. Мувофиқи Нақшаи Худо, фарзандон бояд фарқ кардани неку бадро дар муҳити муҳаббат ва муносибатҳои наздик бо волидон омӯзанд. Фақат маслиҳат додани «аз алоқаи ҷинсии пеш аз никоҳ канораҷӯӣ кун» кифоя нест. Муносибатҳои байни шумо ҳар қадар наздик бошанд, огоҳиро ва насиҳатҳои шумо ҳамон қадар самараноктар мешаванд. Қисми навбатии ин китоб маслиҳатҳо ва идеяҳои гуногунро барои гуфтугӯҳои шумо дар бораи масъалаи ҳаётан муҳим — шаҳват — дар бар мегирад. Мо шуморо даъват менамоем, ки ин гуфтугӯҳоро фақат дар заминаи муносибатҳои наздик, ки бар таҳкурсии ҳафт хиштчаи дар боло зикршуда бунёд ёфтаанд, гузаронед.

ҚИСМИ II

МАСЛИҲАТҲО ВА ИДЕЯҲО БАРОИ СУҲБАТҲОИ ШУМО

Боби 6

КӢ Ё ЧӢ БА РАФТОРИ ФАРЗАНДАТОН ТАЪСИР МЕРАСОНАД?

Чунон ки мо аллакай дар Боби 1 навишта будем, ба шарофати инкишофи шабакаҳои иҷтимоӣ, кӯдакони ҳозира ҳамагӣ як бор клик карда, дар бораи шаҳват тасаввуроти беш аз ҳама таҳрифшуда гирифта метавонанд. Ба фарзандон талқин карда мешавад, ки «ҳама ин корро мекунанд». Беш аз ҳама синамо ва телевизион бадахлоқиро ҳамчун дилхушии бе ҳеҷ гуна натиҷаҳои манфӣ тасвир медиҳанд. Бо назардошти дастрас будани расонаҳои хабарӣ, тахмин кардан мумкин аст, ки онҳо яке аз омилҳои таъсир ба амалҳои фарзандатон мебошанд.

Ё шояд, ба рафтори фарзандатон дӯстони ӯ таъсири бештарин мерасонанд? Фишори ҳамсолон қувваи тавоно аст. Ё, шояд, ба ӯ Тейлор Свифт ё Зак Эфрон барин қаҳрамонон — ситорҳои синамо, мусиқанавозон, варзишгарон ва дигар шахсони машҳур таъсири бештарин мерасонанд?

Шояд шумо ҳайрон мешавед, аммо онлайн-тадқиқоти миллӣ нишон дод, ки 45% ҷавонписарон ва духтарон… волидони худро намунаи тақлид меҳисобанд. Бар хилофи стереотипҳои бефикронаи ҷамнъиятӣ, пурсишҳо нишон

доданд, ки фақат 32% наврасон барои маслиҳат ба дӯстон муроҷиат мекунанд, ва танҳо 15% аз шахсони машҳур намунаи ибрат мегиранд[1].

Дар асл, чунон ки пурсишҳо нишон медиҳанд, ба рафтори шахс дар синни то биступанҷсолагӣ муносибатҳои наздик бо падар таъсири бештарин мерасонанд[2]. Ин маълумотҳо аҳамияти муносибатҳоро бо модар кам намекунанд — онҳо фақат таъсири қавии падарро нишон медиҳанд.

Чунон ки доктор Жан-Ив Фраппйе, олим аз маркази тадқиқотӣ дар назди клиникаи донишгоҳии «SainteJustine» дар Монреал менависад, «аз афти кор, волидон нақши худ ва он таъсиреро, ки ба фарзандонашон мерасонанд, дуруст ба эътибор намегиранд»[3].

Агарчи ин боиси таассуф аст, тадқиқотҳо маълум намуданд, ки «камтар аз 15% волидон бо фарзандони худ масъалаҳои шаҳватро муҳокима мекунанд»[4]. Дар айни ҳол наврасон мегӯянд, ки «чун пештара волидони худро сарчашмаи боварибахш ва пурра дар бораи шаҳват меҳисобанд»[5]. Яъне фарзандон беш аз ҳар каси дигар, бо зимни муаллимон, шубонон ё ҳамсолон, ба волидон боварӣ мекунанд, аммо дар айни замон тадқиқотҳо нишон медиҳанд, ки «бисёрии волидон аз масъулияти худ даст кашидаанд. Ба ҷои ин, тақрибан аз солҳои 1940-ум сарчашмаи асосии маълумот дар бораи шаҳвоният барои кӯдакони амрикоӣ ҳамсолон ва расонаҳои хабарӣ мебошанд»[6].

Дар омади гап, муҳаққиқон аз Донишгоҳи Флорида барои мо хабари хуш доранд: «Бисёрии наврасон суханони волидони худро *гӯш мекунанд*, новобаста ба он ки мо дар ин бора чӣ фикр дорем!»[7]

Акнун як чиз аён аст: *наврасон суханони волидони худро гӯш мекунанд*. Гоҳо шояд ба мо чунин метобад, ки ин тавр

нест, аммо фарзандон моро мушоҳида мекунанд ва суханони моро гӯш мекунанд. Аз рӯи натиҷаҳои яке аз тадқиқотҳо, «сабаби асосии аз алоқаи ҷинсӣ худдорӣ кардани наврасон дар он аст, ки волидон онро таҳсин намекунанд»[8]. Бо назардошти он чи шумо акнун медонед, оё бароятон возеҳу равшан нест, ки маҳз шумо бояд барои фарзандатон сарчашмаи аввалин ва асосии маълумот дар бораи шаҳват бошед?

Шубони маъруф Марк Дрисколл ва занаш Грейс боре изҳороти ҷиддӣ карданд: «Кӯдакон бисёр вақт дар мактаб ё дар калисо дар бораи шаҳват маълумот пайдо менамоянд. Аммо *аввалин* шахсе ки бо кӯдак дар бораи шаҳват гап мезанад, ҳамеша бояд волиди масеҳӣ бошад»[9]. Хона — ҳамин аст ҷои мувофиқтарин барои он, ки фарзандони мо дар бораи шаҳват фаҳманд. Навишта худи ҳамин чизро мегӯяд: «...Насиҳати падари худро шунав, ва таълими модари худро рад накун...» (Мас. 1:8). Аз афти кор, *Худо мехоҳад, ки волидони масеҳӣ аввалин устодони фарзандони худ бошанд,* аз он ҷумла дар масъалаҳои ҳаёти маҳрамона.

Худо ба шумо чун ба волид барои омӯзондани фарзанди худ, ки ба шумо хеле эҳтиёҷ дорад, масъулияти олидараҷа додааст. Муносибати солим ба шаҳват, ақидаҳову арзишҳои дуруст ва насиҳатҳо дар робита бо он барои фарзандатон яке аз тӯҳфаҳои бузургтарин шуда метавонанд.

Ҷавонон набояд дар чаҳорчӯбаи барномаҳои калисоӣ ё мактабӣ тарбия ёбанд... Онҳо бояд дар оилаҳо нашъунамо кунанд. Пеш аз он ки кӯдак аз устод дар бораи шаҳват чизе шунавад, ӯ бояд инро аз модар ва падар шунавад. Ва дар ёд нигоҳ доред: новобаста ба он ки шумо бо фарзанди худ дар бораи шаҳват гуфтугӯ мекунед ё не, дигарон *албатта* бо ӯ дар ин бора гуфтугӯҳо мекунанд, эҳтимол, худи ҳозир.

Боби 7

Фарзандатон аз кӣ дар бораи шаҳват донистан мехоҳад?

Шояд, шумо гумон кунед, ки шаҳват мавзӯи бениҳоят нозук аст ва аз ҳамин сабаб, албатта, дар бораи он на бо волидони худ, балки бо ягон каси бегона гуфтугӯ кардани фарзандон осонтар аст. Аммо ин тавр нест.

Инак он чи «The Henry J. Kaiser Family Foundation» мегӯяд:

> *Тадқиқотҳои тиббӣ ва маълумотҳои ҳифзи саломатии ҷамъиятӣ ба мо мегӯянд, ки кӯдакон дар аввал барои маълумотҳо, маслиҳатҳо ва тавсияҳо ба волидони худ муроҷиат мекунанд, ва фақат дар синни наврасӣ, онҳо, одатан, бештар ба дӯстон, ба расонаҳои хабарӣ ва ба шахсони барои оила бегона гӯш доданро сар мекунанд*[1].

Дар чаҳорчӯбаи тадқиқоти Маъракаи миллӣ оид ба пешгирии ҳомилашавии нодаркори наврасон маълум карда шудааст, ки «дар марҳалаи муносибатҳои ибтидоӣ наврасон мехоҳанд бештар маълумотҳо ва донишҳо ба даст оваранд, бо волидон ва дигар калонсолон бештар маслиҳат кунанд»[2].

Хабари умедбахш аз он иборат аст, ки агар волидон ҳар чи пештар бо фарзандони худ муносибатҳои наздик бунёд намоянд, пас дар синни наврасӣ фарзандон на ба маслиҳатҳои дӯстон, тарғиботи интернетӣ ва воситаҳои ахбороти оммавӣ, балки бештар ба ақидаи волидон такя мекунанд, аз он ҷумла дар масъалаҳои ҳаёти маҳрамона. Донишкадаи «Talk», ки масъалаҳои аутизмро меомӯзад, мегӯяд: «Бисёрии ҷавонписарон ва духтарон афзал меҳисобанд, ки волидонашон — ҳам модарон, ҳам падаронашон — барои онҳо сарчашмаи асосии маълумот дар бораи шаҳват шаванд»[3].

Аз рӯи маълумотҳои як тадқиқоти демографии амрикоӣ, 67% наврасон тайёранд ба нуқтаи назари волидон такя кунанд. Мусоҳибони Маъракаи миллӣ оид ба пешгирии ҳомилашавии нодаркори наврасон гуфтанд, ки аз волидони худ дар масъалаи шаҳват бештар маслиҳатҳо ба даст овардан мехоҳанд[4]. Чунон ки ба қарибӣ ширкати ахборотии «ABC News» аниқ намуд, «ҳангоме ки сухан дар бораи муносибатҳои шаҳвонӣ ва рафтори ба он вобаста меравад, наврасон беш аз ҳама ақидаи волидони худро ба назар мегиранд»[5]. Фарзандатон дар бораи ҳаёти маҳрамона аз шумо маълумот пайдо карданро афзал меҳисобад. Худо ба шумо ҳуқуқ ва имконияти ифтихорӣ додааст, ки тасаввуроти фарзандатонро дар бораи шаҳват ташаккул диҳед.

Боби 8

Чаро бо фарзанди худ дар бораи шаҳват гап задан даркор аст?

Дер ё зуд фарзандатон тафсилотро дар бораи табиати шаҳвонии худ мефаҳмад, аз ҳамин сабаб масъала на дар он аст, ки оё ӯ дар бораи шаҳват маълумот ба даст меоварад ё не, — масъала дар он аст, ки ӯ онро чӣ тавр ва дар кадом вазъият ба даст меоварад. Шумо имконият доред ба фарзанди худ дар бораи шаҳват фаҳмиши солимро диҳед, вагарна эҳтимоли қавӣ меравад, ки ӯ дар бораи он тасаввуроти таҳрифшуда ба даст меоварад.

Тадқиқотчиён аз Маркази тарбияи самаранок ба хулосаи зерин оамданд:

> *Волидон, ки бо фарзандони худ мавзӯи шаҳватро муҳокима намекунанд, ба онҳо хизмати хирсона менамоянд. Кӯдакон дар ин маврид метавонанд фикр кунанд, ки шаҳват як чизи бад аст, ва ин ба тамоми ҳаёти онҳо таъсир расонида метавонад. Онҳо метавонанд маълумотро дар ҷои дигар ҷустуҷӯ кунанд, ва ин маълумот метавонад нопурра ё нодуруст бошад*[1].

Нависандаҳо Роберт Крукс ва Карла Баур мегӯянд, ки «кӯдакон ва наврасон ба ҳамсолони худ барои маълумот

дар бораи шаҳват (беш аз ҳама маълумотҳои нодуруст) муроҷиат намуда, ба хатари муайян рӯ ба рӯ мешаванд», ва агар волидон дар маълумотнокии шаҳвонии фарзандони худ фаъолона иштирок кунанд, онҳо ин хатарро «ба ҳадди камтарин мерасонанд»[2].

Ин ҳақиқат аст: Агар фарзандон суханони ошкорои волидони худро дар бораи ҳаёти маҳрамона бо диққат гӯш кунанд, имконияти дар соҳаи шаҳвонӣ ба хатар дучор шудани онҳо камтар мешавад. Бинобар ин масъала дар он аст, ки оё фарзандонатон маълумоти *ҳақиқиро* дар бораи шаҳват аз шумо ба даст меоваранд ё маълумоти *бардурӯғро* аз ягон каси дигар.

Дар омади гап, дар асл шумо ба фарзандатон дар бораи шаҳват бисёр чизҳоро мегӯед, ҳатто агар дар бораи он гап назанед ҳам. Ба ғайр аз суханон, маълумоте ки забони баданатон ифода менамояд, нуқтаи назаратон ба ҳаёт, муносибатҳо, тарзи муоширати шумо бо одамон, суханонатон дар бораи дӯстони фарзандонатон, он чи шумо аз телевизор тамошо мекунед ё дар Интернет интихоб мекунед, — ҳамаи ин сарчашмаи донишҳо мешавад.

Мутахассис оид ба кор бо ҷавонон Мэгги Рут Бойер ин фикрро возеҳу равшан баён намудааст:

> *Шумо ба духтарон ва писаронатон дар бораи муносибатҳои байниҳамдигарӣ ва шаҳвоният доимо ягон чизро мефаҳмонед — бо худи тарзи зиндагӣ, услуби муошират, ба одамон баҳо додан, бо тарзи даст расондан ба онҳо. Ҳамин тариқ, гуфтугӯ ба ҳар ҳол рӯй медиҳад, ҳатто агар ҳеҷ сухане гуфта нашавад ҳам. Ҳамчунин мимика ва навозиш зоҳир карда тавонистани шумо низ аҳамияти зиёд дорад*[3].

Ҳамин тариқ, ҳатто агар бо фарзандон дар бораи шаҳват гап назанед ҳам, онҳо ба ҳар ҳол шуморо «мешунаванд»,

чунки забони бадани шумо ва рафторатон гоҳо аз суханонатон «баландтар» мегӯянд.

Ба қарибӣ ман (Ҷош) бо Пол Робертс, ки чил сол дар Торонто дар шуъбаи ташкилоти «Youth for Christ» кор кардааст, суҳбат намудам. Ӯ ба ман гуфт, ки аксаран кӯдакон дар бораи наздикии маҳрамона аз он чи волидашон гумон мекунанд, бештар медонанд. Гуфтугӯҳо дар бораи шаҳват як ҷузъи ҳаёти онҳост, ва ин барои онҳо назар ба он чи барои насли волидонашон буд, бештар маъмулӣ аст. Пол гуфт, ки кӯдакон аксаран назар ба падарону модаронашон, ки дар бораи шаҳват бо онҳо гуфтугӯ карданӣ мешаванд, ба гуфтугӯҳо дар бораи шаҳват оромонатар муносибат мекунанд.

Волидон бисёр вақт шикоят мекунанд: «Бо фарзанд муҳокима намудани мавзӯи шаҳват ин қадар мушкил аст!..» Ва ман дарҳол ба онҳо ҷавоб медиҳам: «Шумо чунин меҳисобед? Бовар кунед, ин дар муқоиса бо суханони зерин: “Модар, ман ҳомила шудаам” ё “Ман ба СПИД гирифтор шудаам” ҳеҷ аст. Ана ин *ҳақиқатан* барои гуфтугӯ мавзӯи душвор аст!» Беҳтар он аст, ки ба гуфтугӯи душвор бо фарзанд розӣ шавед, то даме ки ӯ хурдсол аст, назар ба он ки дертар бо мавзӯъҳои хеле вазнинтар дучор шавед.

Боби 9

ОЁ ГУФТУГӮҲО ДАР БОРАИ ШАҲВАТ КӮДАКОНРО БА ТАҶРИБАҲО ВОДОР НАМЕКУНАНД?

Тарсидан аз он ки пас аз гуфтугӯҳо бо фарзанд дар бораи шаҳвоният ӯ ба таҷрибаҳо майл пайдо мекунад, пурра мантиқӣ аст. Лекин тадқиқотҳо ва таҷрибаи худи мо баръакси инро исбот мекунанд.

Мувофиқи пурсише ки ба қарибӣ гузаронида шуд, «аксари наврасоне ки дар бораи шаҳват маълумоти хуб доранд ва бо волидонашон дар бораи шаҳват оромона гуфтугӯ мекунанд, дар масъалаи алоқаи ҷинсӣ кардан шитоб намекунанд»[1]. «The Journal of Adolescence» ин хулосаро тасдиқ мекунад: «Наврасоне ки волидонашон бо онҳо қоидаҳо ва ҳудудҳои рафтори шаҳвониро муҳокима кардаанд, назар ба он наврасоне ки волидонашон ин корро накардаанд, бештар ба худдорӣ кардан майл доранд»[2].

Бисёр волидон чунин меҳисобанд, ки гуфтугӯҳо дар бораи шаҳват фарзандонро ба он ҳавасманд мекунанд. Лекин «то вақти "тайёр" шудани фарзандатон маълумотро пинҳон карда, шумо имконияти онро зиёдтар мекунед, ки ӯ мустақилона маълумоти бештар пайдо мекунад, ба одамоне

муроҷиат мекунад, ки шояд маълумоти камтар доранд ё ҷонибдори арзишҳои дигар ҳастанд, ва маълумотҳои таҳрифшударо чун ҳақиқат қабул мекунад»[3].

Тадқиқотҳое ки ташкилоти «Campaign for Our Children» гузаронд, нишон доданд, ки «ҳангоме волидон ҳақиқатро дар бораи шаҳват мегӯянд, фарзандони онҳо...

- хеле камтар майл доранд, ки дар синни наврасӣ ба муносибатҳои шаҳвонӣ дохил шаванд,
- хеле камтар ҳомила мешаванд ё дар синни наврасӣ падар мешаванд,
- бештар бо волидон дигар масъалаҳои муҳими ҳаёти худро муҳокима мекунанд»[4].

Ҳар чи пештар қарор қабул намоед, ки ҳамеша бо фарзанди худ софдил, ғамхор ва ошкорбаён буда, аз он ҷумла бо ӯ дар бораи шаҳвоният, ки туҳфаи олидараҷаи Худост, гуфтугӯҳо мекунед. Бо ин амал шумо ӯро ба бадахлоқии ҷинсӣ таҳрик намедиҳед — шумо ба он монеъ мешавед.

Боби 10

ДАР КАДОМ СИННУ СОЛ «ФУРСАТ»-И ОН АСТ, КИ БА КӮДАК ДАР БОРАИ ШАҲВАТ ГАП ЗАНЕД?

Кай шумо бояд бо фарзанди худ гуфтугӯро дар бораи ҳаёти маҳрамона сар кунед? Шояд, шумо метарсед, ки инро хеле барвақт сар мекунед ва умуман «аз ҳад мегузаронед». Аз тарафи дигар, дер кардан ҳам хатарнок аст. Ҳамин тариқ, дар кадом синну сол вақти он фаро мерасад, ки дар бораи шаҳват гап занед?

Доктор Маргарет Стэйҷер, ки ба таври касбӣ бо наврасон кор мекунад, ба ин савол чунин ҷавоб медиҳад:

Бо назардошти он ки мо дар кадом ҷамъият зиндагӣ мекунем, ҳозир аз гуфтугӯҳои ошкоро канораҷӯӣ кардан хеле хатарноктар аз он аст, ки шитоб карда, ба кӯдак маълумотҳои беҳад зиёд диҳед (ин дар замони мо торафт камтар рӯй медиҳад). Хатари хеле бештар ба фарзандон ҳамон вақт таҳдид мекунад, ки онҳо бо ақидаҳо, арзишҳо ва интизориҳои шумо шинос нестанд... Волидон сели маълумотҳоро, ки фарзандон дар мактаб ё дар майдончаи бозӣ ба ҳамдигар мерасонанд, назорат кардан наметавонанд, ва фарзандон дар бораи шаҳват гап мезананд. Аммо умед

бастан ба он ки ҳангоми суҳбатҳо дар вақти танаффусҳо ё ҳатто дар дарсҳои мактабӣ фарзандатон дар бораи шаҳват тасаввуроти дуруст ба даст меоварад, оқилона нест[1].

Ҳамин тариқ, кам касе аз волидон дар замони мо гуфтугӯҳоро дар ин мавзӯъ «хеле барвақт» сар карда метавонад, ва масъала бисёртар дар дер кардан аст. Як пурсиши оилавӣ нишон дод, ки «зиёда аз 40% наврасон *пеш аз он ки* волидон бо онҳо дар бораи алоқаи ҷинсии бехатар гуфтугӯ кунанд, алоқаҳои ҷинсӣ доштанд»[2].

Дар шароити фарҳанги ҳозираи дунявӣ фарзандони мо ҳар чи пештар барои худ шаҳват ва шаклҳои мувофиқи рафторро ошкор менамоянд, ва шумо бояд кӯшиш кунед, ки аввалин шуда ба онҳо дар ин бора гап занед, ва ҳатман ба таври дуруст. Мутаассифона, воситаи дигари фаҳмидани он вуҷуд надорад, ки фарзандатон то чӣ андоза дар масъалаи шаҳват «маълумотнок» аст, ғайр аз он ки бо ӯ гуфтугӯро дар ин мавзӯъ сар кунед.

Доктор Лаура Рокер, психиатри кӯдакона ва наврасона аз беморхонаи кӯдакона дар Акрон, чунин меҳисобад, ки «маълумотнокии шаҳвонӣ бояд аз вақти таваллуд сар шавад. Ба кӯдакон дуруст номидани узвҳои ҷинсӣ ва дигар узвҳои баданро ёд додан даркор аст. Ин барои гуфтугӯҳои минбаъда асос хоҳад шуд, ҳангоме ки ба чунин гуфтугӯҳо зарурат ба миён меояд»[3]. Лекин воқеаҳоро шитобонидан ҳам даркор нест: тамоман ҳатмӣ нест, ки ба кӯдак тафсилоти зиёдро бор кунед — ба саволи додашуда ҷавоб додан кифоя аст. Ҳангоме ки маълумоти иловагӣ даркор мешавад, шумо дар ин бора бохабар мешавед: эҳтимоли қавӣ меравад, ки писар ё духтаратон худаш дар ин бора гапро сар мекунад.

Надонистан хатарнок аст ва зарар расондан метавонад, дар ҳоле ки дониш ҳамроҳи муҳаббати волидона ба фарзан-

ди шумо дар фаҳмидани он ёрӣ мерасонад, ки шаҳват — як ҷузъи нақшаи Худост.

Қоидаи одии дар таҷриба санҷидашуда чунин аст: агар бо фарзандон ҳангоми хурд буданашон дар мавзӯи муносибатҳои ҷинсӣ гап занед, ҳангоме ки онҳо калонсолтар мешаванд, бо шумо гуфтугӯ кардан барояшон осонтар мешавад. Изҳороти баръакс низ дуруст аст. Педагог ва нотиқ Сю Симонсон дар ин бора чунин менависад: «Агар мо ба саволҳои кӯдакони ду-сесола ҷавоб надиҳем, дар дувоздаҳсолагӣ ва сездаҳсолагӣ онҳо савол намедиҳанд»[4]. Агар фаро расидани синни наврасонаро интизор шавем, эҳтимоли қавӣ меравад, ки барои ҳар дуи шумо аллакай дар бораи шаҳват гуфтугӯ кардан беҳад ноқулай мешавад.

Ҷойс Килмер, волид ва педагог аз Вашингтон мегӯяд: «Бо фарзандон ҳанӯз ҳангоми хурд буданашон [дар бораи шаҳват] гуфтугӯ кардан беҳтарин вариант аст — зеро он вақт онҳо ҳанӯз аз шунидани тафсилоти муносибатҳои ҷинсӣ хиҷил намешаванд... Ин барои шумо низ осонтар мешавад, ва кӯдак дар чор, панҷ, шашсолагӣ маълумотро оромона қабул менамояд. Пас аз якчанд сол дар майдончаи кӯдакон, ҳангоме ки ӯ аз дигарон бисёр чизҳоро мешунавад, хеле дер шуда метавонад»[5].

Агар шумо софдил бошед ва мавзӯи шаҳватро бо фарзандони худ мувофиқи дараҷаи шуурнокии онҳо муҳокима мекарда бошед, дар назари онҳо мутахассисе мешавед, ки ҳамеша ба ӯ муроҷиат кардан мумкин аст. Ба воя расида, онҳо ба шумо боварӣ менамоянд ва ба суханони шумо гӯш медиҳанд. Барои фарзанди худ ягона маълумотдиҳанда дар масъалаҳои шаҳват будан ғайриимкон аст, аммо шумо метавонед ва бояд сарчашмаи аввалин, асосӣ ва муҳимтарини маълумот дар ҳаёти ӯ бошед.

Духтари мо Кэтӣ, ки акнун аллакай худаш кӯдакони томактабиро тарбият менамояд, аз таҷрибаи худ мегӯяд: «Ҳар қадар пештар шумо бо кӯдаконатон ошкоро ва ба таври одӣ дар бораи шаҳват гуфтугӯ карданро сар кунед, баъд бароятон ҳамон қадар осонтар мешавад, ҳангоме ки онҳо саволҳои ҷиддитар доданро сар мекунанд».

Ҳизер (духтари хурдии мо, ки ба қарибӣ бистушашсола шуд) мегӯяд: «Гуфтан душвор аст, ки кай волидон бори аввал бо ман дар бораи шаҳват гапро сар карданд: бар хилофи бисёрии оилаҳо, ки инро ба як воқеаи калон табдил медиҳанд ва ҳангоми он ҳама нороҳатӣ ҳис мекунанд, мо, он қадаре ки ман дар ёд дорам, дар ин мавзӯъ зуд-зуд гуфтугӯ мекардем».

На синну сол, балки дараҷаи шавқмандиро ба назар гиред

Кӯдакони хурдсол назар ба бародарону хоҳарони калонии худ ба ҷавобҳои рӯйросттар ва гуфтугӯҳои барвақттар эҳтиёҷ доранд. Чаро? Додарон ва хоҳарони хурдӣ дар ин бора шуниданро пештар сар мекунанд — аз кӯдакони калонсолтар, аз дӯстон, ва аз худи шумо, ҳангоме ки бо фарзандони калонсолтар дар бораи шаҳват гуфтугӯ мекунед. Аз ҳамин сабаб барои муҳокимаи мавзӯъ вақти муносибро на бо назардошти синну сол, балки вобаста ба дараҷаи дастрас будани маълумот дар ҳар як мавриди муайян муқаррар намудан беҳтар аст.

Ба зиракии волидонаатон боварӣ намоед. Дар ниҳояти кор, ҳеҷ кас дар бораи фарзандатон аз шумо беҳтар намедонад. Дар омади гап, ман (Ҷош) ошкор намудам, ки дар ин робита бояд ба овози хирадмандонаи Доттӣ бо диққати бештар гӯш диҳам. Мо пешакӣ муҳокима менамудем, ки оё ҳар яки фарзандони мо ба гуфтугӯ тайёр аст ё не,

ӯ чиро бояд донад ва кай бояд донад. Доттӣ ба ман ёрӣ дод, ки ошкорбаёнтар, софдилтар ва меҳрубонтар шавам. Синни аниқе нест, ки дар он вақт ба *дилхоҳ* кӯдак фактҳои муайянро расондан даркор аст. Сирр дар чизи дигар аст — дар истифодаи ҳаррӯзаи имкониятҳои ба миён меомада.

Дар бораи шаҳват он тавр гап занед, ки ба худатон қулай бошад. Ҳамаи кӯдакон ҳар хел мебошанд. Дар ёд нигоҳ доред: ба онҳо маълумотҳои аз ҳад зиёдро бор кардан даркор нест. Маълумотро тадриҷан, дар давоми давраи муайяни вақт додан беҳтар аст, чунон ки ҳар як гуфтугӯи кӯтоҳ барои гуфтугӯи оянда замина фароҳам оварад. Бо ҳар як гуфтугӯ шумо дар самти ба фарзандатон расондани фаҳмиши дурусти шаҳвонияти худ боз як қадам ба пеш мегузоред.

Инак ду фикр, ки мо дар ёд нигоҳ доштани онҳоро ба шумо маслиҳат медиҳем:

1. Кам касе ба фарзандаш «хеле зиёд ва хеле барвақт» дар масъалаи шаҳват гуфтугӯ кардааст — аксаран баръакси ин дида мешавад: «хеле кам ва хеле дер».
2. Шумо бояд бештар ошкорбаён буда, назар ба он чи бисёрии волидон фикр мекунанд, ҷавобҳои софдилонатар диҳед. Кӯдаки сесола, масалан, ҳама гапро айнан ва таҳтуллафзан мефаҳмад ва агар гӯед, ки «кӯдак дар шиками модар аст», чунин савол дода метавонад: «Чаро модар кӯдакро хӯрдааст?» Ягона чизе ки ӯ мефаҳмад, он аст, ки «кӯдак ҳамроҳи хӯрок дар шиками модар аст». Дар ин марҳала барои кӯдак ҷавоби одии ростқавлона кифоя аст.

Дар чаҳорчӯбаи барномаи «Keeping Kids Healthy» бознигарии олидараҷаи он нашр шуда буд, ки кӯдакон чӣ гуна фикр мекунанд:

Аз дусола то панҷсола:

- Ба назар гиред, ки кӯдакон дар ин синну сол одатан ба бадани худ таваҷҷуҳ менамоянд ва метавонанд дар бораи он фикр кунанд, ки кӯдакон аз куҷо пайдо мешаванд.
- Дар ёд нигоҳ доред, ки ба онҳо ҷавобҳои кӯтоҳ талаб карда мешаванд. Маълумоти зиёд додан зарур нест — ин метавонад кӯдаконро, ки хурд буда, ҳанӯз ҳама чизро фаҳмидан наметавонанд, ба изтироб оварад.
- Номҳои дурусти узвҳои баданро истифода баред.
- Боварии фарзандонатонро қадр кунед, майли онҳоро ба дониш эҳтиром намоед.
- Ҳамеша пурсед, ки оё онҳо боз савол доранд[6].

Аз панҷсола то ҳаштсола:

- Дар ин синну сол волид метавонад худи равандро хеле кӯтоҳ тасвир намояд: «Ҳангоме ки ду шахси калонсол оиладор ҳастанд, якдигарро дӯст медоранд, ба якдигар вафодор ҳастанд, оғӯш кардан ва бӯсидани якдигар ба онҳо маъқул аст, ва аз он ҷумла ба онҳо маъқул аст, ҳангоме ки шавҳар қазиби худро ба маҳбали занаш медорорад». Агар пас аз ин суханон кӯдак «фу!» гуфта, равад, ҳеҷ гап нест. Ин муқаррарӣ аст.
- Ҳамеша пурсидан муҳим аст, ки оё ӯ боз саволҳо дорад.

Доктор Корӣ Аллан, мушовир оид ба масъалаҳои никоҳ ва оила, навиштааст: «Ҳангоме ки бо фарзандатон дар бораи шаҳват гап мезанед, синну сол ва дараҷаи тайёр будани ӯро ба назар гиред. Ба кӯдаки чорсола донистани ҳамаи тафсилоти рафтори ҷинсӣ даркор нест, аммо шумо метавонед барои оянда тахкурсии хуб гузоред... Аксаран маълумоте ки кӯдак фаҳмидан натавонист, ба оянда гузошта меша-

вад ва ҳангоми гуфтугӯҳои минбаъда аз худ мегардад. Боз ҳам, ба ҳар як ҷузъиёт диққат додан зарур нест, аммо ба пурсупосҳои минбаъда омода бошед»[7]. Ва аз ҳама муҳим он аст, ки ором бошед. Забони бадани шумо дар бораи бисёр чизҳо мегӯяд. Ҳангоме ки шумо ором ва аз худ дилпур ҳастед, фарзандатон инро ба таври ғаризавӣ ҳис мекунад. Дар ин маврид гоҳо ӯ ба мавзӯи пештара баргашта метавонад.

Ва дар ёд нигоҳ доред: новобаста ба синну соли фарзандатон, бо ӯ дар бораи тухфаи олидараҷаи Худо — дар бораи шаҳвоният гап задан ҳамеша бамаврид аст. То даме ки ӯ хурд аст, бо ӯ дар бораи шаҳват гап заданро сар кунед, ва шумо барои муносибатҳои бовариноки оянда таҳкурсӣ бунёд менамоед.

Боби 11

ОЁ САР КАРДАНИ «ГУФТУГӮИ ҶИДДӢ» МЕАРЗАД?

Касе ба китфам даст расонд:

— Мистер Макдауэлл, барои баромадатон ташаккур мегӯям. Ҳеҷ гоҳ чизеро монанди ин нашунида будам.

Ман ҳозиракак семинарро оид ба китоби «Танҳо факт-ҳо» ба охир расондам, ва ин зан аз ҷумлаи шунавандагон мехост ба ман гӯяд, ки «он чи шунид, дар амал татбиқ карданӣ аст». Ӯ гуфт: — Ҳатман аз шавҳарам хоҳиш мекунам, ки ӯ бо писарамон дар ин бора гуфтугӯи ҷиддӣ кунад.

Бо умеди он ки овозам на он қадар хавотиромез садо медиҳад, ман пурсидам:

— Писаратон чандсола аст?

— Сездаҳсола, — гуфт зан.

Ман кӯшиш кардам, ки ҳайрати худро нишон надиҳам.

— Ва шумо то ҳол ягон бор бо ӯ масъалаҳои шаҳватро муҳокима накардаед? — пурсидам ман.

Зан гуфт:

— Ҳа... Мавриди муносиб набуд.

Вақти «гуфтугӯҳои ҷиддӣ» кайҳо гузаштааст, ва умуман набояд фаро мерасид! Дар «Journal of Family Issues»

гуфта шудааст: «Фақат нисфи наврасон ба ёд овардан метавонанд, ки соли гузашта модарон бо онҳо дар бораи шаҳват боре “гуфтугӯи ҷиддӣ” карда бошанд, ва фақат сеяки онҳо як “гуфтугӯи ҷиддӣ”-ро бо падари худ ба ёд меоварад»[1].

Ҳангоме ки масъала ба маълумотнокии шаҳвонӣ дахл дорад, якто чунин «гуфтугӯ» кифоя нест — баръакс, ин раванди бо мурури замон пешраванда аст, ва маълумотро бо вояҳои хурд додан беҳтар аст. Кӯшиш кунед, ки имкониятҳои ба миён меомадаро аз даст надиҳед ва саволҳоро бо мурури пайдо шуданашон муҳокима кунед. Беш аз ҳама фарзандон панду насиҳатҳои дуру дарозро қабул кардан наметавонанд. Кӯдак метавонад «гуфтугӯи ҷиддӣ»-ро тамоман фаромӯш кунад, — эҳтимоли қавӣ меравад, ки маҳз ҳамин тавр мешавад.

Оё медонед, чӣ тавр беҳтар аз ҳама ба фарзандон дар бораи шаҳват гап задан мумкин аст? Ҳар чи пештар сар карда, дар ҳар як мавриди муносиб ин тавр давом додан даркор аст: инак сӣ сония, ана як дақиқа, боз даҳ сония дар ин ҷо, ду дақиқаву чилупанҷ сония дар он ҷо. Ҳамин ки ягон мавзӯъ ба миён омад — онро муҳокима намоед ва то дафъаи оянда ин гуфтугӯро қатъ намоед. Муболиға кардан даркор нест. Дар оилаи мо қариб нисфи ҳамаи гуфтугӯҳо бо фарзандон дар бораи шаҳват на зиёда аз ду дақиқа давом мекарданд.

Одатан, кӯдакон ба мавзӯи шаҳват таваҷҷуҳ зоҳир намуданро тадриҷан, марҳала ба марҳала сар мекунанд. Онҳо аҳён-аҳён талаб мекунанд, ки ҳамаашро якбора гӯем. Дар рафти муколамаи доимӣ, бо мурури ба воя расидан маълумотро аз худ карданашон осонтар аст. Ва бояд ба он омода бошед, ки саволҳо дар ҷои номувофиқтарин ва дар вақти тамоман номуносиб пайдо шуда метавонанд.

«Ҳатто агар ман хеле кӯшиш кунам, — мегӯяд писарамон Шон, —аввалин гуфтугӯямонро бо волидон дар бораи шаҳват ба ёд оварда наметавонам. Гап дар он аст, ки дар оилаи ман ин ба таври ҳақиқӣ рӯй медод. Албатта, мо доимо дар ин бора гап намезадем, аммо агар савол ҳангоми хӯрокхӯрӣ, дар мошин ё пеш аз хоб дода шавад, волидон ба таври одӣ ба он ҷавоб медоданд. Ин ҳамчун як қисми муошırати муқаррарӣ ҳисобида мешуд. Ҳамин тавр дар ҳаёти ман ягон " гуфтугӯи ҷиддӣ" набуд».

Деб Костер, модератори сомонаи FamilyFire.com, моҳияти тарзи амали солимро дар мавзӯи шаҳват чунин хулоса кардааст:

> *Дар оилаи мо мо ҳамеша кӯшиш мекарданд бо фарзандон, то даме ки онҳо ҳанӯз хурд буданд, дар ин мавзӯъ [дар бораи шаҳват] дар муҳити осуда ва ором суҳбат кунанд. Аз ҳамин сабаб зарурати «гуфтугӯи калони ҷиддӣ» ҳатто ба миён намеомад. Яъне мо муҳитеро фароҳам овардем, ки дар он онҳо оромона метавонистанд ба мо ҳар гуна саволҳо диҳанд ва ҷавобҳои муфассал пайдо кунанд*[2].

Дар Китоби Муқаддас воситаи самарабахштарини ба фарзандон расондани ҳақиқатҳои Худо нишон дода шудааст: «...онҳоро ба фарзандонат ёд деҳ, ва ҳангоми нишастанат дар хонаи худ, ва ҳангоми роҳ рафтанат, хобиданат ва бархестанат дар бораи онҳо гуфтугӯ намо...» (Так. Шар. 6:7). Ҳатто Иттиҳоди миллии волидон ва муаллимон бо ин модели библиявӣ розӣ мебошанд: «Азбаски кӯдакони хурдсол, одатан, ин маълумотро танҳо бо вояҳои хурд дар ҳар як фосилаи ҷудогонаи вақт қабул карда метавонанд, дар давоми як гуфтугӯ ҳамаи он чиро, ки онҳо бояд дар бораи мавзӯи муайян донанд, дарҳол ба онҳо омӯзондан ғайриимкон аст»[3].

Дар «Дарстур оид ба нашъунамои солими наврасон»-и Мактаби ҳифзи саломатии иҷтомоии Майкл Блумберг дар

назди донишгоҳи Ҷон Ҳопкинс қоидаҳои зерини калидӣ оид ба панду насиҳат додан ба кӯдакон пешниҳод карда мешаванд:

1. Доимо бо фарзандони худ суҳбат кунед.
2. Ба кӯдакони хурд маълумотҳоро тадриҷан ва бо вояҳои хурд расонед.
3. Ҳамаи маълумотҳоро якбора расонданӣ нашавед. Масалан, агар кӯдак савол диҳад, ки «Модар, кӯдакон аз шикам чӣ тавр мебароянд?», ҷавоби кӯтоҳ, одӣ, аммо аниқ ва софдилона кифоя аст. Масалан: «Кӯдак ба воситаи сӯрохӣ дар бадани модар, ки маҳбал номида мешавад, берун мебарояд».
4. Бо мурури ба воя расидан фарзандон маънидодҳои торафт ошкоротар ва муфассалтарро қабул кардан метавонанд.
5. Агар кӯдак дар ҳузури одамон савол диҳад, фавран, аммо бо мулоимат ҷавоб додан даркор аст. Масалан, шумо бо духтари ҳаштсолаатон дар қаҳвахонаи серодам хӯрок хӯрда истодаед, ва ҳамин вақт ногаҳон ӯ мепурсад: “Модар, секси даҳонӣ чист?”. Шумо чун лаблабу сурх мешавед, ва ҳатто аз он ҳам сурхтар»[4].

Дар чунин вазъият «хомӯш бош ва салататро хӯрдан гир» гуфтан дуруст нест. Аввал кӯшиш кунед, ки ба воҳима наафтед ва хеле ҳайрон нашавед. Муҳим он аст, ки аз гуфтугӯ канораҷӯӣ накунед. Ба ҷои ин дарҳол ҷавоб диҳед ё оромона гӯед: «Азизакам, падарат (модарат) дар ин бора ба ту мефаҳмонад, аммо фақат пас аз хӯрок». Ва баъд ба қавли худ вафо карданро фаромӯш накунед.

Яке аз фикрҳое ки ман (Доттӣ) ба модарони ҷавон, аз ҷумла ба духтарони худ мерасонам, ин аст: Оё шумо гуфту-

гӯро бо фарзандатон дар бораи имони худ то ягон «мавриди мувофиқ» мавқуф мегузоред? Не! Баръакс, шумо ба таври мақсаднок ва бо муҳаббат дар ҳар як мавриди мувофиқ дар бораи Китоби Муқаддас, дар бораи Худо бо ӯ гуфтугӯ мекунед. Дар масъалаи шаҳват низ бояд ҳамин тавр кунед. Набояд умед бандед, ки як «гуфтугӯи ҷиддӣ» дар оянда шуморо аз саволҳои кӯдакона халос мекунад. Шаҳват мавзӯест, ки гуфтугӯро дар бораи он барвақт сар кардан даркор аст, аксаран, пурсаброна, хирадмандона, бо муҳаббат, ва гоҳо бо ҳазл. Бинобар ин осуда бошед ва суханони калидиро дар ёд нигоҳ доред: *барвақт*, *зуд-зуд* ва *софдилона*.

Боби 12

Агар бо фарзанди худ дар бораи шаҳват гап назанед, чӣ рӯй дода метавонад?

Бо ду калима: агар шумо бо фарзанди худ дар бораи шаҳват гуфтугӯ накунед, инро ягон каси дигар мекунад. Ӯ ба ҳар ҳол ҳатман ё маълумоти дурустро аз шумо ба даст меоварад, ё маълумоти дурӯғинро аз дигар сарчашмаҳо. Натиҷаҳо ғамангез ва ҳатто фоҷиавӣ буда метавонанд.

Ҳикояти нависанда ва шубон Ҷек Уэллманро гӯш мекунем.

Ман падари худро намедонистам. Муддати зиёд ман дар хонаи холаам зиндагӣ мекардам. Ӯ ҳеҷ гоҳ бо ман дар бораи шаҳват гап намезад, аз ҳамин сабаб «устодони ман» дӯстон ва рафиқон аз майдончаи кӯдакон (ё кӯча) буданд.
Ҳамаи он чи ман дар ин бора мефаҳмидам, ба ҳақиқат муносибате надошт. Дар ёд дорам, дар синфи якум ба ман гуфтанд, ки духтаракон аз бӯсаҳо ҳомила мешаванд. Бояд гуфт, ки баъд аз ин ман муддати зиёд ҳатто аз даст расондан ба духтаракон метарсидам, дар хусуси бӯсаҳо ҳоҷати гап ҳам нест. Ман дар ин масъала чунон нодон будам, ки ҳар боре ки холаам маро мебӯсид, ба даҳшат меомадам!
Аз ҳамин сабаб беҳтар он аст, ки хиҷил нашуда ва гуфтугӯро мавқуф нагузошта, бо фарзандони худ суҳбат кунед: онҳо ба ҳар ҳол дар бораи шаҳват маълумот пайдо меку-

нанд. Ва эҳтимолияти зиёд ҳаст, ки ин маълумоти нодуруст хоҳад буд.
Чунин муҳити бехатарӣ ва боовариро бунёд намоед, ки фарзандонатон ба назди шумо бо ҳама гуна саволҳо бе хиҷолат ё тарс омада тавонанд. Ин барои гуфтугӯ дар бораи ҳар чизе ки бошад, хусусан дар бораи ҳаёти маҳрамона, беҳтарин шароит аст [1].

Худо ба шумо имконият додааст, ки ба фарзандатон дар бораи шаҳват дар муҳити хайрхоҳонаи оилавӣ гуфтугӯ кунед ва ҳамин тавр ӯро аз ҳарҷумарҷе ки дар сари Ҷек буд, ҳифз намоед. Аммо агар шумо аз ин масъулият даст кашед, ӯ ба дигар сарчашмаҳо муроҷиат мекунад. Масалан, ба Интернет, ки зиёда аз панҷ миллион сомонаҳои порнографиро ба диққати ӯ пешкаш мекунад, ва, чунон ки мо аллакай дар Боби *1* гуфта будем, сомонаҳои порнографӣ ба кӯдакон тасаввуроти таҳрифшударо дар бораи шаҳват ва ҳамин гуна тасаввуротро дар бораи ахлоқ медиҳанд. Ва боз онҳо боиси вобастагӣ шуда метавонанд.

Агарчи ин фоҷиавӣ аст, баъзе волидон зарари порнографияро рад мекунанд ё шубҳа менамоянд. «Ин чӣ бадӣ дорад?» — мепурсанд онҳо. Ба қарибӣ як масеҳӣ дар ҷавоб ба огоҳӣ дар бораи хатари порнография ба ман (ба Ҷош) дар Twitter навиштааст: «Агар мо ба фарзандонамон Инҷили Масеҳро ба таври боварибахш расонем, оё он чи онҳо мебинанд, аҳамияте дорад? Чаро шумо аз Интернет ин қадар метарсед?»

Бисёр тадқиқотҳо дар бораи натиҷаҳои нохуши таъсири порнография ба одам шаҳодат медиҳанд. Дар соли 2005 доктор Ҷилл Мэннинг, муаллифи китоби «What's the Big Deal About Pornography?», дар назди зеркумитаи сенати ИМА бо маърӯза дар бораи зарари порнография баромад карда, дар он натиҷаҳои манфии таъсири бевоситаи порнографияро ба

кӯдакон ва наврасон, ки бо тадқиқотҳои бисёр тасдиқ шудаанд, зикр намуд. Дар байни онҳо ин фактҳо буданд:

- Аксуламалҳои бардавоми манфӣ ё зарари эҳсосотӣ,
- Барвақт сар кардани ҳаёти шаҳвонӣ,
- хатари зиёди инкишофи фикрҳои васвосӣ дар бораи шаҳват (вобастагии шаҳвонӣ),
- хатари зиёди ба даст овардани тасаввуроти нодуруст дар бораи шаҳват,
- ба шахси дигар чун ба воситаи қонеъ намудани майли шаҳвонӣ муносибат намудан[2].

Натиҷаҳои манфии зикршуда аз боиси як бор ё гоҳ-гоҳ ба порнография рӯ овардан пайдо шуда метавонанд. Миқдори бешумори маводе ки ба кӯдакони ҳозира дастрас аст, хатари ҷиддӣ дорад. Аз ҳад зиёд барангехта шудан, одатан, ҳассосияти ҷавононро паст мекунад. Нуқтаи назари дурусти библиявиро оид ба шаҳват ва қоидаҳои ахлоқии ба он вобастаро аз худ накарда, онҳо бовар мекунанд, ки атрофиён аз ин ҷиҳат ҳеҷ гуна қоидаи ахлоқиро риоя намекунанд. Албатта, чунин фикрҳоро ба онҳо фазои кибернетикӣ талқин менамояд.

Мо фарзандони худро аз ҳамаи он дурӯғ ва тасаввуроти таҳрифшуда, ки онҳо дер ё зуд дида ё шунида метавонанд, ҳифз карда наметавонем. Аммо агар мо бо фарзандонамон дар бораи шаҳват, дар бораи он ки Худо онро чӣ гуна ба нақша гирифтааст, аввалин шуда гап занем, ин онҳоро аз таъсири харобиовари маълумоти дурӯғин дар масъалаҳои шаҳват, рӯ овардан ба маҳсулоти порнографӣ ва бадахлоқии ҷинсӣ ҳимоя карда метавонад.

Боби 13

Оё мавзӯи шаҳват боиси кунҷковии беандозаи фарзандам намешавад?

Кӯдакон табиатан кунҷков ҳастанд — баъзеашон бештар, баъзеашон камтар. Ва дар худи мавзӯи шаҳват як чизи диққатҷалбкунанда, пурасрор, ҳаяҷонбахш ҳаст, ки дар ҳар яки мо кунҷковиро бедор менамояд. Аз ҳамин сабаб, ҳангоме ки фарзандон «беҳад кунҷков ҳастанд», ин он қадар бад нест. Он чиз бадтар аст, ки мо хоҳиши донишомӯзии онҳоро қонеъ кардан намехоҳем.

Дар бораи шаҳват саволҳо додан ва ба онҳо ҷавобҳоро хостани кӯдакон комилан табиӣ ва муқаррарӣ аст. Агар кунҷковии онҳоро сарфи назар намоем, мо онҳоро ба хатари ҷиддӣ дучор мекунем. Дар ёд нигоҳ доред: онҳо ба ҳар ҳол аз ягон ҷой ҷавобҳоро пайдо менамоянд. Кормандони Маркази миллии тиббии дастгирии оила мегӯянд, ки «Агар шумо кунҷковии фарзандонро дар масъалаи шаҳват сарфи назар кунед, он хомӯш намешавад. Баръакс, манъ кардани ягон мавзӯъ ҷолибияти онро зиёдтар мекунад»[1].

Чунон ки тадқиқотҳои ба қарибӣ гузаронидашуда нишон доданд, «дар синни то даҳсолагӣ кӯдакон одатан аз ҷиҳати шаҳвонӣ фаъол нестанд ва дар бораи ҳаёти ҷинсӣ

фикру андеша намекунанд, аммо онҳо кунҷков ҳастанд, аз ҳамин сабаб ба дӯстон, ҳамсинфон ва аъзоёни оила бо саволҳо муроҷиат мекунанд, ва тадриҷан дар сарҳои онҳо тасаввуротҳои тамоман бемаъно дар бораи шаҳват ҳосил шуда метавонанд»[2].

Дар синни аз чор до дувоздаҳсолагӣ чӣ гуна қонеъ гардидани кунҷковии кӯдак бисёр вақт шаҳвонияти ӯро дар синни байни дувоздаҳсолагӣ ва ҳаждаҳсолагӣ муайян менамояд. Духтурон Клеа Макнилӣ ва Ҷейн Бланшар аз Мактаби ҳифзи саломатии иҷтомоии Майкл Блумберг дар назди донишгоҳи Ҷон Ҳопкинс мегӯянд:

> *Беҳтарин вариант барои кӯдак — аз волидон ба даст овардани ҷавобҳо аст. Кунҷковӣ дар ин синну сол аҳамияти ҳалкунанда дорад, охир ҳаёти шаҳвонии наврас бисёр вақт ба маълумоте вобаста аст, ки ӯ дар байни рӯзҳои шашум ва даҳуми таваллуд шудани худ ба даст овардааст*[3].

Ин чӣ шарафест — доштани имконияти таъсир расондан ба ҳаёти фарзанди худ ва рафтори ояндаи ӯ! Ҷавобҳои софдилонаи шумо ба ӯ ҳақиқатро беҳтар аз ҳама меомӯзанд. Қоидаи умумӣ дар оилаи Макдауэлл аз он иборат буд, ки ҷавобҳои кӯтоҳ, одӣ, ва аниқ дода шаванд. Барои қонеъ намудани кунҷковии кӯдакона, масалан, гуфтан кифоя аст, ки духтаракон фарҷ ва маҳбал доранд, ва писаракон — қазиб ва хояҳо. Ба кӯдак маънидодҳои тӯлонӣ ва муфассал аз силсилаи «Саду як савол дар бораи шаҳват» даркор нестанд. Муҳокимаронҳои тӯлонӣ ӯро дилгир мекунанд.

Ҳангоме ки фарзандони мо хурдсол буданд, узвҳои ҷинсӣ боиси кунҷковии онҳо мешуданд. Ҳангоме ки ман (Дottӣ) кӯдаконро оббозӣ мекунондам, ҳар дафъа ҳар як узви баданро дуруст ном мегирифтам, ва кӯшиш менамудам чунон ки дар бораи оринҷҳо ё зонуҳо гап мезанам, дар бо-

раи узвҳои ҷинсӣ ҳамон гуна бо мулоҳиза ва оромона гап занам. Ҳамин тариқ, мо ба фарзандон талқин менамудем, ки муҳокима намудани бадани худ комилан муқаррарӣ аст. Ин муносибати софдилона, ки мо дар марҳалаҳои ибтидоӣ зоҳир намудем, барои муҳокимаҳои оромонаи минбаъда заминаро тайёр кард.

Барои кӯдакони томактабӣ маънидоди умумӣ кифоя буда метавонад: «Кӯдак дар шиками модар нашъунамо мекунад». Баъд саволҳои нав пайдо мешаванд, масалан, дар бораи он ки чӣ тавр кӯдак берун мебарояд. «Модар қайъ мекунад?» Ё: «Падар занҷираки шиками модарро мекушояд?» Ё: «Модар кӯдакро меринад?» Ба кӯдак маънидодҳои одӣ ва софдилона даркоранд.

Олим-педагог Маргарет Ренкл ҷавоби хеле хубро пешниҳод мекунад: «Фарзандон ба воситаи маҳбали модар берун мебароянд». Агар ин кам бошад, илова кардан мумкин аст: «Маҳбал монанди лӯла (трубка) дар даруни модар аст. Он хеле васеъ мешавад, ва кӯдак ба берун мебарояд»[4].

Новобаста ба синну сол, фарзандони мо сазовори ҷавобҳои софдилона ҳастанд, аммо ин ҷавобҳо бояд ба дараҷаи балоғати кӯдак мувофиқ бошанд. Агар кӯдаки даҳсола ё аз он хурдсолтар саволҳо диҳад, ки занон чӣ гуна ҳомила мешаванд, ва презерватив ё секси даҳонӣ чист, ба воҳима афтодан даркор нест. Ин ҳанӯз маънои онро надорад, ки ӯ ба ҳаёти фаъолонаи ҷинсӣ тайёрӣ мебинад. Беҳтар аз ҳама он аст, ки кунҷковиро нишонаи ягон хатар наҳисобида, ба ӯ ҷавоб диҳед. Хомӯш монданатон хеле хатарноктар аст.

Боби 14

Дар хусуси «номҳои махфӣ» барои баъзе узвҳои бадан чӣ гуфтан мумкин аст?

Ҳангоми танаффус дар вақти семинари ман оид ба китоби «Танҳо фактҳо» (Ҷош) зани як шубон ба назди ман омад. Чеҳраи ӯ суп-сурх шуда буд, овози ӯ аз хашм меларзид:

— Ба фикрам, ба писари худ «қазиби ту» гуфтан нафратовар аст. Шахсан ман онро «чӯҷача» меномам.

Ман оромона ҷавоб додам:

— Гӯш гӯш номида мешавад, бинӣ — бинӣ, чашм — чашм, маҳбал — маҳбал, ва қазиб қазиб номида мешавад. Фикр намекунам, ки кори ман аз дигар кардани номҳои узвҳои бадан иборат бошад.

Аз афташ, ки он зан нуқтаи назари маро қабул накард.

Кӯдакон ба омӯхтани бадани худ шавқ доранд. Ба синни муайян расида, онҳо торафт бештар саволҳо медиҳанд. Ҳангоми ба онҳо ҷавоб додан ё гуфтугӯ кардан софдил бошед — узвҳои баданро бо номҳои дурусти анатомии онҳо ном гиред.

Узвҳои ҷинсии фарзандонамонро мо аксаран «маҳрамона» номида, бо ҳамин таъкид менамудем, ки онҳо хеле шахсӣ, ниҳонӣ ҳастанд, онҳо на барои дастрасии умумӣ мебошанд.

Ҳангоме ки дар ин мавзӯъ бо фарзанд гуфтугӯ мекунед, беҳтараш аз худи аввал калимаҳои дурустро истифода баред: қазиб — қазиб аст, на ин ки «дӯстам» ва на «чучча». Ва алалахусус на «он чи дар поён аст» ё «ин ҷой».

Номҳои дурустро, — қазиб, хояҳо, фарҷ, маҳбал, — истифода бурда, дар айни замон ба фарзанди худ фаҳмонед, ки онҳо барои чӣ даркоранд. Дер ё зуд ӯ дар бораи ҳамаи ин чизҳо бохабар мешавад, зеро Интернет дар вақтҳои охир ин равандро хеле тезонидааст. Охир, шумо намехоҳед, ки маҳз Интернет ба ӯ фаҳмонад, ки ӯ чӣ гуна узвҳо дорад ва онҳо барои чӣ муқаррар шудаанд? Шумо худатон мехоҳед сарчашмаи эътиборноки маълумот бошед, ҳамин тавр не?

Боре ман (Ҷош) бо яке аз духтараконам, ки он қариб сесола буд, бозӣ мекардам. Ба ҳуҷра Доттӣ даромад, ва ҳамин вақт духтарамон ногоҳ гуфт:

— Оча, падарам ба маҳбали ман даст расонд!

Доттӣ кӯшиши зиёд ба харҷ дод, то ки худдориро аз даст надиҳад.

Ман оҳи вазнин кашидам ва то ҳадди имкон оромона аз духтарам пурсидам:

— Азизакам, маҳбали ту дар куҷост?

Духтарам бо табассум нофи худро нишон дод. Он гоҳ ман бо суханони одӣ ба духтарам фарқи байни ноф ва маҳбалро фаҳмондам.

Ҳа, якчанд гуфтугӯҳои кӯтоҳ даркор мешаванд, то даме ки кӯдак бадани худро меомӯзад ва ҳамаашро дуруст дар ёд нигоҳ медорад. Дар натиҷа, агар шумо номҳои дурусти узвҳоро истифода баред ва фаҳмонед, ки онҳо барои чӣ даркоранд, ҳангоме ки фарзандатон номҳои дурусти узвҳои худро мешунавад, ба ӯ лозим намеояд, ки хиҷил шавад ё шарм дорад.

Боби 15

Барои ин чӣ қадар дониш даркор аст?

Ҳа, дар замони мо проблемаи дастрасии осон ба Интернет ва дигар навъҳои расонаҳои хабарӣ вуҷуд дорад (ҳам дар хонаҳоямон, ҳам дар мактабҳо), аммо муҳориба ҳанӯз бохта нашудааст. Вазифа ва масъулияти мо — нақшаи Худоро оид ба таъйиноти шаҳват ба таври дастрас ба фарзандони худ фаҳмонда, ба онҳо маълумотҳои аниқро пешкаш кардан аст.

Чунон ки подшоҳи хирадманд Сулаймон гуфтааст,
Ғайрат бе дониш хуб нест; касе ки бо пойҳои худ шитобад, пешпо мехӯрад.

Мас. 19:2

Ҷолиби диққат аст, ки натиҷаҳои қариб *ҳамаи* тадқиқотҳои васеъ дар бораи он ки чӣ тавр бо фарзандон дар бораи шаҳват дуруст гап задан даркор аст, якхела ҳастанд: агар волидон фарзандони худро аз фишори маълумоти нодуруст дар бораи он ҳимоя карданӣ бошанд, яке аз қадамҳои асосӣ — ба онҳо маълумоти библиявиро, ва ҳатман маълумоти *аниқро* расонидан аст.

Дар «Датуруламал оид инкишофи солими наврасон»-и Клеа Макнилӣ ва Ҷейн Бланшар гуфта шудааст: «Чунон

ки тадқиқотҳо нишон медиҳанд, агар наврасон дар борои шаҳвонияти худ ва ҳифзи саломатии шаҳвонии худ хуб бохабар бошанд, имконияти камтар ҳаст, ки онҳо барвақт ҳаёти шаҳвониро сар кунанд». Аз ин ҷо хулоса бармеояд: «Пешкаш намудани маълумоти объективӣ ва аниқ — гарави инкишофи солими шаҳвонии наврасон аст»[1].

Дар яке аз мақолаҳо дар маҷаллаи «Healthy Adolescent Development» гуфта шудааст: «Агар шумо ба наврас дар фаҳмидани худ ёрӣ расондан хоҳед, маълумоти дуруст ва роҳнамоии ахлоқӣ хеле муҳим мебошанд. Шояд, дар оянда ин ӯро аз қарорҳои нодурусти харобиовар, ва ҳатто ҳалокатовар наҷот медиҳад»[2].

Яке аз воситаҳои ба рафтори ҷинсии кӯдакон таъсири назаррас расондан — барои онҳо сарчашмаи маълумоти аниқ шудан аст. Сарчашмаи васеи маълумоти аниқ барои худи волидон Донишкадаи тиббии саломатии шаҳвонӣ (www.medinstitute.org) мебошад. Барои хуб донистани масъалаҳои ҷиддии шаҳвонияти кӯдакон ба шумо кӯшишҳои зиёд даркор мешаванд, аммо бовар кунед: онҳо натиҷаи хуб хоҳанд дод. Дар ҷаҳони Интернет ва ташвиқи алоқаи ҷинсии пеш аз никоҳ вазифаи мо —волидони соҳибмаълумот будан аст.

Агар фарзандон ноаниқ ё нодуруст гап задани моро фаҳманд, дигар ба мо боварӣ намекунанд, ва мо таъсири худро ба онҳо аз даст медиҳем. Бовар кунед: кӯдакони ҳозира бисёр вақт маълумотро дар Интернет ҷустуҷӯ карда меёбанд ва ҷавобҳои ёфтаашонро бо он чи аз волидон шунидаанд, муқоиса мекунанд.

Бояд гуфт, ки агар шумо ҷавоби ягон саволро надонед, ба воҳима наафтед. Аз иқрор шудан ҳаросон нашавед. Бигӯед, ки ҷавобашро меёбед ва ба ин гуфтугӯ бармегардед (фақат ҳатман ба қавлатон вафо кунед). Ё ҳатто якҷоя

ҷустуҷӯ кардани ҷавобро пешниҳод намоед. Ин воситаи хуби ба якдигар наздиктар шудан аст!

Иқрор шудан дар он ки шумо баъзе чизҳоро намедонед, аммо кӯшиш мекунед онро фаҳмида ба фарзандатон расонед, баланд бардоштани дараҷаи боварӣ аст. Баъд ҷавоби шумо барои ӯ боз ҳам дурусттар метобад.

Мавзӯъҳо

Дар зер танҳо баъзе масъалаҳо оварда шудаанд, ки волидон бояд донанд. Тарбия, албатта, саргузашти хуб аст, аммо дар айни замон он меҳнати масъулиятнок аст. Дар ин ҷо роҳҳои осон вуҷуд надоранд.

- Хусусиятҳои анатомия ва системаҳои таносулии мардон ва занон, бо зимни ҳайз ва эҳтилом.
- Алоқаи ҷинсӣ ва ҳомила шудан.
- Бачазоӣ ва назорати бачазоӣ.
- Навъҳои алтернативии рафтори шаҳвонӣ, аз он ҷумла шаҳвати даҳонӣ, истимно, петтинг.
- Тавҷеҳи шаҳвонӣ (ҳетеросексуализм, ҳомосексуализм ва бисексуализм).
- Ҷиҳатҳои ҷисмонӣ ва эҳсосотии алоқаи ҷинсӣ аз нуқтаи назари мардон ва занон.
- Худбаҳодиҳӣ ва фишори ҳамсолон.
- Бемориҳои узвҳои таносул.
- Таҷовуз ба номус, аз он ҷумла ҳангоми вохӯриҳо; хатаре ки кӯдак ба он дучор мегардад, ҳангоме ба истеъмоли машруботи спиртӣ ё маводи нашъаовар розӣ мешавад, ба мошини шахсони бегона мешинад, ба хонаи ношинос меравад.
- Интихоби либос ва рафтори наврас чӣ гуна ба атрофиён дар хусуси ба наздикии ҷинсӣ тайёр будани ӯ сигнал медиҳанд.

- Презервативҳо.
- Эҳсосот.
- Маънидоди илоҳии муҳаббати ҳақиқӣ.
- Ишқварзӣ //нозу карашма.
- Китоби Муқаддас дар бораи ҳамаи ин чӣ мегӯяд.

Мутахассисон дар соҳаи педагогика Кристин Золтен ва доктор Николас Лонг, кормандони Маркази тарбияи самаранок, дар хусуси омодагии волидон барои аз ҷиҳати шаҳвонӣ маълумотнок кардани фарзандони худ чунин менависанд: «Дар ибтидо шумо бояд худатон дар масъалаҳои ҳаёти шаҳвонӣ соҳибмаълумот бошед. Волидон оид ба ин масъала ҳар қадар маълумоти бештар дошта бошанд, онҳо ба саволҳои фарзандони худ ҳамон қадар бовариноктар ҷавоб медиҳанд. Ба ин ҷо маълумот дар бора ҳамаи ҷиҳатҳои ҳаёти шаҳвонӣ дохил мешавад, бо зимни узвҳои ҷинсӣ, афзоиш, назорати бачазоӣ, бемориҳои бо роҳи ҷинсӣ мегузашта ва ғайра».[3]

Донистани ҳама чизи ҷаҳон ҳатмӣ нест, аммо мо бояд ба қадри кофӣ соҳибмаълумот бошем ва ба саволҳои фарзандони худ дар хусуси соҳаи маҳрамона ҷавоб дода тавонем.

Боби 16

Шояд, баъзе мавзӯъҳоро сарфи назар кардан беҳтар аст?

Мо, волидон, гоҳо аз он «маводе» ки ба мадди назари фарзандонамон дучор мешаванд, ба даҳшат меоем. Бисёрии ин мавод моро тамоман ҳайрон мекунад ва хиҷил менамояд. Лекин аз он вақте ки фарзандони мо ба дунё меоянд, вазифаи мо — фароҳам овардани муҳити ошкорбаёнӣ ва дастрасӣ аст, ки дар он ҳама гуна саволҳо имконпазиранд. Агар шумо дар ҷавоб ба саволи фарзандатон нафрат намоед, ё сахт ҳайрон шавед ё ба изтироб оед, шояд ӯ дигар ҳеҷ гоҳ ба шумо ин саволро намедиҳад. Байни шумо мавзӯъҳои манъшуда набояд бошанд.

Набудани мавзӯъҳои манъшуда ба ақл ва рафтори фарзандатон таъсири хеле хуб мерасонад, дар айни ҳол ошкорбаёнии шумо бояд ҳатман пешакӣ маслиҳат карда шавад. Ҷералд Нюберрӣ, директори иҷрокунандаи Шабакаи миллии иттилоотӣ дар Иттиҳоди миллии таҳсилот оид ба ин масъала чунин мегӯяд: «Шахсе шавед, ки кӯдак ё наврас ба ӯ бо ҳама гуна саволҳо оромона муроҷиат карда метавонад. Бигузор ӯ донад, ки шумо ҳамеша ба муҳокимаи ҳама гуна мавзӯъ тайёр ҳастед»[1].

Чунон ки мо аллакай гуфта будем, бо суханон гуфтани он ки байни шумо мавзӯъҳои манъшуда вуҷуд надоранд, кифоя нест — бояд инро бо муносибати худ нишон диҳед, ва аз он ҷумла ба забони бадани худ худи ҳамин чизро гӯед.

> *Ба мавзӯи шаҳват чун ба чизи комилан муқаррарӣ муносибат намоед,* — тавсия медиҳад доктор Николас Лонг аз Маркази тарбияи самаранок. Ва илова менамояд: — *Шаҳватро бо фарзандони худ чун ҳар як мавзӯи дигар муҳокима кунед, — оромона ва бо тамкин. Кӯдакон хеле таъсирпазир ҳастанд, ва агар онҳо нороҳатии шуморо ҳис кунанд, пас имконияти камтар ҳаст, ки дафъаи дигар бо саволҳои худ ба назди шумо биёянд. Ғайр аз ин, фарзандон метавонанд чунин ҳисобанд, ки шаҳват ягон чизи бад ё нодуруст, ё ҳатто тамоман манъшуда аст*[2].

Ҳар боре ки ман (Доттӣ) бо яке аз фарзандонамон дар масъалаҳои вобаста ба ҳаёти маҳрамона гуфтугӯ менамудам, ман кӯшиш мекардам ором ва ботамкин бошам. Агар ба ин муваффақ шавам, бо ман гуфтугӯ кардан барои фарзандон осон буд. Аз рӯи имконият ман бо онҳо дар бораи шаҳват бо ҳамон оҳанге гап мезадам, ки дар бораи хӯроки шом, нархи мӯйсаргирӣ ё дар куҷо будани гарданбанди саг гап зада метавонистам. Гуфтан мехоҳам, ки агар фарзандон ҳис намекарданд, ки ман тайёрам бо онҳо ин мавзӯъро чун ҳар як мавзӯи дигар муҳокима кунам, онҳо ҷуръат намекарданд гаштаву баргашта бо саволҳо ва хавотиршавиҳои худ ба назди ман оянд.

Аммо чӣ мешавад, агар шумо ба кадом як савол ҷавоб додан натавонед? Ҳамеша гуфтан мумкин аст, ки «ман намедонам, аммо аниқ мекунам». Муҳим он аст, ки шумо инро *бо кадом оҳанг* мегӯед. Агар дар фарзанд ҳисси онро ба вуҷуд оваред, ки барои шумо мавзӯъҳои манъшуда вуҷуд надоранд, шумо аллакай дар роҳи муоширати самаранок ҳастед.

Шубон Ҷек Уэллман бо исрор огоҳ менамояд: «Дар хусуси чизи асосӣ ғамхорӣ намоед: фарзандони шумо ҳангоми савол додан набояд тарсанд ё хиҷил шаванд. Ба онҳо дар ин бора гӯед. Муҳити бехатари боварироро бунёд намоед, то ки фарзандатон бо ҳар гуна савол ба назди шумо омада тавонад. Ин ҳамеша беҳтарин интихоб аст, хусусан ҳангоме ки сухан дар бораи шаҳват меравад»[3].

Ба қарибӣ духтари хурдии мо, Ҳизер, ки оиладор аст, ба мо ин чизро гуфт: «Шаҳват барои ман мавзӯи муқаррарӣ буд — мавзӯъҳои нороҳаткунанда барои ман умуман вуҷуд надоштанд. Ман медонистам, ки агар аз шумо дар бораи ягон чиз пурсам, метавонам ба назди шумо оям, ва шумо ба ман ҳама чизро мефаҳмонед. Дар ёд надорам, ки ақаллан ягон мавзӯъ "бемаврид" буда бошад, ва, дар омади гап, фикр намекунам, ки аз он вақт ягон чиз дигаргун шудааст».

Мо хеле хушнудем, ки ин ҳиссиётро ба фарзандонамон талқин намудан тавонистем. Пас ба он омода бошед, то ба ҳар гуна саволе ки фарзандатон ба шумо медиҳад, ошкоро, софдилона ҷавоб дода тавонед. Ба шумо лозим намеояд, ки дар ин бора афсӯс хӯред.

Боби 17

Сари чанд вақт бо фарзанди худ дар бораи шаҳват гап задан даркор аст?

Оё бо фарзандон дар бораи шаҳват дар се моҳ як бор, дар як моҳ як бор ё ҳафтае як бор гуфтугӯ кардан даркор аст? Умуман гап дар он нест, ки чандто чунин гуфтугӯҳо баргузор шаванд, — он чиз муҳим аст, ки ба шумо лозим меояд бисёр чизҳоро гаштаву баргашта такрор кунед. Илоҷи дигар нест, охир, такрор кардан — модари дониш аст.

Бисёр кӯдакон маълумотҳоро зиёда аз ду-се дақиқа пайиҳам қабул кардан наметавонанд. Ташкилот оид ба ҳифзи саломатӣ ва таҳсилоти кӯдакон «Children Now» изҳор менамояд:

> *Азбаски бисёрии кӯдакони хурдсол маълумотҳоро фақат бо вояҳои хурд қабул мекунанд, онҳо дар давоми як гуфтугӯ ҳамаи он чиро, ки бояд дар ин мавзӯъ донанд, дар ёд ногоҳ дошта наметавонанд. Аз ҳамин сабаб муддате сабр карда, сипас аз кӯдак хоҳиш кардан даркор аст, ки ба шумо гӯяд, ки аз гуфтугӯятон чиро дар ёд нигоҳ доштааст. Ин ба шумо ёрӣ мерасонад, ки нофаҳмиҳоро бартараф намоед ва холигиҳоро пур кунед*[1].

Ҳайрон нашавед, агар духтараки чорсолаатон ҳамон саволеро диҳад, ки ҳангоми сесола буданаш дода буд, ва баъд дар панҷсолагӣ онро такрор кунад, агарчи шумо, албатта, хоҳиш пайдо мекунед, ки ба ӯ чунин гӯед: «Охир, ман ба ту аллакай дар бораи чӣ тавр таваллуд шудани кӯдакон гуфта будам-ку» ё «Ман ба ту якчанд бор фаҳмонда будам, ки ноф чист».

Ба қарибӣ ман (Доттӣ) бо раиси Донишкадаи тиббии саломатии шаҳвонӣ, доктор Ҷо Макилханӣ суҳбат кардам. Ӯ гуфт: волидон бисёр вақт боварӣ доранд, ки бо фарзандони худ дар бораи шаҳват бештар аз он ки фарзандонашон меҳисобанд, гуфтугӯ мекунанд. Аён аст, ки ин падида сабаби асоснок дорад. Волидон дар сатҳи эҳсосотӣ бисёр кӯшишҳо мекунанд, ки ба кӯдакашон миқдори кофии маълумотро расонанд ва дар айни замон аз ҳад нагузаранд, аз ҳамин сабаб онҳо, одатан, ҳамин гуна ҷиҳатҳои гуфтугӯро дар ёд нигоҳ медоранд, дар ҳоле ки кӯдакашон ҳамагӣ шунаванда аст. Барои ӯ гуфтугӯ на он қадар ҷиддӣ ва муҳим аст, то ки дар хотирааш нақш бандад. Аз ҳамин сабаб мо бояд пурсабрӣ зоҳир намоем ва, агар даркор шавад, ҳамон як чизро гаштаву баргашта такрор кунем.

Мавзӯи шаҳват хеле мураккаб аст. Вақти зиёд даркор мешавад, то ки фарзандони мо ҳама чизи даркориро фаҳманд. «Лора Ҳилеман, модар аз Нэшвилл, боре шунид, ки писари сесолааш ба додарчааш мефаҳмонд: “Бачаҳо қазиб доранд, духтарон бошанд, резина доранд”. Бинобар ин ҳайрон нашавед, агар ҳамон як савол гаштаву баргашта ба миён омадан гирад, то даме ки кӯдакатон маълумотро дуруст аз худ мекунад»[2].

Агар мо пурсабрӣ зоҳир намоем ва тайёр бошем, ки ҳамон як чизро (эҳтимол, баъзе тафсилотро илова намуда) гаштаву баргашта фаҳмонем, ин ба фарзандатон таассуро-

ти қавӣ мебахшад. Чунон ки тадқиқотҳои гуногун нишон медиҳанд,

> *дар бораи шаҳват гоҳ-гоҳ гуфтугӯ кардан (бар хилофи «гуфтугӯи ҷиддӣ»-и яккарата) бо якчанд сабаб муҳим аст: 1) ба шарофати такрорҳо наврас насиҳатҳои волидонро осонтар мефаҳмад, аз худ мекунад ва қабул менамояд, 2) ин ба ӯ ёрӣ дода метавонад, ки ҳангоми чунин гуфтугӯҳо худро оромтар ва дилпуртар ҳис кунад, 3) ҳамин тавр наврас шавқмандии самимонаи волидашро ба шахсият ва тақдири ӯ ҳис мекунад ва, ғайр аз ин, 4) гуфтугӯҳои ошкоро, ки гоҳ-гоҳ рӯй медиҳанд, муносибатҳоро дар оила мустаҳкам мекунанд, ва ин дар навбати худ барои инкишофи саломатии шаҳвонии наврас натиҷаҳои муҳим дорад [3].*

Кӯдакон ва волидон ба такрор карданҳо ҳар хел муносибат мекунанд. Ба кӯдак раванди такрор кардан зарур аст, то ки тадриҷан, «хиштча аз пайи хиштча» фаҳмиш ва муносибати худро ба шаҳват бунёд намояд. Ва ин маънои онро дорад, ки ба ӯ ҳамон як фикрҳоро гаштаву баргашта такрор кардан даркор аст, шояд, бо андаке дигаргун кардан ё пурратар кардан.

Боби 18

АГАР МАН БО ФАРЗАНДАМ ОИД БА ҲАМОН ЯК МАВЗӮЪ ГАП ЗАДАН ГИРАМ, ОЁ Ӯ МАРО ШАХСИ ДИЛБАЗАН НАМЕҲИСОБАД?

Шахси дилбазан — шахси дилтангкунанда ва безоркунанда аст. Ҳеҷ кас одами дилбазанро дӯст намедорад. Ва ҳа: агар мо ҳамчун волидон ҳар рӯз соатҳои дароз ба фарзандон дар бораи шаҳват гуфтугӯҳо кунем, онҳо ҳақиқатан зиқ мешаванд ва қабул намудани суханони моро бас мекунанд. Аммо ба ҳар ҳол мо бояд ҳақиқатро дар бораи шаҳват ба онҳо расонем, хусусан нақшаи Худо ва ҳудудҳоеро, ки барои ҳаёти маҳрамона муқаррар карда шудаанд. Пас мо бояд чӣ кунем?

Ба ҷои безор кардани фарзанди худ, кӯшиш кунед вазъиятҳои воқеиро аз ҳаёт истифода бурда, онҳоро ба мавридҳои барои омӯзондан мувофиқ табдил диҳед. Мавриди барои омӯзондан мувофиқ — вазъиятест, ки имконият медиҳад вазъиятҳои ҳаррӯзаро истифода барем, то ки дар бораи шаҳват сӯҳбати кӯтоҳи тарбиявӣ гузаронем. Ин гуфтугӯ дар бораи фанни мушкил, проблемаи нозук, худи ҳаёти маҳрамона ё дар бораи боз ягон чизи муҳим буда метавонад, то ки дар ин лаҳза кӯдак барои қабул кардан тайёр бошад. Чунин вазъиятро, масалан, ин чизҳо ба вуҷуд овар-

да метавонанд: он чизе ки ӯ дар Интернет ё дар телевизор дид, аз рафиқаш шунид, дар плакат дид, ҳатто матн аз китоби кӯдаконае ки хонд. Ҳамаи ин имкониятҳоро истифода баред.

Аз даст надодани мавриди муносиб — ҳунарест, ки онро ёд гирифтан мумкин аст. Дар ин кор, албатта, бисёр чизҳо ба маълумотнокии шумо дар соҳаи расонаҳои хабарӣ вобаста мебошанд. Дигар хел карда гӯем, дараҷаи таъсири контенти расонаҳои хабариро (Интернет, кино, телевизион, маҷаллаҳо, комиксҳо, блогҳо, твитҳо ва дигар хабарҳо дар шабакаҳои иҷтимоӣ) ба ташаккули арзишҳо ва рафтори наврасон дуруст баҳо додан ва маънидод карда тавонистан даркор аст.

Фарҳанги ҳозираи дунявӣ ба ҳар як волид бисёр имкониятҳоро пешкаш менамояд, ки ба мавриди барои гуфтугӯ мувофиқ табдил додан мумкин аст. Ҳисоботи «Kaiser Family Foundation» дар бораи барномаҳои телевизионӣ нишон медиҳад, ки «75% барномаҳои телевизионӣ, ки дар прайм-тайм намоиш дода мешаванд, муколама дар бораи шаҳват, ё кадрҳои рафтори барангезандаи шаҳват доранд»[1].

Расонаҳои хабарии дилхушкунанда, хусусан Интернет ва телевизион, сарчашмаҳои асосии маълумотнокии шаҳвонӣ дар ҷаҳон шудаанд, ва онҳо чунон таъсири зиёд доранд, ки ба мо лозим меояд таъсири харобиовари онро мушоҳида намоем. Лекин мо бо фарзандони худ гуфтугӯ карда ва ҳамин тавр аз ҳама чиз дарсҳои мусбат ба даст оварда, натиҷаҳои таъсири харобиовари расонаҳои хабариро сусттар карда метавонем.

Масалан, ҳангоми намоиши нимфинали «Суперкубок» бисёриҳо хеле ҳайрон шуда буданд, ҳангоме ки сароянда M.I.A. ба камера ангушти миёнаашро нишон дод, охир, ин

ишорат маънои шаҳвонӣ дорад ва алфози қабеҳро иваз мекунад. Чӣ қадар масеҳиён дар ин вақт нафрати худро нишон доданд (ки ин пурра бамаврид буд), аммо дар айни ҳол имконияти хуберо барои гуфтугӯ дар бораи шаҳвоният аз даст доданд, ки кӯдак онро солҳои зиёд дар ёд нигоҳ медошт? Ин мавриди мувофиқ буд, то ки як чизи манфиро гирифта, аз он дарси мусбат ба даст оваред.

Боре ман (Ҷош) бо фургони оилавӣ ҳамроҳи Келлӣ ва Шон ба ҷое равона будам. Онҳо он вақт нӯҳсола ва ҳафтсола буданд. Чун ҳамаи кӯдакон дар ин синну сол, онҳо ногоҳ ҷанҷол карданд, ва Шон хашмгин шуда, нидо кард: «Келлӣ, fuck you!» Дар ин ҷо хашмгин шуда, писарро сахт ҷазо додан мумкин мебуд, аммо ба ҷои ин ман, ҳайратамро зоҳир накарда, фақат пурсидам:

— Писарҷонам, оё медонӣ, ки гапи гуфтаат чӣ маъно дорад?

Ӯ дарҳол ҷавоб дод:

— Не.

Он гоҳ ман давом додам:

— Ту инро дар куҷо шунидӣ?

— Дар мактаб, — гуфт писарам.

Ва ман пешниҳод кардам:

— Оё мехоҳӣ, ки ба ту маънои онро фаҳмонам?

Ӯ чашмонашро калон кушода, гуфт:

— Ҳа.

Даҳ дақиқаи минбаъдаро мо бо гуфтугӯи олидараҷа гузарондем. Ман маънои он суханонро гуфтам, ва фаҳмондам, ки он чӣ гуна яке аз беҳтарин туҳфаҳоеро, ки Худо ба ҳамаи модарону падарон додааст, таҳқир мекунад. Баъд то ҳадди имкон барои кӯдакони ҳафтсола ва нӯҳсола фаҳмотар гап зада, фаҳмондам, ки чаро дар оилаи мо ҳеҷ кас чунин ифодаҳоро истифода намебарад. Ҳамин тавр ман

мавриди муносиби бо писари худ гуфтугӯ кардан ва ба ҳаёти минбаъдаи ӯ таъсири мусбат расонданро аз даст надодам.

Имкониятҳои волидон ҳақиқатан номаҳдуд мебошанд. Лаҳзаҳои гӯё «ночиз» дар асл хеле муҳиманд, зеро ҳамчун воқеаҳои таъсирбахши манфӣ ё мусбат, ки бевосита ба шуур, ақидаҳо, муносибатҳо, рафтор ва амалҳои ӯ таъсир мерасонанд, дар хотираи кӯдак нақш баста метавонанд.

Дар зер он чизҳо номбар карда шудаанд, ки ба волидон барои гуфтугӯ бо фарзанд имконияти хубе дода метавонанд.

1. ТВ ва дигар расонаҳои хабарии дилхушкунанда. Дар мақолаи «Шаҳвоният, контрасепсия ва расонаҳои хабарӣ» Академияи амрикоии педиатрия хабар медиҳад:

> *Кӯдакони амрикоӣ зиёда аз сию ҳашт соатро дар як ҳафта ба навъҳои гуногуни расонаҳои хабарӣ, аз қабили телевизион ва Интернет, ва низ видео, бозиҳои компютерӣ, мусиқӣ сарф мекунанд. То вақти хатми мактаби миёна наврас ба ҳисоби миёна понздаҳ ҳазор соатро ба тамошои барномаҳои телевизионӣ сарф мекунад, ки ин аз он дувоздаҳ ҳазор соат, ки ӯ дар синф мегузаронад, 20% бештар аст. Ғайр аз ин, навраси миёнаи амрикоӣ дар як сол қариб чордаҳ ҳазор воҳид контенти шаҳвониро тамошо мекунад*[2].

Барномаҳои ахборотӣ — ҳамчунин маводи гаронбаҳо барои муҳокима мебошанд. Дар воситаи таълимии «Wait for Sex», ки онро Маркази захиравӣ оид ба пешгирии ҳомила шудан дар байни наврасон таҳия намудааст, чунин мисол оварда шудааст: «Шумо бо фарзандатон ба воситаи телевизор ахборро тамошо мекунед. Мухбир дар бораи оилаи толибаи синфи ҳафтум нақл мекунад, ки зидди ҳавзаи мактабӣ дар хусуси дастдарозии шаҳвонӣ ба маҳкама даъво кардааст. Писараке дар мактаб борҳо дар бораи бадани ӯ,

хусусан синаҳои ӯ, мулоҳизаҳои таҳқиромез баён мекардааст. Инак имконияти хуб барои гуфтугӯ кардан дар бораи он ки ба шахсони ҷинси муқобил эҳтиром зоҳир намудан чӣ гуна муҳим аст»[3].

Гоҳо, ҳангоме ки мо ҳамроҳи фарзандони худ ягон филм ё барномаи телевизионӣ тамошо мекардем, аз экран ногоҳ кинояи бепарда садо медод, ё ҳатто тасвири одамоне пайдо мешуд, ки бадахлоқии ҷинсиро намоиш медиҳанд. Дар чунин мавридҳо мо телевизорро хомӯш мекардем ва чизи дидаамонро ба имконият барои гуфтугӯ табдил медодем.

Мо мепурсидем:

— Бачаҳо, дар ин вазъият чӣ чиз нодуруст аст? — Онҳо ҷавоб медоданд, ва мо бо диққат гӯш мекардем.

— Чаро ин нодуруст буд? Ва боз мо гапи онҳоро набурида, гӯш мекардем.

— Натиҷаҳои бадахлоқии ҷинсӣ чӣ гуна буда метавонанд? Оё шумо ба ёд овардан метавонед, ки кай бори охир дар синамо ё дар телевизор ба шумо натиҷаҳои манфии онро нишон дода буданд?

Одатан, онҳо инро ба ёд оварда наметавонистанд, чунки расонаҳои хабарии дилхушкунанда қариб ҳеҷ гоҳ дар бораи натиҷаҳои манфии алоқаи ҷинсии берун аз никоҳ намегӯянд. Масалан, дар телевизион намегӯянд, ки қаҳрамони ахлоқӣ ҳангоми алоқаи ҷинсӣ бо беморие гирифтор шудааст, ки бо роҳи ҷинсӣ мегузарад. Албатта, ин манзараи тамоман ғайривоқеии ҷаҳони имрӯза аст.

Ҳозир ҳар навраси чорум бо беморие сироят ёфтааст, ки бо роҳи ҷинсӣ мегузарад. Фақат ҳамин сол боз се *миллион* ҷавонписарон ва духтарон сироят меёбанд. 50% ҳамаи мардон дар синни аз дувоздаҳсола то ҳафтодсола бо вируси папилломаи инсон (ВПЧ) сироят ёфтаанд. Дору барои муолиҷаи он вуҷуд надорад, презервативҳо ҳимоя намекунанд,

ва ин бемориӣ ҳар сол назар ва вируси норасоии масуният миқдори бештари занонро мекушад*.

Лекин дар телевизор ё дар синамо дар бораи ин чизҳо намегӯянд. Аввалан, ин ба наврасон манзараи ғайривоқеии ҷаҳонро тасвир медиҳад, ва сониян, онҳоро ба иштибоҳ меандозад, зеро амалҳои ахлоқӣ ҳақиқатан *натиҷаҳо доранд*. Такрор мекунем: тасаввуроти бардурӯғе ки ба воситаи расонаҳои хабарӣ ба тамошобинон талқин карда мешаванд — имконияти идеалӣ барои бо фарзандон дар бораи натиҷаҳои ахлоқии амалҳо гуфтугӯ кардан аст.

Боз як чизи муҳим ҳаст: гуфтугӯро дар асоси Каломи Худо ва нақшаи Худо оид ба шаҳват бунёд намудан мумкин аст. Филмҳо ва барномаҳои телевизиониро бо ҳам тамошо карда, шумо доимо бо қиссаҳои одамоне дучор мешавед, ки интихоби нодуруст кардаанд. Бо фарзандатон муҳокима намоед, ки барои чӣ Худо ба мо оид ба ҳаёти маҳрамона тавсияҳои муайян додааст ва маҳдудиятҳои муайян ҷорӣ намудааст. Гаштаву баргашта фаҳмондани аҳамиятнокии Навишта ва риоя намудани қоидаҳои дар он зикршуда ба фоидаи худи шумост.

Инак маслиҳати олидараҷа аз Иттиҳоди амрикоии психологҳо:

> *Фикри худро баён намоед. Агар ба шумо барномаи телевизионӣ, бозӣ, видео, шими ҷинс ё лӯхтак маъқул набошад, фаҳмонед, ки чаро. Чунин гуфтугӯ назар ба суханони одии «не, инро тамошо кардан ё харидан мумкин нест» самаранoктар хоҳад буд. Он ширкатҳои истеҳсолкунанда ва он маҳсулотро дастгирӣ намоед, ки симои мусбати духтаронро ба вуҷуд меоварад. Агар маҳсулоти истеҳсолкунандагон, рекламадиҳандагон, теле- ва кинопродюсерҳо, ҳатто мағозаҳои савдои чакана, — духтаронро ба объекти шаҳвати касе табдил медода бошад, аз онҳо шикоят кунед [4].*

* Барои гирифтани ахбороти иловагӣ нигаред ба китоби «Танҳо фактҳо».

Дар ҳисоботи Шӯро оид ба маълумотнокӣ ва маорифи шаҳвонии ИМА ҳамчунин тавсияҳои хуб ҳастанд:

- Бо фарзанди худ фикрҳоятонро муҳокима кунед. Ақидаҳо ва арзишҳои худро ба таври мусбат ба ӯ расонед. То он вақте ки ӯ ташаккул додани ақидаҳо ва арзишҳои худро сар мекунад, ӯ бояд ақидаҳо ва арзишҳои шуморо хуб фаҳмад.
- Имконияти мувофиқро барои гуфтугӯ аз даст надиҳед. Ҳама гуна имкониятро — ҳазли шунидашуда, суханон аз суруд, тасвир дар лавҳаи рекламавӣ ё телерекламаро, — барои сар кардани гуфтугӯ истифода баред.
- Барои гуфтугӯ фосилаҳои рекламавиро истифода баред — он гоҳ фарзандатон ба шумо диққати бештар дода метавонад. Мухтасар гап занед, фикри асосиро бо суханони одӣ расонед.
- Дар ёд нигоҳ доред, ки барномаҳои телевизионии «бад» низ барои мубоҳиса имконияти хуб буда метавонанд. Онҳо бисёр вақт имкон медиҳанд, ки рафтори персонажи муайян муҳокима карда шавад.
- Боназокат бошед. Агар шумо шаҳвониятро дар ҳузури дӯстони фарзандатон ё дигар калонсолон муҳокима кунед, шояд ӯ хиҷил мешавад [5].

Расонаҳои хабариро ба манфиати худ истифода баред. Муоширот намоед.

Ақидаҳои *худро* пинҳон накунед.

2. Зани ҳомила. Кӯдакон бисёр вақт ҳамгоми дидани зани ҳомила кунҷковӣ зоҳир мекунанд, хоҳ зан бегона, ё хешованд ё дӯсти оила бошад. Ба саволҳои онҳо ҷавоб дода, ба осонӣ ба гуфтугӯ дар бораи шаҳват гузаштан мумкин аст.

3. Ҳикоятҳои воқеӣ дар бораи одамони воқеӣ. Нависанда Вендӣ Селлерс нақл мекунад, ки ҳикоятҳои воқеиро чӣ гуна истифода бурдан лозим аст: «Кӯдакон ба ҳикоятҳо дар бораи одамони воқеӣ аксуламали фаъолона мекунанд. Шумо метавонед, масалан, чунин гӯед: “Аз хабаре ки ҳозир шунидам, табъи ман хеле хира шуд. Ба писари амакдухтарам лозим меояд, ки мактаби олиро тарк карда, фавран кор ёбад. Ӯ бо духтари дӯстдоштааш алоқаи ҷинсӣ мекардааст, ва акнун он духтар ҳомила аст. Ба он писар лозим меояд, ки кор карда оилаашро таъмин намояд, ба ҷои он ки таҳсилро ба охир расонад. Ту дар ин бора чӣ фикр мекунӣ?»[6] Чунин ҳикоятҳо аз ҳаёт — имконияти хуб барои гуфтугӯ бо фарзанд мебошанд.

Диана Конверс, муаллими асосҳои ҳаёти оилавӣ дар донишгоҳи округи Ҳиллсборо, иёлати Флорида, боз шаш вазъиятро зикр мекунад, ки барои гуфтугӯ бо фарзанди худ истифода бурдан мумкин аст:

4. Сурати баданҳои луч. «Фарзандатон бо ҷӯрааш дар ҳуҷраи хоб қоҳ-қоҳ механданд. Шумо дарро кушода, фаҳмиданӣ мешавед, ки чӣ чиз онҳоро хандондааст, ва мебинед: писарон дар энсиклопедия тасвири зани лучро аз назар мегузаронанд»[7]. Ин имконияти хеле хуб барои гуфтугӯ аст.

5. Эълонҳо дар бораи ҷустуҷӯи ҷинояткор. «Шумо бо писари ёздаҳсолаатон дар шуъбаи почта навбати худро интизоред ва дар девор эълонро дар бораи ҷустуҷӯи ҷинояткор мебинед. Марде дар таҷовуз ба номуси се зан айбдор карда мешавад»[8]. Ин низ имконияти хубест барои гуфтугӯ!

6. Алоқаи ҳомосексуалӣ. «Шумо бо фарзандатон дар маркази савдо ду мардро мебинед, навозишкорона дастони якдигарро медоранд»[9]. Ин боз як имконият аст, то ки ба фарзанди худ мулоҳизакорона дар бораи чӣ будани ҳомосексуализм гап занед.

7. Ошкор намудани презерватив. «Либосҳоро барои ҷомашӯӣ ҷо ба ҷо карда, шумо дар кисаи писаратон презервативро меёбед»[10]. Ин низ имконият барои гуфтугӯ кардан аст, агарчи дар аввал ин метавонад шуморо хеле ба изтироб оварад.

8. Маълумоти бардурӯғ дар бораи шаҳват. «Боре дар роҳ аз мактаб духтари сездаҳсолаатон мегӯяд: “Модар, оё рост аст, ки ҳангоми алоқаи ҷинсии якум ҳомила шудан ғайриимкон аст?”»[11] Дарҳол гуфтугӯ кунед.

9. Фарқҳои байниоилавӣ дар нуқтаҳои назар оид ба рафтори шаҳвонӣ. «Хушдоманатон уребчаи писараки шашмоҳаатонро иваз карда истодааст. Шумо бо кӯдаки калонсолтаратон дар назди онҳо мебошед. Ногоҳ хушдомандатон оҳиста ба дасти кӯдак мезанад ва мегӯяд: “Ба он ҷоят даст нарасон”»[12]. Шояд, шумо фавран ба ӯ эътироз намекунед, аммо дертар ин вазъиятро ҳамчун имконият барои гуфтугӯ бо кӯдаки калонсолтаратон истифода бурдан метавонед.

10. Бо ҳам аз назар гузарондани суратҳои базми арӯсӣ. Ин низ имконияти хубест барои гуфтугӯ!

11. Рафтори ҳайвонот. Инак нақли яке аз духтарони Макдауэлл: «Модарам мегӯяд, ки бори аввал мо дар бораи шаҳват он вақт гуфтугӯ кардем, ки ҳангоми яке аз сафарҳои оилавӣ ман аз тирезаи мошин дидам, ки наргов ба болои модагов ҷаст. Ман пурсидам, ки чӣ рӯй дода истодааст. Модар ба ман фаҳмонд, ва ман ба ӯ ҷавоб додам: “Хуб аст, ки одамон чунин намекунанд!” Ҳамин тавр аввалин гуфтугӯи мо дар бораи алоқаи ҷинсӣ баргузор шуд. Аҷиб аст, ки ман ин гуфтугӯро ҳатто дар ёд надорам». Ва агарчи духтарамон он мавридро фаромӯш кардааст, он барои гуфтугӯи якум имконият гардид, ва силсилаи минбаъдаи гӯфтугӯҳо ӯро бо миқдори кофии маълумот таъмин намуд, то ки шаҳватро фаҳмад ва чун туҳфаи олидараҷаи Худо баҳо диҳад.

12. Ҷамъомадҳои мактабӣ ва шабнишиниҳо, чорабиниҳои варзишӣ, таҷрибаомӯзии истеҳсолӣ ва ғайра. Мо бо ҳамаи аҳли оила (бо чор кӯдаконамон — Келлӣ, Шон, Кэтӣ ва Ҳизер) дар тарабхона хӯрок мехӯрдем. Ногоҳ Шон гуфт: «Падар, ҳозир дар мактаби мо як маърӯзачӣ баромад карда, дар бораи шаҳват гап зад. Ба фикрам, ту бо суханони ӯ розӣ намешудӣ».

Ман дарҳол пурсидам: «Чаро?»

Се соати минбаъдаро мо дар «Steakhouse»-и Стюарт Андерсон дар Лейксайд (иёлаи Калифорния) бо суҳбати ошкорои оилавӣ гузарондем. Пешхизмат (донишҷӯи коллеҷ) доимо дар гирду пеши мо ҷунбуҷӯл дошт ва дар охир қарор дод, ки ба суҳбати мо шарик шавад: «Бачаҳо, медонед, кори шумо хеле омад кардааст, ки чунин волидон доред, зеро шумо ба осонӣ метавонед бо онҳо дар бораи чунин масъалаҳо гуфтугӯ кунед! Агар модар ва падари ман чунин амал менамуданд, ҳам ман, ҳам хоҳарам дар зиндагӣ ин қадар хатоҳо намекардем». Чунин мавридҳоро аз даст надиҳед — бо фарзанди худ дар бораи шаҳват гап занед.

13. Мусиқӣ. Тадқиқотчиён аз Донишгоҳи иёлати Ню Йорк (шаҳри Олбанӣ) матнҳои саду ҳафтоду чор сурудро дар услуби кантрӣ, поп ва ритм-энд-блюз, ки соли 2009 ба қатори даҳ суруди беҳтарини «Billboard» дохил шудаанд, таҳлил карданд. Дар натиҷа ошкор шуд, ки «92% матнҳо ишораҳоро ба рафтори шаҳвонӣ дар бар мегиранд, ба ҳисоби миёна 10,49 чунин ибора дар ҳар як суруд»[13].

Якчанд сол пеш ман (Ҷош) ба ҳуҷраи Шон даромада, дидам, ки ӯ дар компакт-диски нави гурӯҳи «Depeche Mode» як сурудро кӯр карданӣ аст. Он вақт ӯ дувоздаҳсола буд.

— Шон, ту чӣ карда истодаӣ? — пурсидам ман.

— Ин сурудро кӯр карданӣ ҳастам.

— Чаро?

— Он ба қоидаҳои оилаи мо мувофиқат надорад, аз ҳамин сабаб ман қарор додам онро кӯр кунам.

Албатта, ман ин мавридро аз даст надода, дарҳол гуфтам, ки аз ин кори ӯ хеле хурсандам ва аз ӯ фахр мекунам.

Деб Роффман, узви кумитаи волидон, таъкид мекунад: «Бо чизе ки ба арзишҳои оилаи шумо мувофиқат надорад (ролики рекламавӣ, барномаи телевизионӣ, видеои мусиқӣ), рӯ ба рӯ шуда, бо кӯдакатон дар ин бора гуфтугӯ кунед. Барои ӯ як навъ “тарҷумони фарҳангӣ” шавед»[14].

14. Вақти оббозӣ дорондан. Боре, ҳангоме ки яке аз духтаронамон қариб дусола буд, Доттӣ аз ман хоҳиш кард, ки ӯро оббозӣ доронам. Ман розӣ шудам, оби гармро кушодам ва ба духтарам гуфтам: «Азизакам, либосҳоятро каш, аммо ҳанӯз ба об надаро». Ман ҳамеша метарсидам, ки кӯдак лағжида, сараш ба ванна бармехӯрад, аз ҳамин сабаб гуфтам: «То омадани падар сабр кун. Ман барои ту туҳфаи ғайричашмдошт дорам!» Ва баромадам, то ки аз сумкаи сафарӣ мурғобичаи резиниро, ки ҳангоми сафар харида будам, гирам. Ман аллакай ба ҳаммом баргаштанӣ будам, ки аз он ҷо чирроси баланд шунида шуд. Дар ҳоле ки дилам сахт ба тапиш даромада буд, сӯи ҳаммом шитофта, нидо кардам:

— Азизакам, чӣ ҳодиса шуд?

Духтарчаи хурдакаки ман дар канори ванна нишаста, худро аз назар мегузаронд. Ӯ бо тарсу ҳарос ба ман гуфт:

— Падар, қазиби ман чаппа шуда дарун даромадааст!

Мефаҳмед, духтарам чанде пеш бародари худро дида буд. Духтараки дусола боз чӣ фикр карда метавонист? Ё қазиби ӯ канда шуда афтидааст, ё чаппа шуда, дарун даромадааст. Ана дарду алам!

Ман ин мавриди мувофиқро аз даст надодам.

— Не, не, азизакам, — гуфтам ман. — Худоҷон туро ҳамин хел офаридааст. Ба бародари ту барин писаракон Худо

қазиб медиҳад, аммо ба ту барин духтаракон — маҳбалро. Худо инро хеле хуб ба нақша гирифтааст, ҳамин тавр не?

Акнун биё оббозӣ мекунем.

Тамоми гуфтугӯ на зиёда аз бист сония давом кард. Имконияти хеле хуб барои сар кардани маълумотдиҳӣ оид шаҳват. Мавриди хеле мувофиқ. Агар шумо ҳамаи вазъиятҳои номбаршуда ва бисёр дигар имкониятҳоро барои гуфтугӯҳо оид ба шаҳват истифода баред, агар аз хурдсолӣ шумо ин чизҳоро ба фарзандатон дуруст фаҳмонед, пас, ҳангоме ки ӯ калонсолтар мешавад, худаш барои чунин гуфтугӯ имкониятҳоро ҷустуҷӯ мекунад.

Боби 19

Сари чанд вақт назорат кардан даркор аст, ки фарзандатон бо чӣ корҳо машғул мешавад?

Дар ҷаҳони ҳозира назорат кардани он ки фарзандатон бо чӣ кор машғул аст, — комилан зарур аст, агар, албатта, шумо ӯро ҳимоя намудан хоҳед. Хавотир нашавед, ки назорати шумо аз ҳад зиёд хоҳад буд — аз беҳад кам назорат кардан тарсед.

Кадом соҳаҳоро ҳозир назорат кардан даркор аст? Аз афти кор, ба ин соҳаҳо доираи дӯстони фарзандатон ва оилаҳои онҳо, мактаб, маҳфилҳо, телевизион, филмҳо ва видеороликҳое ки ӯ тамошо мекунад, маҷаллаҳое ки ӯ мехонад, мусиқие ки ӯ гӯш мекунад, ва, албатта, Интернет дохил мешаванд. Ин меҳнати зиёд аст, аммо илоҷи дигар нест.

Дар ҷаҳони ҳозира мо, волидон, бояд қатъият нишон дода, доимо назорат намоем, ки фарзандонамон бо чӣ корҳо машғул мешаванд. Дар замони васеъ паҳн шудани Интернет ба мо лозим меояд чунин масъалаҳоро ҳал намоем, ки пештар ҳеҷ кас дар бораи онҳо фикр ҳам намекард. Ҳатто духтари мо Кэтӣ, ки худаш аллакай модари кӯдакони томактабӣ аст, ба қарибӣ ба ман (Доттӣ) гуфт, ки «аз ҳимоя

намудани фарзандони худ аз фарҳанги ҳозираи дунявӣ даст кашидааст». Аз ҳамин сабаб стратегияи ӯ аз он иборат аст, ки «онҳоро аз муҳорибаҳои оянда *ҳимоя накунад*, балки ба онҳо *тайёр кунад* — ба онҳо фаҳмиш диҳад, мубориза бурданро ёд диҳад ва барои дар зиндагӣ сарбаландона қадам задан ёрӣ расонад». Чунин тарзи амал қарорҳои ҷиддӣ ва гоҳо мураккабро металабад.

Ҳамеша воситаҳои ғайриодӣ, эҷодии ба ҷаҳони шавқмандиҳои фарзандонамон ворид шуданро ёфтан мумкин аст. Хоҳари ман (Доттӣ), модари духтари синфҳои болоӣ, дар ин ҷода намунаи хубест. Ӯ муаллимаи дипломдор аст, пас аз рухсатии декретӣ ба кор набаромаданро афзал медонист, лекин ӯ мехост дар маркази ҳаёти духтараш бошад. Барои расидан ба мақсади худ ӯ ба мактаби духтараш ба кор даромад. Ҳамин тариқ, хоҳарам имконият пайдо намуд бо наврасоне шинос шавад, ки духтараш бо онҳо муошират менамояд, муаллимони ӯро аз наздик шиносад ва умуман муҳити мактабиро ҳис кунад. Албатта, на ҳамаи мо чунин имконият дорем, лекин *ҳама* ихтироъкорӣ ва қатъият зоҳир намуда метавонанд.

Ману Ҷош дар ин масъала собитқадамӣ зоҳир намуда, аз фарзандонамон ҳисоботро интизор будем. Мо талаб мекардем, ки онҳо ба мо гӯянд, ки ба куҷо мераванд, соати чанд бармегарданд, бо киҳо ва бо чӣ корҳо машғул шуданӣ ҳастанд. Ин кор вақт ва қувватро металабид, аммо ба хотири бехатарии фарзандонамон ва осудагии худамон лозим омад, ки пурсабрӣ зоҳир намоем ва таслим нашавем.

Мо қоидаҳои асосӣ — кодекси муайяни рафтор муқаррар намудем, — ва низ «соати комендантӣ». Кӯдакон дар ин раванд баробари мо иштирок доштанд, бинобар ин онҳо нуқтаи назари мо, проблемаҳои моро фаҳмидан метавонистанд. Ҳамаи ин дар муҳити муносибатҳои самимонаи наз-

дик карда мешуд — вагарна мо ба муқобилият дучор шуда метавонистем. Дар ёд нигоҳ доред: «Қоидаҳо бе муносибатҳои наздик бисёр вақт боиси исён мешаванд».

Бо мурури он ки фарзандони мо ба воя расида, торафт бештар балоғат ва масъулиятшиносӣ зоҳир менамуданд, талаботҳои мо сусттар мешуданд. Ин як навъ раванди тайёрӣ буд: мо мефаҳмидем, ки дар натиҷа онҳо ба коллеҷ дохил мешаванд ё ба кор медароянд ва дер ё зуд ба онҳо лозим меояд, ки мустақилона карорҳо қабул кунанд. Албатта, гоҳо ба фарзандонамон ёдрас намудан лозим меомад, ки мо онҳоро на аз боиси миҷингӣ, на аз боиси хоҳиши хурдагирӣ ғур-ғур кардан назорат менамоем, балки аз он сабаб, ки мо — волидони онҳо ҳастем!

Ҳангоме ки фарзандатон дар хонаи ҳамсоя бозӣ мекунад, донистан муҳим аст, ки оё дар он ҷо калонсолони сазовори боварӣ ҳастанд ё не. Мутаассифона, зӯроварӣ бисёр вақт аз ҷониби кӯдакони дигар ба амал оварда мешавад, аз ҳамин сабаб шумо ҳатман бояд донед, ки дар хона киҳо хоҳанд буд. Пеш аз он ки кӯдакатон ба хонаи одамони нав ба меҳмонӣ равад, боварӣ ҳосил намоед, ки дар он хона порнография нест. Зану шавҳари ҷавон, ки дар ҳамсоягӣ зиндагӣ мекунанд, ҳамеша мепурсанд, ки оё дар оилае ки фарзандонашон ба он ҷо даъват шудаанд, бародари калонӣ ҳаст ё не. Агар бошад, қоидаи оилаи онҳо чунин аст: бигузор фарзандон на дар хонаи ҳамсояҳо, балки дар хонаи онҳо бозӣ кунанд. Ғайр аз ин, онҳо ҳеҷ гоҳ кӯдаконашонро дар ихтиёри писари наврас намегузоранд. Шояд ин хурдагирии барзиёд метобад, аммо бехатарии кӯдакон — аз ҳама чиз муҳимтар аст.

Маълум намоед, ки ба фарзандатон чиҳоро таълим медиҳанд, зеро мактабҳо сиёсати хеле гуногун доранд — ин ба иёлоте ки мактаб дар он воқеъ аст, ва ба он вобаста аст,

ки оё мактаб давлатӣ аст ё хусусӣ. Дар маркази воқеаҳо бошед, агар даъват кунанд, ба синф рафта, аз ягон ҷиҳат ёрӣ расонед. Ба ҷамъомадҳои кумитаи волидон равед, бо муаллимон фаъолонатар муошират намоед. Сиёсати давлатиро, хусусан қабул намудани қонунҳоеро, ки ба ҳавзаи мактабии шумо таъсир расондан метавонанд, мушоҳида намоед.

Назорат намоед, ки фарзандатон кадом филмҳо, барномаҳои телевизионӣ ва DVD-дискҳоро тамошо мекунад. Ба ҳар як оила сиёсати муайян оид ба ҳифзи манфиатҳои фарзандони худ даркор аст. Ҳамин тавр, ду нафар аз фарзандони мо, ба воя расида, қарор доданд, ки дар хона аз телевизор даст кашанд. Фарзанди дигарамон ҳамаи барномаҳои телевизиониро бо ҷиддият тафтиш менамояд. Бохабар бошед, ки дар хона чӣ гуна филмҳо ва DVD-дискҳо ҳастанд; рӯйхатеро тартиб диҳед, ки меъёрҳои оилаи шуморо инъикос мекарда бошад. Бигузор мубоҳисаҳо дар бораи чунин чизҳо ба имкониятҳои хуб барои гуфтугӯҳои таълимдиҳанда табдил ёбанд. Фарзандон бояд фаҳманд, ки расонаҳои хабарӣ пур аз маълумотҳои бардурӯғ, хатарнок ва барояшон зарарнок мебошанд. Кӯшиш кунед он чиро, ки фарзандатон мехонад, хонед, ва он чиро, ки ӯ гӯш мекунад, гӯш кунед. Он гоҳ шумо бо такя ба ақидаҳое ки дар китобҳо ва сурудҳои дустдоштаи фарзандатон ҳастанд, бо ӯ муошират кардан метавонед. Назорати мунтазам ба шумо имкониятҳои бештар медиҳад, ки бо фарзандатон наздиктар шавед ва бо ӯ ҳамдигарфаҳмӣ дошта бошед.

Нуқтаи назари модари 27-сола ба Интернет ва кӯдакон

Дар замони мо кӯдакон аз таъсири Интернет барканор монда наметавонанд[1]. Ин ногузир аст: ҳатто дар мактаб чунон

вазифаҳои хонагӣ медиҳанд, ки фақат дар Шабака иҷро кардан мумкин аст.

Лекин ҳозир бисёр воситаҳои барномавии ҳимоят пайдо шудаанд, ки онҳоро истифода бурдан мумкин аст. Баъзеи онҳо пулакӣ ҳастанд, баъзеи дигар — не. Баъзеи онҳо барои смартфонҳо мебошанд, баъзеи дигар — не. Инак якчанд намунаҳои чунин таъмини барномавӣ:

X3 Watch — пулакӣ / ройгон	www.x3watch.com/
Total Net Guard — пулакӣ	http://afo.net/
Bsecure — пулакӣ	www.bsecure.com/
Net Nanny — пулакӣ	www.netnanny.com/
Covenant Eyes — пулакӣ	http://covenanteyes.com/
K9 Web Protection — ройгон	www1.k9webprotection.com/
Safe Eyes — ройгон	www.internetsafety.com/
Cyber Sitter — пулакӣ	www.cybersitter.com/
Pure Sight — пулакӣ	www.puresight.com/

Дар ёд нигоҳ доштан даркор аст, ки филтри барномавӣ воситаи беҳтарин нест. Таъмини барномавӣ бисёрии сомонаҳои порнографиро маҳкам мекунад, аммо на ҳамаашро, ба ғайр аз ин, он почтаи электрониро тафтиш намекунад.

Барои ҳимояи фарзандони худ ман (Доттӣ) чунин мекардам:

1. Ҳамаи компютерҳо ва смартфонҳо дар хонаи мо на дертар аз соати нӯҳи шаб хомӯш карда мешуданд. Беҳуда нест, ки мақоли зерин вуҷуд дорад: «Пас аз соати даҳи шаб ҳеҷ чизи хуб рӯй намедиҳад».
2. Ман ба фарзандони худ иҷозат намедодам, ки компютерҳо, телевизорҳо ё смартфонҳоро дар ҳуҷраҳо шабона ба кор даронд.
3. Ман дӯстони онҳо ва оилаҳои онҳоро медонистам. На ин ки кӯдакони ман имконияти бо беимонон дӯстӣ кардан надошта бошанд, аммо агар ман ба кӯдаконам иҷозати ба хонаи каси дигар рафтан диҳам, оилаи қабулкунанда бояд ҷонибдори меъёрҳои мо бошад, вагарна кӯдакони бегона худашон ба меҳмонии мо меомаданд.
4. Ман ба фарзандон талқин менамудам, ки дар Интернет нишастан — имтиёз аст, на ин ки ҳуқуқе ки онҳо ба таври автоматӣ аз кӯдакӣ ба даст меоваранд. Метавонед маро зани кӯҳнапараст ё модари ба замона номувофиқ ҳисобед, аммо ман мехостам, ки фарзандонам китобҳо хонанд ва бо истифодаи тахайюлоти худ дар берун бозӣ кунанд.
5. Ман лимити вақтеро муқаррар намудам, ки ба фарзандон иҷозат дода мешуд, то дар Шабака гузаронанд. Ман шунида будам, ки дар баъзе оилаҳо вақти дар Интернет гузаронидашаванда ҳамчун мукофот истифода мешавад. Ҳатто системаи виртуалии ҳисобкунӣ ҳаст: фарзандон метавонанд дар корҳои хона ёрӣ расонда, баллҳои мукофотӣ ҷамъ кунанд. Чунин идея ба ман маъқул аст: даҳ дақиқа барои ҷойхоби ғундошташуда, даҳ дақиқа барои хӯроки пухташуда, бист дақиқа барои гилемҳои тоза ва ғайра.
6. Компютерҳо дар хонаи мо дар ҷойҳои кушода ва намоён ҷойгир буданд.

7. То даме ки фарзандонам дар назди компютерҳо нишаста буданд ё бо смартфонҳо кор мекарданд, ман хоб намерафтам.
8. Ва ниҳоят, дилхоҳ қоидаеро, ки барои кӯдакон муқаррар шуда буд, ман ҳам риоя мекардам. Ман мехостам барои онҳо дар ҳамаи ҷабҳаҳои ҳаёт намуна бошам, бо зимни эҳтиёткорӣ дар масъалаҳое ки ба Интернет ва шабакаҳои иҷтимоӣ дахл доранд.

Шояд, касе фикр кунад, ки ман чун модар фарзандони худро аз ҳар зиёд назорат мекардам. Аммо агар интихобе дошта бошем, ки аз кадом ҷиҳат хато кунем, назорати барзиёд — зарари камтар дорад.

Оилае ки онро порнография вайрон кард

Моҳи январи соли 2012 ҳаёти Мелисса, Том ва оилаи онҳо барои ҳамеша дигаргун шуд*. Кормандони полис ба хонаи онҳо омада, писари калонии онҳо, Кайли 13-соларо пурсуков карданд. Ҳангоми пурсуков Кайл иқрор шуд, ки ба маводи порнографӣ майл пайдо кардааст ва бо додар ва хоҳари худ, ва бо писари хурде ки бисёр вақт ба хонаи онҳо меомад, ҳудуди рафтори мумкинро вайрон кардааст. Мелисса ва Том моту мабҳут шуда буданд. Писари онҳоро аз хона гирифта, дар муассиса барои ноболиғон ҷой доданд. Ӯро дар се мавриди таҳқири шаҳвонӣ ва ҷинояти махсусан вазнин айбдор намуданд.

Мелисса ва Том фарзандони худро дар тарси Парвардигор тарбия менамуданд, ба онҳо фарқ кардани неку бадро меомӯхтанд, барояшон дуо мегуфтанд ва аз рӯи имкониятҳои худ ҳимоят мекарданд. Ба гӯшаи хотири волидона

* Бо мақсади ҳимояи маълумоти махфӣ, ки ба одамони дар ин мақола зикршуда дахл доранд, номҳо ва ҷузъиёт дигар карда шудаанд.

намеомад, ки яке аз фарзандонашон ба порнография шавқ пайдо мекунад, ва алалхусус зери таъсири он амал менамояд. Ба тавоной ва дастрасии порнография аҳамият надода, онҳо содалавҳӣ зоҳир намуданд.

Боре ба роликҳои порногравӣ дучор шуда, Кайл хеле зуд ба онҳо майл пайдо намуд. Ӯ ба ҳуҷраи волидонаш даромада, ноутбуки онҳоро, ки филтр надошт, истифода мебурд. Ғайр аз ин, ӯ бо рафиқонаш порнографияро тамошо мекард. Дӯстони ӯ бисёр вақт ба хонаи онҳо бо смартфонҳо омада, аз Мелисса пароли Wi-Fi-ро мепурсиданд, то ки «мусиқии масеҳӣ гӯш кунанд». Ӯ содалавҳона ба ҳама паролро мегуфт, ва ҳатто намедонист, ки он дар телефонҳояшон боқӣ мемонад ва ҳангоми дилхоҳ боздиди навбатӣ онҳо ба таври автоматӣ ба Шабака дастрасӣ пайдо мекунанд.

Он чи Кайл дид, аз ёдаш берун намешуд. Ӯ аз саҳнаҳое ки дар сараш пайдо мешуданд, халос шуда наметавонист ва зери таъсири онҳо дар ниҳояти кор зӯроварии ҷинсӣ содир намуд. Муддати ҳабси хонагиро дар хонаи хешовандон гузаронда, ҳозир наврас дар мӯҳлати озмоишӣ аст ва барномаи терапияи фаъолонаи дусоларо мегузарад. Фақат ба қарибӣ ба ӯ иҷозат доданд, ки бо додар ва хоҳараш робита кунад, лекин то анҷомёбии барнома ӯ ҳақ надорад ба хонаи худ баргардад. Шӯҳрати «фосидкунандаи ноболиғон» то охири умр бо ӯ мемонад. Пас аз он ки Кайлро фош карданд, ӯ худаш хост ҳикояташро барои омма нақл намояд. Ӯ исрор менамояд, ки Мелисса ва Том дӯстони ӯ ва оилаҳои онҳоро дар бораи хатари майл ба порнография ва дигар вобастагиҳо огоҳ намоянд. Агарчи Кайл аз кӯдакӣ дар бораи муҳаббати Масеҳ шунида буд, ин ӯро аз домҳои порнография наҷот надод... Аммо барои ислоҳ намудани хатои содиркардааш ба ӯ ёрӣ мерасонад. Ӯ ба зону истода дар хусуси бахшида шудани гуноҳаш илтиҷо менамояд ва дуо мегӯяд, ки саргузашти ӯ барои касе дарси фаромӯшнашуданӣ гардад.

Боби 20

Гузаштан аз кадом ҳудуд дар назорат бар рафтори фарзанди худ дахолат ба фазои шахсии ӯ мешавад?

Бо гузашти солҳо махфият барои кӯдак ё наврас аҳамиятнокии торафт бештар пайдо мекунад. Ба ӯ пешкаш намудани фазои шахсӣ — ба ӯ намоиш додани боварӣ ва эҳтиром аст. Лекин ин боварӣ ва эҳтиромро низ ёд гирифтан даркор аст.

Масалан, дар оилаи мо дарҳои ҳуҷраҳои кӯдакон қуфл карда намешуданд. Мо, волидон, бо сабабҳои маълум ҳуҷраи хоби худро аз дарун қуфл мекардем, аммо кӯдакон — не. Лекин аз боиси эҳтироми онҳо ва эҳтиёҷи онҳо ба фазои шахсӣ, бо вуҷуди тамоми кунҷковиямон (онҳо дар он ҷо якчанд соат пайиҳам бо чӣ кор машғул мешаванд?), мо ба онҳо эълон намудем, ки ҳамеша пеш аз он ки ба ҳуҷраи онҳо дароем, дарро тақ-тақ мекунем, чунки махфияти ҳар як шахсро эҳтиром менамоем.

Пас аз он ки мо борҳо дар назди дари маҳкам истода, пеш аз даромадан тақ-тақ мекардем ва овоз мебаровардем, фарзандонамон боварӣ ҳосил намуданд, ки мо ҳақиқатан бе тақ-тақ кардан намедароем. Чунин сиёсат ба мо ёрӣ дод,

ки дар назди фарзандонамон боварӣ ва эҳтироми бештар пайдо намоем.

Мэрӣ Ван-Клей, мутахассис оид ба нигоҳубини кӯдакон мегӯяд:

> *Кӯдак дар муҳити боварӣ ва эҳтиром ба фазои шахсии худ на танҳо боварӣ ва эҳтироми ҷавобиро меомӯзад, балки ҳамчунин имконият пайдо менамояд, ки дар соҳаҳои барояш муҳим (вақт, бадан, ҳуҷра ва ғайра) ҳудудҳои шахсиро муқаррар намояд.* [1]

Ҳа, аммо бо саҳифаи фарзанди худ дар Facebook чӣ бояд кард? Ё бо почтаи электронӣ? Онҳо низ — кори шахсӣ мебошанд? Оё ба шумо дастрасӣ ба паёмакҳои матнӣ ё номаҳои электронии онҳо даркор аст? Ҷавоби мо: *албатта, ҳа*! Шумо бояд ба ҳама аккаунтҳои иҷтимоии фарзандатон дастрасӣ дошта бошед. Ҳуҷраи фарзандатон ва саҳифа дар Шабака ҳамон як чиз нест. Facebook ё почтаи электронӣ — дилхоҳ сомонаи шабакаҳои иҷтимоӣ, ки фарзандатон истифода мебарад, — бояд ба шумо дастрас бошанд. Назорати фаъолияти ӯ дар Интернет на танҳо ҳуқуқ ва масъулияти волидонаи шумост — пеш аз ҳама ин воситаи ҳимоя намудани фарзанди худ аст.

Лекин дар ин ҷой низ чун бо дари ҳуҷра рафтор кардан беҳтар аст: ба ҷои он ки ба фазои виртуалии кӯдакон зада дароед, аввал бо онҳо ин имкониятро муҳокима намоед. Ба «ҳудуд»-и духтар ё писари худ бе пурсиш зада надароед, кӯшиш кунед бо ҳам қароре қабул намоед, ки имкон медиҳад боварӣ ва эҳтироми байни шумо устувор карда шавад. Талаб кардани ҳамаи паролҳо ва номҳои истифодабарандагон — як чиз аст, ва тамоман чизи дигар — ба фарзанди худ фаҳмондани он ки шумо мехоҳед дар назди ӯ бошед ва дар шавқмандиҳои ӯ шарик бошед. Оё барои

писар ё духтари хурдсол харидани смартфон ҳатмӣ аст? Шояд, барои онҳо телефони бе дастрасӣ ба Интернет кифоя бошад? Бо фарзанди худ ба ҳамдигарфаҳмӣ расед, ва баъд фаромӯш накунед, ки ҳамеша «пеш аз даромадан тақ-тақ кунед».

Боби 21

БА «МУҲАББАТИ АВВАЛИН»-И ФАРЗАНДИ ХУД ЧӢ ГУНА АКСУЛАМАЛ БОЯД КАРД?

Оё шумо «муҳаббати аввалин»-и худро, ки гоҳо онро «муҳаббати сагбачаҳо» меноманд, дар ёд доред? Оё аввалин бӯса ё чӣ тавр доштани дасти якдигарро дар ёд доред? Ва чӣ тавр, ҳангоме ки «дӯстдоштаатон», «дӯст доштани шуморо бас кард», гӯё ҳаётатон қариб барбод мерафт? Аз баландии солҳои гузаштаи умр ин шояд содалавҳона метобад, аммо дар он вақт ҳамааш ҷиддӣ буд.

Аз чӣ сабаб бошад, ки бисёр волидон, аз афти кор, фаромӯш мекунанд, ки барои онҳо дар ҷавонӣ ин ҳиссиётҳо то чӣ андоза муҳим буданд. Албатта, ин ҳанӯз муҳаббати ҳақиқӣ набуд, аммо он вақт мо инро намедонистем, ҳамин тавр не? Он вақт ҳеҷ кас ҷуръат намекард гӯяд, ки ин ҳиссиётҳо «ҳақиқӣ» нестанд! Ин моро таҳқир мекард. Бо фарзандонамон низ ҳамин тавр аст.

Кӯдакон нашъунамо мекунанд, ба воя мерасанд ва мехоҳанд, ки мо онҳоро шахсиятҳои болиғ ҳисобем (новобаста ба синну сол), ки интихоби мустақилона карда метавонанд. Дар чунин давра ба фарзанд гуфтан бефоида аст, ки он ошиқӣ ва он дарди дил, ки ӯ ҳозир аз сар мегузаронад, —

«гуфтугӯи тифл» аст. Албатта, ягон вақт ин мегузарад ва ба дарду аламҳои гузашта бо табассум нигаристан мумкин мешавад, аммо ҳозир «ошиқон» инро шунидан ҳам намехоҳанд! Аз ҳамин сабаб ба «муҳаббати аввалин»-и онҳо чӣ гуна аксуламал намуданамон нишон медиҳад, ки ба онҳо ғамхорӣ ва фаҳмиш зоҳир менамоем, ё сангдил буда, ба ҳаёт бо чашмони онҳо нигаристан наметавонем.

Дар бораи ҳиссиётҳои фарзандатон огоҳ шуда, аҳамиятнокии онҳоро кам накунед, алалхусус ӯро масхара накунед. Беҳтараш ин имконияти идеалиро барои он истифода баред, ки боз бештар бо ӯ наздик шавед ва дар бораи бисёр чизҳо гуфтугӯ кунед. Ба таҷрибаи ошиқонаи фарзанди худ ҷиддӣ муносибат намоед, ин таҷрибаро ночиз ё барвақт наҳисобед. Дар асл, мувофиқи натиҷаҳои як тадқиқот, муҳаббати аввалин «аҳамиятноктарин ва қавитарин ҳиссиёте ки инсон дар ҳаёти худ аз сар мегузаронад» буда метавонад![1]

Вақтро дареғ надошта ба фарзанди худ фаҳмонед, ки шумо низ ҳамин чизҳоро аз сар гузарондаед, ва ин эҳсосот — нишонаи муҳими он аст, ки ӯ ба балоғат расида истодааст. Имконияти гуфтугӯ карданро дар бораи он ки муҳаббати ҳақиқӣ чист (ниг. *Боби 3*), истифода баред. Ҳангоми муошират ғайратмандӣ зоҳир намоед: «Гӯш кун, корҳо чӣ хел? Нақл намо!» ё: «Магар олидараҷа нест, ки *акнун* ту аллакай ба чунин эҳсосоти қавӣ тайёр ҳастӣ?» Дар ин марҳала фарзанди худро дастгирӣ намуда, ба ӯ ин чизро мефаҳмонед: он чи барои ӯ миҳим аст, барои шумо низ аҳамиятнок аст, ва шумо ҳамеша дар назди ӯ ҳастед. Ҳозир дастгирии шуморо ба даст оварда, ӯ дар оянда гаштаву баргашта ба он рӯ меоварад.

Тадқиқотчиён аз коллеҷи донишгоҳии Лондон майнаи сари ошиқони ҷавонро ҳангоми дар бораи «дӯстдоштаҳо»-и

худ фикр карданашон сканер карданд, ва «фаъолияти зиёдро дарҳол дар чор қитъаи майна ошкор намуданд. Ҳамин тавр идея дар бораи он тасдиқ шуд, ки ошиқӣ — эҳсосоти фарогир аст, ки ҳам ақл ва ҳам баданро қариб пурра фаро мегирад»[2].

Ташкилкунандагони Маъракаи миллӣ оид ба пешгирии ҳомилашавии нодаркори наврасон дар байни онҳо пурсиш гузаронданд ва ҷавобҳояшонро дар нашрияи «Talking Back» нашр намуданд. Яке аз наврасон илтиҷо менамуд: «Бо мо дар бораи шаҳват, муҳаббат, муносибатҳо софдилона гап занед. Агар мо аз шумо хурдсолтар бошем, ин ҳанӯз маънои онро надорад, ки мо дӯст доштан наметавонем... Барои мо ин ҳиссиётҳо ҳақиқӣ ва хеле қавӣ мебошанд. Ба мо ёрӣ диҳед, то онҳоро ба таври бехатар, ба худ ва ба дигарон зарар нарасонда, паси сар намоем»[3].

Агар шумо хоҳед, ки фарзандатон дастгирӣ, фаҳмиш ва муҳаббати шуморо ҳис кунад, ҳиссиёти ӯро ҷиддӣ қабул намоед.

Боби 22

Кадом қоидаҳо ё ҳудудҳоро дар масъалаи шаҳват барои фарзанди худ муқаррар кардан даркор аст?

Қоидаҳо муҳиманд. Ҳудудҳо даркоранд. Ва мо бояд онҳоро барои фарзандонамон муқаррар намоем. Аммо дар ёд нигоҳ доштан муҳим аст, ки «қоидаҳо бе муносибатҳои наздик боиси исён мегарданд». Ҳама гуна маҳдудиятҳо бояд дар муҳити муносибатҳои наздик ва муҳаббати тарафайн ҷорӣ карда шаванд. Шояд, ҳангоме ки шумо барои фарзанди худ муқаррар намудани ҳудудҳоро сар мекунед, бори дигар Бобҳои 3, 4 ва 5-уми ин китобро хонед.

Чунон ки мо аллакай навишта будем, ҳангоме ки Худо ба мо «не» мегӯяд ё ҳудудҳоро муқаррар менамояд, Ӯ ҳар дафъа ин корро аз боиси муҳаббат мекунад, зеро мехоҳад дар ҳаққи мо ғамхорӣ намояд ва моро ҳимоя кунад. Дар масъалаи шаҳват **барои** фарзандони худ ҳудудҳоро муқарар намуда, ҳатман ба онҳо фаҳмонед, ки ин корро аз боиси муҳаббат мекунед.

Ба ман (Ҷош) «тасвири аёнӣ бо зонтик» хеле маъқул аст: он принсипи ғамхорӣ ва ҳимоятро хуб мефаҳмонад. Ман

мегӯям, ки қоидаҳо монанди зонтик мебошанд. Ҳангоме ки дар берун борон сахт меборад, шумо онро бо худ мегиред, ва он дар ҳаққи шумо ғамхорӣ мекунад, шуморо ҳимоят мекунад, аммо танҳо то ҳамон вақте ки шумо дар зери он ҳастед. Дар зери он шумо зарар намебинед, яъне тар намешавед. Аммо ҳамин ки бо ихтиёри худ аз он дур шавед, ҳам аз ғамхорӣ, ҳам аз ҳимоят маҳрум мешавед ва аз натиҷаҳои он азоб мекашед. Шумо тар мешавед. Интихоби ниҳоӣ дар дасти шумост.

Муҳим аст, ки фарзандатон фаҳмад: ҳудудҳое ки шумо муқаррар намудаед — аз боиси муҳаббати шумост, зеро мехоҳед ӯро бо ғамхорӣ фаро гиред ва ҳимоя намоед. Акнун, ки асосҳоро таҳлил намудем, биёед дар бораи он гап мезанем, ки кадом маҳдудиятҳоро шумо бояд муқаррар намоед. Мо ҷорӣ намудани панҷ маҳдудиятро пешниҳод менамоем.

1. Вохӯриҳо

Ҳамаи мо боре бо як савол рӯ ба рӯ мешавем: кай ба фарзандони худ иҷозат диҳем, ки ба вохӯриҳо раванд? Бисёриҳо ҳамгоми хеле ҷавон будан — дар ёздаҳ-дувоздаҳсолагӣ ба вохӯриҳо рафтанро сар мекунанд. Аммо ҳатто агар «ҳама аллакай вохӯриҳо мекарда бошанд» (ҳол он ки на ҳама дар синни ёздаҳ — дувоздаҳсолагӣ чунин мекунанд), ин ҳанӯз асос барои он нест, ки ба фарзандони худ иҷозати ба вохӯриҳо рафтанро диҳед.

Вақти даркорӣ ҳамон вақт фаро мерасад, ки шумо, волидон, боварӣ пайдо менамоед, ки фарзандатон ба қадри кофӣ ба воя расидааст, то ки масъулиятшинос бошад. Ин маънои онро дорад, ки ӯ тайёр аст барои худ мувофиқи он чи мо дар бораи он дар Боби *3* навишта будем, меъёрҳои ахлоқии муайянро муқаррар намояд, яъне: риояи

покӣ, вафодорӣ ва зоҳир намудани муҳаббат дар ҳудуди шартҳои Худо. Ҷавонписарон ва духтарон бояд ин меъёрҳоро аниқ баён карда тавонанд ва онҳоро риоя намоянд. Агар онҳо ба ин тайёр набошанд, метавонанд ба фишор тоб наоваранд ва ба алоқаи ҷинсии пеш аз никоҳ розӣ шаванд. Дар ин маврид, албатта, онҳо набояд ба вохӯриҳо раванд.

Ғайр аз ин, синну соли фарзандатон ва дӯстдоштаи ӯро ба назар гирифтан даркор аст. Ташкилкунандагони Маъракаи миллӣ оид ба пешгирии ҳомилашавии нодаркори наврасон бо исрор (ва бамаврид) волидонро даъват менамоянд: «Ба вохӯриҳои духтаратон бо шахси аз худаш хеле калонсолтар бо қатъият муқобилат намоед, ҳамчунин ба писаратон иҷозат надиҳед, ки бо духтари аз худаш хеле хурдсолтар вохӯриҳо кунад»[1]. Ва дар давомаш:

> *Ба духтарон ҷавонписарони калонсолтар хеле ҷолибтар метобанд. Лекин, агар ҷавонписар аз духтар хеле калонсолтар бошад, ин хатареро зиёдтар мекунад, ки муносибатҳои онҳо аз назорат берун мешаванд. Кӯшиш кунед ҳудудҳоро муқаррар намоед: байни онҳо бояд на зиёда аз ду (максимум се) сол фарқ бошад, вагарна аз боиси фарқ дар қувваи ҷисмонӣ духтар метавонад ба вазъияти хатарнок афтад — то ба дараҷаи алоқаи ҷинсии маҷбурӣ[2].*

Гленн Стэнтон, директори шуъбаи тадқиқотҳои ташаккули оилаи масеҳии амрикоӣ дар ташкилоти «Focus on the Family», мефаҳмонад, ки «волидоне ки барои наврасон қоидаҳои фаҳмоӣро муқаррар менамоянд, аз натиҷаҳои фаъолияти шаҳвонии онҳо камтар азоб мекашанд. Чунин волидон қоидаҳои миёна муқаррар намуда, бо ҷидду ҷаҳд назорат мекунанд, ки фарзандонашон ба куҷо ва бо кӣ мераванд, ва низ бо исрор огоҳ менамоянд, ки “соати комендантӣ”-ро риоя кунанд»[3].

2. Расонаҳои хабарии дилхушкунанда

Чунон ки тадқиқотҳо нишон медиҳанд, «наврасоне ки барномаҳои телевизионии бепарда ва ошкороро тамошо мекунанд, ҳаёти шаҳвониро аксаран барвақт сар мекунанд; наврасоне ки дар назди телевизор вақти зиёдро сарф мекунанд, покдоманиро як чизи манфӣ меҳисобанд; ва ниҳоят, наврасоне ки барояшон барномаҳои бепарда ва ошкоро маъмулӣ шудааст, осонтар зери таъсири онҳо меафтанд». Дар партави он чи гуфта шуд, ба ёд меоварем, ки «кӯдакони ҳозира, ҳанӯз пеш аз он ки ба мактаб раванд, панҷ ҳазор соатро дар назди телевизор мегузаронанд»[4]. Дар айни замон, бояд гуфт, ки акнун фарзандон Интернетро аз телевизион афзалтар меҳисобанд[5].

Қоидаҳое ки шумо муқаррар менамоед, бояд миқдори вақт, мӯҳлатҳо ва дар куҷо телевизор тамошо кардан ё ба дигар расонаҳои хабарӣ муроҷиат намудани фарзандатонро маҳдуд намоянд.

3. Машруботи спиртӣ ва маводи нашъаовар

Мо ба фарзандонамон гаштаву баргашта мефаҳмондем, ки машруботи спиртӣ ё маводи нашъаоварро истеъмол намуда, шахс на танҳо ҳудудҳои ахлоқиро риоя карда наметавонад, балки ҳеҷ гуна масъулиятро ҳис карда наметавонад. Ҳангоми вохӯриҳо истеъмол намудани машруботи спиртӣ ё маводи нашъаовар бо муносибатҳои шаҳвонӣ робитаи зич дорад, хоҳ он шаҳвати даҳонӣ бошад, ё дигар намуди алоқаи ҷинсӣ. Якчанд сол пеш «Ҳисобот дар бораи мушоҳидаи рафтори хатарноки ҷавонон» ин чизро нишон дод:

- Аз миёни донишҷӯёне, ки аз ҷиҳати шаҳвонӣ фаъол ба ҳисоби миёна 25,6% (30,9% ҷинси мардона ва 20,7% — занона) маълумот доданд, ки ҳангоми

алоқаи ҷинсии охирин машруботи спиртӣ ё моводи нашъаовар истеъмол карда буданд.

- Аз миёни талабаҳое, ки аз ҷиҳати шаҳвонӣ фаъол 25,4% талабаҳои синфи 12-ум, 24,7% талабаҳои синфи 11-ум, 27,7% талабаҳои синфи 10-ум ва 24% талабаҳои синфи 9-ум маълумот доданд, ки ҳангоми алоқаи ҷинсии охирин машруботи спиртӣ ё моводи нашъаовар истеъмол карда буданд.
- Аз миёни донишҷӯёне, ки аз ҷиҳати шаҳвонӣ фаъол 17,8% донишҷӯёни сиёҳпӯст, 24,1% донишҷӯёни аслашон аз Амрикои Лотинӣ ва 27,8% донишҷӯёни сафедпӯст маълумот доданд, ки ҳангоми алоқаи ҷинсии охирин машруботи спиртӣ ё моводи нашъаовар истеъмол карда буданд. [6]

4. Вақтро дар хона гузарондан ҳангоми дар хона набудани калонсолон

Тадқиқотҳо нишон медиҳанд, ки наврасон одатан дар хона пас аз мактаб ва пеш аз он ки волидон аз кор баргарданд, бо алоқаи ҷинсӣ машғул мешаванд. Қоидаеро ҷорӣ намоед: ҳангоми дар хона набудани калонсолон ҳеҷ гуна «дӯстон»-и ҷинси муқобил ба меҳмонӣ намеоянд. Фарзандатон метавонад эътироз намояд: «Ба ростӣ? Модар, падар, магар шумо ба ман боварӣ надоред?» Дар чунин маврид шумо бояд фаҳмонед, ки ин корро танҳо аз боиси муҳаббат, ғамхорӣ ва хоҳиши ҳимоя намудани онҳо мекунед. Сомонаи education.com маълумотҳои зеринро меоварад:

- 75,1% ҷавонписарон ва 59,4% духтароне ки ҳафтае панҷ соат ё камтар дар хона танҳо гузошта шуда буданд, маълумот доданд, ки алоқаи ҷинсӣ кардаанд; дар байни наврасоне ки дар як ҳафта сӣ соат ё зиёда аз он

бе назорат мондаанд, ин сатҳ баландтар аст — 87,6% ҷавонписарон ва 72,5% духтарон.

- 5,7% ҷавонписарон ва 15,3% духтароне ки ҳафтае панҷ соат ё камтар дар хона танҳо гузошта шуда буданд, маълумот доданд, ки ба бемориҳои ба воситаи узвҳои ҷинсӣ гузаранда сироят ёфтаанд; дар байни наврасоне ки дар як ҳафта сӣ соат ва зиёда аз он бе назорат мемонанд, ин сатҳ баландтар аст — 13,6% ҷавонписарон ва 19,5% духтарон.
- 43% ҷавонписарон ва 27,9% духтарон маълумот доданд, ки бори охир дар хонаи худ алоқаи ҷинсӣ кардаанд [7].

Дар ин ҷо як маслиҳати хеле амалиро аз «Harvest USA» меоварем:

Дар ҷои дигар шабро гузарондани фарзанд ба имконияти тамошои порнография ё таҷрибаҳои шаҳвонӣ табдил ёфта метавонад. Ба назар гиред, ки дигар оилаҳо (ҳатто имондорон) метавонанд хатарро дар робита бо технологияҳои ҳозиразамон на ба андозаи шумо ҷиддӣ ҳис кунанд. Боварӣ ҳосил намоед, ки агар фарзандонатон хатари ба вазъияти нохуш афтоданро ҳис кунанд, нақшаи аниқи амалҳоро риоя мекунанд (ба хона занг задан, то ки онҳоро ба хона баранд).

5. Компютер, телефони мобилӣ, смартфон, Интернет

Дар замони мо зиёда аз 50%-и одамон на ба воситаи компютер, балки ба воситаи таҷҳизоти кисагӣ (смартфонҳо, iPad, Kindles ва ғайра) ба Шабака мебароянд. Ҳозир бисёр волидон исрор менамоянд, ки компютери хонагӣ дар ҷои кушод гузошта шавад (на дар ҳуҷраи хоб) ва ҳамаи таҷҳизоти ба Интернет пайвастшаванда ҳангоми хоби шабонаи фарзандонатон дар ҳуҷраи волидон бошанд.

«Harvest USA» — ташкилоти масеҳӣ буда, калисоҳо ва оилаҳоро дастгирӣ менамоянд, то ба кӯдакон ёд диҳанд, ки ба фишори шаҳвонии ҷамъият чӣ гуна бояд муқобилат намуд. Кормандони ин ташкилот ба волидон тавсия медиҳанд:

> *Бигузор фарзандони шумо донанд, ки шумо аз боиси муҳаббат онҳоро назорат менамоед, то ки хатарҳои вобаста бо технологияҳои ҳозиразамон онҳоро аз роҳи Худо берун накунанд. Ба онҳо пешниҳод намоед, ки эҳтиёткории шуморо ҳамчун ҳимоят аз фишори ҳамсолон истифода баранд. Он гоҳ дар ҳар лаҳза онҳо чунин гуфта метавонанд: «Ман ин корро карда наметавонам, чунки волидонам ҳатман аз ин бохабар мешаванд». Ин ҳимояти иловагиро, ки наврасони масеҳӣ ба он эҳтиёҷи зиёд доранд, таъмин менамояд* [8].

Дар замонҳои Ғарби Ваҳшӣ дар баъзе муассисаҳо талаб мекарданд, ки «ҳангоми даромадан аслиҳаро супоранд». Идея аз он иборат буд, ки бехатарии мизоҷони ин муассиса таъмин карда шавад. Ба сари як модари ҷавон фикри хубе омад: фарзандони худро айнан ҳамин тавр ҳимоя кунад, ва ӯ қоидаи зеринро ҷорӣ намуд. Ҳангоме ки ба назди фарзандони ӯ дӯстонашон ба меҳмонӣ меомаданд, ӯ мегуфт: «ҳангоми даромадан смартфонҳои худро супоред». Ӯ медонист, ки кӯдакон бо истифодаи корти хотира метавонанд дар смартфонҳои худ тасвирҳои порнографиро нигоҳ дошта, якҷоя онҳоро тамошо кунанд, бе он ки ба Интернет рӯ оваранд. Ҳамин тариқ, барои пешгирии чунин ҳолатҳо дар хонаи худ, ӯ дар назди дари даромад смартфонҳои наврасонро мегирифт ва баъд ҳангоми рафтани онҳо бармегардонд... айнан ҳамон тавре ки дар Ғарби Ваҳшӣ мекарданд.

Дар масъалаи истифодаи Интернет «Harvest USA» даъват менамояд:

Интернет-филтри сифатнок харед! Дар хона дастрас будани Интернет бе ягон хел таҷҳизоти пок кардани он оқилона нест. Шояд, меарзад, ки ҳамаи аъзоёни оила, ки Интернетро истифода мебаранд, — падар, модар, ҳар як фарзанд иштирокчиёни «барномаи ҳисоботдиҳандагӣ» шаванд, масалан, чун «Covenant Eyes», ки ба ҳамаи иштирокчиён дар бораи истифодаи нохуби Интернет паёмакҳои электронӣ мефиристад. Дар масъалаи ба Шабака баромаданҳо худ ба фарзандон намунаи ҳисоботдиҳандагиро нишон додан даркор аст. Шумо низ метавонед яке аз онҳое шавед, ки фарзандатон ба ӯ ҳисобот медиҳад[9].

Аҳамият диҳед, ки филтр-барномаҳо барои таҷҳизоти мобилӣ низ дастрасанд.

Дар Боби *19* мо якчанд «барномаҳои ҳисоботдиҳандагӣ»-ро номбар карда будем, аммо мехоҳем онҳоро боз як бор зикр намоем:

X3 Watch — пулакӣ / ройгон	www.x3watch.com/
Total Net Guard — пулакӣ	http://afo.net/
Bsecure — пулакӣ	www.bsecure.com/
Net Nanny — пулакӣ	www.netnanny.com/
Covenant Eyes — пулакӣ	http://covenanteyes.com/
K9 Web Protection — ройгон	www1.k9webprotection.com/
Safe Eyes — ройгон	www.internetsafety.com/
Cyber Sitter — пулакӣ	www.cybersitter.com/
Pure Sight — пулакӣ	www.puresight.com/

Ғайр аз ин,

мунтазам таърихи браузер, хотираи телефони мобилӣ, сабтҳои чатҳо, роликҳои аз YouTube боргиришударо тафтиш кунед; ҳамчунин саҳифаҳои MySpace [ва Facebook] ва рӯйхати дӯстони фарзандатонро аз назар гузаронед, шарикони онҳоро оид ба онлайн-бозиҳои глобалӣ донед. Аз иҷозат додани истифодаи MySpace барин сомонаҳо эҳтиёт бошед, зеро онҳо ба наврасон имконият медиҳанд, ки ҳаёти пинҳониро таҷриба кунанд, ба онҳо ҳисси бардурӯғи наздикӣ ё ҳисси мансубиятро ба кадом як ҷамъияти виртуалӣ талқин менамоянд — то ба ҳадди даст кашидан аз ҷаҳони воқеӣ[10].

Бисёр ҳудудҳои дигар ҳастанд, ки шумо бояд дар оилаи худ муқаррар намоед. Боз як қоидаи хеле муҳим ба зӯроварии ҷинсӣ робота дорад, хоҳ ҷисмонӣ, хоҳ бо суханон. Дар мақолаи «Ба кӯдакон омӯзондани қоидаҳои шаҳвонияти солим», ки дар портали «Health and Fitness» нашр шудааст, фаҳмонда мешавад:

Яке аз вазифаҳои муҳими волидон — кӯдаконро дар рӯҳияи эҳтиром ба фазои шахсӣ ва узвҳои ҷинсии каси дигар тарбия намудан аст. Ба кӯдак қоидаи «ҳеҷ гуна даст расонданҳо»-ро ёд додан мумкин аст: «Илтимос, ба узвҳои ҷинсии дигарон даст нарасон», «Дастонатро ба ҳар ҷой назан», «Агар касе ба узвҳои ҷинсии ту даст расонад, илтимос, ба ман дар ин бора бигӯй»[11].

Инак ҳудудҳое ки дар оила муқаррар намудан даркор аст. Ба фарзанди худ иҷозат диҳед, то ба ҳар касе (ҳатто ба хешовандон) ки ба узвҳои ҷинсии шумо даст расондан мехоҳад, бо қатъият «не» гӯяд. Доимо ба ӯ гӯед: дар чунин маврид «не» гуфтан — хуб ва муқаррарӣ аст, ва баъд дарҳол дар ин бора ба шумо нақл карданаш муҳим аст.

Ҳудудҳои барои фарзандатон муқарраршуда чун он зонтик мебошанд, ки дар бораи он мо аллакай гуфта будем.

Ҳар яки онҳо ба фоидаи ӯ хизмат мекунад, ва боз як зоҳиршавии муҳаббати шумо ба ӯ ва хоҳиши ҳимоя намудани ӯ, ғамхорӣ дар ҳаққи манфиатҳои ӯ мебошад. Пеш аз ҳама, бигузор фарзандатон аниқ донад, ки шумо танҳо дар асоси муҳаббат ба ӯ амал менамоед, ҳатто агар худи қоидаҳо ба ӯ тамоман маъқул набошанд, ва сари калобаи муҳокимаронҳои шумо барои ӯ чигил шуда бошанд. Муҳим он аст, ки ӯ фаҳмад, ки шумо ӯро дӯст медоред.

Боби 23

ОЁ ЧУНИН ФИКР КАРДАН ДУРУСТ АСТ, КИ НАВРАСОН ТО ОИЛАДОРШАВӢ «ТОҚАТ МЕКУНАНД»?

Боре дар шоҳроҳи Лос-Анҷелес, иёлати Калифорния бо мошин ҳаракат карда, ман (Ҷош) назди роҳ лавҳаи калони рекламавиро дидам, ки он ҷо чунин навишта шуда буд: «Агар бесаброна хоҳиши алоқаи ҷинсӣ кардан дошта бошӣ, презервативро бипӯш». Инро дида, ман фикр кардам: «Чӣ тавр — “бесаброна хоҳиши алоқаи ҷинсӣ кардан доштан”? Магар алоқаи ҷинсӣ — ҷузъи ҳатмии фаъолияти ҳаётӣ аст? Магар бе он зиндагӣ кардан ғайриимкон аст, чун, масалан, бе об?»

Якчанд сол пеш дар Иёлатҳои Муттаҳидаи Амрико ва дар тамоми ҷаҳон зане машҳур буд, ки худро Доктор Рут меномид ва ҳамчун «эксперт оид ба шаҳват» баромад менамуд. Ӯ қадпаст, миёнсол буда, гоҳо ба ҳазли дағалона рӯ меовард, ва ӯро бисёр вақт даъват менамуданд, ки дар назди донишҷӯён баромад кунад.

Дар вақти баромади ӯ дар донишгоҳи Синсиннатӣ яке аз донишҷӯён пурсид: «Доктор Рут, агар ман дигар тоқат кардан натавонам чӣ?» «Ҷавонмард, — ҷавоб дод Доктор

Рут, — фикр кардан мумкин нест, ки гӯё шумо сабр карда метавонед. Барангзандагии шаҳвонии шумо беҳад қавӣ аст, аз ин рӯ шумо сабр карда наметавонед». Аудитория кафкӯбиҳои пурғулғула кард.

Дар партави чунин нуқтаи назар биёед саволҳои зеринро аз назар мегузаронем: «Агар маъшуқаам алоқаи ҷинсиро нахоҳад, аммо ман хоҳам чӣ?» Оё интизори он будан мумкин аст, ки ҷавонмард сабр мекунад? Магар Доктор Рут нагуфт, ки майли ҷинсии ӯ хеле қавӣ аст? Пас, агар, чунон ки мегӯянд, тоқати шахс тоқ шуда бошад, аз эҳтимол дур аст, ки ӯ тоқат мекунад, ҳамин тавр не? Пас, аз таҷовузкор низ чизи дигарро интизор шудан мумкин нест?

Бояд доктор Рут ва як насли томи ҷавонон дарк намоянд, ки мо, одамон, ба сурат ва шабоҳати Худо офарида шудаем, бар хилофи ҳайвонот, ки бо таҳрики ғаризаҳо ва хоҳишҳои идоранашаванда амал менамоянд. Алоқаи ҷинсӣ кардан ё накардан — интихоби озоди шахс аст. Ман боварӣ дорам, ки Доктор Рут ва бисёр дигар «экспертҳо оид ба шаҳват» розӣ мешаванд, ки мард метавонад худдорӣ намояд ва сабр кунад, агар зан тайёр набошад, ки бо ӯ алоқаи ҷинсӣ кунад. Ба алоқаи ҷинсӣ маҷбур кардани занро қонун манъ менамояд.

Пас, оё барангезандагии шаҳвонии мард беҳад қавӣ аст ё не? Ба фарзандонамон талқин менамоянд, ки агар духтар алоқаи ҷинсӣ кардан хоҳад... барангезандагии шаҳвонии ҷавонмард хеле қавӣ аст. Аммо агар духтар нахоҳад чӣ? Пас аз ин ҳад зиёд нест? Оё аз ягон чизи ҳайрон намешавед? Нуқтаи назари аҷиб, номунтазам ва бемантиқ. Агар ин нуқтаи назарро қабул намоем, оё интизор шудан мумкин аст, ки ҳамон ҷавонмардоне ки «то тӯй сабр кардан наметавонам» мегӯянд, дар оиладорӣ вафодориро нигоҳ медоранд? Агар марди зандор зани дигарро вохӯрад, ки тайёр

аст бо ӯ алоқаи ҷинсӣ кунад, оё аз ӯ интизор будан мумкин аст, ки ба занаш вафодор мемонад?

Мо бояд фарзандонамонро бовар кунонем, ки покӣ имконпазир аст ва онро ҳам Худо, ҳам ахлоқи ҷомеа талаб мекунанд. На бо узвҳои дигари бадан, балки бо сар фикр кардан даркор аст. Алоқаи ҷинсӣ кардан ё накардан — интихоби озоди инсон аст, ки натиҷаҳо дорад, ва онҳо ҳам мусбат, ҳам манфӣ буда метавонанд.

Лакита Гарт, ки дар гузашта Мисс Калифорния дар байни сиёҳпӯстон буд, дар яке аз мусоҳибаҳо дар ин бора чунин гуфт:

Якчанд сол пеш ман дар сабти ролики рекламавии нӯшобаи Fanta иштирок доштам.
Ногоҳ ҳангоми танаффус духтари ношиносе ба ман муроҷиат намуда, пурсид: «Дар омади гап, Лакита, ҳаёти шаҳвонии ту чӣ гуна аст?» Рӯйрост ва беназокат гап задани ӯ маро ҳайрон кард. «Маро бубахш, — ҷавоб додам ман, — аммо ман ҳанӯз ҳаёти шаҳвонӣ надорам». Духтар боз пурсид: «Пас бигӯй, охирин таҷрибаи шаҳвонии ту чӣ гуна буд», ва ман боз гуфтам: «Ман ҳеҷ гуна охирин таҷриба надоштам». Ман гумон кардам, ки аз ҳайрат ҷоғи ӯ ба фарш меафтад. «Бовар карда наметавонам! — давом медод духтар. — Дар атрофи ту ин қадар ҷавонмардон ҳастанд, аммо ту сабр мекунӣ! Оё ту ақаллан тасаввурот дорӣ, ки дар зиндагӣ чӣ қадар чизҳои дилпазирро аз даст медиҳӣ?» — «Медонӣ, шояд ҳақ ба ҷониби ту бошад, — ҷавоб додам ман. — Ман дар зиндагӣ бисёр чизҳоро аз даст додаам. Масалан, ларзаи изтиробро, ҳангоме саҳарӣ бедор шуда, хавотир мешавӣ, ки тести ҳомила шудан чиро нишон медода бошад. Ё он ҳиссиётеро, ҳангоме ки ҷавонмарди дӯстдоштаат туро барои исқоти ҳамл ба беморхона мебарад, чунки то охири умр бо ту ва фарзанди ту мондан намехоҳад. Ман фаҳмидан наметавонам, ки духтари ҳамҳуҷраам чиро ҳис мекунад, ҳангоме ки ҳар сол дар ҳамон як рӯз бо

ашкҳои пушаймонӣ кӯдаки таваллуднашудаашро ба ёд меоварад. Ман имкониятеро аз даст додаам, ки бедор шуда, дар боло шифти ҳосписро барои беморони СПИД бинам, чунон ки бо дӯсти ман Род буд. Род худро марди ҳақиқӣ ҳисобида, хеле фахр мекард! Ӯ ба дурӯғе бовар кард, ки гӯё ҳама дар атроф фақат бо "ҳамин" машғул мешаванд. Пеш аз марг ӯ аз ман хоҳиш кард, ки аз роҳи худ берун набароям. Бинобар ин, ба фикрам, ту комилан ҳақ ҳастӣ! Ман дар зиндагӣ бисёр чизҳоро аз даст додаам»[1].

Ҳар як қарор натиҷаҳои худро дорад. Ва агар фарзандони шумо қарор диҳанд, ки то тӯй алоқаи ҷинсӣ намекунанд, ва баъд дар оиладорӣ вафодор мемонанд, онҳо, хушбахтона, бисёр дарду алам ва азобҳои рӯҳиро «аз даст медиҳанд». Аз ҳамин сабаб интизори он будан, ки ҷавонон интихоби дурусти ахлоқӣ мекунанд, он қадар бехирадона нест. Мо фақат бояд ба фарзандони худ талқин намоем, ки покии ҷинсӣ ва вафодорӣ — мувофиқи фармудаҳои Худо зиндагӣ кардан аст, ки Ӯ мехоҳад дар ҳаққи мо ғамхорӣ намояд ва моро ҳимоя кунад.

Боби 24

БА ФАРЗАНДИ ХУД ТАРЗИ МУНОСИБАТРО БО НАМОЯНДАГОНИ ҶИНСИ МУҚОБИЛ ЧӢ ГУНА БОЯД ЁД ДОД?

Оё дар муошират бо ҷинси муқобил ҳудудҳоро риоя накардани ҷавонон шуморо ҳайрон намекунад? Ҳангоми ба маркази савдои наздиктарин рафтан оё ба он диққат додаед, ки наврасони имрӯзаи дувоздаҳ-, сездаҳ- ё чордаҳсола чӣ гуна рафтор мекунанд? Гӯё ҳеҷ кас ба онҳо меъёрҳои ахлоқиро ёд надодааст, ё тарзи муносибат намудани ҷавонписарро бо духтар нафаҳмондааст. Пас чӣ гуна кӯдакони худро бояд тарбия намоем, то ки онҳо ба кӯдакони ҷинси муқобил бо эҳтиром муносибат намоянд? Чунки, агар аз хурдӣ инро ба онҳо ёд диҳем, дар оянда ин ба онҳо ёрӣ мерасонад, ки покии ҷинсиро нигоҳ доранд.

Воситаи таъсирбахштарин ва боварибахштарин — дар мисоли оиладории худ нишон додани намунаи муҳаббат ва эҳтиром аст. Муносибатҳо ва амалҳои моро мушоҳида намуда, фарзандон эҳтиром кардан ё накардани намояндагони ҷинси муқобилро ёд мегиранд.

Ҳар қадар ин аҷиб тобад ҳам, яке аз беҳтарин воситаҳои ба духтари хурдсоли худ ёд додани муносибати эҳтиромо-

на ба писаракон он аст, ки падар бояд духтарчаашро ба вохӯрӣ даъват намояд. Дар айни замон барои духтарак фаҳмидани он осонтар мешавад, ки умуман аз вохӯриҳо чиҳоро интизор шудан мумкин аст. Ин ба духтарони мо таъсири хеле мусбат расонд. Келлӣ, духтари калонии мо нақл мекунад:

Ҳангоме ки ман хеле ҷавон будам, падарам маро ба хоҳаронамро ба вохӯриҳо даъват менамуд ва мегуфт: «Агар ҷавонписар бо ту чун ман рафтор накунад, ӯро тарк намо». Ӯ дар назди мо дарро мекушод, хеле боилтифот буд, бо мо эҳтиромона гап мезад — хулоса, ба таври аёнӣ нишон медод, ки чӣ тавр мард бояд бо зан рафтор намояд. Акнун ман пурратар баҳо додан метавонам, ки ин барои ман то чи андоза аҳамиятнок буд. Вохӯриҳо барои ман имконияти бештар шинохтани ҷавонмард буданд, на муддати вақте ки дар он касе ба ман фишор меоварад. Вохӯриҳое ки падарам маро ба онҳо даъват менамуд, воситаи оқилонаи ғамхории ӯ дар хусуси он буданд, ки дар оянда ман ҳеҷ гоҳ гумон накунам, ки гӯё бояд ба ягон коре ки ба ман маъқул нест, розӣ шавам. Ин кори гӯё беаҳамият ба ман ёрӣ дод, ки ба фишор муқобилат намоям ва ҳудудҳои шахсиро ҳимоя кунам.

Доктор Корӣ Аллан, мушовир оид ба масъалаҳои никоҳ ва оила, тавсия медиҳад: «Агар шумо духтар дошта бошед, ба вохӯриҳо даъват намудани ӯро сар кунед. Ба ӯ намуна нишон диҳед, ки мард бояд чӣ гуна рафтор намояд: дар назди ӯ дарро кушоед, бо ӯ гап занед ва суханони ӯро гӯш кунед, либоси хуб пӯшед. Ин ба духтар ёрӣ мерасонад, ки ба вохӯриҳои оянда талаботи ҷиддитар муқаррар намояд. Худи ҳамин чиз барои писарон низ дуруст аст. Модарон низ метавонанд онҳоро ба вохӯриҳо даъват кунанд, то ба онҳо нишон диҳанд, ки хонумаҳо чӣ гуна рафтор мекунанд»[1].

Агар шумо падар бошед, вақт ёбед, то ки гоҳо духтари худро ва вохӯрӣ даъват намоед. Ҳамроҳ барои хӯрдани хӯроки дӯстдоштааш равед, дар машғулияти дӯстдоштааш шарик шавед. Агар шумо модар бошед, бо писари худ ба ягон ҷой равед. Ба ӯ нишон диҳед, ки ҳамаи занҳо чӣ гуна муносибатро мехоҳанд. Беҳтарин воситаи ба фарзанд ёд додани тарзи муносибат ба одамони ҷинси муқобил, — ба онҳо намунаи аёнӣ нишон додан аст.

Боби 25

БА ФИРИСТОДАНИ СМС-ПАЁМАКҲОИ ФОСИҚОНА ЧӢ ГУНА МУНОСИБАТ БОЯД НАМУД ВА БО ИН ЧӢ БОЯД КАРД?

Дар замони мо истифодабарандагони телефонҳои мобилӣ бисёр вақт ба якдигар суратҳо ё видеороликҳои шаҳвонӣ мефиристанд.

Инак воқеияте ки оилаҳои ҳозира ба он рӯ ба рӯ мешаванд:

- 75% наврасони синнашон аз 12-сола то 17-сола телефони мобилӣ доранд, 88%-и онҳо ба якдигар СМС-паёмакҳо мефиристанд. Ба ҳисоби миёна дар як моҳ наврас 3146 паёмакҳо мефиристад, ва кӯдакон дар синни аз нӯҳҳсола до дувоздаҳсола ҳар моҳ 1146 паёмак мефиристанд[1]. Чунин ҳисоббарории оморӣ калонсолонро хеле ҳайрон карда метавонад, лекин дар он ҳеҷ чизи ҳайратовар нест: кӯдакон дар ҳар ҷое ки бошанд — дар мактаб, дар хона, дар маркази савдо аз телефонҳои мобилӣ ҷудо намешаванд. Дар айни ҳол наврасон технологияҳои пешрафтаро барои мубодилаи СМС-паёмакҳои бепарда ва ошкоро истифода ме-

баранд. Шояд, пештар шумо дар ин бора намедонистед, аммо:

- 20% наврасон суратҳои худро ё видеороликҳоро бо иштироки худ, ки дар он онҳо луч ё нимлуч мебошанд, фиристодаанд ё дастраси омма гардондаанд.
- 39% наврасон паёмакҳо шаҳвонӣ фиристодаанд ё дастраси омма гардондаанд.

Аз касоне ки паёмакҳо ё тасвирҳои шаҳвонӣ фиристода буданд:

- 71% духтарони наврас ва 67% писарони наврас мегӯянд, ки чунин маводро «ба дӯстдошташон» фиристода буданд.
- 21% духтарони наврас ва 39% писарони наврас мегӯянд, ки чунин маводро ба касе фиристодаанд, ки бо ӯ вохӯриҳо кардан мехостанд.
- 66% духтарони наврас ва 60% писарони наврас мегӯянд, ки инро барои «дилхушӣ» ё «ишқварзӣ» кардаанд.
- 40% духтарони наврас мегӯянд, ки онҳо паёмакҳои матнӣ ё тасвирҳои шаҳвониро «ҳамчун шӯхӣ» фиристода буданд [2].

Лекин дар амал он чи барои наврасон шӯхӣ ё нозу карашмаи муқаррарӣ метобад, ҷиноят ҳисобида мешавад. Дар якчанд соли охир бисёр наврасон аз сабаби ба телефон фиристодани тасвирҳои шаҳвонӣ ба ҷавобгарии ҷиноятӣ кашида шуда буданд. Аз рӯи қонун ин амал тайёр кардан ва ба муомилот баровардани порнографияи кӯдакона ҳисобида мешавад. Наврасон гумон мекунанд, ки фиристодани суратҳои маҳрамона кори шахсӣ аст, ки ҳеҷ кас ҳеҷ гоҳ аз

он бохабар намешавад, лекин дӯстони онҳо тасвирҳои гирифтаашонро ба осонӣ ба шахсҳои сеюм нишон медиҳанд.

Чӣ бояд кард?

Мутахассис оид ба кор бо ҷавонон Эл Менконӣ ба мо панҷ идеяи амалиро пешниҳод мекунад:

- Ба таври ҷиддӣ фикр кунед, ки оё ба фарзанди шумо чунин функсияҳои телефонҳои мобилӣ даркоранд.
- Маҳдудиятҳои муайян муқаррар намоед. Ҳангоми хӯрокхӯрӣ, ҳангоми дарсҳо дар мактаб, дар сайру гаштҳои оилавӣ ҳеҷ гуна мубодилаи паёмакҳо мумкин нест. Ҳа! Ва, албатта, шабона телефонҳои мобилиро хомӯш кунед!
- Агар диққати худро ба ягон кор равона кардан даркор бошад, ҳеҷ гуна мубодилаи паёмакҳо мумкин нест. Пеш аз ҳама ба ин ҷо идора кардани мошин дохил мешавад. Қариб нисфи ронандагони пурсидашуда иқрор мешаванд, ки ҳангоми рондани мошин бо мубодилаи паёмакҳо машғул шудаанд. Дар якчанд иёлатҳо мубодилаи паёмакҳо ҳангоми идора кардани мошин ғайриқонунӣ эълон карда шудааст.
- Бо фарзанд дар бораи натиҷаҳои суиистифодаҳо гап занед. Фиреб, паёмакҳои бешармона, мубодилаи паёмакҳои бадахлоқона ва ғайра, — ҳамаи ин бояд манъ карда шавад. Оё ҷиддӣ будани хатокориро таъкид кардан мехоҳед? Ба муддати як ҳафта телефони мобилиро аз фарзандатон гиред.
- Агар шумо тахмин мекарда бошед, ки фарзандатон бо касе паёмакҳои бешармонаро мубодила мекунад, ҳамеша таърихи мукотибаи ӯро дидан мумкин аст. Ҳа, ин монанди поидан аст, аммо вазифаи асосии волидон

> аз он иборат аст, ки фарзандашон технологияҳои ҳозиразамонро масъулиятшиносона ва бе зарар барои худ истифода барад [3].

Худо одамонро мавҷудоти шаҳвонӣ офарид, аммо шаҳвоният ҳам бо воситаҳои солим, ҳам бо воситаҳои носолим ифода ёфта метавонад. Педагог оид ба маърифатнокии шаҳвонӣ Логан Левкофф мегӯяд: «Кӯдакон воситаҳои ифода намудани шаҳвонияти худро меҷӯянд, хусусан ҳангоме ки ба вохӯриҳо рафтан ва бо "ин кор" машғул шуданашон манъ карда мешавад. Технологияҳои ҳозиразамон ба онҳо имконият медиҳанд, ки дар ҷаҳони табиӣ амале накарда шаҳвонияти худро... ифода намоянд»[4].

Ба ҷои он ки ба фарзандони худ қоидаҳои муайянро бор кунем, мо мавзӯи мукотибаи маҳрамонаро истифода бурдан метавонем, то ки онҳоро ба гуфтугӯ дар бораи ин падида ҷалб намоем. Имконияти хуби бо фарзанди худ дар бораи нақшаи Худо оид ба шаҳвоният гуфтугӯ карданро аз даст надиҳед. Беш аз ҳама онҳо бо ду сабаб ба якдигар СМС-паёмакҳои бепарда ва ошкоро мефиристанд: аввалан, барои ифода намудани шаҳвонияти худ, ва сониян, барои аз ҳамсолон ақиб намондан. Дар ин синни наврасӣ онҳо хоҳони қабулшуда будан ҳастанд — чун ҳамаи мо. Ба фарзанди худ дар бораи шаҳват гап зада, шумо дар асл ба ӯ ёрӣ мерасонед, ки ба эҳсосоти нави худ, ба таҷрибаҳои нави ҳаётии худ сарфаҳм равад. Дар раванди муошират бо шумо ӯ бо воситаҳои солим зоҳир намудани ҳиссиётҳои худро ёд мегирад, на он тавре ки бисёр вақт ин дар мактаб, дар барномаҳои телевизионӣ ё дар Интернет карда мешавад.

Боби 26

БА ФАРЗАНДИ ХУД ДАР МУҚОБИЛАТ БА ФИШОРИ ШАҲВОНӢ ЧӢ ТАВР ЁРӢ БОЯД ДОД?

Кӯдакони ҳозира зери фишори бузурги ташвиқи алоқаи ҷинсии пеш аз никоҳ мебошанд. Онҳо бояд дарк намоянд, ки Худо наздикии маҳрамонаро офарид ва барои шаҳват ҳудудҳои муайян муқаррар намуд, ва шумо бояд дар ин бора бо фарзандони худ дар муҳити муносибатҳои наздик ва боваринок гап занед. Дар ин бора мо дар панҷ боби китобамон муфассал гап зада будем. Лекин тайёр кардани фарзандони худ ба фишор (масалан, дар шакли масхараҳо), ки онҳо шояд дучор мешаванд, на камтар аз ин муҳим аст.

Фишори иҷтимоӣ (хусусан аз ҷониби ҳамсолон) ба ҳаёти наврасон таъсири хеле зиёд мерасонад. Ба суханони нешдор ва шӯр андохтанҳо тайёр набуда, фарзандон намедонанд, ки чӣ тавр ба онҳо муқобилат намоянд. Пеш аз ҳама, ба фарзанди худ ёрӣ диҳед, ки ин чизҳоро аз худ кунанд:

- На ҳама дар атроф «бо ин амал» машғул мешаванд, агарчи шояд чунин таассурот ҳосил шавад.
- Даст кашидан аз алоқаи ҷинсӣ наврасро ба «нозукбадан» ё «фислуқ» табдил намедиҳад. Баръакс, худдорӣ

нишон медиҳад, ки ӯ ҳамаи далелҳои «тарафдор» ва «зид»-ро бо ҷиддият аз назар гузаронда, қарор дод: алоқаи ҷинсии пеш аз оиладоршавӣ манфиатҳои ӯро ҳимоят намекунад ва интихоби дуруст намебошад.

- Алоқаи ҷинсӣ наврасро ба шахси калонсол табдил намедиҳад.
- Алоқаи ҷинсӣ ба ҳеҷ ваҷҳ муҳаббати касро исбот намекунад.
- Алоқаи ҷинсӣ ҳеҷ гоҳ муносибатҳои вайроншударо наҷот надода буд ва хатари ҷудошавиро рафъ накарда буд.
- Худбаҳодиҳии солим ба наврас ёрӣ мерасонад, ки ба тамасхурҳо ва шӯр андохтанҳои ҳамсолон муқобилат намояд. Наврасе ки ҳисси арзишнокии дуруст дорад дар муҳити фишори иҷтимоӣ сар хам намекунад, бар хилофи касе ки таҳсин ва қабул шуданро меҷӯяд.
- «Шаблонҳо»-и ҷавобҳои тайёр вуҷуд доранд, ки истифода бурдан мумкин аст, ҳангоме ки ҷавонписар ё духтарро ба рафторе маҷбур менамоянд, ки ба манфиатҳои онҳо мувофиқ нест.

Дар зер ҷавобҳое оварда шудаанд, ки барои фарзандатон фоиданоктарин буда метавонанд. Онҳоро тадриҷан баҳо додан аз ҳама беҳтар аст, ҳар дафъ як-дутогӣ. Ин суханон ҳақиқатан вазъиятро наҷот додан метавонанд.

Шӯр андохтанҳо ва ҷавобҳои дуруст ба онҳо[1]

Суханони таънаомез	Ҷавоб
«Биё мон ҳамин корҳоятро, ҳама дар атроф кайҳо бо ин кор машғул мешаванд!»	«Ман ба ин парво надорам — ман ҳама нестам. Ва умуман, ҳама дар атроф дар ин бора гапи бисёр мезананд, аммо на ҳама бо ин кор машғул мешаванд».

Суханони таънаомез	Ҷавоб
«Агар ту маро дӯст медоштӣ, бо ман мехобидӣ».	«Агар ту маро дӯст медоштӣ, маро ба кори намехостаам маҷбур намекардӣ».
«Агар ту маро дӯст медоштӣ...»	«Пас аз чунин суханон кас мехоҳад на алоқаи ҷинсӣ кунад, балки равад»[2].
«Агар ту маро дӯст медоштӣ, розӣ мешудӣ, ки...»	«А агар ту маро дӯст медоштӣ, бо исрор хости худро пеш намебурдӣ!»
«Агар ту не гӯӣ — пас, ту маро дӯст намедорӣ!»	«Ту бо ин суханон ба ман нишон додӣ, ки маро дӯст намедорӣ».
«Агар ту бо ман хоб наравӣ, ман туро тарк мекунам».	«Агар дӯстдоштаи ту будан маънои онро дошта бошад, ки бо ту алоқаи ҷинсӣ кунам, пас ман дӯстдоштаи ту будан намехоҳам».
«Магар ман ба ту маъқул нестам?»	«Маъқул ҳастӣ. Аммо, ғайр аз ин, ман туро ҳурмат мекунам. Ту ҷавони дилписанд / духтари зебо ҳастӣ, ва ман мехоҳам туро боз беҳтар шиносам».
«Алоқаи ҷинсӣ барои ба ҳам наздик шуданамон ёрӣ мерасонад».	«Ин тавр нест, зеро ман хавотир мешавам, ки нохост ҳомила нашавам».
«Чаро ту бо ман алоқаи ҷинсӣ кардан намехоҳӣ?»	«Намехоҳам — гап ҳамин». (Ҳеҷ гуна фаҳмонданҳои минбаъда.)
«Ҳама ин корро мекунанд».	«Пас ягон каси дигарро ёфтан душвор намешавад».
«Охир, мо пештар бо ин машғул шуда будем-ку. Чаро ту акнун маро рад мекунӣ?»	«Ман ҳақ дорам ақидаи худро дигар кунам. Ин бадани ман, ҳаёти ман аст, ва акнун ман қарор додам, ки то оиладоршавӣ сабр кунам».

Суханони таънаомез	Ҷавоб
«Биё мон ҳамин гапҳоятро. Охир ман дида истодаам, ки ту мехоҳӣ!»	«Не. Не. Не. Кадом ҳарф ба ту нофаҳмост? “Н”? ё “Е”?»
«Волидони ту то саҳар дар хона нестанд? Шояд ба хонаи шумоён равем?»	(Гуфтаи волидонро баҳона оваред) «Чӣ тавр — ба хонаи моён? Ту чиҳо мегӯӣ? Волидонам иҷозат намедиҳанд, ки дар набуданашон ягон касро ба хона оварам!»
«Оё мехоҳӣ мард бошӣ?»	«Ман бе ин ҳам мард ҳастам!»
«Иҷозат деҳ туро мард гардонам».	«Алоқаи ҷинсӣ ба ин чӣ дахл дорад?»
«Ҳамаи дугонаҳоят фақат бо ҳамин кор машғул мешаванд».	«Пас, бирав, бо онҳо дилхушӣ кун».
«Ҳеҷ кас духтари бетаҷрибаро ба занӣ гирифтан намехоҳад».	«Ба фикрам, ман истисно мешавам».
«Кошкӣ медонистӣ, ки чӣ чизҳоро аз даст медиҳӣ!»	«Ман ба ту худи ҳаминро гуфтан метавонам».
«Аммо ман дигар худдорӣ кардан наметавонам!»	«Пас, баъди оиладор шудан ҳам худдорӣ кардан наметавонӣ».
«Охир, ман туро хеле дӯст медорам!»	«Он қадар дӯст медорӣ, ки то оиладоршавӣ сабр карда метавонӣ?»
«Ҳамааш ягон вақт рӯй медиҳад».	«Алоқаи ҷинсӣ кори тасодуфӣ нест. Интихоб ҳамеша ҳаст, ҳаминро дониста мон».

Суханони таънаомез	Ҷавоб
«Ин хеле дилписанд аст!»	«Чунон дилписанд, ки ба хотири ин то оиладоршавӣ сабр кардан меарзад».
«Аммо ману ту ин қадар ба ҳам наздик ҳастем… Магар инро ба ҳисоб намегирӣ?»	«Наздикӣ — ҳанӯз оиладорӣ нест. Оиладорӣ — ана ин наздикии ҳақиқӣ аст».

Боби 27

ЧӢ ГУНА ҶАВОНПИСАР Ё ДУХТАРИ АЗ ҶИҲАТИ ШАҲВОНӢ ФАЪОЛ ТАРЗИ ЗИНДАГИИ ХУДРО ДИГАР КАРДА МЕТАВОНАНД?

Бисёр вақт чунин мешавад, ки ҷавонписар ё духтар ҳаёти шаҳвониро сар карда, аллакай айбдорӣ, шармсорӣ ё ҳатто беқадриро ҳис мекунанд. Лекин шумо имконият ва ҳуқуқ доред барои бахшида шудани онҳо ёрӣ расонед, ва пеш аз ҳама дар назари Худо.

Ҳангоме ки касе ҷинояти ҷинсӣ мекунад, ӯ пеш аз ҳама зидди Худо гуноҳ мекунад. Подшоҳ Довуд бо тарсу ларз ба Худо муроҷиат карда мегуфт: «Ба Ту ва танҳо ба Ту гуноҳ кардаам, ва пеши назари Ту бадӣ кардаам...» (Заб. 50:6). Чаро Довуд чунин гуфт ва гуноҳи ӯ дар чӣ буд?

Аз рӯи марҳамати Худ Худо ба мо дар Китоби Муқаддас намунаҳои одамони худотарсро додааст, ки гоҳо амалҳои *даҳшатовар* мекарданд. Довуд марди барои Худо дилписанд буд, аммо боре ӯ бо Батшобаъ ном зани шавҳардор зино кард, ва ҳангоме фаҳмид, ки ӯ ҳомила аст, чунин кард, ки шавҳари ӯ дар муҳориба кушта шавад. Довуд зидди Батшобаъ ва шавҳари ӯ гуноҳ кард, лекин дар ниҳояти кор ӯ зидди Худо гуноҳ кард. Чаро?

Худо моро барои худ офарид, ки мо дар дӯстӣ бо Ӯ зиндагӣ кунем, фармудаҳои неки Ӯро ба ҷо оварем ва ба Ӯ боварӣ ва Итоат карда, аз муошират бо Ӯ ҳаловат барем. Аз ҳамин сабаб, ҳангоме ки фармудаҳои Ӯро вайрон мекунем, мо дар дилҳои худ зидди Ӯ гуноҳ мекунем.

Аз рӯи марҳамати Худ Худо ба мо имкон додааст, ки ҳангоме гуноҳ мекунем. айбдорӣ ва шармсорӣ эҳсос намоем, зеро он моро водор менамояд, ки бахшидашавиро биҷӯем, ки Ӯ онро бо хурсандӣ медиҳад. Дар Навишта гуфта шудааст: «Агар мо гуноҳҳои худро эътироф кунем, Ӯ бовафо ва росткор аст, ки гуноҳҳои моро бахшад ва моро аз ҳар ноинсофӣ пок намояд» (1 Юҳ. 1:9).

Ҳақиқат аз он иборат аст, ки ҳамаи мо барои гуноҳҳоямон сазовори ҷазо ҳастем, аммо дар Навишта гуфта шудааст, ки Худо «Барои ҳамеша сарзаниш намекунад, ва хашмашро то абад нигоҳ намедорад. Бо мо мувофиқи гуноҳҳоямон амал намекунад, ва моро мувофиқи хатоҳоямон сазо надодааст. Зеро ба андозае ки осмон аз замин баландтар аст, ба ҳамон андоза меҳри Худо бар тарсгоронаш бузург аст. Ба андозае ки шарқ аз ғарб дур аст, ба ҳамон андоза хатоҳои моро аз мо дур кардааст...» (Заб. 102:9–12). Чаро Довуд «ба андозае ки шарқ аз ғарб дур аст» навишт, на ин ки «ба андозае ки шимол аз ҷануб дур аст»? Нависандаи таронаҳои Забур ифодаи ибриро истифода бурд, ки беохириро ифода мекунад. Масофаро аз шимол то ҷануб чен кардан мумкин аст, чунки сайёраи мо қутбҳои шимолӣ ва ҷанубӣ дорад, аммо масофаи байни шарқ ва ғарбро чен кардан ғайриимкон аст. Агар шумо ба шарқ равона шавед, тамоми умр ба самти шарқ ҳаракат карда метавонед. Агар ба ғарб — метавонед тамоми умр ба сӯи ғарб ҳаракат кунед. Чӣ тимсоли олидараҷаи бахшидани Худо! Ҳатман инро ба фарзанди худ, ки хоҳони бахшида шудан аст,

расонед. Бигузор ӯ донад, ки Худо ҳамеша тайёр аст ва мехоҳад ӯро бахшад.

Мавзӯи марҳамати Парвардигорро кушода, ба фарзанди худ ёрӣ диҳед, ки ҳафт қадами зерин гузорад, то бахшидашавиро, ки ба ҳар як инсон дастрас аст, ба даст оварад.

1. Бадкории худро гуноҳ номед. Қадами якум ба сӯи бахшида шудан — амали худро бо номи ҳақиқияш зикр кардан аст: гуноҳ. Фарзанди шумо бояд фаҳмад, ки ҳар коре ки зидди хости Худо карда мешавад — гуноҳ аст. Бадкориро ҳамчун гуноҳ эътироф намудан — ибтидои эътирофи гуноҳ аст.

2. Гуноҳи худро эътироф намоед. Дар Китоби Муқаддас гуфта шудааст: «Агар мо гуноҳҳои худро эътироф кунем, Ӯ бовафо ва росткор аст, ки гуноҳҳои моро бахшад ва моро аз ҳар ноинсофӣ пок намояд» (1 Юҳ. 1:9). «Эътироф кардани гуноҳҳо» чӣ маъно дорад? Ин маънои онро дорад, ки мо бо Худо аз ду ҷиҳат розӣ мешавем: аввалан, мо дар назди Ӯ иқрор мешавем, ки гуноҳ кардаем, ва сониян, эътироф менамоем, ки Ӯ моро мебахшад.

3. Бахшидани Худоро қабул намоед. Оё дидаед, ки чӣ тавр шахс гуноҳи худро эътироф менамояд, самимона тавба мекунад, аммо баъд дар рӯҳафтодагӣ зиндагӣ мекунад, зеро шубҳа дорад, ки Худо ҳақиқатан бадкории ӯро бахшидааст? Эътирофи гуноҳ ва қабул кардани бахшидани Худо — ду қадами барои фарзандони мо муҳим мебошанд. Агар онҳо бовар накунанд, ки Худо онҳоро бахшидааст, чӣ гуна метавонанд худро бахшанд?

Барои бисёр ҷавонписарон ва духтарони аз ҷиҳати шаҳвонӣ фаъол ин қадами мушкил аст. Агарчи Худо ваъда додааст, ки ҳамаи гуноҳҳоямонро мебахшад (ниг.: 1 Юҳ. 1:9), ҷавононе ки то никоҳ алоқаи ҷинсӣ мекарданд, бо душворӣ ба ин ваъдаи Ӯ боварӣ мекунанд. Ҷавонписарон ва духта-

рон худро одамони дуюмдараҷа, одамони нобарор ҳис мекунанд, ки сазовори муҳаббати Худо нестанд.

Ба фарзанди худ барои дарк намудани он ёрӣ диҳед, ки ҳеҷ кадоми мо бо ҳеҷ гуна амалҳо ё ҳиссиёт ҳеҷ гоҳ сазовори марҳамати Худо намешавад. Новобаста ба вазнинии гуноҳамон ё ҳиссиётҳое ки ба гуноҳ дорем, мо бахшида мешавем. Асос барои бахшида шудан фақат якто аст — қурбонии Масеҳ. Худо пешакӣ медонист, ки мо гуноҳ мекунем, аз ҳамин сабаб ба Писараш, Исои Масеҳ, имкон дод, ки бадани одамӣ дар бар кунад ва ба салиб бараояд. Дар салиб Исо нидо кард: «Иҷро шуд!», ва баъд эҳё шуд, ва мо бахшидашавии гуноҳҳоро ба даст овардем. Бахшидани Масеҳро қабул намуда, фарзандони мо бо ҳамин эътироф менамоянд, ки файзи Худо, ки дар марг ва эҳёи Масеҳ зоҳир карда шуд, — барои гуноҳи шаҳвонии онҳо музди кифоякунанда аст.

4. Худро бахшед. Гоҳо одамон дар гуноҳе иқрор мешаванд ва эътироф менамоянд, ки Худо онҳоро бахшидааст, аммо худашон худро бахшидан наметавонанд. Худи ҳамин чиз ба фарзандони мо дахл дорад. Гуноҳи шаҳвонӣ карда, онҳо метавонанд бо ҳисси айбдорӣ зиндагӣ кунанд, ки аз Худо барнамеояд, балки худ аз худ пайдо мешавад.

Муҳити муҳаббат ва бахшиданро фароҳам оварда, мо бояд бештар ба фарзандонамон дар бораи бахшидани Масеҳ ёдрас намоем.

Ба фарзанди худ дар фаҳмидани он ёрӣ диҳед, ки ӯ ҳисси айбдории ӯ нодуруст аст ва барои бартараф намудани худмаҳкумкунӣ дили шукргузор ёрӣ мерасонад. Ба фарзанди худ ҷалол додани Худо ва барои муҳаббат ва бахшиданаш ба Ӯ шукргузорӣ баён намуданро ёд диҳед. Дили шукргузор файзи Худоро, ки ҳисси худмаҳкумкуниро аз байн мебарад, қабул карда метавонад.

5. Самари тавба оваред. Кам касе дар бораи ин қадам мегӯяд, агарчи он яке аз муҳимтарин қадамҳо мебошад, ҳангоме ки шахс ба бахшидани Худо ва барқарор намудани муносибатҳо бо ягон кас эҳтиёҷ дорад, хусусан дар соҳаи шаҳвонӣ. Дар Китоби Муқаддас гуфта шудааст: «Акнун самаре оваред, ки сазовори тавба бошад...» (Мат. 3:8). Мо бояд фарзандони худро на танҳо ба қабули бешарти бахшидашавӣ барои гуноҳҳои ҷинсӣ, балки барои ҳар рӯз қабул намудани қарорҳои дуруст ҳавасманд намоем, то ки дигар ба роҳи пештара барнагарданд. Тавба — қарор дар бораи он аст, ки кас на танҳо аз гуноҳ рӯ мегардонад, балки барои мустаҳкам намудани муносибатҳо бо Худо ва бо наздикон қадамҳо мегузорад.

6. Касеро пайдо намоед, ки ба ӯ ҳисобот дода метавониста бошед. Ҳар яки мо бояд чунин шахс бошад, ки моро дар Масеҳ дӯст медорад ва мо ба ӯ боварӣ мекунем, ва ӯ бадахлоқии ҷинсӣ ё нопокиро дар ҳаёти мо дида метавонад ва имконият дорад моро ба ҷавобгарӣ даъват намояд. Чунин шахс бояд ҳамҷинси мо бошад дар Масеҳ муошират дошта бошад.

Ба фарзанди худ фаҳмонед, ки бояд шахсеро ёбад, ки ӯ дар назди вай ҷавоб диҳад. Агар ин шахс шумо набошед, аз фарзанди худ хоҳиш кунед, ки шахси дигареро интихоб намояд, ки дар имон қавӣ буда, аз ӯ ҷавоб талаб намуда метавонад.

7. Аз шахсе ки зидди ӯ гуноҳ кардаед, бахшиш пурсед. Ҳар боре ки мо берун аз никоҳ бо ягон кас алоқаи ҷинсӣ мекунем, мо ҳамчунин зидди ин шахс гуноҳ мекунем. Ба фарзанди худ фаҳмонед, ки ӯ бояд назди ин шахс рафта, аз ӯ барои он чи рӯй дод, бахшиш пурсад. Ин метавонад муносибатҳои онҳоро шифо диҳад, онҳоро ба сатҳи баландтар ва поктар гузаронад, ки онҳо бояд дар он бошанд.

Худо фақат аз он сабаб, ки моро дӯст медорад, мову фарзандонамонро барои гуноҳҳоямон доварӣ мекунад. Агар фарзандони мо гуноҳ кунанд, мо ҳамчун волидон имконият пайдо мекунем, ки барои гузоштани қадамҳои даркорӣ ба онҳо ёрӣ расонем, то ки бахшида шаванд.

Боби 28

Бисёрии фарзандон бовар намекунанд, ки шаҳвати даҳонӣ низ алоқаи ҷинсӣ аст. Ин иштибоҳро чӣ гуна бояд аз байн бурд?

Дар масъалаи секси даҳонӣ бисёр нофаҳмиҳо вуҷуд доранд. Оё онро алоқаи ҷинсии ҳақиқӣ ҳисобидан мумкин аст? Чаро наврасон бо он машғул мешаванд? Оё дар айни ҳол покдоманӣ нигоҳ дошта мешавад? Дар ин бора дар Китоби Муқаддас чӣ гуфта шудааст? Оё ҳангоми секси даҳонӣ ба бемориҳое ки бо роҳи ҷинсӣ мегузаранд, сироят ёфтан мумкин аст? Волидон бояд чӣ кунанд? Биёед ба ин саволҳо ҷавоб медиҳем.

Шаҳвати даҳонӣ чист?

Мувофиқи маънидоди луғатнома, алоқаи ҷинсӣ — «падида ё амал бо таҳрики майли шаҳвонӣ» аст. Новобаста ба он ки дар он кадом узвҳо иштирок мекунанд, алоқаи ҷинсӣ алоқаи ҷинсӣ аст. Оё шаҳват даҳонӣ боиси барангезиши шаҳвонӣ, нууз ва қаноатмандии шаҳвонӣ мегардад? Ҷавоб — ҳа. Организм ба шаҳвати даҳонӣ ҳамон гуна аксуламал мекунад, ки он ба алоқаи ҷинсӣ аксуламал мекунад. Бадан ва майна барангехта мешаванд, узвҳои ҷинсӣ аксу-

ламал мекунанд, организм гормонҳоро ҷудо мекунад, ки, чун «суперклей», робитаи байни шариконро мустаҳкам мекунанд, ва сели дофамин онҳоро водор менамояд, ки чизи бештарро хоҳон бошанд, такрори амалро металабад. Бадан боварӣ дорад, ки шумо алоқаи ҷинсӣ карда истодаед. Майна боварӣ дорад, ки шумо алоқаи ҷинсӣ карда истодаед. Дил боварӣ дорад, ки шумо алоқаи ҷинсӣ карда истодаед. Шаҳвати даҳонӣ — ҳамчунин алоқаи ҷинсӣ аст.

Чор навъи зерини алоқаи ҷисмонӣ шаҳват ҳисобида мешаванд, чунки онҳо дар бадани мо ҳам аксуламали ҷисмонӣ, ҳам кимиёвиро ба вуҷуд меоваранд:

1. Шаҳвати даҳонӣ (даҳон — узви ҷинсӣ).
2. Истимно (дастон — узви ҷинсӣ).
3. Алоқа бо узвҳои ҷинсӣ (узви ҷинсӣ — узви ҷинсӣ).
4. Ворид намудан.

Дар ҳамаи чор вазъият байни шарикон робита пайдо мешавад, дар ҳар чор мавврид шумо ба хатари сироят ёфтан бо беморие ки бо роҳи ҷинсӣ мегузарад, дучор мешавед. Шахсе ки дар ягонтои ин амалҳо иштирок мекунад, аз ҷиҳати ҷинсӣ фаъол ҳисобида мешавад.

Фарзандони мо дар бораи шаҳвати даҳонӣ чӣ фикр мекунанд?

- Аз панҷ чор нафари талабаҳо шаҳвати даҳониро алоқаи ҷинсӣ намеҳисобанд[1].
- 80% наврасон дар замони мо чунин намеҳисобанд, ки шаҳвати даҳонӣ алоқаи ҷинсӣ аст[2].
- Нисфи ҳамаи наврасон дар синни аз 15 то 17-сола бовар намекунанд, ки шаҳвати даҳонӣ — алоқаи ҷинсӣ ба маънои пурраи ин сухан аст[3].
- Кӯдакон чунин меҳисобанд, ки шаҳвати даҳонӣ воситаи бехатари ба даст овардани ҳамон лаззатест, ки

ҳангоми алоқаи ҷинсии муқаррарӣ ба даст меоянд, бе он ки азоби виҷдонро ҳис кунанд, обрӯяшонро аз даст диҳанд ё зидди арзишҳо ва ақидаҳои худ бароянд[4].
- 40% наврасон чунин меҳисобанд, ки шаҳвати даҳонӣ «хатари камтар дорад», ва 20% умуман намедонанд, ки бемориҳои ҷинсӣ ҳамчунин ҳангоми секси даҳонӣ мегузаранд[5].

Сари чанд вақт фарзандон бо шаҳвати даҳонӣ машғул мешаванд?

- Қариб 36% наврасон дар синни аз 15 то 17-сола иқрор мешаванд, ки бо шаҳвати даҳонӣ машғул шудаанд. Дар байни ҷавонон дар синни аз 15 то 24-сола ин фоиз боз ҳам зиёдтар аст[6].
- Қариб 75% наврасон дар синни аз 15 то 17-сола, ки таҷрибаи алоқаи ҷинсиро доранд, ҳамчунин бо шаҳвати даҳонӣ машғул шудаанд; 30% наврасон дар синни аз 15 то 17-сола, ки таҷрибаи алоқаи ҷинсиро надоранд, бо секси даҳонӣ машғул шудаанд [7].
- Қариб 25% талабаҳои синфи 10-уми яке аз округҳои мактабии Англияи Нав маълумот доданд, ки дар давоми соли гузашта якчанд шарикони шаҳвати даҳониро иваз кардаанд. Духтарон дар бораи се-чор чунин шарик хабар доданд[8].

Чаро наврасон бо секси даҳонӣ машғул мешаванд?

- Талабаҳоро фишори иҷтимоӣ ба шаҳвати даҳонӣ водор мекунад. Зиёда аз 92% наврасон чунин меҳисобанд, ки дар синфҳои болоӣ ҳифз намудани покдоманӣ — дуруст ва хуб аст[9], лекин дар айни ҳол бисёр наврасон боварӣ доранд, ки «покдоманиро аз даст надода», бо шаҳвати даҳонӣ машғул шудан метавонанд.

Аз чор як ҳиссаи навраси аз ҷиҳати шаҳвонӣ фаъол иқрор мешавад, ки барои аз алоқаи ҷинсӣ барканор будан шаҳвати даҳониро воситаи қобили қабул меҳисобад[10].

- Шаҳвати даҳонӣ дар байни наврасон он қадар паҳн шудааст, ки барои бисёрии онҳо як чизи маъмулӣ, беаҳамият гардидааст. Бешубҳа, дар ин ҷо фишор аз ҷониби ҳамсолон таъсири зиёд мерасонад. Ташаббускорони шаҳвати даҳонӣ аксаран ҷавонписарон мебошанд, аммо духтарон низ торафт бо майли бештар дар он иштирок мекунанд. Дар айни ҳол духтарони худбаҳодиҳияшон паст бисёр вақт фақат аз он сабаб ин корро мекунанд, ки аз ҷавонписар маҳрум нашаванд ё аз шариконашон ақиб намонанд.

Оё ҳангоми секси даҳонӣ бемории ҷинсӣ гузашта метавонад?

- Исбот шудааст, ки байни секси даҳонӣ ва гонорея, сифилис, герпес, вируси папиллома робита вуҷуд дорад[11].
- Агар дар давоми ҳаёт шахс бо панҷ ё зиёда шарикон шаҳвати даҳонӣ карда бошад, имконияти гирифтор шудани ӯ ба саратони гулӯ 250% меафзояд[12]. Агар шарикони шаҳвати даҳонӣ зиёда аз шаш кас бошанд, хатар то 450% меафзояд[13].
- Агар шахс ҳангоми секси даҳонӣ бо вируси папилломаи одам сироят ёбад, имконияти гирифтор шудани ӯ ба саратони гулӯ 3200% зиёд мешавад[14].

Шумо ҳамчун волидон чӣ кор карда метавонед?

Пеш аз ҳама, ба фарзанди худ возеҳу равшан фаҳмонед, ки алоқаи ҷинсӣ чист. Ӯро дар бораи хатарҳои секси даҳонӣ барои саломатӣ, ва низ дар бораи натиҷаҳои давомнок ба-

рои обрӯ ва худбаҳодиҳӣ огоҳ намоед. Фарҳанги ҷавононро фаҳмидан ва донистани он ҷаҳоне ки фарзандатон ҳар рӯз дар он мебошад, хеле муҳим аст. Васваса ва фишори ҳамсолон дар замони мо хеле баланд ҳастанд, лекин иштирок дар шаҳвати даҳонӣ натиҷаҳои давомнок дорад. Ҳангоме мо қарор медиҳем, ки дар шаҳвати даҳонӣ ҳамчун алтернативаи алоқаи ҷинсӣ иштирок кунем, мо бояд фаҳмем, ки хотираҳо дар ин бора дар ёди мо барои ҳамеша мемонанд ва мо ба ин халал расондан наметавонем.

Нақшаи Худо на дар он аст, ки мо аз ҷиҳати ҷинсӣ фаъол буда, аз ҷиҳати «техникӣ» покдоманиро нигоҳ дорем. Боз як бор ба фарзандони худ мақсади аз ҷониби Худо офарида шудани шаҳват ва ҷои онро дар ҳаёти онҳо фаҳмонед — чунон ки дар фасли якуми китобамон навишта шудааст. Дар Нома ба Эфесусиён Павлус навиштааст: «...фосиқӣ ва ҳар гуна нопокӣ ё тамаъкорӣ набояд дар байни шумо ҳатто зикр ёбад, чунон ки ба муқаддасон муносиб аст» (Эфс. 5:3). Худо ба мо иҷозат надодааст, ки берун аз никоҳ фаъолияти шаҳвонӣ дошта бошем. Ӯ фарқеро байни навъҳои он намебинад. Ҳангоме Худо моро даъват менамояд, ки аз ҳар нопокии шаҳвонӣ канораҷӯӣ кунем, ягона водоркунандаи Ӯ — ҳимоя намудани мо ва ба мо додани имкониятест, ки аз шаҳват дар оиладорӣ ҳаловати бештарин ба даст оварем.

Боби 29

ЧӢ ГУНА ХУДБАҲОДИҲИИ СОЛИМ ФАРЗАНДАТОНРО АЗ АЛОҚАИ ҶИНСИИ ПЕШ АЗ ОИЛАДОРШАВӢ ҲИФЗ МЕКУНАД?

Дар зер гуфтаҳои ду наврас оварда мешаванд:

Ман барои баланд бардоштани худбаҳодиҳӣ алоқаи ҷинсии пеш аз никоҳ мекардам. Ҳар як алоқаи ҷинсӣ далели он буд, ки ман мард шудаам, ва ғайр аз ин, ба ман имконият медод, ки дар ҳуҷраи ивази либос дар бораи «ғалабаҳо»-и худ лофзанӣ кунам.

Ман ҳусни таваҷҷуҳи ҷинси муқобилро барои он ба даст меовардам, ки худро бештар ҳамчун мард ҳис кунам. Ҳар яке аз чунин нишонаҳои ҳусни таваҷҷуҳ худбаҳодиҳии маро баландтар мекард.

Агарчи ҳар дуи ин изҳорот ба ҷавонписарон тааллуқ доранд, духтароне ки худбаҳодиҳии паст доранд, ҳамин гуна ҳикоятҳоро нақл мекунанд. Онҳо ба ҷавонписарон имкон медиҳанд, ки онҳоро ба ҳаёти шаҳвонӣ ҷалб намоянд, то ки худбаҳодиҳияшонро баланд бардоранд ва дар байни ҳамсолон эътибор пайдо кунанд, то ба худ исбот намоянд, ки аҳамиятнок ҳастанд ва қолиби диққат буда, ба ҷинси муқобил маъқул шуда метавонанд.

Дар айни ҳол бисёриҳо маҳз барои тасдиқи худбаҳодиҳии паст аз ҷиҳати шаҳвонӣ фаъол мешаванд. Одамон бисёр вақт мувофиқи он ки худро чӣ гуна меҳисобанд, амал менамоянд. Мо гӯё ба ҳаёт ба воситаи линзаҳо ё окулярҳо менигарем ва вобаста ба он чи мебинем, қарорҳо қабул менамоем, ки чӣ фикр кунем ва чӣ кор кунем. Масалан, агар духтари наврас худбаҳодиҳии паст дошта бошад, дар мавриди фишор ӯ метавонад ба худ ба воситаи линзаҳо ё окулярҳои таҳрифкунандаи воқеият нигарад ва чунин фикр кунад: «Ман ба ҳар ҳол арзише надорам, пас чӣ фарқ дорад? Рафтори бад — барои одамони бад аст, ҳамааш дуруст». Ба зудӣ чунин фикрҳо ба ҳамин гуна амалҳо табдил меёбанд.

Мо дар шароити фарҳанге зиндагӣ мекунем, ки духтаронро водор менамояд худро танҳо дар муқоиса бо зебосанамҳои муқоваҳои маҷаллаҳо баҳо диҳанд. Талаботҳои беҳад баланд ба намуди зоҳирӣ на танҳо ба духтарон, балки ба навҷавонон бор карда мешавад. Роб Ҷексон, мутахассис оид ба кор бо ҷавонон аз ташкилоти «Focus on the Family», ёдрас менамояд, ки мо, ҳамчун волидон...

> *...қудрат дорем дар асоси он арзише ки Худо Падар барои ҳаёти абадии фарзандонамон пардохт намудааст: дар асоси хуни рехтаи Исои Масеҳ бечуну чаро арзишнок будани онҳоро эълон намоем. На амалҳои фарзандамон, на таҳсини атрофиён акнун набояд меъёри арзишҳои ҳаётии ӯ бошанд. Ягона меъёр — қаҳрамонии Исои Масеҳ аст, ки ба хотири ин фарзанди мо ба амал оварда шудааст, ва таҳсини Падари осмонӣ, ки онро ҳар кас ҳангоми ба дил қабул намудани Масеҳ ба даст меоварад. Ба фарзандони худ ана ҳамин чизҳоро бояд ёд диҳед, ва на танҳо дар сатҳи ақл, балки ҳамчунин дар сатҳи эҳсосот[1].*

Фарзандони мо на аз боиси дастовардҳои назаррас ё истеъдодҳо махсус мебошанд, балки аз боиси он ки Худо онҳоро ҳамчун киҳо офаридааст ва барои онҳо чӣ кор карда-

аст. Ҳангоме волидон чунон намунаи худбаҳодиҳиро нишон медиҳанд, ки дар суханони Худо асос ёфтааст, ин ба баланд шудани худбаҳодиҳии фарзанд таъсири зиёд мерасонад.

Ташкилкунандагони Маъракаи миллӣ оид ба пешгирии ҳомилашавии нодаркори наврасон чунин меҳисобанд, ки «волидон ва дигар аъзоёни оила, нововаста ба он ки инро мехоҳанд ё не, дар ҳар ҳолат ба ташаккули худбаҳодиҳии фарзандони худ ва дигар аъзоёни оила таъсир мерасонанд — интихоб фақат дар он аст, ки ин хуб ё бад анҷом дода шавад»[2]. Мувофиқи тадқиқотҳо, агар фарзандон дар оила арзишнокии худро ҳис кунанд, «ин фаро расидани рӯҳафтодагии ҷиддиро дар синни17-солагӣ кам мекунад»[3]. Ҳисси арзишнокии худ дар синни нӯҳсолагӣ «дар оянда ба худбаҳодиҳӣ таъсири мусбат мерасонад ва хатарҳои зеринро кам мекунад: рӯҳафтодагӣ (хусусан дар мардон), вобастагӣ ба маводи нашъаовар, фикрҳо дар бораи худкушӣ, проблемаҳои муносибатҳои байнишахсиятӣ, дар худ маҳдуд ва рӯҳафтодаву хавотиршаванда будан, ва низ рафтори агрессивӣ ва майл ба ҳуқуқвайронкуниҳо»[4].

Фарзандони худро эҳтиром намоед ва қадр кунед. Бигузор онҳо донанд, ки Худо низ онҳоро қадр мекунад. Ҳақиқатҳои дар зер овардашударо ба онҳо ҳар чи бештар такрор намоед. Шумо чунин гуфтан метавонед: «Ту — махсус ҳастӣ, ту хеле арзишнок ҳастӣ, зеро Худо мегӯяд, ки…

- Ӯ туро дӯст медорад (ниг.: Юҳ. 3:16),
- ту фарзанди Ӯ ҳастӣ (ниг.: Юҳ. 1:12),
- ту интихобшуда ҳастӣ (ниг.: Эфс. 1:4),
- гуноҳҳои ту бахшида шудаанд (ниг.: Эфс. 1:7),
- ту офаридаи Ӯ ҳастӣ (ниг.: Эфс. 2:10),
- ту дӯсти Ӯ ҳастӣ (ниг.: Юҳ. 15:15),
- Ӯ туро ҳифз менамояд (ниг.: 1 Юҳ. 5:18)».

Дар шароити фарҳанги ҳозираи дунявӣ, ҳангоме ки ҳақиқат «даркнашаванда» ҳисобида мешавад, ҳангоме ки ақл кайҳо имонро барканор кардааст, ва илмҳои табиатшиносӣ ягона сарчашмаи фаҳмидани воқеият шудаанд, ба фарзандонамон беш аз ҳар вақти дигар дилпурӣ ба воқеияти ягона ва доимӣ даркор аст — ба он ки Худо, Офаридгор, онҳоро дӯст медорад ва бе ҳеҷ гуна шарт қабул мекунад. Кӯдакон бисёр вақт майл ба он доранд, ки худро вобаста ба нуқтаи назари ҳамсолон, вобаста ба дастовардҳо дар мактаб, таҷрибаи аз сар гузаронидаашон, лаёқатҳо ва истеъдодҳояшон баҳо диҳанд. Аммо таъсири бештаринро ба ҳаёти фарзанди худ ба ҳар ҳол худи шумо мерасонед. Ҳар чи бештар ба ӯ фаҳмонед, ки шумо дар бораи манфиатҳои ӯ бисёр фикр мекунед, доимо ба ӯ ёдрас намоед, ки Худо низ ӯро дӯст медорад ва дар ҳаққи ӯ ғамхорӣ мекунад.

Муносибатҳои наздик бо фарзандон — яке аз воситаҳои муҳимтарини ба онҳо ёрӣ расондан барои дар оянда ба фишори шаҳвонӣ тоб оварда тавонистан аст. Ҳангоме ки дар муносибатҳои оилавӣ меҳру муҳаббати ҳақиқӣ ҳаст, фарзанд имконияти хеле бештар дорад, ки худбаҳодиҳии солим пайдо намояд ва фаҳмад, ки ҳудудҳои муқарраркардаи шумо танҳо барои он даркоранд, ки дар ҳаққи ӯ ғамхорӣ намоед ва ӯро ҳимоя кунед. Фарзанди худро дар муҳити муҳаббат ва ғамхорӣ насиҳат намуда, шумо ба ӯ дар инкишоф додани худбаҳодиҳии солим ёрӣ мерасонед ва барои муқобилат ба таъсири харобиовари фарҳанги ҳозираи дунявӣ қувваи иловагӣ медиҳед.

Боби 30

Шаш воситаи волидони хирадманд шудан, ки бо фарзанди худ дар бораи шаҳват гап мезананд

Дар ҷаҳони имрӯза фарзандонро чунон тарбия намудан, ки онҳо ба фишори шаҳвонӣ муқобилат намуда тавонанд, хеле душвор аст. Дар ин китоб мо ба шумо якчанд маслиҳатҳо ва стратегияҳоро пешкаш намудем, ки чӣ тавр ин корро бояд кунед, ва умедворем, ки онҳо бароятон судманд мешаванд. Чунон ки дар қисми якуми китоб аллакай гуфта шуда буд, дар ин ҷо омили асосӣ муносибатҳои наздик мебошанд. Чӣ гуна бо фарзандони худ муошират карданатон низ муҳим аст, агар аз он зиёдтар набошад, чунон ки худи имконияти муошират. Ва дар марҳалаи хотимавии роҳи якҷояамон мо мехоҳем ба шумо пешниҳод намоем, ки шаш воситаи волидони хирадмандтар ва боэътибортар шуданро аз худ намоед, то ки фарзандони худро ба ҳаловат бурдан аз ҳаёти шаҳвонӣ мувофиқи нақшаи Худо тайёр намоед.

Ҳамчун волидон, мо ба шумо гуфтан метавонем, ки ин шаш восита барои оилаи мо таъсирбахш буданд, ва низ, он қадаре ки мо ҳукм карда метавонем, ба дигар оилаҳо низ ёрӣ мерасонанд.

1. Волидоне бошед, ки ҳамеша бо савол ба онҳо муроҷиат кардан мумкин аст

Мавзӯъ ҳар қадар ба мо маъқул набошад ҳам, мо бояд тайёр бошем, ки ҳар як саволи фарзандонро муҳим ҳисобида, ба онҳо ҷавоб диҳем. То даме ки фарзандон мепурсанд, мо устодони онҳо буда метавонем. Муҳим он аст, ки новобаста ба он чи мешунавем, аз рӯи имконият оромӣ ва мулоҳизакориро нигоҳ дошта, софдилона ва рӯйрост ҷавоб диҳем.

Як мисол меоварам. Боре, ҳангоме ки духтарамон Кэтӣ сездаҳсола буд, ман (Ҷош) ӯро бо дугонааш Сара ба пикник ба кӯҳсор бурдам. Онҳоро бо оинаи намои ақиб мушоҳида намуда, ман медидам, ки чӣ тавр духтаракон ба якдигар пичирросзанон гап мезананд, ва гоҳ-гоҳ ба ман саволомез нигариста, боз пичир-пичир мекунанд. Аниқ буд, ки як масъалаи «нобоб»-ро муҳокима мекунанд.

Ва ман хато накардам: дар ниҳояти кор Кэтӣ ба нишастгоҳи пеш гузашт, ва Сара сарашро аз байни китфакҳои нишастгоҳҳо ба пеш тиққонд, то ки моро хубтар шунавад, ва ҳамин вақт чунин савол садо дод: «Падар, ман саволе дорам. Саволи на он қадар аҳамиятнок...» Ман дарҳол фаҳмидам: масъала ҷиддӣ аст. «Падар, шаҳвати даҳонӣ чист?» Ман қариб бо мошин аз роҳ берун мешудам! Ин чӣ саволест аз духтари синфи ҳаштум! Ман моту мабҳут шуда будам, аммо кӯшиш кардам инро нишон надиҳам ва ҳама чизро рӯйрост гуфтам. Ҳангоме ки ман ба охир расондам, Кэтӣ нидо кард: «Чӣ кори нафратовар!» ва ба назди дугонааш ба нишастгоҳи ақиб гузашт.

Ман мефаҳмидам, ки Сара ҳамон бегоҳ албатта суханони маро ба модараш мерасонад, ва хеле дар ташвиш

будам. Ба хона баргашта, ман пеш аз ҳама воқеаи рӯйдодаро ба Доттӣ нақл намудам, ва баъд ба модари Сара занг зада, ба ӯ фаҳмондам, ки гуфтугӯи мо аз чӣ сар шуд ва ман чӣ ҷавоб додам. Дар он тарафи хатти алоқа хомӯшии тӯлонӣ ҳукмфармо шуд, ва ман фикран гуфтам: *«Оҳ не! Кӯдаки бегонаро ба ин ҷалб кардан даркор набуд!»* Баъд оҳи вазнин шунида шуд, ва ҳамсуҳбатам гуфт: «Худоро шукр, ки онҳо маҳз ба *шумо* муроҷиат намуданд!»

Волидоне бошед, ки ба онҳо ҳамеша бо саволе муроҷиат кардан мумкин аст. Бигузор фарзандатон донад, ки дар ҳама вақт ӯ бо шумо дар бораи ҳама чиз гуфтугӯ кардан метавонад. Ҳатто агар саволи ӯ боиси нороҳатии шумо шавад ҳам, кӯшиш кунед инро аз фарзанди худ пинҳон доред. Агар ӯ изтироби шуморо ҳис кунад, ба хулосае омада метавонад, ки ба масъалаи хатарноке дахл намудааст. Аммо агар шумо ба ӯ фаҳмонед, ки барои ҳамаи саволҳо кушода ҳастед, имконияти олидараҷаеро пайдо менамоед, ки устодони аввалин бошед, ки қадам ба қадам дар назди ӯ ҷаҳони шаҳватро мекушоед, чунон ки Худо онро ба нақша гирифта офаридааст.

2. Волидоне бошед, ки гӯш кардан метавонанд

Ҳангоме ки мо фарзандонамонро бо диққат гӯш мекунем, мо нишон медиҳем, ки то чӣ андоза онҳо бароямон муҳиманд, ва низ он чи онҳо мегӯянд. Агар шумо гӯш кардан наметавониста бошед, барои ҳама гуна саволҳо кушода буданатон маънои зиёде надорад.

Барои намоиш додани малакаҳои шунавандаи хуб, кӯшиш кунед кореро ки ҳозир бо он машғул ҳастед, мавқуф гузошта, ба фарзандатон нигаред. Ҳа, ин корро на ҳамеша кардан мумкин аст, аммо, агар чунин кунед, ба фарзанд сигналеро дар бораи он мефиристед, ки тайёред бо диққат

гӯш кунед ва он чи ӯ ба шумо гуфтанӣ аст, барои шумо ҳақиқатан муҳим аст.

Бисёр волидон шикоят мекунанд, ки мехостанд шунавадагони хуб бошанд, аммо фарзандон хеле кам бо онҳо гуфтугӯ мекунанд. Дар чунин маврид саволҳо додан мумкин аст, то ки онҳоро ба гап задан водор намоед. Ба фарзанд савол дода, шумо...

- ба ӯ эҳтиром зоҳир менамоед ва нишон медиҳед, ки нуқтаи назари ӯ барои шумо арзишнок аст,
- муайян менамоед, ки оё ба ӯ дар бораи мавзӯи гуфтугӯ бисёр чизҳо маълуманд,
- муайян менамоед, ки то чӣ андоза донишҳои ӯ ба ҳақиқат мувофиқат доранд,
- изҳороти алоҳида ё мавзӯи гуфтугӯро аниқ мекунед,
- вақт ба даст меоваред, то ки барои ҷавоб суханони даркориро интихоб намоед,
- имконият пайдо менамоед, ки ба қабул кардани ин ё он маълумот тайёр будани ӯро баҳо диҳед.

Дар зер мо баъзе саволҳои хосро меоварем, ки ба шумо дар гуфтугӯҳо бо фарзанд ёрӣ расондан метавонанд.

1. Оё ту дар Интернет чизеро дидаӣ, ки аз боиси он нороҳатӣ ҳис кардӣ ё он дар ту ҳисси кунҷковиро бедор намуд?
2. Ин чӣ тавр рӯй дод? Дар он вақт ту чиро ҳис кардӣ?
3. Оё ягон нафар аз дӯстони ту тасодуфан ё дидаву дониста роликҳои порнографӣ тамошо кардааст?
4. Ту дар бораи... чӣ фикр мекунӣ?
5. Ту дар бораи... чӣ шунидаӣ?
6. Хоҳиш мекунам, он чиро, ки ту дар бораи... медонӣ, ба ман бигӯй?

Чунин саволҳои одӣ ба шумо ёрӣ мерасонанд, ки бо фарзандатон гуфтугӯро сар кунед. Пас аз ин шумо метавонед малакаи шунавандаи хуб буданро намоиш диҳед.

3. Волидони дорои ақидаҳо бошед

Чунон ки мо аллакай дар *Боби 4* навишта будем, муносибатҳо — заминаи мусоид аст, ки дар он ақидаҳо нашъунамо мекунанд, ва онҳо, дар навбати худ, ба ташаккули арзишҳои наврасон таъсир мерасонанд ва амалҳои онҳоро муайян мекунанд. Фарзандон дар бораи рафтори шаҳвонии худ дар асоси арзишҳои худ қарорҳо қабул мекунанд, агарчи дар ибтидо онҳо маҷмӯи арзишҳоро аз шумо ба даст меоваранд. Аз ҳамин сабаб ин қадар муҳим аст, ки шумо волидони дорои ақидаҳои устувори библиявӣ бошед.

Арзишҳо чист? Арзишҳо ҳақиқатҳои шахсан қабул кардашуда мебошанд, ки мо дар асоси онҳо қарорҳо, муносибатҳо ва амалҳо менамоем. Ва шумо ҳамчун волидон на танҳо масъулият доред, балки имконияти беҳтарин доред, ки арзишҳоятонро ба фарзанди худ расонед.

Мувофиқи маълумотҳои як тадқиқот, «26% наврасон гуфтанд, ки сабаби асосӣ, ки аз боиси он онҳо бо алоқаи ҷинсӣ машғул намешаванд, бо дин ва арзишҳои ахлоқӣ вобаста аст»[1].

Дар мақолаи «Самараноктарин омили боздоранда» Гленн Стэнтон аҳамиятнокии онро таъкид мекунад, ки волидон ба фарзандони худ кадом арзишҳоро мерасонанд:

> *Муносибати саҳлангоронаи волидон ба рафтори шаҳвонии наврасон омили қавии хатар барои ҷавонписарону духтарон шудааст. Боиси ҳайрат нест, ки наврасоне ки ба фикрашон, волидон ба фаъолияти шаҳвонии пеш аз оиладоршавии онҳо зид нестанд, ба барвақттар сар кардани ҳаёти ҷинсӣ бештар моил мебошанд* [2].

Мувофиқи натиҷаҳои пурсиши репрезентативии миллӣ, «64% наврасон ҷавоб доданд, ки арзишҳои ахлоқӣ ба рафтори шаҳвонии онҳо на камтар аз хизматрасониҳои маълумотдиҳӣ дар соҳаи саломатии репродуктивӣ таъсир мерасонанд, дар ҳоле ки қариб чоряки наврасон (23%) арзишҳои ахлоқиро ҳатто омили *муҳимтар* ҳисобиданд»[3].

Вақтро дареғ надошта, рӯйхати арзишҳои асосиро, ки дар масъалаи шаҳват ҳосил намудаед, тартиб диҳед. Шояд, агар шумо ба саволҳои зерин ба таври хаттӣ ҷавб диҳед, ин ба шумо ёрӣ мерасонад:

1. Маҳз кадом ақидаҳоро ман дар масъалаи шаҳват ҷонибдорӣ мекунам ва кадоми онҳоро ба фарзанди худ расондан мехоҳам?
2. Чаро ман чунин меҳисобам, ки ин ҳақиқат аст?
3. Ин ба ҳаёти ман чӣ гуна таъсир расонд?
4. Ин ба ҳаёти фарзанди ман чӣ гуна таъсир расондан метавонад?

Ба шумо тавсия медиҳем дар хусуси рӯйхати арзишҳо, ки дар зер оварда шудаанд, фикр кунед. Шояд, он шуморо ва аҳли оилаатонро ба идеяҳои хуб илҳом мебахшад:

- Алоқаи ҷинсӣ барои оиладорӣ муқаррар шудааст
- Худо муҳаббат аст
- фарзандон — туҳфа аз ҷониби Паравардигор мебошанд
- якдигарро дӯст доред
- мо ба сурат ва шабоҳати Худо офарида шудаем
- на ашёҳоро, балки одамонро дӯст доштан даркор аст
- дӯстӣ

- эҳтиром
- вафодорӣ
- обрӯву эътибор
- покӣ
- софдилӣ
- вафодорӣ
- боваринокӣ
- Китоби Муқаддас — ҳақиқати Худост
- шаҳват олидарача аст
- ҳомила шудан
- рафтор
- оиладорӣ
- шинос шудан, ишқварзӣ
- иззат намудан
- тарзи либоспӯшии мо
- тӯй

Пас аз он ки шумо арзишҳои калидии худро муайян намудед, вақт ёбед, то ки онҳоро ба таври ҳақиқӣ ва мулоҳизакорона бо фарзанди худ расонед.

4. Волидоне бошед, ки бо дӯстони фарзанди худ дӯстӣ мекунанд

Қарибии соати панҷу ними бегоҳ меҳмонон ба хонаи мо омадан гирифтанд. Ман (Доттӣ) қариб ҳафтсола будам, ва ҷуръат намудам, ки барои дӯстон ва дугонаҳоям зиёфат ташкил намоям. Ягона проблема аз он иборат буд, ки ман дар ин бора огоҳ кардани модарамро фаромӯш карда будам. Лекин ба ҷои он ки аз ман хашмгин шуда, кӯдаконро хона ба хона фиристад, ӯ бо дилгармӣ дастурхон паҳн намуда, якчанд қуттича печение, банкаҳои дражеи ширин ва консервҳои мевагиро кушод. Ҳамаи он чи дар

буфет доштем, ҳамин буд, аммо меҳмондории ман хеле хуб гузашт! Модар, чун ҳарвақта, ба ҳар як кӯдаки омада диққат дод. Ӯ ба ҳар кадоми онҳо имконият дод, ки худро дилхоҳ ва махсус ҳис кунад. Модар ба ҳаёти ҳамаи дӯстонам шавқмандӣ зоҳир менамуд, новобаста ба он ки оё ин ба нақшаҳои ҳаррӯзаи ӯ мувофиқат дошт ё не, ва ин ҳам ба тақдири онҳо, ҳам ба тақдири худи ман таъсири зиёд расонд. Зиёда аз ин, модари ман дӯстдошта ва қаҳрамони онҳо гардид.

Кӯдакии худро ба ёд оваред. Волидони кӣ ба шумо беш аз ҳама маъқул буданд? Чаро? Онҳо ба шумо чӣ гуна таъсир расонданд?

Хусусан ду намуна, ки ба ман таъсир расондаанд, дар ёдам мондаанд: як намунаи манфӣ ва як намунаи хеле мусбат.

Дар кӯдакӣ ман як дугонаи махсус доштам. Мо аз синфи якум то синфи ҳафтум муносибатҳои хеле наздик доштем. Бо ҳам дар дастаи духтаракон-скаутҳо будем, бо ҳам жонглёрии чӯбдастҳоро меомӯхтем, ба шиноварӣ мерафтем, ба дарсҳои дӯзандагӣ мерафтем ва ғайра. Пас аз синфи ҳафтум ман ба иёлати дигар кӯчидам, аммо ҳангоми таҳсил дар синфи нӯҳум ба хабаргирии ӯ омадам.

Хуб дар ёд дорам, ки чӣ тавр пас аз ҷудоии яксола ба даромадгоҳи хонаи онҳо давида рафтам. Ман хеле мехостам боз дугонаамро бинам. Дарро модари ӯ кушод. Дугонаам ҳанӯз ба хона барнагашта буд, ва ба ман лозим омад, ки якчанд дақиқа интизор шавам. Ибтидои суҳбатамонро он қадар хуб дар ёд надорам, аммо баъд ман пурсидам, ки оё дар давоми ин сол зиндагии дугонаам хуб буд, то даме ки ман аз ӯ дур будам. Соҳибхоназан тасдиқ намуд, ки хеле хуб, ва ногоҳ илова намуд, ки «бори аввал дар зиндагӣ» ба ӯ ва шавҳараш маъқул шуд, ки духтараш ба хона дугонаҳо-

яшро меоварад. Ин зан таъкид намуд, ки онҳо «ҳеҷ гоҳ» дугонаҳои духтарашонро дӯст намедоштанд, аммо акнун ниҳоят ҳама чиз дигаргун шудааст.

Ман аз ин суханон хеле ҳайрон шудам. Аз хиҷолат ва ранҷиш ман мехостам ба замин фурӯ равам. Ман ҳафт сол ба хонаи онҳо ба меҳмонӣ мерафтам! Намедонам, ки чаро ӯ чунин гуфт! Аммо ин аламовар ва таҳқиромез буд. Ва то ҳол, ҳамин ки дар бораи ин зан фикр кунам, ба хотирам *ҳамон суханон* меоянд. Ман бисёр вақт аз худ мепурсам, ки дар давоми ин қадар солҳои ба хонаи онҳо рафтанам чӣ кардаам ва чаро сазовори чунин суханон шудаам.

Аз тарафи дигар, модари як дугонаи ман, ки дар наздикӣ зиндагӣ мекард, маро дӯст медошт. Ман ба ин шубҳае надоштам! Дар ёд дорам, ки ман дар саҳна баромаде доштам — ва ин модар ба хонаи мо омад, то ки мӯйҳои маро бо бигудӣ ҷингила кунад, баъд бо оилааш ба консерт омад ва ҳатто баромади маро ба видео гирифт. Дар бораи ӯ фикр карда, ман ҳамеша ба ёд меоварам, ки дар ҳузури ӯ худро чӣ гуна одами махсус эҳсос менамудам, ва ҳангоме ки ман ба хонаи онҳо мерафтам, чӣ гуна ӯ хурсанд мешуд. Ана ин тазод!

Оё мехоҳед, ки дӯстони фарзандонатон шуморо ҳатто пас аз солҳои зиёд ба ёд оваранд? Дар ҳаёти онҳо иштирок намоед, то ки ба онҳо таъсири мусбат расонед. Бо ин амал шумо...

- ба фарзанди худ мефаҳмонед, ки шахсоне ки барои ӯ муҳиманд, барои шумо низ муҳим мебошанд,
- беҳтар мефаҳмед, ки ҳозир фарзандатон зери кадом таъсир аст,
- худро ба ҳолате мегузоред, ки фарзандатон ва дӯстони ӯ худашон хоҳиш пайдо мекунанд бо шумо муошират

намоянд ва ба нуқтаи назари шумо гӯш диҳанд, ва ин албатта фишори манфии ҳамсолонро ба фарзандатон кам мекунад.

Боре духтари хурдии мо, Ҳизер, хост ба тамошои бозии бейсбол бо ҷавонписаре равад, ки ман (Ҷош) намешинохтам. Ман ба духтарам дар бораи хавотиршавиҳои худ гуфтам ва дар ҷавоб дарҳол ин суханонро шунидам: «Падар, осуда бош. Ӯ туро чунон эҳтиром менамояд, ки ҳеҷ кореро намекунад, ки ту таҳсин намекарда бошӣ».

Барои атрофиёни фарзанди худ қаҳрамон бошед. Барои ноил шудан ба ин мақом бисёр вақт кӯшишҳои махсус ба харҷ додан лозим меояд, зеро бисёрии наврасон умуман интизори диққат аз ҷониби волидони дӯстони худ нестанд. Ман (Ҷош) ҳамеша барои гуфтугӯ кардан бо кӯдаконе ки писар ё духтарамон ба меҳмонӣ даъват мекарданд, имконият пайдо менамудам. Ман худро мешиносонидам ва муддатеро ҳамроҳи онҳо гузаронда, нишон медодам, ки ба кӣ будан ва бо чӣ кор машғул шудани онҳо бепарво нестам ва хурсандам, ки онҳо ба хонаи мо омадаанд.

Ғайр аз ин, ман ба аъзоёни шуъбаҳои варзишӣ, ки фарзандони ман дар онҳо машғул мешуданд, диққати махсус медодам. Ман бо хушнудӣ мухлиси онҳо мешудам ва ҳатто маслиҳатҳои бамаврид медодам, агар, албатта, дар ин навъи варзиш таҷриба дошта бошам. Мақоми «қаҳрамон» ҳам ба фарзандони шумо, ҳам ба муносибатҳои шумо бо дӯстони онҳо таъсири бевосита хоҳад расонд.

5. Волидоне бошед, ки бо дигар волидон муоширaт мекунанд

Муошират бо дигар волидон ба шумо имконият медиҳад, ки донишҳои онҳоро аз худ намоед. Бо ҳамфикроне ки бо онҳо

шавқмандиҳо, таҷриба ва мақсадҳои якхела доред, ҳамкорӣ намуда, шумо метавонед дар бораи тарзи тарбияи фарзанди худ бисёр маслиҳатҳои ҳақиқатан гаронбаҳо ба даст оваред. Беҳтарин донишҳо ва идеяҳои амалӣ одатан аз волидоне бармеоянд, ки фарзандонашон ҳамсолони фарзандатон мебошанд, ё каме калонсолтаранд, ё ҳатто аллакай ба воя расидаанд. Оилаҳои онҳо — сарчашмаи хуби идеяҳо оид ба тарбия, воситаҳои таълимӣ, пешниҳодҳои варзишӣ ва дилхушкунанда, ва низ маслиҳатҳо оид ба интизомнокӣ, масъалаҳои саломатӣ ва маълумотнокии шаҳвонӣ мебошанд.

Ҳангоме ки ман (Доттӣ) модар шудам, яке аз дугонаҳои наздиктаринам аллакай панҷ фарзанд дошт. Ӯ модари олидараҷа буд. Ман ҳар як қадами ӯро мушоҳида мекардам. Ман дар ҳар як марҳалаи нав барои маслиҳат ба ӯ мурочиат менамудам. Дугонаам барои ман чашмаи хушкнашавандаи дастгирӣ гардид. Маҳз ӯ ба ман барои фаҳмидани он ёрӣ дод, ки чӣ чиз муҳим аст, ва чӣ чиз муҳим нест. Ман то ҳол аз ӯ миннатдор ҳастам! Ёфтани дигар волидоне ки сазовори боварӣ ва иззату эҳтиром ҳастанд, — монанди он аст, ки ганҷи гаронбаҳоро пайдо намоед.

Ғайр аз ин, як қатор ташкилотҳо ҳастанд, ки шояд, бо онҳо ҳамкорӣ кардан мехоҳед. Ба модарони кӯдакони томактабӣ ман «MOPS International»-ро тавсия медиҳам. Адреси онҳо — MOPS.com. Мақсади онҳо — ёрӣ расондан дар қонеъ намудани эҳтиёҷоти модарон ва кӯдакони томактабӣ аз вақти ба дунё омадан то ба мактаб рафтан аст. Се духтари мо ин сомонаро барои худ хеле судманд меҳисобанд.

Духтари хурдии ман барои модарон ва кӯдакон фитнес-барномаи «Stroller Strides» (strollerstrides.com)-ро тавсия медиҳад. Барои волидоне ки барои вохӯрдан бо дигар волидон, ва низ барои машғул шудан бо варзиш дар муҳити хурсандона ва бехатар ҷой меҷӯянд, «The Little Gym» (www. litt-

legym.org) ва «Mommy and Me» (www.mommyandme. com) вуҷуд доранд — гурӯҳҳое ки ба духтаронамон бисёр хурсандӣ овarданд, ҳангоме ки онҳо худашон модар шуданд.

Боз як сарчашмаи хеле хуб ҳаст — ташкилоти «Moms in Prayer International» (пештар «Moms In Touch» (Momsintouch.org) ном дошт). Вазифаи ин ташкилот аз он иборат аст, ки модаронро барои дуо муттаҳид карда, таъсири Исои Масеҳро ба кӯдакон ва мактабҳои тамоми ҷаҳон паҳн намояд.

Мо боварии комил дорем, ки як нафар дар майдони муҳориба ғолиб шуда наметавонад, аз ҳамин сабаб муошират бо дигар волидоне ки арзишҳои якхела доранд, метавонад муфид бошад ва дар масъалаи мубодилаи стратегияҳои самаранок (хусусан дар соҳаи маълумотнокии шаҳвонӣ) дар шумо оташи идеяҳои навро барафрӯзад. Биёед ҳақиқатро нодида нагирем. Барои бо фарзандон дар бораи шаҳват гуфтугӯ кардан мардонагӣ талаб карда мешавад. Мо ҳанӯз волидонеро вонахӯрдаем, ки аз фикр дар ин бора намеларзида бошанд ва ба худ савол намедода бошанд, ки маҳз чӣ гӯянд ва чӣ тавр гӯянд. Аз ҳамин сабаб муошират кардан хеле муҳим аст.

6. Волидоне бошед, ки ҳамроҳи фарзанди худ орзу мекунанд

Лаура Флинн Маккартӣ, ки дар мавзӯъҳои саломатӣ ва тарбияи кӯдакон менависад, дар мақолаи худ барои маҷаллаи «Family Circle» мегӯяд: «Фарзандоне ки боварӣ доранд, ки онҳороояндаи хеле хуб интизор аст, ба масъалаи ҳомилашавии нодаркор беш аз ҳама оқилона муносибат мекунанд... Умед — контрасептиви беҳтарин аст»[4].

Худо ба банӣ-Исроил гуфтааст: «...фикрҳоеро, ки Ман дар бораи шумо дорам, Ман медонам... фикрҳое ки ба

осоиштагӣ оид аст, на ба бадӣ, то ки ба шумо ояндаи нек ва умедворӣ бибахшам» (Ирм. 29:11). Парвардигор барои халқи Худ қаҳрамон буд. Исроилиён худро халқи махсус эҳсос намуда, кӯшиш мекарданд, ки ба интизориҳои баланди Ӯ мувофиқат дошта бошанд.

Ҳангоме ки мо барои фарзандони худ қаҳрамон мешавем ва ба онҳо ҳунари орзу карданро ёд медиҳем, ин ба онҳо болу пар мебахшад, ва дар ниҳояти кор онҳо низ хоҳиш пайдо менамоянд, ки ба интизориҳои мо мувофиқат дошта бошанд. Подшоҳ Сулаймон мегӯяд: «Умедвории дуру дароз дилро бемор мекунад, вале орзуе ки амалӣ шуда бошад, дарахти ҳаёт аст» (Мас. 13:12).

Дар кӯдакӣ қаҳрамони дӯстдоштаи ман (Доттӣ) Питер Пэн буд. Ҳикояти ӯ — афсонаи олидараҷа дар бораи писараке аст, ки калон нашуд. Яке аз лаҳзаҳои беҳтарини ин ҳикоят дар он буд, ки Питер парвоз кардан метавонист. Дар китоб — ман боварӣ дорам, ки шумо инро дар ёд доред, — персонажи дилписанде ҳаст: соҳираи хурдакак Дин-Дин. Ӯ лаёқати ҳайратовар дошт — ҳар касе ки ӯ бар вай хокаи махсусро пошад, ҳамчунин ба монанди Питер Пэн парвоз карда метавонист.

Ман аз шунидани ин ҳикоят ба ваҷд меомадам. Он тахайюлоти кӯдаконаи маро пурра фаро мегирифт, ман тайёр будам онро гаштаву баргашта шунавам. Ин орзуи ман буд, ман дар бораи он гап мезадам ва месурудам, бо он зиндагӣ мекардам! Ҳамин ки дар бораи писараки парвозкунанда фикр кунам, тамоми вуҷудамро хурсандӣ фаро мегирифт!

Чун ҳозир дар ёд дорам: ҳангоме ки ман қариб панҷсола будам, тасодуфан ба таҳхонаамон даромадам. Ва дар он ҷо, дар болои мошинаи ҷомашӯӣ, қуттии калони хокаи ҷомашӯии «Ivory Snow»-ро дидам. Ҳар як гранулаи он шак-

ли барфро дошт. Ногоҳ дар сари ман идеяи фантастикӣ пайдо шуд.

Ман он саҳнаро аз афсона дар зиндагӣ аз сар гузаронида метавонистам, ҳангоме ки Дин-Дин бар Вендӣ, Майкл ва Ҷон хокаи сеҳрнок мепошид, то ки онҳо монанди Питер Пэн парвоз карда тавонанд. Чӣ фикри муъҷизаосо! Аз ҳаяҷон ва хурсандӣ ларзида, ман хокаи ҷомашӯиро ба кафи даст гирифта, ба тамоми таҳхона мепошидам. Ҳатто пас аз даҳсолаҳо дар дили ман он хурсандии ҳайратовар зинда аст. Ин лаҳзаи фаромӯшнашаванда буд. Ҳангоме ки ман ба охир расондам, тамоми таҳхона пур аз «зарраҳои барф» буд!

Пас аз якчанд лаҳза ман шунидам, ки дари таҳхона кушода шуд... ва дар зинапоя садои қадаммонӣ шунида шуд. Модари ман ба таҳхона даромад! Тасаввур карда метавонам, ки бисёр модарон дар ҷойи ӯ чӣ мегуфтанд. Чизе монанди:

- Ту чӣ кор кардӣ?
- Ақлатро гум кардӣ?
- Ту *тамоми* хокаи ҷомашӯиро сарф кардӣ?
- Оё медонӣ, ки арзиши он чӣ қадар аст?
- Оҳ, ана ин бетартибӣ! Ман хеле хашмгин ҳастам!
- Сабр кун, ҳозир падарат ба хона бармегардад!..
- Худ *ҳозир* инро рӯфта тоза кун!
- Боз як бор ҳамин тавр кунӣ — як *соли* дароз дар ҳуҷраат мешинӣ!

Аммо фақат на модари ман! Ӯ хандид, маро бардошта, болои зонуҳояш шинонд ва пурсид, ки ҳамаи ин чӣ маъно дорад. Ҳангоме ки ман нақл намудам, ки ин хокаи сеҳрноки Дин-Дин буд, модар маро водор намуд, ки якчанд бор тамоми ҳикоятро аз аввал то охир такрор кунам. Мо ҳар ду механдидем, ва баъд — *оромона ва хурсандона* — бо ҳам таҳхонаро рӯбучин намудем.

Ин воқеа маро дилпур намуд, ки модарам дар асл маро хеле дӯст медорад, модари ман буданро дӯст медорад ва дар ҳаққи ман ғамхорӣ намуданро дӯст медорад. Аммо боз ҳам қавитар паём дар бораи он буд, ки модар *ҳамроҳи ман орзу карда* метавонад, ва чизҳои барои ман муҳим барои ӯ низ муҳиманд (бо вуҷуди ҳамаи нороҳатиҳо!). Орзуи маро кашида нагирифтани модар маро ба он рӯҳбаланд намуд, ки ба оянда умед бандам — самимона ва аз таҳти дил умед бандам.

Дар зиндагии фарзандатон иштирок намоед

Ҳамроҳи фарзанди худ орзу кунед, ба ҷаҳон бо чашмони ӯ нигаристанро ёд гиред. Эҷодкорӣ зоҳир намоед, имкониятҳои зиёдро истифода баред, то нишон диҳед, ки шумо ҳамеша тарафдори ӯ ҳастед. Чунин сиёсат, агар дар раванди ба воя расидани кӯдак мунтазам амалӣ карда шавад, ба гузоштани таҳкурсӣ барои муоширати ошкоро бо ӯ дар синни пеш аз наврасӣ ва синни наврасӣ ёрӣ мерасонад. Ва ҳангоме ба шумо торафт бештар лозим меояд, ки масъалаҳои ба шаҳват дахлдорро муҳокима намоед, ин нақши муҳим бозида метавонад.

Тадқиқотҳо тасдиқ мекунанд, ки «дар ҷавоб ба интизориҳои баланд ҷавонон метавонанд қарорҳои бештар созанда қабул кунанд ва барои оянда мақсадҳо муқаррар намоянд»[5]. Вазифаи мо — ёрӣ расондан ба фарзандони ноболиғ дар интихоби чунин вариантҳои оянда аст, ки барои онҳо назар ба ҳомилашавии барвақт ва ташвишҳои волидона ҷолибияти бештар дошта бошанд.

Чунон ки тадқиқотҳо нишон медиҳанд, ҷавононе ки аз оянда интизориҳои зиёд доранд ва ояндаи дурахшонро пешакӣ ҳис мекунанд «шаш баробар камтар бо алоқаи ҷинсӣ машғул мешаванд»[6].

Умедҳо ва орзуҳои фарзанди худро бо хушнудӣ дастгирӣ намоед. Фақат боварӣ ҳосил намоед, ки ин маҳз орзуҳои ӯ мебошанд, на он чи шумо ба ӯ бор кардаед. Шахсан ман (Доттӣ) як-ду бор боварӣ ҳосил карда будам, ки орзуҳо на аз они фарзандам, балки аз они худам мебошанд.

Якчанд сол пайиҳам писари мо бо бейсбол машғул мешуд. Ӯ хеле хуб бозӣ мекард, бигузор ҳатто ин нуқтаи назари модари ӯ бошад! Ва инак боре баҳорон ӯ гуфт, ки имсол (дар синфи ҳаштум) бозӣ намекунад. Ман хуб дар ёд дорам, ки кӯшиш мекардам ӯро аз раъяш гардонам. Ман ӯро огоҳ менамудам, ки малакаҳояшро гум мекунад, ва он гоҳ дар синфҳои болоӣ ӯ дар майдон хуб бозӣ кардан наметавонад! Шон гуфт, ки барои ӯ фарқ надорад: ӯ умуман қарор додааст, ки дар оянда бо баскетбол машғул мешавад. Ман ҳар қадар ӯро ба гап даровардани шавам ҳам, ӯ аз раъйи худ намегашт. Инро ба ёд овардан нохуш аст, аммо дар аввал ман ба далелҳои мантиқӣ рӯ овардам, ва ҳангоме ки онҳо таъсир набахшиданд, кӯшиш кардам ба эҳсосот таъсир расонам. Ин низ ёрӣ надод! Шумо мепурсед, ки чаро барои ман ин он қадар муҳим буд? Ҳамааш одӣ аст: ман бейсболро хеле дӯст медоштам. Ман мухлиси дастаи «Red Sox» будам (ва *то ҳол* ҳастам!).

Ман бейсболро хеле дӯст медорам! Ва инак машғулияти дӯстдоштаам маро водор намуд, ки дар орзуҳоям симои Шонро тасаввур намоям, ки маҳз дар ин бозӣ хеле моҳир аст. Ҳангоме дар охир фаҳмидам, ки ин на хоҳиши ӯ, балки хоҳиши ман аст, ман таслим шудам ва ба писарам имкон додам, ки бо он намуди варзиш машғул шавад, ки худаш ба он шавқ дорад. Ва ман ягон бор барои ин қарор афсӯс нахӯрдаам: боиси хурсандии зиёди тамоми оилаи мо буд, ки ӯ бо баскетбол машғул шуданро на танҳо дар синфҳои болоӣ, балки ҳамчунин дар коллеҷ давом дод. Он соатҳое

ки мо ҳамчун мухлисони писарамон дар нишастгоҳҳои варзишгоҳ гузарондем, ба яке аз хурсандибахштарин хотираҳои оилавӣ табдил ёфтаанд.

Охир, мо медонем, ки бароямон чӣ чиз муҳим аст. Фарзандонамон низ медонанд, ки чӣ чиз барояшон муҳим аст. Ба мо чун ба волидон ҳуқуқи ифтихорӣ ва имконият дода шудааст, ки онҳоро дар роҳ ба сӯи орзуҳояшон дастгирӣ ва рӯҳбаланд намоем, на ин ки ба сӯи орзуҳои мо.

Воситаҳои дар фарзандон инкишоф додани орзуро дар бораи оянда, ба мақсад нигаронида будан, ва майл ба пешрафтро инкишоф диҳед. Тимсолҳои равшани оянда фарзандонамонро водор менамоянд, ки қарорҳои мулоҳизакорона, дуруст қабул намоянд.

Волидоне бошед, ки барои саволҳо кушода ҳастанд, гӯш кардан метавонанд, ақидаҳо доранд, бо дӯстони фарзандони худ дӯстӣ мекунанд, бо дигар волидон муошират мекунанд ва ҳамроҳи фарзандони худ орзуҳо менамоянд. Бо мурури он ки шумо ба намунаи дар ин ҷо тасвиршуда наздиктар мешавед, фарзандонатон бештар ба қабул карданин насиҳатҳои шумо дар масъалаи шаҳват тайёр мешаванд.

Ба мо бигӯед, ки, дар гуфтугӯ бо фарзандони худ дар ин мавзӯъ ба чӣ натиҷа расидед. Ба сомонаи мо www. josh.org дароед. Дар омади гап, шумо дар он ҷо сарчашмаҳои иловагиро меёбед, ки, чунон ки мо умедворем, бароятон судманд хоҳад буд. Мо минбаъд ҳам ба шумо хизмат кардан мехоҳем. Барои фарзандони худ дуо гӯед, онҳоро дуруст тарбия намоед, ва бигузор онҳо «бенуқсон ва пок, фарзандони беайби Худо бошед, дар миёни насли саркаш ва фосид, ки дар он шумо монанди ситорагон дар ҷаҳон медурахшед» (Флп. 2:15).

Ҷош ва Доттӣ Макдауэлл

Тавзеҳот

Боби 1. Ҳамагӣ дар як клик

1. Барои истифода нисбати панҷ пункти аввали ҷадвал: Nayeli E. Rodriguez and Number 17, NYC, “Exactly How Much Are The Times A-Changin’?,” *Newsweek*, July 26, 2010, p. 56; article sources: Blogpulse, Google Offi cial History, Reality Blurred, The NPD Group, NBC, Bowker, USPS, The Radicati Group, FORBES, Nielsen, Newspaper Assoc. of America, Digital Music News, Apple, iTunes.
2. Matt McGee, “By The Numbers: Twitter Vs. Facebook Vs. Google Buzz,” SearchEngine Land, February 23, 2010, http://searchengineland.com/by-thenumbers-twitter-vs-facebook-vs-googlebuzz-36709.
3. “Internet 2010 in numbers,” Royal Pingdom, January 12, 2011, http://royal.pingdom.com/2011/01/12/internet-2010-in-numbers/.
4. “Internet 2010.”
5. Horace Dediu, “iTune app total downloads (fi nally) overtook song downloads,” ASYMCO, July 13, 2011, www.asymco.com/2011/07/13/itunesapp-total-downloads-fi nally-overtook-song-downloads/.
6. Madeeha Azam, “Internet 2010 in Numbers [Summary],” Pro Pakistani, January 27, 2011, http://propakistani.pk/2011/01/27/Internet-2010-in-numbers-summary/.
7. “That Facebook friend might be 10 years old, and other troubling news,” *Consumer Reports* magazine, June 2011, www.consumerreports.org/cro/magazine-archive/2011/june/electronics-computers/stateof-the-next/facebook-concerns/index.htm.
8. *The Foster Letter*, May 25, 2011, p. 4.
9. As reported at Wikipedia.org/wiki/Wikipedia.
10. As reported at Wikipedia.org/wiki/Wikipedia.
11. Mickey Alam Khan, “Internet Overtakes TV As Preferred Medium For Under-24 Crowd,” *Direct Marketing News*, July 25, 2003, www.dmnews.com/internet-overtakes-tv-as-preferred-medium-for-under-24-crowd/article/81588.

12. Michael D. Resnick, PhD, et al., “Protecting Adolescents from Harm: Findings from the National Longitudinal Study on Adolescent Health,” *Journal of the American Medical Association*, September 10, 1997 (vol. 278, no. 10), p. 829.
13. Family Safe Media as reported at amilysafemedia.com/pornography_statistics.html#anchor5, 2011.
14. Family Safe Media.
15. Family Safe Media.
16. Michael Leahy, *Porn University: What College Students Are Really Saying About Sex on Campus* (Chicago: Northfi eld Publishing, 2009), pp. 154–155.
17. Chiara Sabina, Janis Wolak, and David Finkelhor, “The Nature and Dynamics of Internet Pornography Exposure for Youth,” *CyberPsychology & Behavior*, 2008 (vol. 11, no. 6), pp. 1–2.
18. Ed Vitagliano, quoted in “Caught! Online Porn, Predators Threaten Children, Teens,” *American Family Association Journal*, January 2007, www.afajournal.org/2007/january/0107/caught.asp.
19. Focus on the Family Poll, October 2003; quoted in Rebecca Grace, “When Dad Falls: A Family’s Ordeal with Pornography,” Agape Press. Web. 25 Nov. 2009, www.crosswalk.com/1284103/.
20. Archdiocese of Omaha’s Anti-Pornography Task Force; as reported at www.archomaha.org/pastoral/se/pdf/PornStats.pdf, 2011.
21. Family Safe Media.
22. Patricia M. Greenfi eld, “Inadvertent Exposure to Pornography on the Internet: Implications of Peer-to-Peer File-Sharing Networks for Child Development and Families,” *Journal of Applied Developmental Psychology*, Nov./ Dec. 2004 (vol. 25, no. 6), pp. 741–750, Web. 4 Dec. 2009, www.centerschool.org/pko/documents/Inadvertentexposure.pdf.

Боби 4. Дар бораи шаҳват дар заминаи муносибатҳои наздик чӣ гуна гуфтугӯ кардан даркор аст

1. Archdiocese of Omaha’s Anti-Pornography Task Force, www.archomaha.org/pastoral/se/pdf/PornStats.pdf, 2011.
2. The Commission on Children at Risk, *Hardwired to Connect: The Scientifi c Case for Authoritative Communications* (New York: Broadway Publications, 2003).
3. *Hardwired to Connect.*
4. Caroline Bedell Thomas, MD, Karen Rose Duszynski, BA, and John Whitcomb Shaffer, MSc, PhD, “Family Attitudes Reported in Youth as Potential Predictors of Cancer,” *Psychosomatic Medicine*, vol. 41, no. 4 (June 1979), pp. 287–302.

5. Carl Zimmer, "Friends with Benefi ts," *Time* magazine, February 20, 2012, p. 39.
6. Caitlin Flanagan, "Why Marriage Matters," *Time* magazine, July 13, 2009, p. 47.
7. "Back to School 1999 — National Survey of American Attitudes on Substance Abuse V: Teens and Their Parents," The Luntz Research Companies and QEV Analytics, August 1999 as quoted in Lori Lessner Lori Lessner, "Dads key against drugs, study fi nds," *Dallas Morning News*, August 31, 1999, p. 9A.
8. People Weekly, "Higher Learning: At Oxford University, Michael Jackson bares his soul and a plan to help kids," *People* magazine, March 19, 2001, p. 65.

Боби 5. Хиштчаҳо барои бунёд намудани муносибатҳои наздик

1. "Ten Tips for Parents: To Help Their Children Avoid Teen Pregnancy," The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, accessed Feb 6, 2012, http://www.thenationalcampaign.org/resources/toTips.aspx.

Боби 6. Кӣ ё чӣ ба рафтори фарзандатон таъсир мерасонад ?

1. "Teens Look to Parents More Than Friends for Sexual Role Models," *ScienceDaily*, June 15, 2011, www.sciencedaily.com/releases/ 2011/06/110615120355.htm.
2. Jeffrey Rosenberg and W. Bradford Wilcox, "The Importance of Fathers in the Healthy Development of Children," U.S. Department of Health and Human Services, 2006, www.childwelfare.gov/pubs/usermanuals/fatherhood/ fatherhood.pdf.
3. "Teens Look to Parents."
4. David White, "Take Courage! Parents and the dreaded conversation," Center for Parent/Youth Understanding, 2008, www.cpyu.org/Page.aspx?id=338336.
5. "Trends in Teen Sexual Behavior," Current Thoughts and Trends online, May 2004.
6. B.M. King and J. Lorusso, "Discussions in the Home about Sex: Different Recollections by Parents and Children," *Journal of Sex & Marital Therapy*, vol. 23, pp. 52–60; as quoted in "Families Are Talking—Adolescents Would Prefer Parents as Primary Sexuality Educators," SIECUS Report Supplement, http://one.center-school.org/search-document-detail.php?ID=642.
7. "Talking to Your Teen About Sexuality," Hillsborough County University of Florida Extension, http://hillsboroughfcs.ifas.ufl .edu/FamilyPubsA-Z/sexuality.pdf.
8. Linda Klepacki, "Dear Parents: Let's Talk About Doing," PureInti macy.org, www.pureintimacy.org/piArticles/A000000584.cfm, citing a 2004 Focus on the Family article.

9. Mark and Grace Driscoll, "How To Talk To Your Kids About Sex," Resurgence, accessed February 15, 2012, http://theresurgence.com/2011/02/28/ how-to-talk-to-your-kids-about-sex.

Боби 7. Фарзандатон аз кӣ дар бораи шаҳват донистан мехоҳад?

1. "How to Talk to Your Kids About Anything," Talking With Kids About Tough Issues—a national campaign by Children Now and the Kaiser Family Foundation, http://www.talkwithkids.org/fi rst.html.
2. B. Albert, "With One Voice 2004: America's Adults and Teens Sound Off About Teen Pregnancy," (Washington, DC: National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, 2004); as quoted in Barbara Dafoe Whitehead and Marline Pearson, "Making a Love Connection," The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy," thenationalcampaign.org.
3. Hutchinson and Cooney, 1998; Kreinin et al., 2001; Somers and Surmann, 2004; as quoted in Robert Crooks and Karla Baur, "Initiating Conversations When Children Do Not Ask Questions," The Talk Institute, www.thetalkinstitute.com/articles/initiating.html.
4. Kay S. Hymowitz, "It's Morning After in America," *City Journal*, spring 2004, www.manhattan-institute.org/cfml/printable.cfm?id=1337.
5. "Birds and Bees: Tips for Having 'The Talk' With Kids," ABC News (*Good Morning America*, September 22, 2011), http://abcnews.go.com/blogs/health/2011/09/22/birds-and-bees-tips-for-having-the-talk-with-kids-2/.

Боби 8. Чаро бо фарзанди худ дар бораи шаҳват гап задан даркор аст?

1. Kristin Zolten, MA, and Nicholas Long, PhD, "Talking to Children About Sex," Center for Effective Parenting, 1997, www.parenting-ed.org/handouts/ sex.pdf.
2. Robert Crooks and Karla Baur, "Initiating Conversations When Children Do Not Ask Questions," The Talk Institute, www.thetalkinstitute.com/articles/ initiating.html.
3. Maggi Ruth P. Boyer, "What to Do When They Just Won't Talk!" Advocatesfor Youth, www.advocatesforyouth.org/parents/164?task=view.

Боби 9. Оё гуфтугӯҳо дар бораи шаҳват кӯдаконро ба таҷрибаҳо водор намекунанд?

1. "Myths About Sexuality Education," Sexuality Education Resource Center Manitoba, Inc., rev. 2010, www.serc.mb.ca/content/dload/MythsAboutSexualityEducation%20/fi le.
2. Cheryl B. Aspy et al., *Journal of Adolescence* 30 (2007): pp. 449–466; as quoted in "Parental Involvement and Children's Well-Being," FamilyFacts.org, www.familyfacts.org/briefs/40/parental-involvement-and-childrens-well-being.

3. Karin Suesser, PhD, and Matthew Doll, PhD, “Beyond the Birds and the Bees: How To Talk With Children About Sexuality,” www.drsuesser.com/ articles/ talking_about_sex.pdf.
4. “Silence Breeds Babies,” Campaign For Our Children, Inc., 2008, www.cfoc.org/index.php/parent-resource-center/talking-with-your-kids-aboutsex/.

Боби 10. Дар кадом синну сол «фурсат»-и он аст, ки ба кӯдак дар бораи шаҳват гап занед?

1. Jen Boyer, “Talking to Kids About Sex,” Balanced Living, www.balancedmag.com/2011/06/talking-to-kids-about-sex.
2. Alice Park, “Parents’ Sex Talk with Kids: Too Little, Too Late,” *Time*/CNN, Dec. 2007, 2009; www.time.com/time/health/article/0,8599,1945759,00.html; emphasis (italics) added by authors.
3. Boyer.
4. Sue Simonson, “The Forgotten Years: Ones that may well be the key to Teen Pregnancy Prevention,” Without Regret, accessed February 14, 2012, www.without-regret.org/tier2/articles.html.
5. “Broaching the Birds and the Bees,” WebMD, November 26, 2001, www.webmd.com/sex-relationships/features/broaching-birds-bees.
6. Adapted from “How to Talk to Your Kids about Sex,” Keeping Kids Healthy, accessed 2012, www.montekids.org/kkh/topics/how-to-talk-toyour-kidsabout-sex/.
7. Dr. Corey Allan, “How To Talk To Your Children About Sex,” Simple Mom, June 14, 2010, http://simplemom.net/how-to-talk-to-your-childrenabout-sex/.

Боби 11. Оё «гуфтугӯи ҷиддӣ» кардан меарзад»?

1. M. Raffaelli, K. Bogenschneider, and M. F. Flood, “Parent-teen Communication about Sexual Topics,” *Journal of Family Issues*, vol. 19, pp. 315–333.
2. Deb Koster, “Talking to Kids About Sex,” Family Fire, April 13, 2007, familyfi re.com/parenting/articles/Talking-to-Kids-About-Sex.
3. “Talking with Kids: A Parent’s Guide to Sex Education,” National PTA, Chicago, IL, 2002, p. 9, accessed at http://eric.ed.gov/PDFS/ED470698.pdf.
4. “How to talk to your child about sex,” Psychologies, accessed Feb. 2, 2012, www.psychologies.co.uk/family/how-to-talk-to-your-childabout-sex/.

Боби 12. Агар бо фарзанди худ дар бораи шаҳват гап назанед, чӣ рӯй дода метавонад?

1. Jack Wellman, “How to Talk to Your Children about Sex? A Christian Perspective,” What Christians Want to Know, July 14, 2011, www.whatchristianswanttoknow.com/how-to-talk-to-your-children-about-sex-a-christianperspective/.

2. Jill Manning, "Why the Government Should Care about Pornography," testimony before U.S. Senate Committee on the Judiciary, Nov. 10, 2005. Web 9, Nov. 2005, www.heritage.org/Research/Testimony/PornographysImpact-on-Marriage-amp-The-Family.

Боби 13. Оё мавзӯи шаҳват боиси кунҷковии беандозаи фарзандам намешавад?

1. National Physicians Center for Family Resources, "Sex Talk Starters," Pureintimacy.org, www.pureintimacy.org/piArticles/A000000596.cfm.
2. Clea McNeely, MA, DrPH, and Jayne Blanchard, "The Teen Years Explained: A Guide to Healthy Adolescent Development," Center for Adolescent Health at Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, 2009.
3. McNeely and Blanchard.
4. Margaret Renkl, "The Birds and the Bees and Curious Kids," Parenting.com, accessed Feb. 14, 2012, www.parenting.com/article/kids-and-sexuality.

Боби 15. Барои ин чӣ қадар дониш даркор аст?

1. Clea McNeely, MA, DrPH, and Jayne Blanchard, "The Teen Years Explained: A Guide to Healthy Adolescent Development," Center for Adolescent Health at Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, 2009.
2. Keith Ferrell, "Adolescent Sexuality: Talk the Talk Before They Walk the Walk," Healthy Children Magazine, winter 2008, www.healthychildren.org/ English/ages-stages/teen/dating-sex/pages/Adolescent-Sexuality-Talk-theTalk-Before-They-Walk-the-Walk.aspx?nfstatus=401&nftoken=000000000000-0000-0000-000000000000&nfstatusdescription=ERROR%3a+No+local+token.
3. Kristin Zolten, MA, and Nicholas Long, PhD, "Talking to Children About Sex," Center for Effective Parenting, 1997, www.parenting-ed.org/handouts/sex.pdf.

Боби 16. Шояд, баъзе мавзӯъҳоро сарфи назар кардан беҳтар аст?

1. Jerald Newberry, "When Kids Ask Tough Questions About Sex," Advocates for Youth, 2008, www.advocatesforyouth.org/parents/176?task=view.
2. Kristin Zolten, MA, and Nicholas Long, PhD, "Talking to Children About Sex," Center for Effective Parenting, 1997, www.parenting-ed.org/handouts/sex.pdf.
3. Jack Wellman, "How to Talk To Your Children about Sex? A Christian Perspective," What Christians Want to Know, July 14, 2011, www.whatchristianswanttoknow.com/how-to-talk-to-your-children-aboutsex-a-christian-perspective/.

Боби 17. Сари чанд вақт бо фарзанди худ дар бораи шаҳват гап задан даркор аст?

1. "How to Talk to Your Kids About Anything," Talking With Kids About Tough Issues—a national campaign by Children Now and the Kaiser Family Foundation, www.talkwithkids.org/fi rst.html.
2. Margaret Renkl, "The Birds and the Bees and Curious Kids," Parenting.com, accessed Feb. 14, 2012, www.parenting.com/article/kids-and-sexuality.
3. Steven C. Martino, PhD, Marc N. Elliott, PhD, et al., "Beyond the 'Big Talk': The Roles of Breadth and Repetition in Parent-Adolescent Communication About Sexual Topics," *Pediatrics*, 2008, http://pediatrics.aappublications.org/content/121/3/e612.full.html.

Боби 18. Агар ман бо фарзандам оид ба ҳамон як мавзӯъ гап задан гирам, оё ӯ маро шахси дилбазан намеҳисобад?

1. "Families are Talking—Teens Talk About TV, Sex, and Real Life," SIECUS Report Supplement, http://one.center-school.org/search-document-detail.php?ID=827.
2. Linda Klepacki, "What Your Teens Need to Know About Sex," Focus on the Family, 2005, www.focusonthefamily.com/lifechallenges/love_and_sex/ purity/what_your_teens_need_to_know_about_sex.aspx.
3. Adapted from "Teachable Moments," the "Wait for Sex" parent workshop curriculum, ReCAPP—ETR Associates' Resource Center for Adolescent Pregnancy Prevention, 2004, www.etr.org/recapp/documents/freebies/teachablemoments.pdf.
4. Task Force on the Sexualization of Girls, "Report of the APA Task Force on the Sexualization of Girls," American Psychological Association, 2010; www.apa.org/pi/women/programs/girls/report-full.pdf.
5. Adapted from "Families are Talking—Teens Talk About TV, Sex, and Real Life," SIECUS Report Supplement, http://one.center-school.org/searchdocument-detail.php?ID=827.
6. Wendy L. Sellers, "Talking to Your Child about Relationships and Sexuality," EduGuide, accessed February 15, 2012, www.eduguide.org/library/viewarticle/339.
7. "Talking to Your Teen About Sexuality," Hillsborough County University of Florida Extension, http://hillsboroughfcs.ifas.ufl .edu/FamilyPubsA-Z/sexuality.pdf.
8. "Talking to Your Teen."
9. "Talking to Your Teen."
10. "Talking to Your Teen."
11. "Talking to Your Teen."

12. “Talking to Your Teen.”
13. Esther J. Cepeda, “Talking to Kids About Sex: Conversations Worth Having,” *Seattle Times*, October 9, 2011, http://seattletimes.nwsource.com/html/ opinion/2016439742_cepada10.html.
14. Deb Roffman, “Talking to Your Kids About Sex: Deborah Roffman Offers Parents Advice,” Make it Better, www.makeitbetter.net/family/parenting/ 939talking-to-your-kids-about-sex-deborah-roffmanoffers-parents-advice.

Боби 19. Сари чанд вақт назорат кардан даркор аст, ки фарзандатон бо чӣ корҳо машғул мешавад?

1. Ин қисм ба шарофати Ҷошуа ДеВрис ба дунё омад.

Боби 20. Гузаштан аз кадом ҳудуд дар назорат бар рафтори фарзанди худ дахолат ба фазои шахсии ӯ мешавад?

1. Mary VanClay, “How to talk to your child about sex,” BabyCenter LLC., accessed Feb. 15, 2012, http://cdrcp.com/pdf/How20to%20talk%20to%20 your%20 child%20about%20sex.pdf.

Боби 21. Ба «муҳаббати аввалин»-и фарзанди худ чӣ гуна аксуламал бояд кард?

1. “Talking to Your Teen About Sexuality,” Hillsborough County University of Florida Extension, http://hillsboroughfcs.ifas.ufl .edu/FamilyPubsA-Z/sexuality.pdf.
2. Clea McNeely, MA, DrPH, and Jayne Blanchard, “The Teen Years Explained: A Guide to Healthy Adolescent Development,” Center for Adolescent Health at Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, 2009.
3. “Talking Back,” The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, 2012, www.thenationalcampaign.org/parents/talking_back.aspx.Боби 22. Кадом қоидаҳо ё ҳудудҳоро дар масъалаи шаҳват барои фарзанди худ муқаррар кардан даркор аст?

Боби 22. Кадом қоидаҳо ё ҳудудҳоро дар масъалаи шаҳват барои фарзанди худ муқаррар кардан даркор аст?

1. “Talking Back,” The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, 2012, www.thenationalcampaign.org/parents/talking_back.aspx.
2. “Ten Tips for Parents: To Help Their Children Avoid Teen Pregnancy,” The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, accessed Feb. 6, 2012, www.thenationalcampaign.org/resources/toTips.aspx.
3. Glenn T. Stanton, “The Most Effective Deterrent,” PureIntimacy.org, accessed Feb. 16, 2012, http://www.pureintimacy.org/piArticles/A000000608.cfm.

4. Eileen M. Hart, “Teens, Sex and Media,” 2002, accessed Feb. 13, 2012, http://www.frankwbaker.com/MediaLitEd.pdf.
5. “Pornography Statistics,” Covenant Eyes, www.covenanteyes.com/ 2010/01/06/updated-pornography-statistics/.
6. “Youth Risk Behavior Surveillance—United States, 1995, Surveillance Summaries,” *Morbidity and Mortality Weekly*, September 27, 1996.
7. “The Truth About Adolescent Sexuality,” Education.com, quoting the Sexuality Information and Education Council of the United States, 2005, www.education.com/reference/article/Ref_Truth_About/.
8. “How Can I Lovingly Snoop On My Teen?” Harvest USA, 2007, www.harvestusa.org/index.php?option=com_content&view=article&id=172%3Ahow-can-i-lovingly-snoop-on-my-teen&catid=15%3Acontactus&Itemid=1.
9. “How Can I Lovingly Snoop On My Teen?”
10. “How Can I Lovingly Snoop On My Teen?”
11. “Teaching Children About Healthy Sexuality,” Health and Fitness, May 2, 2011, http://www.kylegabouer.com/teaching-children-about-healthy-sex uality.html.

Боби 23. Оё чунин фикр кардан дуруст аст, ки наврасон то оиладоршавӣ «тоқат мекунанд»?

1. Adapted from Lakita Garth, *The Naked Truth: About Sex, Love and Relationships* (Ventura, CA: Gospel Light, 2007), p. 135.

Боби 24. Ба фарзанди худ тарзи муносибатро бо намояндагони ҷинси муқобил чӣ гуна бояд ёд дод ?

1. Dr. Corey Allan, “How to Talk to Your Children About Sex,” Simple Mom, June 14, 2010, http://simplemom.net/how-to-talk-to-your-childrenabout-sex.

Боби 25. Ба фиристодани СМС-паёмакҳои фосиқона чӣ гуна муносибат бояд намуд ва бо ин чӣ бояд кард?

1. Al Menconi, “Responsible Text Messaging Tips,” August 18, 2011, http://almenconi.blogspot.com/2011/08/responsible-text-messaging-tips.html.
2. Menconi.
3. Menconi.
4. Иқтибос аз китоби: Sharon Jayson, “Parents, talk about sex, even if teens tune you out,” *USA Today*, Oct. 13, 2011, www.usatoday.com/news/health/wellness/ teen-ya/story/2011-10-12/Experts-Talk-sex-with-your-teen-even-if-theytuneyou-out/50745740/1.

Боби 26. Ба фарзанди худ дар муқобилат ба фишори шаҳвонӣ чӣ тавр ёрӣ бояд дод?

1 “Helping Teens Resist Sexual Pressure,” HealthyChildren.org, quoting American Academy of Pediatrics, “Caring for Your Teenager,” accessed February 14, 2012, www.healthychildren.org/English/ages-stages/teen/dating-sex/pages/Helping-Teens-Resist-Sexual-Pressure.aspx.

2. “Parenting—Talking to Your Teen about Sex and Oral Sex,” Dr. Phil.com, accessed Feb. 15, 2012, www.drphil.com/articles/article/51.

Боби 28. Бисёрии фарзандон бовар намекунанд, ки шаҳвати даҳонӣ низ секс аст. Ин иштибоҳро чӣ гуна бояд аз байн бурд?

1. Jim Liebelt, “Culture Snapshot of Adolescent Sex and Sexuality,” January 29, 2007, HomeWord Center for Youth and Family, www.homeword.com/ culture-snapshot-adolescent-sexuality-ta-a-1161.html.
2. Liebelt.
3. Дар соли 2003 Ташкилоти «Kaiser Family Foundation» (KFF) ҳамроҳи редаксияи маҷаллаи «Seventeen» якчанд пурсишҳои миллӣ гузаронидааст.
4. B. L. Halpern-Felsher et al., “Oral versus vaginal sex among adolescents: Perceptions, attitudes, and behavior,” *Pediatrics*, 2005 (vol. 115, no. 4), pp. 845–851. Debby Golonka, “Talking with children about sex,” Revolution Health, April 22, 2008, www.revolutionhealth.com/healthy-living/parenting/talking-with-children-about-sex.
5. Chris Wagner, “Oral Sex is Sex, and Most Teens Don’t Know it,” Center for Parent/Youth Understanding, www.cpyu.org/pageview_p.asp?pageID=18565.
6. Wagner.
7. Wagner.
8. Wagner.
9. Wagner.
10. Wagner.
11. “Parenting—Talking to Your Teen about Sex and Oral Sex,” Dr. Phil.com, accessed Feb. 15, 2012, www.drphil.com/articles/article/51.
12. Roxanne Khamsi, “Oral sex can cause throat cancer,” *NewScientist*, May 9, 2007, www.newscientist.com/article/dn11819-oral-sex-can-cause-throatcancer.html.
13. Julie Sharp, “Oral Sex Linked to Throat Cancer: A virus contracted through oral sex is the cause of some throat cancers, say US scientists,” BBC News, May 10, 2007, http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/6639461.stm.
14. Sharp.

Боби 29. Чӣ гуна худбаҳодиҳии солим фарзандатонро аз шаҳвати пеш аз оиладоршавӣ ҳифз мекунад?

1. Rob Jackson, “Teaching Children Healthy Sexuality,” Focus on the Family, 2004, www.focusonthefamily.com/parenting/sexuality/teaching_children_healthy_sexuality.aspx.
2. The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, *Rethinking Responsibility: Refl ections on Sex and Sexuality* (Washington, DC: The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, 2009).
3. Laura Flynn McCarthy, “Pregnancy Test,” *Family Circle*, February 2011, www.familycircle.com.
4. “Talking With Kids About HIV and AIDS,” Talk With Your Kids, www.talkwithyourkids.org/aids.html.

Боби 30. Шаш воситаи волидони хирадманд шудан, ки бо фарзанди худ дар бораи шаҳват гап мезананд

1. “The Truth About Adolescent Sexuality,” SIECUS—the Sexuality Information and Education Council of the United States, www.siecus.org/pubs/fact/fact0020.html.
2. Glenn T. Stanton, “The Most Effective Deterrent,” PureIntimacy.org, accessed Feb. 16, 2012, www.pureintimacy.org/piArticles/A000000608.cfm.
3. The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, “Bridging the Divide: Involving the Faith Community in Teen Pregnancy Prevention,” October 10, 2007, www.thenationalcampaign.org/resources/pdf/Bridging_FINAL.pdf.
4. Laura Flynn McCarthy, “Pregnancy Test,” *Family Circle*, February 2011, www.familycircle.com.
5. The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, *Rethinking Responsibility: Refl ections on Sex and Sexuality* (Washington, DC: The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, 2009).
6. R. Lerner, “Can Abstinence Work?: An Analysis of the Best Friends Program,” *Adolescent & Family Health*, 2005 (vol. 3, no. 4), pp. 185–192; as quoted in The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, *Rethinking Responsibility: Refl ections on Sex and Sexuality* (Washington, DC: The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, 2009).

Мундариҷа

Боби 1. Ҳамагӣ дар як клик..7

ҚИСМИ I
Шаҳват як қисми нақшаи Худо

Боби 2. Шаҳват ба инсон, ки ба сурат ва шабоҳати Худо офарида шудааст, дода шудааст..25

Боби 3. Шаҳват: ҳаловат дар чаҳорчӯбаи оиладорӣ....................35

Боби 4. Дар бораи шаҳват дар заминаи муносибатҳои наздик чӣ гуна гуфтугӯ кардан лозим аст 49

Боби 5. Хиштчаҳо барои бунёд намудани муносибатҳои наздик 67

ҚИСМИ II
Маслиҳатҳо ва идеяҳо барои суҳбатҳои шумо

Боби 6. Кӣ ё чӣ ба рафтори фарзандатон таъсир мерасонад? 81

Боби 7. Фарзандатон аз кӣ дар бораи шаҳват донистан мехоҳад?..84

Боби 8. Чаро бо фарзанди худ дар бораи шаҳват гап задан даркор аст? 86

Боби 9. Оё гуфтугӯҳо дар бораи шаҳват кӯдаконро ба таҷрибаҳо водор намекунанд? 89

Боби 10. Дар кадом синну сол «фурсат»-и он аст, ки ба кӯдак дар бораи шаҳват гап занед? 91

Боби 11. Оё сар кардани «гуфтугӯи ҷиддӣ» меарзад? 98

Боби 12. Агар бо фарзанди худ дар бораи шаҳват гап назанед, чӣ рӯй дода метавонад? 103

Боби 13. Оё мавзӯи шаҳват боиси кунҷковии беандозаи фарзандам намешавад? 106

Боби 14. Дар хусуси «номҳои махфӣ» барои баъзе узвҳои бадан чӣ гуфтан мумкин аст? 109

Боби 15. Барои ин чӣ қадар дониш даркор аст? 111

Боби 16. Шояд, баъзе мавзӯъҳоро сарфи назар кардан беҳтар аст? 115

Боби 17. Сари чанд вақт бо фарзанди худ дар бораи .... шаҳват гап задан даркор аст? 118

Боби 18. Агар ман бо фарзандам оид ба ҳамон як мавзӯъ гап задан гирам, оё ӯ маро шахси дилбазан намеҳисобад? 121

Боби 19. Сари чанд вақт назорат кардан даркор аст, ки фарзандатон бо чӣ корҳо машғул мешавад? 133

Боби 20. Гузаштан аз кадом ҳудуд дар назорат бар рафтори фарзанди худ дахолат ба фазои шахсии ӯ мешавад? .. 141

Боби 21. Ба «муҳаббати аввалин»-и фарзанди худ чӣ гуна аксуламал бояд кард? 144

Боби 22. Кадом қоидаҳо ё ҳудудҳоро дар масъалаи шаҳват барои фарзанди худ муқаррар кардан даркор аст? 147

Боби 23. Оё чунин фикр кардан дуруст аст, ки наврасон то оиладоршавӣ «тоқат мекунанд»? 157

Боби 24. Ба фарзанди худ тарзи муносибатро бо намояндагони ҷинси муқобил чӣ гуна бояд ёд дод? 161

Боби 25. Ба фиристодани СМС-паёмакҳои фосиқона чӣ гуна муносибат бояд намуд ва бо ин чӣ бояд кард? 164

Боби 26. Ба фарзанди худ дар муқобилат ба фишори шаҳвонӣ чӣ тавр ёрӣ бояд дод? 168

Боби 27. Чӣ гуна ҷавонписар ё духтари аз ҷиҳати шаҳвонӣ фаъол тарзи зиндагии худро дигар карда метавонанд? 173

Боби 28. Бисёрии фарзандон бовар намекунанд, ки шаҳвати даҳонӣ низ алоқаи ҷинсӣ аст. Ин иштибоҳро чӣ гуна бояд аз байн бурд? 179

Боби 29. Чӣ гуна худбаҳодиҳии солим фарзандатонро аз алоқаи ҷинсии пеш аз оиладоршавӣ ҳифз мекунад? ... 184

Боби 30. Шаш воситаи волидони хирадманд шудан, ки бо фарзанди худ дар бораи шаҳват гап мезананд 188

Тавзеҳот 205

Ҷош ва Доттӣ Макдауэлл

ГУФТУГӮИ РӮЙРОСТ БО НАВРАС