

911: Psixologik birinchi tez yordam

**Josh Makdauell**  
**Ed Styuart**

## **REJALASH TIRILMAGAN HOMILADORLIK**

### **MUNDARIJA**

#### **Minnatdorchilik**

**Stefanining hikoyasi. 1–qism**

**Stefanining hikoyasi. 2–qism**

**Stefanining hikoyasi. 3–qism**

**Stefanining hikoyasi. 4–qism**

**Mualliflar haqida**

### **MINNATDORCHILIK**

Biz Texas shtati, Ostin shahridagi Intimate Life Ministries direktori Devid Fergysonga «911: Psixologik birinchi tez yordam» turkumini yaratishga katta hissa qo‘shgani uchun minnatdorchilik bildiramiz. Devidning ta’siri, Intimate Life Ministries tamoyillari bilan bir qatorda ushbu turkumning har bir kitobida seziladi. Devid bizga qanday qilib boshqalar uchun Xudoning tasallisi, qo‘llab–quvvatlovchisi va daldasi bo‘lishni ko‘rsatdi.

Shuningdek, Josh Makdauellning yigirma uch yil davomidagi hamkasbi Deyv Bellisga «911: Psixologik birinchi tez yordam» turkumining barcha qismlarini tayyorlashda yordam bergani uchun tashakkur bildiramiz. Ushbu turkumning kitoblarida bayon etilgan hikoyalar u tomonidan yozilgan Youth in Crisis Resource (“Inqiroz vaziyatidagi yoshlar”) dasturlaridan olingan. Deyvdan uning qobiliyatlari va bu ishda ishtirok etgani uchun juda minnatdormiz.

Va nihoyat, Word Publishing nashriyotidan noshirimiz Joui Polga, bu loyihaga nafaqat ishonganligi, balki uni muntazam qo‘llab–quvvatlagani uchun minnatdorchilik bildiramiz.

### **STEFANINING HIKOYASI. 1–QISM**

Stefani burchakda g‘oyib bo‘lguncha onasining mashinasi uydan uzoqlashib ketayotganini derazalardagi pardalar ortida kuzatib turdi. Keyin mashina qaytib kelmasligiga ishonch hosil qilish uchun uy oldidagi kimsasiz ko‘chaga uzoq tikildi.

– Stefani, o‘zingga bir qaragin! – dedi Keyt kulib. – Sen josusga o‘xshaysan.

Stefani Kuper va Keyt Xolms o‘n yetti yoshda edilar va to‘rtinchi sinfdan beri do‘st bo‘lishgan. Qizlar katta akalari do‘st bo‘lgani uchun tanishib qolishdi.

Yozgi ta’til ham o‘z nihoyasiga yetayotgan edi, ikki haftadan so‘ng ular orziqib kutgan bitiruv yili boshlanishi kutilyapti.

– Onam ba’zan uyda nimanidir unutib, qaytib keladi, – dedi Stefani, derazadan tashqariga qarab. – Uning oziq-ovqat do‘konida kassir bo‘lib ishlagan onasi bugun kechki smenada edi, soat 17:30 dan yarim tungacha. Stefani onasi qaytib kelmasligiga ishonch hosil qilishni xohladi, chunki u Keyt bilan unga halaqit berishlarini xohlamasdi.

– Sen avval kinoga, keyin pitsseriyaga borishni afzal ko‘rasanmi? – deb so‘radi Keyt. U polda o‘tirib, gazetadagi "Bo‘sh vaqt" sahifasini ko‘rib chiqayotgandi. – Kechki soat oltigacha chiptalar yarim narxga sotilar ekan.

Nihoyat onasining ketganiga ishonch hosil qilgan Stefani dugonasiga yuzlandi.

– Men hech qayerga ketmoqchi emasman, – dedi u chuqur xo‘rsinib.

Keyt gazetadan boshini ko‘tarib, unga hayrat bilan qaradi:

– Axir kecha o‘zing bugun avval kinoteatrga boraman, keyin esa pitssa yeyman deb aytmaganmiding?

Stefani uning yoniga o‘tirdi.

– Ha, bilaman, lekin bu kecha edi.

– Aytchi, nima yuz berdi? Sen hali ham grippdan tuzalmadingmi?

– Yo‘q, grippning bunga aloqasi yo‘q.

– Xo‘sh, nima bo‘ldi? – Keyt tushuntirishni intiqlik bilan kutayotgandi.

Stefani asabiy tarzda tirnoqlari bilan ovora bo‘ldi.

– Biz sen bilan gaplashib olishimiz kerak, – dedi u dugonasining ko‘ziga qaramaslikka urinib.

Bu so‘zlar bilan ular odatda jiddiy suhbatni boshlashardi. Ularning ikkalasi ham buning ortidan muhim gaplar boshlanishini bilishardi. Yetti yillik do‘stliklari davomida ular bu so‘zlardan bir necha marta foydalanishgan. Bir marta Stefani bu iborani yigit tufayli ularning yaqin munosabatlari shiddatli raqobatga aylanganda aytgandi. Qizlar suhbatlashgandan so‘ng, ular hech qanday yigit u tufayli o‘z munosabatlarni xavf ostiga qo‘yishga arzimastligiga qaror qilishdi. Va Keyt o‘z hayotini Masihga berganida, "Biz gaplashib olishimiz kerak", dedi. Do‘sti bilan sodir bo‘lgan o‘zgarishlar Stefanida shunday taassurot qoldirdiki, u ham jamoatga bora boshladi va ikki oydan keyin Isoga ishondi. Ular Masihda opa–singil bo‘lganlaridan keyin, ularning do‘stligi yanada mustahkamlandi.

Stefani Keytning unga qaraganini sezdi.

– Nima bo‘ldi, Stefani? – jiddiy ohangda so‘radi u.

Stefani javob berishni istamadi. Deyarli uch oy davomida u hech qanday dahshatli narsa bo‘lmaganiga o‘zini ishontirishga harakat qildi. Va u deyarli ishondi, lekin ikki soat oldin u o‘zini aldayotganini tushundi.

– Xo‘sh, nima bo‘ldi, Stefani? – mehribon opa kabi Keyt, nima bo‘lganini aniqlab olishga harakat qildi. U dugonasiga egilib, qo‘lini tizzasiga qo‘ydi.

– Menga aytishing kerak. Nima bo‘lganda ham, bilasan–ku, men seni tushunaman.

Stefanini umidsizlik va vahima to‘lqini bosib oldi. Nihoyat boshini ko‘targanida iyagi qaltirab, uning ko‘zlaridan yosh oqardi.

– Keyt, men homiladorman.

Va shu so‘zlardan keyin esa to‘g‘on yorilib ketgandek bo‘ldi – qiz endi gapira olmas edi. U qo‘llari bilan yuzini yopib olib, yig‘lab yubordi.

– Yo‘q, Stefani! – qichqirib yubordi Keyt. U tizzada o‘tirganicha dugonasining yelkasidan ushlab oldi. Stefani bir daqiqa davomida yig‘ladi va Keyt ham u bilan birga yig‘ladi.

Ular bir oz tinchlanishganda, Keyt dedi:

– Nima sodir bo‘ldi? Balki shunchaki sening oy kuningni kelishi o‘zgarib ketgandir? Ba’zida bu qizlar bilan sodir bo‘ladi, ammo bu ularning

homiladorligini anglatmaydi. Ehtimol, bu boshqa narsadir, sen buni aniq bilmaysan.

Stefani javob bera olishiga kamida yarim daqiqa kerak bo'ldi. U Keyt bergan ro'molcha bilan ko'zlari va burnini artirdi va dedi:

– Ishonchim komil. Bugun shifokorga bordim. Ikki oydan beri hayz ko'rmadim. Gripp deb o'ylaganim, aslida homiladorlik paytida tez-tez uchraydigan hodisa ekan. Mening homilamga deyarli uch oy bo'ldi, Keyt. Men... men... – Yangi ko'z yoshlari oqimi unga gapini tugatishiga to'sqinlik qildi.

– Oh, Stefani ... – Keyt xo'rsinib, yana yig'lab yubordi. Keyt do'stini mehr bilan quchoqladi va u bilan yig'lab, ohista takrorladi: – Hechqisi yo'q, men sen bilan. Biz buni birga hal qila olamiz.

Bir necha daqiqadan so'ng ular yana bir-biriga qarama-qarshi, polda o'tirishgandi va Keyt hamon Stefanining qo'lidan ushlab turardi.

– Onang-chi? – deb so'radi Keyt.

Stefani boshini chayqadi.

– U hech narsani bilmaydi. Sendan, mendan va shifokordan boshqa hech kim bilmaydi.

Ular yana bir daqiqa jim o'tirishdi, faqat vaqti-vaqti bilan yig'lashardi. Stefani Keytga tasalli uchun va bunday vaziyatlarda “Kim? Qachon? Qanday qilib?” kabi savollar bilan uni bezovta qilmagani uchun minnatdor edi. Biroq, Stefani Keyt buni bilishi kerakligini tushunar edi.

– Iyun oyining boshida onam bilan men G'arbiy sohildagi buvimning dafn marosimiga uchib ketganimizni eslaysanmi?

– Ha, sen bir haftaga ketgan eding.

Stefani bosh chayqadi.

– Xullas, o'sha yerda Brent ismli yigit bor edi. Kichkinaligimda har yozda bir-birimizni ko'rardik, ta'tilga dadamning ota-onasinikiga o'sha yerga borar edim. Biz birga o'ynar edik va hatto bir-birimizni yoqtirar edik – jiddiy hech narsa yo'q edi, biz bola edik. To'rt yil oldin onam va dadam ajrashganida, men yozda u yerga borishni to'xtatdim va Brentni boshqa eslamas edim. Iyun oyida u bilan uchrashib, ko'zlarimga ishonmadim. U shunchalik o'zgargan va juda ulg'aygan edi... Men bo'sh vaqtimni u bilan o'tkazdim. Biz birga o'zimizni juda yaxshi his qilardik! Bolalikdagi sevgi qaytdi, lekin biz endi bola emas edik. Hamma narsa birin-ketin ro'y bera boshladi va bir kun, bu juma kuni kechqurun edi, biz... o'zimizni to'xtata olmadik. Butun hafta xuddi tushdagidek o'tdi. Men o'zimni, o'shanda sodir bo'lgan hamma narsa hisobga olinmaydi deb ishontirishda davom etdim. Uyga kelib, qilgan ishimdan pushaymon bo'lib, uni xotiramdan o'chirishga harakat qildim. Men senga hech narsa demadim, chunki gapirishga arziydigan gap borligini tan olishni xohlamasdim. Keyin hayz ko'rmadim, birinchi oy, keyin ikkinchi, ertalablari ko'nglim aynishni boshladi. Men buning sababini aniq bilib olishim kerakligini angladim. Men buni bugungacha qoldirdim va agar homiladorlik testi ijobiy bo'lmaganida, hech narsa bo'lmaganiga o'zimni ishontirishda davom etgan bo'lardim.

Ular bir muddat jim turishdi. Keyin Keyt so'radi:

– Bu haqda Brentga aytmoqchimisiz?

Stefani ko'zlarini olib qochdi.

– Men nima qilishni bilmayman, Keyt, – dedi u chuqur xo'rsinib. – Ikki soat oldin butun hayotim o'zgardi. Men sarosimadaman va juda uyalmoqdaman. Men o'zimdan jirkanyapman. Bitiruv yiliga qilgan barcha rejalarimiz... – Va past ovozda takrorladi: – Men nima qilishni bilmayman.

Keyt qaddini rostladi.

– Kim yordam berishi mumkinligini bilaman. Biz Jenni bilan gaplashishimiz kerak.

Jenni Shou va uning turmush o'rtog'i Dag, Keyt va Stefani a'zo bo'lgan jamoatda yoshlar ishlarini tashkil qilishda ko'ngillilar bo'lishgan. Jenni ikkala qizga ham Masihga ishonganlaridan keyin bir necha hafta davomida maslahat berar edi.

– Men bu haqda Jenniga ayta olmayman, – dedi Stefani. – Va men onamga aytishni o'ylashdan ham qo'rqaman. – Jamoatning bu haqda bilishini xohlamayman. Men shunchaki... ketmoqchiman.

Keytning yuzida hayrat aks etildi.

– Sen G'arbiy sohilga ko'chib ketmaysan, shunday emasmi?

Stefani butunlay ezilganini his qildi. Birozdan keyin u javob berdi:

– Bilmayman, Keyt. Men Brentga oshiqman deb ayta olmayman, lekin bir kun kelib uni sevib qolarman. Men onamga qanday aytishni bilmayman va chaqaloq bilan nima qilishni bilmayman. Men shunchaki qochib ketib, biron joyga yashirinishni istayman.

– Men seni yaxshi ko'raman, Stefani va bunga yo'l qo'ymayman, – dedi Keyt qat'iy ohangda. – Biz buni har doimgidek – birgalikda hal qilamiz. Ammo biz buni yolg'iz qila olmaymiz. Biz Jennini chaqirishimiz kerak. U senga nima qilish kerakligini tushuntiradi va u bu haqda hech kimga aytmaydi.

Stefani Keyt haq ekanini bilar edi, lekin o'zini juda noqulay his qildi.

– Balki uning vaqti bo'lmas, – deb inkor etishga harakat qildi Stefani.

Bu Keytga kerak bo'lgan narsa edi. U telefon kitobini olib dedi:

– Qo'ng'iroq qilmagunimizcha buni bila olmaymiz.

Dag va Jenni Shou shahar markazida mini-bosmaxonaga egalik qilishardi. Keyt raqamni topdi va uni tera boshladi.

– Keyt, men ...

– Menga ishon, Stefani. Men seni noqulay vaziyatga qo'yadigan hech narsa qilmayman.

Telefon qo'ng'irog'iga Jenni Shou javob berdi. Stefani suhbatni tinglagunicha, Keyt, uchalasi uchrashishini tashkillashtirdi. Jennining eri Dag, erkaklar uchun jamoat anjumaniga kechki soat otilarda ketayotgan edi va ular birinchi navbatda Stefani va Keyt pitssa sotib olib, keyin soat olti yarimda, ular Jennining uyiga borishiga va unikida tunab qolishiga kelishib olishdi. Keyt Jenniga Stefani bilan bo'lgan voqea haqida hech narsa demadi.

Bir necha soatdan keyin Stefani istamay Keytning ortidan Jennining uyiga yaqinlashib qoldi. Ular o'zlari bilan uxlash uchun maxsus qoplarni va katta pitssa olib kelishayotgandi. Jenni xursandchilik bilan salomlashgani va uning quchog'i Stefaning kayfiyatini biroz ko'tardi.

– Qo'ng'iroq qilganingdan juda xursandman! – dedi Jenni. – Dag dam olish kunlarida uyda bo'lmaydi, bugun menga yaxshi sheriklar kerak.

Stefani shifokorga tashrif buyurganidan keyin uni doimo qamrab olayotgan g'am va tushkunlik hissini yashirishga harakat qildi. Ular stol atrofiga o'tirishganda, Jenni uning ma'yus yuzini ko'rib, so'radi:

– Senda hammasi joyidami?

Stefani boshqa o'zini tuta olmadi. Qutidagi pitssa sovib turguncha, u yig'laganidan nafasi tiqilib, homiladorligi haqida gapirib berdi. Jenni va Keyt unga yaqinlashishdi.

– Hammasi yaxshi, yig'la, Stefani, – deb ikkalasi ham, ko'zlarida yosh bilan uni ruhlantirdilar. – Sen yig'lab olishing kerak.

Avval qat'iyatsizlikni boshdan kechirgan Stefani, Jennining quchog'ida erib ketdi.

– Mening hayotim barbod bo‘ldi, – deb nola qildi u. – Kollejga borish u yoqda tursin, maktabni bitira olamanmi, bilmayman.

– Senga hozir qanchalik og‘ir ekanini juda yahshi tushunyapman, – dedi Jenni uni yupatishga harakat qilib. – Afsusdaman.

– Men juda uyalmoqdaman! Maktabdagi do‘stlarim bilan endi qanday ko‘rishaman? Qilgan ishlarimdan keyin masihiy ekanligimni ularga qanday aytishim mumkin?

Jenni uning yelkasini sekin silab qo‘ydi.

– Juda afsusdaman, Stefani ... Lekin biz sen bilanmiz - Keyt va men.

– Eng yomoni, men dahshatli gunoh qildim, – dedi Stefani ovozida titroq bilan – Axir, Muqaddas Kitob nikohdan oldin jinsiy aloqa qilishni taqiqlaydi va men Xudoga hech qachon bunday qilmayman deb va‘da berganman. Bilaman, Uning mendan ko‘ngli qolgan. Keyt va men turmush qurmaganimizcha bokira bo‘lib qolishga va‘da bergan edik. Men Xudoni aldadim va eng yaqin dugonamni ham. Men o‘zimni juda qadrsiz his qilyapman...

Bir necha daqiqadan so‘ng Jenni ularga birga ibodatda vaqt o‘tkazishni taklif qildi. U Stefaniga Xudo oldida his–tuyg‘ularini va aybini ifoda etishni taklif qildi, u va Keyt bu vaqtda jimgina ibodat qilishlarini aytdi.

Ular bir–birlarining qo‘llaridan ushlashdi va Stefani ibodat qilishni boshladi:

– Rabbim, mening hislarimni Senga ular haqida aytishimdan oldin ham bilasan, lekin hozir qanchalik uyalganimni Senga aytgim kelyapti. Men vaqtni orqaga qaytarib, o‘tmishni o‘zgartirishni juda hohlayman, lekin buni qila olmayman. Men bu his–tuyg‘ular yo‘qolishini xohlayman, lekin hech narsa qila olmayman.

Keyin Jenni ibodat qildi:

– Rabbim, men Stefani uchun xavotirdaman. U hozir nimalarni boshdan kechirayotganini to‘liq anglashim qiyin, lekin unga hozir qanchalik og‘ir ekanini ko‘rish men uchun qiyin. Sen uning qalbini va og‘riqlarini ko‘ryapsan. Sen uni sevishni to‘xtatmaganingni, uni qo‘llab–quvvatlashni va uning azoblarini yengillashtirishni xohlayotganingni tushunishiga yordam ber.

Keyt Xudodan dugonasiga tasalli berishini so‘radi, keyin Stefani yana ibodat qildi:

– Rabbim, men gunoh qildim. Men Sening amringni buzganimni va Seni xafa qilganimni tushunaman. Mening homiladorligim mening itoatsizligimning natijasidir. Menga buni qabul qilish qiyin, lekin men bilamanki, Sen meni sevasan. Sen O‘g‘lingni mening gunohlarim uchun o‘limga yubording. Shuning uchun men Sendan meni kechirishingni va bundan buyon hayotimni boshqarishingni so‘rayman.

Bir necha daqiqa ibodat va tasalli so‘zlaridan so‘ng, Jenni dedi:

– Bilasanmi, Stefani, sen muhim qarorlar qabul qilishing kerak. – Stefani bosh iring‘adi. – Ammo bugun buning uchun to‘g‘ri vaqt emas deb o‘ylayman. Biz hammamiz emotsional jihatdan charchaganmiz. Men kechki ovqatni, video tomosha qilishni va shunchaki birga bo‘lishni taklif qilaman. Ertalab nonushtadan keyin suhbatimizni davom ettirishimiz va bu savollarga o‘tishimiz mumkin bo‘ladi. Rozimisizlar?

Stefani tezda rozi bo‘ldi:

– Men shunchalik charchadimki, hatto o‘ylay olmayman. Ertaga ancha yaxshi bo‘ladi.

Keyt boshini qimirlatib tasdiqladi.

Keyin Stefani davom etdi:

– Men shunchaki aytmoqchimanki, siz ajoyibsiz. Hozir men bilan bo‘lganingiz men uchun juda muhim. Sizsiz nima qilishimni bilmas edim.

– Biz seni yaxshi ko‘ramiz, Stefani, – dedi Keyt. – Yana nima uchun do‘stlar kerak?

Ular bir–birlarini yana quchoqlashdi va Jenni dedi:

– Xo‘sh, endi pitssaga o‘tamiz va bu ishni qanchalik tez hal qilishimizni ko‘raylik!

### **O‘YLAB KO‘RISH UCHUN VAQT**

Stefani Kuperning muammosi kam uchraydigan hol emas. Statistika ma‘lumotlarga ko‘ra, har yili AQShda yigirma yoshgacha bo‘lgan millionga yaqin turmushga chiqmagan qizlar homilador bo‘lishadi. Ushbu homiladorlikning sakson besh foizi rejalashtirilmagan homiladorlikdir. Ularning yarmi tug‘ish, uchdan bir qismi abort, qolganlari bola tushishi bilan tugaydi. Ehtimol, bu kitobni siz Stefani kabi beixtiyor homilador bo‘lib qolgan turmushga chiqmagan qiz bo‘lganingiz uchun o‘qiyotgandirsiz. Sizda qarama–qarshi his–tuyg‘ular bo‘lishi mumkin, savollaringiz bor va siz qaror qabul qilishingiz kerakligini tushunyapsiz. Ushbu kitob sizga nima bo‘lganini va sizni kelajakda nima kutayotganini tushunishingizga yordam beradi.

Stefani hikoyasining birinchi qismidan sizga foydali bo‘lishi mumkin bo‘lgan bir nechta fikrlarni ta’kidlash muhimdir.

Avvalo, rejalashtirilmagan homiladorlik natijasida siz turli xil his–tuyg‘ularni boshdan kechirishingiz mumkin: qayg‘u, umidsizlik, achinish, qo‘rquv va hatto g‘azabni ham. Va siz vaziyatdan, homiladan, jinsiy aloqada bo‘lgan yigitdan va hatto bu sodir bo‘lishiga yo‘l qo‘ygani uchun Xudodan g‘azablanishingiz mumkin. Siz hayotingizda hech qachon yig‘lamagandek yig‘lashingiz mumkin. Siz o‘zingizni emotsional jihatdan zaif his qilishingiz mumkin.

Bu his–tuyg‘ularning barchasi odatiy va tabiiy ekanligini tushunish muhimdir: Xudo sizni shunday yaratgan. His–tuyg‘ularingiz ichki klapanga o‘xshaydi, u orqali yurak og‘rig‘i chiqib ketishi kerak. Ularni tushunish va ularga dosh bera olish muhimdir. Albatta, ularni ifodalashning sog‘lom va nosog‘lom usullari bo‘lishi mumkin.

*Inkor qilish.* Stefani singari, siz ham homilador ekanligingizga ishonishdan bosh tortishingiz mumkin. Siz homiladorlik testini qilishni, shifokorga ko‘rinishni yoki bu haqida suhbatni, hatto dastlabki belgilar aniq bo‘lsa ham, doim kechiktirishingiz mumkin. Siz dalillarni e‘tiborsiz qoldirishga harakat qilishingiz va hamma narsa o‘z–o‘zidan yo‘q bo‘lib qolishiga umid qilishingiz mumkin.

*Qo‘rquv.* Homiladorlikka nisbatan yana bir keng tarqalgan javob harakati – qo‘rquvdir. Siz ota–onangizning yoki sherigingizning homiladorligingizga nisbatan mumkin bo‘ladigan javob harakati haqida o‘ylaganingizda ko‘rqishingiz mumkin. Siz tanangizdagi o‘zgarishlardan yoki tug‘ruq paytida og‘riqdan ko‘rqishingiz mumkin. Siz do‘stlaringiz, oilangiz yoki jamoatingiz tomonidan rad etilishidan ko‘rqishingiz mumkin. Sizning qo‘rquvingiz kelajakda sizni nimalar kutayotganini bilmasligingizdan ham paydo bo‘lishi mumkin.

*Aybdorlik hissi.* Stefani singari, siz ham homilador bo‘lganingizdan o‘zingizni aybdor his qilishingiz mumkin. Siz nikohdan oldin Xudoning jinsiy aloqa qilish taqiqini buzganingizni tushunasiz. Aybdorlik hissi sizni shunchalik bog‘lab qo‘yishi mumkinki, siz boshqa hech narsa haqida o‘ylay olmaysiz.

*Uyat.* Homiladorlik atofdagilarga siz jinsiy aloqada bo‘lganligingiz haqida “xabar” berganligi tufayli, bu ko‘pincha sharmandalikka sabab bo‘ladi. Sizni beparvo yoki uni oson avrab olish mumkin bo‘lgan qiz deb hisoblashlarini

xohlamaysiz. Bokiralik obro‘ingizni yo‘qotib qo‘yganingizdan uyalasiz. Va keyingi oylarda, homiladorligingiz tashqi ko‘rinishingizni o‘zgartirganda, bu sizning qilgan ishingiz haqida doimo eslatib turishidan qo‘rqasiz.

*Afsus.* Stefani singari, siz ham vaqtni orqaga qaytara olmaganingizdan va homiladorlikka olib kelgan sharoitlarni o‘zgartira olmaganingizdan afsuslanishingiz mumkin. Va buning iloji yo‘qligini tushunishingiz sizni chuqur pushaymon qilishingizga olib keladi. Siz hayotingizni yoki do‘stingizning hayotini barbod qildingiz, ota–onangizning obro‘isini jamoatda va o‘zingiz bilgan odamlar orasida yo‘q qildingiz deb o‘ylashingiz mumkin. Va hayotingizda birinchi marta siz duch keladigan va endi oldini olish mumkin bo‘lmagan jiddiy oqibatlardan og‘riqni his qilishingiz mumkin.

Ko‘p his–tuyg‘ularingiz bilan qanday kurashasiz? Jenni va Keytning oddiy maslahati mutlaqo to‘g‘ri edi: his–tuyg‘ularingizni bostirmang, ular tashqariga chiqsin. Jenni va Keyt Stefaning yoniga o‘tirishdi va u bilan birga yig‘lashdi. Bu munosabat Isoning so‘zlarini aks ettiradi: *“Yig‘layotganlar baxtlidir, chunki ular tasalli topadilar.”* (Matto 5:4). Yig‘lash – qalbingizni og‘riqdan xalos qiladigan jarayon. Siz qayg‘u va dardingizni boshqalar bilan bo‘lishing va ular dardingizni tushunib, siz bilan birga yig‘lashadilar. Shu orqali, Xudo sizni marhamatlashni va his qilinyotgan og‘riqni yumshatishni xohlaydi. Bu kabi vaziyatda paydo bo‘lishi mumkin bo‘lgan turli xil his–tuyg‘ularning barchasini boshdan kechirish juda muhim (va foydali).

Ikkinchi muhim masala – *tasalli*. Homiladorlik haqida bilganingizda, sizga tasalli kerak. Shuning uchun Jenni va Keyt, Stefani bilan vaqt o‘tkazishdi, uni tinglashdi va u bilan yig‘lashdi. Biz uchun og‘ir paytlarda, eng katta yengillik boshqalarning bu og‘riqni biz bilan baham ko‘rishidan keladi. Xudo bizni boshqa odamlar orqali yupatadi. Havoriy Pavlus shunday deb yozgan edi: *“Rabbimiz Iso Masihning Otasi Xudoga, har turli tasallining manbai bo‘lgan Xudo – marhamatli Otaga hamdu sanolar bo‘lsin! Har xil azob–uqubatlarga uchraganimizda, Xudo bizga tasalli beradi. Shunday ekan, biz ham azob chekayotgan insonga tasalli bera olamiz. Xudo bizga bergan tasalli bilan uni ovuntira olamiz.”* (2Kor. 1:3-4). Tasalli – o‘zini tutib turish va ruhini cho‘ktirmaslikka da‘vat etishni bildirmaydi. Tasalli – bu odamlarda nima uchun muammolar borligini tushuntirishga urinish emas. Tasalli – Xudo hammasini nazorat ostida ushlab turgani haqidagi "to‘g‘ri" so‘zlar to‘plami emas. Bularning barchasi o‘z vaqtida foydali bo‘lishi mumkin, ammo bu bizning tasalliga bo‘lgan ehtiyojimizni qondirmaydi.

Bizga asosan odamlar bizning og‘rig‘imizni his qilishlari va biz bilan birga qayg‘urishlari tasalli beradi. Iso do‘sti Lazar vafot etganida tasalli xizmatini ko‘rsatdi (qarang: Yuh. 11). Iso Lazarning opa –singillari Maryam va Martaning uyiga kelganida, ular bilan birga yig‘lab yubordi (qarang: Yuh. 11:33–35). Va buni esda tutish juda muhim, ayniqsa keyin nima qilganini nazarda tutsak: esingizda bo‘lsa U Lazarni tiriltirdi (qarang: Yuh. 11:38–44).

Nega Iso yuragi ezilgan Maryam va Martaga: "Yig‘lama, Lazar tez orada hayotga qaytadi", demadi? Chunki o‘sha paytda ular qayg‘usini o‘rtoqlashadigan odamga muhtoj edilar. Iso ular bilan yig‘lab, tasalliga bo‘lgan ehtiyojlarini qondirdi. Va keyin U mo‘‘jiza yaratdi va ularning qayg‘usini quvonchga aylantirdi.

Agar biz qayg‘u paytida yolg‘iz emasligimizni bilsak, uni boshimizdan o‘tkazish biz uchun engilroq bo‘ladi. Havoriy Pavlus bizga shunday deb o‘rgatgan: *"Xursand bo‘lganlar bilan xursand bo‘linglar va yig‘laganlar bilan yig‘langlar"* (Rim 12:15). Siz qayg‘uda bo‘lganingizda, odamlar sizni yupatishni, sizni kuchli bo‘lishga undashni yoki nima uchun muammo yuz berganini tushuntirishni istab,

tasalli berishga harakat qilishlari mumkin. Shubhasiz, bu odamlar sizga g'amxo'rlik qilishadi va qo'lidan kelganicha harakat qilishadi. Lekin ular haqiqiy tasalli nima ekanligini bilmasliklari mumkin. Stefani bilan emotsional jihatdan uni tushunishga uringan Jenni va Keyt kerakli hatti-harakatni qilishib, unga chinakam tasalli berishdi. Jenni va Keytning xatti-harakatlari og'ir sharoitlarda haqiqiy tasalli berishning yaxshi namunasidir.

Shuningdek, Stefani gunoh muammosiga duch keldi va siz bilan ham shunday bo'ladi. Ammo nikohdan oldin jinsiy aloqa kechirilmaydigan gunoh emas. U qanchalik jiddiy va shu bilan birga, nafaqat o'zingiz uchun, balki boshqalar, jumladan, sherigingiz va yaqinlaringiz uchun ham halokatli bo'lmasin, albatta, tavba qilishingiz va kechirimni olishingiz kerak. *"Bordi-yu, gunohlarimizni e'tirof etsak, sodiq va adolatli bo'lgan Xudo gunohlarimizni kechirib, bizni har qanday yomonlikdan forig' qiladi (1Yuh. 1:9).* Kalomdagi bu so'zlar biz uchun qanchalik jiddiy bo'lishidan qat'iy nazar, har qanday gunohga tegishli. Sizni sevadigan va tasalli beruvchilar siz bilan birga ibodat qilishdan xursand bo'lishadi, chunki siz gunohingizga iqrar bo'lib, Xudoning kechirimini qabul qilasiz.

O'z his-tuyg'ularingizni saralash, boshqalarning tasallisini qabul qilish, gunohingizni tan olish va Xudoning kechirimini qabul qilish – rejalashtirilmagan homiladorlikka javob berishda muhim qadamdir. Biroq, Jenni eslatganidek, e'tiborga olish kerak bo'lgan boshqa jihatlar ham bor. U jihatlar farzandingizning tug'ilishi hayotiga ta'sir qiladigan kishilarga bog'liq.

## STEFANING HIKOYASI. 2–QISM

Stefani kutganidan ham yaxshiroq uxladi. U bir-ikki marta uyg'ondi va ikki safar ham yana uxlab qoldi. Keyt va Jenni og'rig'iga sherik bo'lib, uning yelkasidagi yukning bir qismini olib tashlaganga o'xshardi.

Nonushtadan so'ng Jenni, Stefani va Keyt bir piyola issiq choy bilan zalga kirishdi. Stefani, bo'lmasligini afzal ko'rgan suhbat boshlandi.

– Stefani, onangga homiladorliging haqida hozir aytib berishing juda muhim, – deb boshladi Jenni.

Stefani qotib qoldi.

– Bilaman, lekin u juda xafa bo'ladi. Otam bilan ajrashganidan keyin onamga qiyin bo'ldi. Uning hayotini qiyinlashtirishni istamayman.

– Sen bilan borishimni xohlaysanmi? – deb taklif qildi Jenni.

Stefani yengil nafas oldi.

– Ha, buni taklif qilasiz deb umid qilgandim, rahmat sizga!

– Bugun onang uydami? U bilan gaplasha olamizmi? – deb so'radi Jenni.

– Ha, bugun uning dam olish kuni, – dedi Stefani asabiylashib divanda qimirlab. – Biz unga qo'ng'iroq qilishimiz mumkin. Lekin men unga nima deyman, Jenni?

– Bu haqda nima qilish kerakligini tushunganingdan keyin, gaplashamiz – deb ishontirdi Jenni. – Dadang-chi? Nazarimda, men uni tanimayman.

Stefani boshini chayqadi.

– Dadam bizni to'rt yil oldin tark etgan. U boshqa shtatda yashaydi va biz deyarli muloqot qilmaymiz. Mening katta akam ham bor, u universitetda o'qiydi.

Jenni bosh irg'adi.

– Bu haqda ularga qanday aytishni sen va onang yaxshiroq bilasizlar.

Keyin biroz o'ylanib turib Jenni dedi:

– Endi men senga bir necha savol bermoqchiman, balki bu haqida o'ylab ko'rgandirsan. Sen bu qarorlarni hozir qabul qilishing shart emas, lekin onang



bilan gaplashishni boshlashdan oldin, sen nima qilmoqchi ekanliging haqida tasavvurga ega bo'lishing kerak.

– Yaxshi.

Jenni juda jiddiy ohang bilan gapirayotgandi.

– Avvalo, aytginchi, abort (bolani olib tashlash) haqida o'ylaganmisan?

Bu savol Stefanini ajablantirmadi:

– Agar siz bu savolni menga olti oy oldin berganingizda, men "Yo'q, mutlaqo yo'q!" – deb javob bergan bo'lardim. Men imonga kelmasimdan oldin ham abortga qarshi bo'lganman. Ammo u payt homilador emas edim. Endi nega ko'p qizlar abort qilishlarini tushundim. Bir qarashda, bu muammoning oddiy yechimi bo'lib ko'rinar ekan. So'nggi paytlarda bu yechim menga qanchalik yoqimli tuyulganidan o'zimni noqulay his qilyapman.

– Stefani, sen bu haqda o'ylamayapsan–a... – xavotir bilan gap boshladi Keyt.

– Yo'q, aslo! – Stefani uning gapini qat'iy bo'ldi. – Abort qilish gunoh ekanini bilaman va yana Xudoning amrini buzib vaziyatni qiyinlashtirmoqchi emasman. Qolaversa, mening ichimda hozir tirik odam bor, men esa Xudoni ham, odamlarni ham sevishim kerak. Abort esa o'sha bolaga nisbatan sevgining ko'rsatilmasligini bildiradi.

– Stefani, hamisha ham oson bo'lmasa–da, sening Xudoni sevish va Unga itoat qilish istagingga qoyil qolyapman – dedi Jenni.

– Men ham, – deb qo'shimcha qildi Keyt.

– Lekin menga bir narsada va'da berishingni xohlayman, – dedi Jenni. – Sen Brent, uning oilasi, qarindoshlaring yoki do'stlaring tomonidan bosim ostida bo'lishing mumkin, ular seni abort qilishga ko'ndirishga harakat qilishlari mumkin. Agar shunday vasvasaga tushib qolsang, menga qo'ng'iroq qilishingni xohlayman – kun yoki tun, soat necha bo'lishidan qat'iy nazar. Menga buni va'da qila olasanmi?

– Ha, albatta, – dedi Stefani ishonch bilan. – Mas'uliyatimni his qilish imkoniyatini berganingiz uchun tashakkur.

Jenni keyingi savolga o'tdi:

– Brentni sevasanmi? Unga turmushga chiqmoqchimisani?

Stefani qoshlarini chimirdi.

– Men hech qachon Brentni sevmaganman deb o'ylayman. Men uni deyarli tanimayman. Oramizda jiddiy munosabatlar yo'q, faqat xudbinlik bor edi. Shu asosda oila qurish mumkinmi? Qolaversa, u g'arbda yashaydi, men esa shu yerdaman. Bizda u bilan hech qanday umumiylik yo'q... Bundan tashqari. – U yiriklashayotgan qornini ko'rsatdi.

– Bolani yolg'iz o'zing tarbiyalaysanmi? – deb so'radi Jenni.

– Men hali bilmayman, – dedi javoban Stefani o'ylanganicha shiftga qarab.

– Men har doim ona bo'lishni xohlaganman va bu men uchun juda yoqimli. Lekin men hali maktabni ham tugatmaganman. Mening ish joyim yo'q va onamdan meni ham, bolani ham boqishlarini so'rash adolatsizlikdir. Bundan tashqari, farzandim ishlaydigan ona tomonidan tarbiyalangani yaxshimi yoki yo'qmi bilmayman. Men bu haqda o'ylab ko'rishim kerak.

Jenni davom etdi:

– Brent yoki uning ota–onasi buni xohlashsa, farzand tarbiyalashlari haqida qanday fikrdasan?

Stefani yana qoshlarini chimirdi.

– Men uning ota–onasini ham tanimayman. Agar farzandimni berishga qaror qilsam, u yaxshi oilada bo'lishiga ishonch hosil qilishni istardim.

– Demak, farzandlikka berish haqida allaqachon o‘ylab ko‘rgansan? – deb so‘radi Keyt.

– Men tushunaman, bu variantlardan biri, – dedi Stefani xo‘rsinib. – Ammo men bu haqda ko‘proq ma‘lumot olishim kerak. Va men buni Brent bilan muhokama qilishim kerak deb o‘ylayman.

– Demak, bolaning otasi Brent ekaniga ishonching komil, shundaymi? – deb so‘radi Jenni.

Stefani ma‘yus jilmayib qo‘ydi.

– Bu mening ilk jinsiy aloqam edi – va men homilador bo‘ldim. Ha, albatta, bolaning otasi Brent.

Jenni va Keyt yana bir soatlarcha Stefani bilan birgalikda chaqaloqning kelajagi haqida o‘ylashda qanday qaror qabul qilishi kerakligini muhokama qilishdi. Keyt va Jenni unga har qanday yordamni berishni va‘da qilishdi: uni shifokorga olib borish, bola tug‘ilgandan keyin maktabda yordam berish, agar Stefani bolani biror oilaga berishni qaror qilsa, farzand asrab olish agentliklari bilan muzokaralar olib borish.

Jenni Stefani bilan gaplashganda u onasiga nima deyishi haqida o‘ylashga yordam berdi. Keyin ular yana birgalikda qo‘l ushlab ibodat qilishdi. Keyt va Jenni Xudodan Stefaniga kelgusi oylarda donolik va sabr-toqat berishini va onasi, otasi, akasi, shuningdek, Brent va uning oilasi bilan suhbatlarda yordam berishini so‘rashdi.

Stefani Jennining uyida bo‘lgan iliq va do‘stona muhitda yana qolishni istardi. Biroq, u nima qilish kerakligini bilardi. Keytning ham uyga qaytish vaqti keldi: u akasi bilan shanba kunlari ofis pollarini yuvar edi. Keyt Stefani uchun ibodat qilishga va‘da berdi. Keyt ketganidan keyin Stefani Jennining mashinasiga o‘tirdi va ular onasi bilan uchrashish uchun jo‘nashdi.

### **O‘YLAB KO‘RISH UCHUN VAQT**

Stefani homiladorligini bilgach, boshiga tushgan muammoni yengish uchun shunchaki tasallidan ko‘proq narsa kerak. Sizga ham. Yana ikkita muhim jihat bor.

Birinchi, *qo‘llab–quvvatlashga muhtoj*siz. Tasalli va qo‘llab–quvvatlash o‘rtasidagi farq nimada? Odamlar qayg‘ularingizni his–tuyg‘ulari bilan baham ko‘rganlarida sizga kerakli tasalli beradilar va sizga amaliy yordam berganlarida, qo‘llab–quvvatlaydilar. Kundalik hayotning qiyinchiliklari og‘ir vaqtlarda ham saqlanib qoladi. Biroq, siz ularni bajarish uchun shunchaki kuchga ega bo‘lmasligingiz mumkin. Siz "*Bir–biringizning og‘irliklaringizni ko‘taranglar va shu tariqa Masihning qonunini bajaranglar*" (Galat. 6:2) amriga amal qiladigan kishining yordamiga muhtoj.

Jenni va Keyt Stefanini qanday qo‘llab–quvvatlagani haqida o‘ylab ko‘ring. Ular unga oldida turgan savollarni hal qilishga yordam berishdi. Zarur bo‘lganda shifokorga olib borishni taklif qilishdi. Ular unga homiladorlik paytida va tug‘ruqdan keyin o‘qishlarida yordam berishga va‘da berishdi. Ular, shuningdek, agar u bolani berishga qaror qilsa, farzand asrab olish agentliklari bilan ishlashda yordam berishga va‘da qilishdi. Jenni va Keyt Stefaniga nafaqat hissiy, balki amaliy yordam berishlariga ishontirishdi.

Siz boshqalarning yordamini e‘tiborsiz qoldirish yoki xatto rad etish vasvasasiga tushishingiz mumkin. Siz buni o‘zingiz hal qila olaman deb o‘ylashingiz yoki muammolaringiz bilan boshqalarni bezovta qilishni xohlamasligingiz mumkin. Biroq, shubhalaringizni bir chetga suring. Xudo biladi, ba‘zida hayotimizda boshqalarning yordamiga muhtoj bo‘lgan davrlar bo‘ladi, shuning uchun Galatyaliklarga maktubdagi so‘zlar (6:2) Muqaddas Kitobga

kiritilgan. Odamlar sizga yordam berishlariga imkon bering va ulardan minnatdor bo'ling. Bu Xudo ushbu vaqtlarda siz uchun O'zining g'amxo'rligini ko'rsatadigan usullardan biridir.

Agar sizga amaliy yordam kerak bo'lsa-yu, lekin hech kim sizga yordam bermasa-chi? Bu holda yordamni o'zingiz so'rang. Muammoingizni ishonchli do'stingiz, yoshlar hizmatkori yoki jamoat cho'poni bilan bo'lishish va yordam so'rashning yomon joyi yo'q. Misol uchun, agar Jenni Stefaniga onasi bilan gaplashib olishda yordamni taklif qilmaganida, qizning o'zi bu haqda undan so'rashi mumkin edi. Aksariyat hollarda odamlar yordam berishni xohlashadi, ular nima qilishni bilishmaydi. Sizga nima kerakligini aniq aytib berish orqali ularga sizni qo'llab-quvvatlashga yordam bering.

Ikkinchidan, *sizga dalda kerak*. Boshqa odam sizni xursand qilish uchun biror narsa qilsa, bu yaxshi dalda bo'lar edi. Stefani do'stlarining u bilan uchrashishga va ibodat qilishga tayyorligidan ruhlanardi. Kelgusi haftalar va oylar davomida u har safar qo'ng'iroq qilib, uning ahvolini so'rash, dalda beruvchi xabarlarini, Muqaddas Kitobdan so'zlarni yuborib u bilan baham ko'rish va uni quchoqlashlaridan dalda olardi. Bu dalda amaliy yordam ko'rsatish kabi kuchli ko'rinmasligi mumkin, ammo bu juda muhim.

Shuningdek, agar siz kerakli dalda olmayotgan bo'lsangiz - so'rang. Sizdan xavotirda bo'lgan odamga "Iltimos, meni quchoqlang" yoki "Bir muddat men bilan qoling" deyish tabiiy.

Uni sevadigan ikki kishidan tasalli, qo'llab-quvvatlash va dalda olayotgan bo'lsa-da, Stefani ba'zi savollarga o'zi javob berishi kerak edi. U nafaqat uning hayotiga, balki tug'ilmagan bolaning hayotiga ham ta'sir qiladigan qarorlar qabul qilishi kerak edi. Quyidagi savollar siz uchun yoqimli bo'lmasligi mumkin va ularga javob berish siz uchun qiyindir. Biroq, muammoni hal qilish aynan o'sha javoblardan boshlanadi. Siz ularga Jenni Shou yoki Keyt Xolms, jamoatning yoshlar bo'yicha xizmatchisi, sodiq do'stingiz, ota-onangiz yoki cho'poningiz yordamida javob topishingiz mumkin.

Homilador ekanligingizga ishonchingiz komilmi? Sizda hayz ko'rish davri buzilmaganmi, hayz ko'rishingizda kechikish bormi? Homiladorlik testini o'tkazdingizmi? Doktor sizni tekshirdimi? Agar siz hali ham shubhalanayotgan bo'lsangiz, buni qiling. Agar sizga ushbu bosqichda yordam kerak bo'lsa, buni do'stingiz yoki jamoat cho'ponidan so'rang.

*Homiladorligingiz haqida kim biladi?* Jenni aytganidek, vaziyatingizni ota-onangizga, shuningdek, sherigingiz va uning oilasiga darhol oshkor qilishingiz juda muhim. Ota-onangiz bilan suhbatni qanday o'tkazish bo'yicha qo'shimcha maslahatlarni ushbu kitobni o'qish davomida topasiz. To'g'ridan-to'g'ri aloqasi bo'lmagan boshqa odamlarga kelsak, bu haqida qachon va kimga aytishni o'zingiz hal qilasiz.

*Abort haqida o'ylayapsizmi?* Abort istalmagan homiladorlik muammosini nisbatan oddiy va tez hal qilish usulidek ko'rinishi mumkin. Biroq, bunday qaror qabul qilishdan avval, siz o'zingizda tirik odamni olib yurganingiz haqida o'ylab ko'ring. Xudo uni allaqachon ko'rib turibdi (qarang: Zabur 139:13-16) va sizni onangizning qornida bo'lgan vaqtingizdan beri bilganidek, uni ham biladi (qarang: Yerem. 1:5). Farzandingizning yuragi allaqachon ura boshlagan bo'lishi mumkin va tez orada u qimirlashni boshlaganini his qilasiz. U tug'ilgunga qadar rivojlanadi, keyin esa voyaga yetguncha o'sadi. Sizda paydo bo'lgan hayot hozir rivojlanishning dastlabki bosqichida bo'lishi mumkin, ammo bu inson hayoti. Abort qilish bilan siz odamni o'ldirasiz.

Abort – inson hayotini yo'q qilishning dahshatli usuli. Ko'pgina abortlar vakuumli aspiratsiya usuli orqali amalga oshiriladi – homila elektr so'rg'ich bilan

olib tashlashni o'z ichiga oladi. Yana bir usul – dilatatsiya va kyuretaj (kengaytirish va qirib tashlash), bunda maxsus jarrohlik asbobi kyuretta yordamida embrion ajratiladi va bachadondan qirib tashlanadi. Yana bir usul – homilani asta–sekin zaharlash, ya'ni maxsus igna orqali homilaga tuzli eritma yuboriladi, shundan so'ng sun'iy tug'ilish uyushtiriladi.

Abort qilishni tanlagan va farzandiga nima qilganini anglagan ko'plab ayollar, ko'p yillar davomida og'ir ruhiy va emotsional muammolarni boshidan kechirisharkan. Abort – bir kun kelib sizni ona deb ataydigan odamni o'ldirish. Ayni damda homiladorlikka aloqador bo'lgan keyinroq yuzaga keladigan qiyinchiliklar sizni tushkunlikka tushirsa-da, xatoingiz orqali vujudga kelgan begunoh homilani o'ldirishdan ko'ra, muammoni hal qilishning yaxshiroq usullari mavjud.

*Turmush qurish haqida o'ylayapsizmi?* Bolaning otasi bilan turmush qurishni faqat homiladorligingizni “qonuniylashtirish”dan ko'ra jiddiyoq sabablar bo'lsagina ko'rib chiqishingiz kerak. Agar quyidagi savollarning aksariyatiga “ha” deb javob bersangiz, bu variantni qo'llab–quvvatlovchilar bilan muhokama qilishingiz mumkin.

- Farzandingizning otasi bilan hozir turmush qurishni xohlaysizmi? Homiladorligingiz haqida bilishdan oldin turmushga chiqmoqchi edingizmi?
- Siz va bo'lajak farzandingizning otasi er va xotin, ota va onaning mas'uliyatini o'z zimmangizga olish uchun aqliy, emotsional va ruhiy jihatdan yetukmisiz?
- Agar hozir turmush qursangiz, bu sizning o'qishingizga va kelajakdagi kasbingizga qanday ta'sir qiladi – siz va farzandingizning otasi? Bolani moddiy jihatdan ta'minlay olasizmi?
- Oila a'zolaringiz va yaqin do'stlaringiz nikoh siz va farzandingiz uchun eng yaxshi variant ekanligiga rozilarmi?
- Agar turmush qurishga va farzand ko'rishga qaror qilsangiz, qarindoshlaringiz va do'stlaringiz sizga yordam berishadimi?

*Farzandingizni yolg'iz tarbiyalash haqida o'ylayapsizmi?* Quyidagi savollar bolangizni mustaqil ravishda tarbiyalash imkoniyatlaringizni baholashga yordam beradi.

- Bolangizni o'zingiz tarbiyalashga qaror qilsangiz, bu o'qishingizga va kelajakdagi kasbingizga qanday ta'sir qiladi? Bu sizning bolangizga qanday ta'sir qiladi?
- Siz qayerda yashaysiz va bolangizni moddiy jihatdan ta'minlay olasizmi?
- Siz sinfda yoki ishda bo'lganingizda chaqaloqqa kim g'amxo'rlik qiladi? Siz bolalar bog'chasini mukammal variant yoki mutlaqo kerak emas deb hisoblaysizmi?
- Agar bolangizni otasiz o'stirmoqchi bo'lsangiz, bu rolni qisman o'z zimmasiga oladigan biron bir kishini (bu sizning otangiz, katta akangiz yoki boshqa katta yoshli masihiy bo'lishi mumkin) bilasizmi?
- Farzandingizni yolg'iz tarbiyalash uchun aqliy, emotsional va ma'naviy yetukmisiz? Farzandingizga yetarlicha emotsional, jismoniy va ma'naviy rivojlanishni ta'minlay olasizmi?
- Farzandingizni bir o'zingiz tarbiyalashga qaror qilsangiz, qarindoshlaringiz va do'stlaringiz sizga yordam berishadimi?

*Farzandingizni asrab olishni istaganlarga berishni o'ylayapsizmi?* Agar siz ushbu variantni tanlasangiz, bolangiz boshqa oilada tarbiyalanadi. Ba'zi hollarda, farzand asrab olish tartibi ochiq, keyin siz potensial farzand asrab oluvchilar bilan uchrashasiz va ular bilan doimiy aloqada bo'lasiz. Boshqa hollarda, siz ular haqida hech narsa bilmaysiz: na ularning ismlari, na yashash joylari. To'g'ri oilani topishingiz mumkinligiga asoslanib, siz bu variantni tanlaysizmi? Quyidagi savollarga javob berishga harakat qiling.

- Ushbu variantning afzalliklaridan xabardormisiz? Masalan, imtiyozlardan biri maktabni tugatish, biror kasbga ega bo'lish imkoniyati bo'ladi. Turli sohalardagi barcha afzalliklar va kamchiliklarni ko'rib chiqing: ta'lim, moddiy ta'minot, emotsional, ma'naviy.
- Barcha afzalliklar va kamchiliklarni hisobga olgan holda, bu variant boshqalar bilan qanday ko'rinadi?
- Oilangiz va katta yoshli do'stlaringiz farzandingizni tarbiyalash uchun boshqaga berish - siz va u uchun eng yaxshi variant ekanligiga rozimi?

Bu qarorlarni soatlab yoki hatto kunlar davomida qabul qilishingiz shart emas. Bu haqida ibodat bilan mulohaza yuriting, oila a'zolaringiz va yaqin do'stlaringiz bilan maslahatlashing hamda qaroringiz Xudoga ma'qul kelishiga va bu bola uchun eng yaxshi variant bo'lishiga ishonch hosil qiling.

Bu jarayon odatda ota-onangizga homiladorligingiz haqida aytib berishdan boshlanadi. Stefani aynan shunday qilmoqchi.

### **STEFANING HIKOYASI. 3-QISM**

Stefani onasiga aytishi kerak bo'lgan narsalarni o'ylab dahshatga tushar edi. Jenni Stefanini ota-onasi u kabi boshdan kechirgan xijolat, qo'rquv, aybdorlik, uyat tuyg'ularini his qilishlari mumkinligi haqida ogohlantirdi. Ular hatto g'azabni va qizlari ularga xiyonat qilganini his qilishlari mumkinligi haqida aytib o'tdi.

– Xuddi sen kabi, – dedi Jenni unga mashinada ketayotib, – ota-onangga homiladorligingga ko'nikish va uning oqibatlariga tayyor bo'lish uchun vaqt kerak bo'ladi.

Shunday bo'lsa-da, Stefani bu yangilik bilan onasiga og'riq keltirishni xohlamasdi.

Ular nihoyat uyga qaytganlarida, Stefanining onasi Kler ish bilan shug'ullanishga tayyorlanayotgan edi.

– Onajon, Jenni va men siz bilan gaplashishimiz kerak, – dedi Stefani. – Besh daqiqa o'tirsak bo'ladimi?

Qizining jiddiy kayfiyati va Jennining borligi Klerni biroz xavotirga soldi va u rozi bo'ldi.

Stefani chuqur nafas olib, dedi:

– Kecha men... homilador ekanligimni bilib qoldim.

– Homiladorsan? Stefani, nega... qanday qilib...? – Klerning yuzida ishonchsizlik ko'rinardi.

Stefani iyun oyida Brent bilan uchrashgani va homiladorlik testi natijalari haqida qisqacha so'zlab berdi. Hayratda qolgan ona uni indamay tingladi.

– Onajon, sizni xafa qilganim uchun meni kechiring, iltimos, – deb davom etdi qiz va ko'z yoshlari uning yonoqlariga oqdi. – Men buni xohlamagandim. Men jiddiy xato qildim. Jennining yordami bilan men Xudo oldida gunohimni tan oldim va Undan kechirim so'radim. Lekin bu sizga qanchalik qiyin bo'lishini bilaman. Va men sizdan kechirim so'rayman.

Kler yig'lab yubordi.

– Albatta, men seni kechiraman, Stefani, – dedi u. – Men hayratdaman va xafaman, lekin seni kechiraman.

Ona va qiz bir–birlarini quchoqlab yig‘lay boshlashdi. Ular ko‘z yoshlarini artganlarida va biroz tinchlanib olishganlarida, Jenni dedi:

– Kler, Stefani va men homiladorlikning oqibatlarini u va sizga qanday ta‘sir qilishini muhokama qildik. Kerakli qarorlarni qabul qilish uchun unga vaqt va sizning yordamingiz kerak bo‘ladi. Ammo u hozir o‘z fikrini siz bilan baham ko‘rsa yaxshi bo‘lardi, deb o‘ylaymiz.

Jenni keyin Stefaniga bosh irg‘adi.

– Birinchidan, shuni bilishingizni istayman: men abort qilmayman, – dedi qiz qat‘iy ohangda. – Bu noto‘g‘ri va men buni qilmoqchi emasman.

– Buni tushunib, shunday tanlov qilganingdan xursandman, qizim, – dedi Kler. – Men bilamanki, Xudo qaroringni ma‘qullaydi, garchi bu senga bola tufayli katta mas‘uliyat yuklaydi.

Stefani davom etdi:

– Men Brentga turmushga chiqmayman, aynan hozir. Biz bir–birimizni sevmaymiz va turmush qurishga tayyor emasmiz. Menimcha, Brent bunga rozi bo‘ladi. Vaqti kelganda u va uning oilasi bilan gaplashishimga yordam bera olasiz degan umiddaman.

– Albatta, – deb ishontirdi Kler. – Xo‘sh, bola haqida qanday rejalaring bor?

Stefani uning javobi onasi, otasi va boshqa oila a‘zolariga qattiq ta‘sir qilishini bilardi. Bola nafaqat uning o‘g‘li yoki qizi, balki ota–onasining birinchi nevarasi ham bo‘ladi.

– Men hali bilmayman, – deb javob berdi u. – Umid qilamanki, siz bu haqda ibodat qilasiz va biz bolani o‘zimiz o‘stiramizmi, yoki uni asrab oluvchi oilaga berish haqida o‘ylash kerakmi, birgalikda muhokama qilamiz. Bilaman, hozir bu hayotimdagi eng qiyin qaror bo‘ladi. Men o‘ylashni va to‘g‘ri ish qilayotganimga ishonch hosil qilishni xohlayman.

Kler rozilik bildirgan holda bosh irg‘adi.

– Mening fikrimni ham inobatga olayotganing uchun rahmat. Bu men uchun juda muhim.

Keyin ular bu homiladorlik nimaga olib kelishi mumkinligini yana bir soatcha muhokama qilishdi. Stefani hech bo‘lmaganda kuzgi semestrda o‘qishni boshlash istagini bildirdi. Jenni bu masalani dushanba kuni Kler va Stefaniga maktab rahbariyati bilan muhokama qilishni maslahat berdi. Keyin ular Stefani uchun bu xabarni otasi va akasiga yetkazishning eng yaxshi usulini muhokama qilishdi va ularga qo‘ng‘iroq qilishning o‘zi kifoya qiladi, deb qaror qilishdi. Stefani Brentga ham qo‘ng‘iroq qilishini aytdi va onasidan ushbu suhbatda yonida bo‘lishini so‘radi.

Keyin bir muncha vaqt ular bolani yolg‘iz tarbiyalash va boshqa oilaning asrab olish afzalliklari va kamchiliklarini o‘ylab ko‘rishdi. Suhbat Stefanining ta‘lim va biror kasb egasi bo‘lish rejalari qaratildi va ular ikkala variant ham bunga qanday ta‘sir qilishini muhokama qilishdi. Ketishdan oldin Jenni ibodat qilib, Xudodan donolik va yo‘l–yo‘riq so‘radi, Stefani va onasi esa suhbatni davom ettirishdi.

Stefani o‘tgan kun voqealarini eslab, uzoq vaqt uxlay olmadi. Otasi, so‘ngra akasi bilan o‘tgan suhbat uning ko‘z yoshlarini yanada ko‘proq to‘kishiga sabab bo‘ldi. Bu xabar otasining g‘azabini qo‘zg‘atdi va akasining munosabati yaxshi emas edi. Stefani Xudo unga bu muhim munosabatlarni qurishda yordam berishini so‘radi.

Brent, Stefani shifokorga qo'ng'iroq qilib gaplashishni taklif qilmaguncha qizga ishonmadi. Yigit juda sarosimaga tushib, nima deyishni bilmay qoldi. Stefani undan ota-onasi bilan gaplashishini va bir necha kundan keyin unga qo'ng'iroq qilishni so'radi.

Uxlashdan oldin Stefani yana qo'llarini qorniga qo'ydi. U farzandining hozir qanday ko'rinishini va tug'ilganda qanday bo'lishini tasavvur qilishga harakat qildi. Bu kim: o'g'il yoki qizmi? U ko'proq o'ziga o'xshaydimi yoki Brentga o'xshaydimi? U boshqa oilada baxtliroq bo'ladimi yoki bu unga qanchalik qiyin bo'lmasin, uni o'zi tarbiyalash mas'uliyatini o'z zimmasiga olishi kerakmi? Savollar birin-ketin paydo bo'ldi, ammo javob yo'q edi.

Biroq, uning bu kundagi so'nggi fikri unga xotirjamlik keltirdi. Qiyin sharoitlarda u yolg'iz emas edi. Uning ustozlari Jenni Shou, eng yaxshi do'sti Keyt va tushunadigan onasi tufayli Stefani to'g'ri yo'lga ekanini bilardi.

### **O'YLAB KO'RISH UCHUN VAQT**

Ota-onangizga homiladorligingiz haqida imkon qadar tezroq aytib berishingiz va bu sizga hamda ularga qanday ta'sir qilishini ular bilan muhokama qilishni boshlashingiz kerak. Ushbu suhbatga tayyorgarlik ko'rishga yordam beradigan ba'zi maslahatlar quyida berilgan.

*Ushbu suhbat davomida siz bilan birga yana kimdir bo'lishini xohlaysizmi, o'zingiz qaror qiling.* Stefaniga ustozlari Jenni Shouning ishtiroki va daldasi katta yordam berdi. Agar siz ota-onangiz bilan gaplashayotganda kimdir yoningizda bo'lsa, o'zingizni ishonchliroq his etishingiz mumkin. Agar muammoingizni Jenni kabi kimdir bilan baham ko'rsangiz – murabbiy, sizdan yoshi kattaroq do'stingiz yoki jamoat cho'poni – ehtimol ular ota-onangiz bilan gaplashishga yordam berishga tayyor bo'lishlari mumkin.

*Iloji boricha tezroq gaplashish uchun vaqt ajrating.* Ota-onangiz yoki murabbiyningiz bilan suhbatni uzoq vaqt qoldirmaslikka harakat qiling. Homiladorligingiz haqida boshqalardan bilib olishlariga yo'l qo'ymang. Hech narsa sizni chalg'itmasligi uchun suhbatlashishga vaqt va joy toping. Siz ota-onangizga shunday deyishingiz mumkin: "Men siz bilan gaplashishim kerak. Qachon va qayerda o'tirib suhbatlashamiz?"

*Rostini so'zlang.* To'g'ridan-to'g'ri maqsadga o'ting. Siz o'zingiz yoki suhbat davomida yoningizda bo'lishga rozi bo'lgan kishi homilador ekanligingizni ota-onaga (yoki murabbiyga) to'g'ridan-to'g'ri aytishi kerak. To'g'ridan-to'g'ri gapiring, gapni aylantirmang, aks holda sizning hikoyangiz hamma tomonidan yanada og'ir qabul qilinadi.

*Afsus va pushaymonligingizni bildiring.* Siz ularning qizi bo'lganingiz uchun, kelgusi oylarda ota-onangiz ham siz boshdan kechirgan narsalarni boshdan kechirishi kerak. Sizning xatoingiz tufayli ular duch keladigan qiyinchiliklardan afsuslanasizmi? Stefani Kuper singari ularga afsusda ekanligingizni ayting.

*Variantlaringiz haqida ota-onangiz bilan gaplashing.* Ularga abort qilish, turmush qurish, bolani mustaqil ravishda tarbiyalash yoki uni boshqa oilaga berish haqida nima deb o'ylayshingizni, ayting. Bolangizni yolg'iz (yoki agar turmush qursangiz, uning otasi bilan birga) tarbiyalash yoki homiylik ostidagi oilaga berish haqida qaror qabul qilganingizda, ulardan maslahat so'rang va yordam so'rang. Ota-onangiz sizga bu xabarni boshqa oila a'zolariga, bolaning otasi va ota-onasiga yetkazishda yordam berishi mumkin. Kelgusi oylarda onangiz va otangizdan yordam so'rang.

*Suhbatni ibodat bilan yakunlang.* Agar ota-onangiz masihiy bo'lishsa, ulardan siz bilan birga ibodat qilishlarini so'rang. Homiladorlik va tug'ish bilan

bog'liq muammolarni hal qiladigan davrda Xudodan yo'l–yo'riq va yordam so'rang.

Ota–onangizning his–tuyg'ularini hurmat qilib va ularning maslahatlarini tinglash istagini ko'rsatish orqali siz ko'p oylar davomida ularning yordamiga ega bo'lasiz. Sizga eng yaqin odamlar siz tomonda ekanligini anglash Stefani bilan bo'lgani kabi emotsional yukning bir qismini yelkangizdan olib tashlashga yordam beradi.

#### **STEFANING HIKOYASI. 4–QISM**

Stefani so'nggi xabarni Jenniga yetkazish uchun u bilan birga mashinaga o'tirguncha kutib turdi. Kler bugun ishlashi kerak edi va Jenni Stefanini homiladorlikning ikkinchi trimestrida reja bo'yicha bo'lgan tekshiruvdan o'tkazishga rozi bo'ldi.

Stefani qo'lini kattalashgan qorniga qo'yib, shunday dedi:

– Bu qiz. Bu safar rasm aniq edi. Menga hammasi joyida ekanligini aytishdi. Bola sog'lom va kutilgandek rivojlanmoqda.

– Qiz! Bu ajoyib, – dedi Jenni zavq bilan. –O'zing yaxshimisan?

– Menmi? Ha, hammasi yaxshi. Doktor vaznim oshganini aytdi, lekin bu yaxshi.

– Yo'q, men uning qiz ekanligini bilganingdan keyin emotsional holatingni nazarda tutyapman, – deb turib oldi Jenni. – Bu qaroringga qandaydir ta'sir qiladimi?

Stefani bir zum o'ylanib qoldi.

– Bu qiz bola ekanligini oldindan sezdim va bundan xursandman. Albatta, bir tomondan men uni o'zim bajonidil tarbiyalagan bo'lardim. Lekin onam bilan bu haqda ko'p gaplashdik, birga ibodat qildik, yig'ladik. Ishonchim komilki, farzandim uchun eng yaxshisi oilada uni mehribon, g'amxo'rlik qiladigan ota va onaning qo'lida ulg'ayishidir. Shuning uchun biz uni yaxshi tarbiyalanuvchi oilaga berishga qaror qildik.

– Brent va uning ota–onasi bunga rozimi? – deb so'radi Jenni.

– Ha. Agar bolaning otasi men turmushga chiqmoqchi bo'lgan inson bo'lganida hammasi boshqacha bo'lardi. Lekin Brent bilan men turmush qurmoqchi emasmiz. Va agar men o'zim bolani tarbiyalashga tayyor bo'lganimda edi, hamma narsa boshqacha bo'lardi. Lekin men bunga tayyor emasman. Oilalarimiz bilan shunga kelishib oldik: bola - men yoki Brent bera oladigan narsadan yaxshirog'iga loyiq.

Jenni bir daqiqa jimgina haydab ketdi.

– Stefani, men sening xohishingdan ko'ra bolaning manfaatlari sen uchun muhimroq ekanligiga qoyil qolaman.

Bu so'zlar Stefaning qalbini isitdi.

– Rahmat, lekin siz, onam va Keyt kabi odamlarsiz men bu vaziyatni hal qila olmasdim. Sizning qo'llab–quvvatlashingiz va daldangiz menga bu qarorni qabul qilishimga yordam berdi.

Jenni minnatdorchilik bilan bosh irg'adi. Keyin u so'radi:

– Maktabda ishlar qanday?

– Hammasi ajoyib. Tug'ish vaqti kelguncha darsga boraman, keyin uyda o'zim o'qiyman. Men tug'ganimdan keyin bir necha hafta o'tgach, maktabga qaytishim kerak, shunda men hamma bilan o'qishimni yakunlayman.

– Men sendan xursandman, Stefani, – dedi Jenni. – Hammasi yaxshi kechayotganga o'xshaydi.



– Ha, – rozi bo‘ldi Stefani. – Shu oylarda Rimliklarga maktubning sakkizinchi bobidagi yigirma sakkizinchi oyat men uchun alohida ma’noga to‘ldi. Xudo shunday qildiki, bu eng yomon vaziyat va uning oqibatlari men uchun yaxshilikka aylandi.

Jenni jilmayib:

– Bu eng yaxshi yangilik, Stefani.

### **O‘YLAB KO‘RISH UCHUN VAQT**

Homiladorlik va uning oqibatlari tufayli yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan barcha qiyinchiliklarga qaramasdan, siz uchun yaxshi yangilik bor. Xudoning sizga bo‘lgan sevgisi o‘zgarmadi. Xudoning Isroilga aytgani sizga ham tegishli: “...*Seni mangu sevgi bilan sevdim...*” (Erm. 31:3). Va sano xonishchisining aytganlari bugungi kunda ham to‘g‘ri: “*Egamizga shukrona ayting, U yaxshidir, Uning sodiq sevgisi abadiydir*” (Zab. 106:1). Xudo hozir ham sizni homilador bo‘lishingizdan oldin sevganidan kam sevmaydi.

*Xudo bu holatni siz uchun ezgulikka aylantiradi.* Rimliklarga 8:28 Stefani uchun dalda manbai edi. Va bu siz uchun shunday bo‘lishi mumkin: “Bundan tashqari, biz bilamizki, Xudoni sevadigan, Uning irodasi bilan chaqirilganlar uchun hamma narsa yaxshilikka xizmat qiladi.” Xudo sizning muammoingizni yaratmagan. Lekin U mehribon va qudratli bo‘lib, hamma narsani siz, farzandingiz va oilangiz manfaati uchun o‘zgartirishi mumkin (qarang: Ibt. 50:20).

*Vaqt yaralaringizni davolaydi.* Siz hozir boshdan kechirayotgan qayg‘u va umidsizlik abadiy davom etmaydi. Bu vaziyat qanchalik qiyin ko‘rinmasin, har kuni uni engish osonroq bo‘ladi. Zabur 29:6 oyatda shunday deyilgan: “...*qayg‘u-alam tun bo‘yi davom etsa ham, tong bilan birga shodlik ham kirib keladi.*”

Bir kun – balki tez orada emas, ertami-kechmi – dardingiz yo‘qoladi.

Siz tasalli so‘rash uchun ibodatda Xudoga murojaat qilish orqali shifo jarayonini hozir boshlashingiz mumkin. Ehtimol, quyidagi so‘zlar sizning fikringiz va his-tuyg‘ularingizni Unga bildirishga yordam beradi:

*Rabbim, Sening Kalomingda aytilishicha, Sen qalbi singanlarni davolaysan va ularning dardlarini shifolaysan va menga hozir bu juda kerak. Men... larni his qilyapman.*

*Muqaddas Kitobda aytilishicha, Sen bizni barcha qayg‘ularimizda yupatasan va men Sendan tasalli so‘ramoqchiman...*

*Va nihoyat, Rabbim, Sening Kaloming barcha tashvishlarimni Senga yuklashga chaqiradi, chunki Sen biz haqimizda qayg‘urasan. Men buni qila olamanmi, bilmayman, lekin men chindan ham sinab ko‘rmoqchiman. Menda juda ko‘p tashvish va muammolar bor! Ularning hammasini O‘zingga yuklashimga yordam bergin, chunki faqat Sen mening yukimni ko‘tara olasan. Senga ishonishimga yordam bergin, chunki Sen hamma narsaga mendan ko‘ra yaxshiroq g‘amxo‘rlik qilasan. Meni juda sevgan va men uchun o‘lgan Iso Masih nomidan menga yordam bergin. Omin.*

### **MUALLIFLAR HAQIDA**

**Josh Makdauell** – taniqli amerikalik voiz, yozuvchi va dunyoning turli mamlakatlarida xushxabarchilik va shogirdlik bilan shug‘ullanadigan xalqaro missionerlik Campus Crusade for Christ Kampus Kruseyd fo Krayst tashkilotining vakili. U 128 ta tilga tarjima qilingan 150 dan ortiq kitoblarning muallifi va hammuallifi. Josh va uning rafiqasi Doti deyarli yarim asr davomida nikohda yashab kelishmoqda, ularning to‘rtta farzandi va o‘nta nabirasi bor.

**Ed Styuart** – ko‘plab masihiycha kitoblarning muallifi va hammuallifi. Yozuvchi sifatida katta tajribaga ega bo‘lgan Ed Styuart Josh Makdauell bilan hamkorlikda yoshlar uchun badiiy kitoblar yozish bo‘yicha hammuallif bo‘lgan. Keyinchalik, u kattalar uchun to‘rtta triller romanini ham yozdi. Ed va uning rafiqasi Kerolning ikkita farzandi va to‘rt nafar nevarasi bor.