

OTA-ONALAR NAZARIDA
SIZ JINSIY ALOQA HAQIDA HECH QACHON
BERMAYDIGAN 39 SAVOL

YALANG'UCH DALILLAR

39



Josh Makdauell

Erin Devis bilan hammualiflikda



«RUBIN» nashriyoti
UFA, 2022



OTA-ONALAR NAZARIDA
SIZ JINSIY ALOQA HAQIDA HECH QACHON
BERMAYDIGAN 39 SAVOL

YALANG'OCHI
39
DALILLAR



Josh Makdauell

Erin Devis bilan hammualiflikda

Ingliz tilidan tarjima

Originally published in English under the title:

THE BARE FACTS

by Josh McDowell with Erin Davis.

Translated by permission.

All rights reserved.

Uzbek edition

Josh Makdauell

YALANG'OGH DALILLAR / ingl. tarjima — Ufa: Rubin, 2022. — 192 bet.

Mashhur amerikalik voixonning ushbu kitobi barcha yoshlar uchun, lekin birinchi navbatda jinsiy aloqaga bog'liq vasvasalar bilan kurashayotganlar, sevgi, o'zaro munosabatlar va jinsiy yaqinlikka oid ma'lumotlar haqida ko'proq bilishni istaganlar, noqulay savollar berishdan uyaladigan va eng asosiysi Xudoni o'z tanasi orqali qanday qilib ulug'lashni bilishni intilayotganlar uchun mo'ljallangan.

Biroq, yoshlarning jinsiy aloqaga oid asosiy savollariga o'ta ochiq va har tomonlama to'liq javoblarni o'z ichiga olgan ushbu kitob nafaqat o'smir-larga, balki ularning ota-onalari, murabbiylari, cho'ponlari va yoshlar yetakchilari uchun ham foydali bo'lishi mumkin.

ISBN 978-0-8024-0255-4 (ingl.)

ISBN 978-5-94861-100-4 (o'zb.)

© 2011 by Josh McDowell

© «Rubin» nashriyoti, 2022

*Ushbu kitob
Shonga, Stefaniga, Skottiga, Shonaga,
Kelliga, Mayklga, Pippiga, Ketiga, Jerriga,
Kvinga, Bekketga, Xizerga, Devidga,
Brennaga, Dottiga va oilamga bag'ishlanadi.*

Tashakkurnoma

Men minnatdorchilik bildiraman...

Dottiga va oilamga — munosabatlarda chin sevgini his qilish imkonini berganlari uchun.

Pem, Lakita, Shon, Fred, Eleya va Kristiga — mulo hazaga ega ekanliklari va ushbu kitobning mavzusini chuqur tushunganlari uchun.

Syu va Kimga — tinimsiz tadqiqotlari, shuningdek, yozuvimni tartibga keltirib qo'l yozmalarimni bosib chiqarganlari uchun.

«Prolifik Fillms» studiyasiga — kasbiy mahoratlari va ijodiy yondashuv uchun.

«Masih jamoati»ga — ularning ajoyib «qahva tomoshasi»dagi videoyozuvdan foydalanishga ijozat berganlari uchun.

Erin — bu ayol nimaiki ishga qo'l urmasin barchasini qoyilmaqom uddalaydi va ajoyib hamkorlik qiladi.

Mundarija

Tashakkurnoma.....	5
Xo'sh, boshlaymizmi?	9
1. Sabr-toqat va pokdomonlik — ikkovi bir narsami yoki yo'q? ...	13
2. Nega Xudo va Muqaddas Kitob jinsiy aloqaga qarshi chiqishadi?	15
3. Xudo jinsiy aloqani nega yaratgan?.....	18
4. Siz «sevgi» so'zi ostida nimani tushunasiz?.....	23
5. Muqaddas Kalomdagi «Xudo — sevgidir» so'zlari nimani anglatadi?	29
6. Insonning asosiy jinsiy a'zosi qayerda joylashgan?.....	33
7. Jinsiy aloqa miyamga ta'sir ko'rsatishi mumkinmi?	37
8. Axir zamonaviy tibbiyot tanosil kasalligiga qarshi kurashishni o'rganib olmaganmi?	42
9. Eng ko'p tarqalgan tanosil kasalligi qaysi?.....	46
10. Ayollar erkaklarga nisbatan saraton kasalligiga ko'proq chalinishlari to'g'rimi?.....	50
11. Yoshlar boshqa yoshdagi odamlarga nisbatan tanosil kasalliklariga ko'proq chalinishlari to'g'rimi?	53
12. Axir prezervativdan foydalanib qilingan jinsiy aloqa xavfsiz deb hisoblanmaydimi?	58

13. Mabodo ikkalamizda ham tanosil kasalligining alomatlari bo'lmasa, biz kasal bo'lib chiqishimiz mumkinmi?	63
14. Axir tanosil kasalliklarini antibiotiklar va ukol (igna orqali dori yuborish) bilan davolab bo'lmaydimi?	67
15. Tanosil kasalliklarini yuqtirish qiyinmi?.....	69
16. Tanosil kasalliklari yanada og'irroq xastaliklarga, masalan, saratonga, olib borishi mumkinmi?.....	74
17. Axir homiladorlikka qarshi hapdorilarni qabul qilish jinsiy aloqa xavfsizligini ta'minlamaydimi?	77
18. Men qanday qilib tanosil kasalligiga duch kelmasligim mumkin?	80
19. Nikohgacha jinsiy aloqa va ruhiy salomatlik o'rtasida bog'liqlik bormi?	83
20. Anal jinsiy aloqa bilan shug'ullanish — maqbul ahvolmi?.....	87
21. Oral jinsiy aloqani haqiqiy jinsiy aloqa deya hisoblash mumkinmi?	90
22. Biroq oral jinsiy aloqa bilan shug'ullanib, bokiralikni saqlab qolish mumkinmi?	93
23. Oral jinsiy aloqa qanchalik xavfsiz?.....	96
24. Axir jinsiy aloqa faqat ikki kishiga taalluqli shaxsiy masala emasmi?.....	99
25. Axir dastlab birga yashab ko'rish yaxshi emasmi?	103
26. Axir nikohgacha bo'ladigan jinsiy aloqa nikohdagi jinsiy aloqa uchun yaxshi tayyorgarlik emasmi?	108
27. Biroq jinsiy aloqa ajoyib-ku, nega u bilan mashg'ul bo'lish hamisha ham yaxshi va to'g'ri emas?	111
28. Agar gormonlarim junbushga kelib, mendan kuchli chiqayotgan bo'lsachi? Nikohgacha kutish uchun sabrim yetadimi?.....	114

29. Men bokiralikni yo'qotganman. Demak, endi hech narsani to'g'rilay olmaymanmi?.....	118
30. Jinsiy mazmundagi o'z fotosuratlarini yuborish — bu noto'g'rimi?	122
31. Men kechirimni qanday olishim va uni qay tariqa his qilishim mumkin?	126
32. Bu odam meni sevishini qanday bilishim mumkin?	130
33. Men Xudoning xohishini qanday bilishim mumkin?	134
34. Men qanday qilib «yo'q» deyishim mumkin?	137
35. Men bu borada qanchalik uzoqqa borishim mumkin?.....	144
36. Murosaga kelishga meni undaydigan kishilarga nima deyishim mumkin?	148
37. Pornografiya shaxsiy hayotimga qanday ta'sir qiladi?	151
38. Masturbatsiya — bu durustmi?	156
39. Agar gunoh qilishdan o'zimni to'xtatishga oqizligimni sezib tursam, nima qilishim kerak?.....	159
Qizlarga Erin Devisdan	164
Yigitlarga Josh Makdauelldan	167
Yoshlar yetakchilari uchun eslatma.....	170
Muhokama uchun savollar	172
Izohlar.....	180



Xo'sh, boshlaymizmi?

Reychel jamoat muhitida ulg'aydi. U o'n yoshida masihiy qizga aylandi. Ota-onasi va jamoat cho'poni unga jinsiy aloqa — qandaydir bema'nilik ekanligi haqidagi fikrni singdirishdi. Qiz kollejga o'qishga kirdi, yotoqxonada yon xonalarda turadigan qizlar esa kun bo'yi faqat shu haqda gaplashishadigandek tuyulardi. Hatto masihiy-do'stlaridan kimdir ham jinsiy aloqa haqida kundalik ishdek so'z yuritardi. Reychel o'ylay boshladi: «Bu mavzu nega hammani bunchalik qiziqtiradi?»

Nik jinsiy aloqa haqida juda kam eshitgandi. Yoshlar guruhi cho'poni bu mavzuni tez-tez muhokama qiladi (Nikning fikricha, hatto juda ko'p vaqt). Nikda ro'y bergan jinsiy a'zolarining uyg'onish jarayonida gormonlar jinsiy aloqani istab go'yo «qichqirib yuboradi». Nik shunday fikrga keladiki, agar Xudo uning jinsiy aloqa qilishini istamaganida, U o'smirlarga bunchalik kuchli hirsiy maylni bermagan bo'lardi. Shu tariqa, yigit to'ygacha jinsiy aloqa qilmay kutishning iloji yo'qligi haqida xulosa chiqaradi.

Anna Isoni sevadi. U oxirgi paytgacha jamoatda, yoshlar guruhi-da xizmat qildi va yakshanba maktabida bolalarga yordam berdi. Qiz ehtirosiga to'lgan damlarda yigiti bilan jinsiy aloqa qilishga rozilik bildirdi. Shundan so'ng ular muntazam o'zaro janjallashadigan bo'lishdi va o'tgan hafta bir-birlaridan yuz o'girishdi. Annaning qalbi

Muqaddas
Kitob jinsiy
aloqa
masalasida
sukut
saqlamaydi.

vayron bo'ldi. U o'zining barcha xizmatlarini tashladi va o'zini Xudodan ayrilgan holatda his qildi. U kechirim olishni istardi, ammo o'zining gunohini kim bilan bo'lmasin, ayniqsa Xudo bilan muhokama etish unga nihoyatda uyatli edi. Ha, Muqaddas Kitobda kechirim haqida ko'p narsalar yozilganidan qiz xabardor, ammo bu so'zlar uning jinsiy

aloqadagi gunohiga taalluqlimikan?

Biz mabodo Nik, Reychel va Annadan jinsiy aloqa haqida gapirib berishlarini so'rasak, ular o'zlarini yo'qotib qo'ygan bo'lishardi. Jinsiy aloqa — hamma narsa, poklik esa o'z qadr-qimmatini yo'qotgan bu dunyoda yoshlar, jamoatga boradiganlar ham, bu boradagi ilohiy haqiqatni tushunmay, dahshatli hirsiy vasvasa bilan yuzmayuz kelmoqdalar.

JAVOB IZLAB

«Jinsiy aloqa» so'zi gugi-so'rovda har oyda 338 million marta, yilida esa to'rt milliard bora uchraydi. Bu so'rov Gugl paydo bo'lganidan buyon eng ko'p ishlatiladigan beshlikka kiradi^{1*}. O'smirlar Internetdan foydalanuvchilarning yirik qismini tashkil etishini nazarda tutgan holda, bunday an'ana ikki narsani bildiradi: birinchidan, o'smirlar jinsiy aloqa haqida savollar berishadi, ikkinchidan, ular javobni kerakli joydan emas, balki boshqa yerdan izlashadi.

Masihiy tadqiqotchi Jorj Barna zamonaviy o'smirlarni turli manbalardan bir bo'lak ma'lumotni yulib olish va ular orqali shaxsiy tasavvurlaridan haqiqat yaratish odati uchun «aralash-quralash avlod» deya atagan². «Hamma narsaga ijozat berilgan» shiori ostidagi falsafa yoshlar qandaydir qaror qilishlariga to'g'ri keladigan

* So'nggi ma'lumotlarni mana bu yerdan ko'rishingiz mumkin: www.josh.org. — Muallif izohi

barcha jabhaga, eng avvalo, yaqinlariga taalluqli qarorlar jabhasiga kirib bordi. «Aralash-quralashchilar»ning o'zaro turli ishonch-e'tiqod qismlarini aralashtirishga tayyorligi e'tiqodning ta'sirchan emasligini yoki yoshlarning jinsiy aloqaga bo'lgan munosabatiga juda kam ta'sir qilishini anglatadi. Xiyonat qilish, pornografiyani ko'rish, giyohvand moddalar va spirtli ichimliklar iste'mol qilish, jinsiy aloqa bilan shug'ullanish — statistik so'rovlarga ko'ra, «aralash-quralash» o'smirlarning 53 foizi so'nggi uch oyda yuqorida qayd etilganlardan ayrimlarini sinab ko'rishganini tan olgan. Imonga kirmaganlar o'rtasida bu foiz yanada yuqori — 59³.

MUHOKAMA QILAMIZMI?

Har holda, bu haqda ochiq gaplashib olish vaqti kelganga o'xshaydi. Milliardlab odamlar Internetda jinsiy aloqa haqidagi ma'lumotlarni axtarishadi, ulardan ko'pchiligi o'sha bitta savolni berishadi: «Nega kutish kerak?» Ehtimol, siz ham o'zingizdan shu haqda so'rab turarsiz. Ehtimol, siz ham nega nikohgacha kutish va qonunan turmush qurguncha vasvasaga qanday qilib qarshi turish haqida bilishni xohlarsiz.

Balki sizga — yosh yigit-qizlarning jinsiy aloqa haqida beradigan savollariga javob qaytarishga tayyor emasligini his qilayotgan ota-ona, cho'pon, yoshlar yetakchisi yoki murabbiysiga — hattoki hamma narsaga ijozat davrida nega Xudoning poklik andazalariga rioya qilish o'ta muhim ekanligini tushuntirish kerakdir.

Ha, siz kerakli manzilga murojaat qilyapsiz. Men jinsiy aloqa haqida Xudo, tibbiyot va sog'lom aql nima deyishini bilib qo'yishingizni istayman. Mana nima uchun ushbu kitob yozilgan — unda jinsiy aloqa, sevgi, munosabatlar yuzasidan yosh avlodda tug'iladigan asosiy savollarga to'la-to'kis, ochiq javoblar keltirilgan. Ta'qiq-

Ta'qiqlangan
mavzular
bo'lmaydi.

langan mavzu bo'lmaydi. Keyingi 50 yil mobaynida men 10 million-dan ko'proq yoshlar oldida chiqish qilib shunga ishonimki, yosh yigit-qizlarga bu mavzuni yoritib berish nikoh tuzilishiga va to'la-qonli oilalar qurilishiga xizmat qiladi.

Zamonaviy madaniyat sizga taklif etadigan javoblar yetmasligi aniq, ammo ularni topib bo'lmashini anglatmaydi. Muqaddas Kitob jinsiy aloqa masalasida sukut saqlamaydi. Sevgi va yaqinlik haqida barchani qiziqtiradigan savollar yuzasidan biz faqatgina Xudo Kalomiga murojaat qilishimiz mumkin.

Xullas, qulayroq o'rnashib oling, o'zingizga qahva tayyorlang (garchi men toza suvni afzal ko'rsamda) va endi boshlay qolamiz. Biz jinsiy aloqa haqida gaplashamiz.



Sabr-toqat va pokdomonlik — ikkovi bir narsami yoki yo‘q?

Masihiylik e’tiqodidagi kishilarning jinsiy aloqaga munosabatlarida sabr-toqat go‘yo bir jangovor chaqiriqqa aylanib qolgandek, hattoki dunyoviy dasturlar xavfsiz jinsiy aloqani targ‘ib etishda bu so‘zni bir «variant» sifatida ishlata boshlashgan. Xo‘sh, mabodo aniq ta’rif beradigan bo‘lsak, sabr-toqat nima o‘zi? Va u jinsiy aloqa masalasida Xudoning rejasiga qanday muvofiq keladi?

Sabr qilish — bu nimadandir o‘zini tiyish demakdir. Misol uchun, u yoki bu taomlarni iste’mol qilishdan, muayyan biror joyga yoki ziyofatlarga borishdan sabr qilish mumkin. Sabr-toqatni yoqlaydigan odamlar masala jinsiy aloqa tarbiyasiga borib taqalganida, yoshlarning «yo‘q»deyishlarini taklif etadilar.

Hayron bo‘lishingiz mumkin, lekin sabr-toqatni faqat masihiylar-gina talab qilishmaydi. Garvard «Haqiqiy sevgi inqilobi» talabalar guruhi a’zolari o‘z guruhidagilarni falsafiy, biologik va ijtimoiy sabablarga ko‘ra jinsiy aloqadan voz kechishga da’vat etishadi⁴. Bizning federal hukumatimiz har yili sabr-toqatni yagona to‘g‘ri qaror sifatida targ‘ib qilish uchun millionlab dollar sarflaydi⁵. Hatto Amerika oilani rejalashtirish federatsiyasi ham kutilmagan homiladorlikni va jinsiy aloqa orqali o‘tadigan yuqumli kasalliklar tarqalishining oldini olish uchun sabr-toqat borasidagi ko‘plab g‘oyalarni oldinga suradi⁶.

Dunyo jinsiy aloqada sabr qilishning ko'plab sabablarini tan oladi, biroq Xudo bizni aslo ularga da'vat etmaydi. U bizga poklikni, beg'uborlikni taklif qiladi.

Men har yili tinglovchilarimga bitta savolni beraman, ammo qanchalik qayg'uli bo'lmasin, haligacha hech kim beg'uborlik nima ekanini aniq tushuntirib berolmagan. Tasavvur qilyapsizmi? Hech bir odam. Hatto cho'ponlar orasidan ham. Beg'uborlik — bu Muqaddas Kitobdagi eng ajoyib tushunchalardan biri va hech kim bu nimani anglatishidan xabardor emasga o'xshaydi.

Lekin men bu masalani siz to'g'ri tushunishingizni istayman, negaki beg'uborlik — ko'plar o'ylagan narsa emas. Bu sizning jinsiy aloqa haqidagi tasavvuringizni o'zgartirib yuboradi.

Beg'uborlik — bu «Xudo maqsadiga muvofiq hayot kechirish» demakdir.

Pok, beg'ubor bo'lish degani, — shunga tayyormisiz? — «ilk rejaga muvofiq yashash»ni anglatadi.

Qaysi bir jabhani olmaylik — mabodo siz Xudo belgilagan tartibda yashasangiz, poksiz. Agar siz Xudo xohlaganidek hayot kechirmasangiz — gunohkorsiz.

Sabr-toqat — bu ko'nikma va hatto o'z asosida jinsiy aloqadan voz kechishga bo'lgan qonun yoki qoida bo'lishi mumkin. Beg'uborlik esa — bu ezgulik. Bu jinsiy aloqaga kirishishdan shunchaki voz kechishgina emas, balki o'z hayotimizda Xudoning rejasiga sadoqat hamdir. Poklik — jinsiy aloqadan voz kechishni, ammo bu bilan Xudo yaratgan va sevgiga asoslangan nikoh davrida shug'ullanishni nazarda tutadi.



Nega Xudo va Muqaddas Kitob jinsiy aloqaga qarshi chiqishadi?

2

Hech bir shartlarsiz jinsiy yaqinlikka zo'r berib da'vat etadigan zamonaviy madaniyatda Xudoning nuqtayi nazari yanada keskin tuyulishi mumkin. Doimo hirsiy «ozodlik» targ'ib qilinadigan sharoitda ko'pchilik odamlarda go'yo Xudo ularni jinsiy aloqadan voz kechishga undayotgandek tasavvur hosil bo'ladi. *Haqiqatdan uzoqroq narsaning o'zi yo'q.*

Ko'pchilik, shuningdek masihiylar ham, bu masalada Xudoning jiddiy munosabatini jinsiy aloqadan to'liq voz kechish deya xato tushunishadi. Ha, Xudo juda ham jiddiydir. Ammo U bizga taklif etayotgan tasvir yanada yorqinroq, hayotiyroq va... albatta, zamonaviy olam bizga tiqishtirayotgan barcha narsalardan ko'ra ehtiros-ga boy. Aslida inson Xudoning rejasiga amal qilsa, unga bu olam taklif etayotgan «tajriba»dan ko'ra yanada to'laqonli jinsiy aloqaga ega bo'ladi.

Xudoning jinsiy aloqaga qarshi emasligini, aslida barchasi buning teskarisi ekanligini qanday tushunishimiz mumkin? U O'zining Kalomida qanday jo'shqinlik bilan rivojlanayotgan manzarani tasvirlaganini eslaylik. Hikmatlar kitobida muallif jinsiy yaqinlikni lazzat beruvchi va mast etguvchi sifatida tasvirlaydi (qarang: Hikmatlar 5:19). Bu so'zlarda jinsiy aloqaga qarshi nima bor? Hech nima! Davom etamiz.

Sulaymonning Qo'shiqlar kitobi erkak va ayol o'rtasidagi ehtirosli sevgi sahnalari bilan to'lib-toshgan. Bu bir-biridan rohatlanishga g'arq bo'lgan ikki inson haqidagi nazmiy voqea. Vaholanki Xudo O'zining muqaddas Kalomida ushbu go'zal, zavqli tasvirni keltirib o'tgan.

Havoriy Pavlus Yangi Ahdda er-xotinlarga tez-tez jinsiy aloqada bo'lib turishlarini maslahat beradi. Maktub mutlaqo aniq bildirilgan: Xudo jinsiy aloqani bizning rohatlanishimiz va O'z shon-shavkati uchun yaratgan.

Bundan tashqari, *Muqaddas Kitobda jinsiy aloqani qandaydir «gunohkorona» yoki «nopok» deya tasvirlangan birorta ham oyat yo'q.* Odamlar ko'pincha qayd etadigan tanbeh so'zlari intim yaqinlikka umuman taalluqli emas. Ular — Xudo qoralagan, me'yordan chiqilgan va suiiste'mol qilingan jinsiy aloqa haqidagi gap-so'zlar, xolos.

Xudoning rejasiga ko'ra, jinsiy aloqa — bu er-xotinlar bir-biridan baham ko'radigan in'om. Bizni Yaratguvchimiz avval boshidanoq intim yaqinlikni hayratbaxsh, quvonch va huzur keltiruvchi tariqasida yaratgan. Xudoning maktubi bunday bo'lmagan: «Undan voz keching, negaki u gunohkorona va noto'g'ri». Maktub boshqacha yangraydi: «Mening rejamga ko'ra birlashmaguningizcha kutib turing, ana o'shandagina yaqinlikdan to'laqonli rohatlanishingiz mumkin; ishonavering, bu kutishga arziydi».

Masihiylar Xudoning jinsiy aloqaga taalluqli rejasini tushunishga zo'r berib uringanlarida, so'rashadi: «Xudo nima uchun jinsiy aloqaga bunchalik salbiy qaraydi?», aslida esa ularni boshqa savol qiynaydi: «Xudoning mehribon ekanligi rostmikan?»

Xudoning rejasi Kalomda aniq bayon etilgan. Xudo bizning yaqinlikdan lazzat olishimizni istaydi, U faqat to'ygacha kutib turishimizni so'raydi, xolos. Bu olam esa Xudoning iltimosi — Xudo biz-

ni barcha yoqimli, quvonch keltiradigan narsalardan ayirish istagi ekanligini bizga uqtirmoqchi bo'ladi. Ammo bu fikr haqiqatga aslo to'g'ri kelmaydi.

Yeremiyo payg'ambarning Kitobida shunday so'zlar bor: «Axir, Men sizlar to'g'ringizda tuzgan rejalarimni bilaman, — deb aytmog'da Egamiz. — Bu rejalarim sizlarga kulfat emas, farovonlik olib keladi, yorug' kelajagu umid beradi» (Yeremiyo 29:11).


Zaburda aytilgan: «O, naqadar buyukdir Sening ezguliging! O'zingdan qo'rqqanlarga uni saqlab qo'ygansan, Senda panoh topganlarga hadya qilasan, Hammaning ko'zi oldida in'om qilasan». (Zabur 30:20)

Xudo bizning yaqinlikdan imkon qadar ko'proq lazzatlanishimizni istaydi.

Xudoning istagi — bizga ezgu in'omlarni berish. Muayyan chegaralar bizni ayirish uchun emas, balki himoya qilish uchun o'rnatilgan.

Bu olam har qanday cheklovlarga yomonlik sifatida qarashga moyil, biroq aslida bunday emas. Xudo jinsiy aloqaga umuman «qarshi» emas. U shunchalik darajada tarafdorki, eng boshidanoq har bir erkak va har bir ayol intim yaqinlikdan behad lazzatni his qilishini istagan.

Agar Xudoning biz uchun qandaydir juda yaxshi narsalarni tayyorlagani haqidagi va'dalariga ishonsak, U bizning yaqinlikdan imkon qadar to'liqroq lazzatlanishimizni istashini bilgan holda Uning jinsiy aloqaga doir rejasiga o'zimizni butunlay topshirishimiz mumkin.



Xudo jinsiy aloqani nega yaratgan?

3

Muqaddas Kalomda uchta aniq sabablar keltirilgan. Birinchisi sizga yetarli darajada aniq tuyulishi mumkin, ammo keling, o'qishda davom eting. Balki siz Xudoning rejasini zerikarli deya hisoblarsiz, ammo aslida bunday emas.

№ 1. AVLODLARNING DAVOM ETISHI

Har holda, siz jinsiy aloqa nega yaratilganining birinchi sababini bilib olgandirsiz. U avlodlar davom etishi uchun kerak — boshqacha aytganda, bolalarni tug'ish uchun.

Xudo Ibtido Kitobida (1:28) Odam Ato va Momo Havoga O'zining rejasini bildirib, shunday degan: «...Uvali-juvali bo'linglar, yer yuzini to'ldirib, itoat ettiringlar...»

Xudo bizga jinsiy aloqaga kirishgan holda, yangi hayot yaratishdek ilohiy qobiliyat bergan. Oyatning boshida bunday yaqinlikning natijasi biz uchun marhamat bo'lishi kerakligi aytilgan. Bir-birlariga o'zlarini bir umr bag'ishlagan erkak va ayolning qovushganlari natijasida go'dak dunyoga keladi, bu esa chindan ham aql bovar qilmas marhamatdir!

Albatta, nikoh qurmagan holda ham avlodni davom ettirish mumkin. Biroq hayotni yaratish — siz qachondir qilishingizga to'g'ri ke-

ladigan ajoyib ishlardan biri. U Xudoning nikohni muqaddas qilgan doirasi ichida, vaqtni noo'rin tanlagani uchun chalg'imagan holda, uyat hissini sezmasdan to'liq rohatlanishga arziydi.

№ 2. BIRLASHUV

Inson borlig'ida yaqinlikka intilish hissi chuqur ildiz otgan. Biz boshqa odamlar va Xudo bilan muloqotda bo'lishni jon-dilimiz bilan istaymiz. Uning O'zi bizga bu istakni singdirgan. U jinsiy aloqani yaratgan holda, bizning ehtiyojlarimizni alohida jinsiy bog'liqlik bilan to'ldirishni ham rejalashtirgan.

Jismoniy yaqinlik odamlar o'rtasida alohida rishtalarni hosil etishi ilmiy tasdiqlangan, lekin birlashuvning yanada chuqurroq darajasidagi jinsiy yaqinlikka faqat Xudoning rejasiga amal qilgan holda erishish mumkin.

Ibtido Kitobida (2:24) shunday deyilgan: «Shuning uchun erkak kishi ota-onasidan bo'lak bo'lib, xotiniga bog'lanib qoladi, ikkalasi bir tan bo'ladilar».

Ushbu parchada er va xotin o'rtasidagi aloqa haqida gapiriladi, bu aloqa shunchalik kuchliki, ikkitasi bir tan bo'ladi. Boshqacha aytganda, ular shunchalik darajada yaqinlashadilarki, endi bir-birlaridan ajratishning iloji yo'q.

Ibtido Kitobining muallifi yaqinda ilm-fan tasdiqlagan narsani sezgilari orqali tushungan. Tadqiqotchilar oksitotsin deya ataluvchi gormoni, «quchoqlash gormoni»ni kashf etishdi⁷. Bu kimyoviy modda bo'lib, miyamiz uni jinsiy aloqa vaqtida yoki ehtiros qo'zg'algan paytda ajratib chiqaradi. Oksitotsin qonga tushganida himoyalanganlik, ishonch va chuqur mayinlik hissini uyg'otadi. Ona chaqalog'ini emizganida aynan o'sha gormon onaning qonidan ajralib chiqadi va odamlar o'rtasida chuqur bog'liklikni yaratish uchun xizmat qiladi.

Siz har safar kim bilandir intim yaqinlikka kirishganingizda, tanangizda juftingiz bilan sizni «yelimlab» qo'yadigan kimyoviy jaryon ro'y beradi. Xudo jinsiy aloqani bizning jinsiy yaqinlikka bo'lgan ehtiyojimizni biologik darajada qondirish uchun yaratgan — biroq

Xudo
jinsiy
aloqaning
lazzat
keltirishini
istaydi!

bu o'rinda bir to'siq bor. Bu ilmiy asosda tasdiqlangan: Er va xotin jinsiy aloqa borasida boshqa sheriklarsiz yaqinlikka kirishsalar, Xudoning rejasini yaxshiroq tarzda qamrab olingan bo'ladi.

Chikago universitetida o'tkazilgan tadqiqotlar ushbu dalilni aniqladi: faqat er va xotinlikka asoslangan juftliklar jinsiy aloqadan eng yuqori darajada bahramand bo'ladilar. So'rovga ko'ra, barcha bir nikohdagi juftliklarning 87 foizi yaqinlikdan «favqulodda» yoki «ulkan» jismoniy huzur olishlari haqida aytishgan; shu bilan birgalikda, ularning 85 foizi tag'in «favqulodda» yoki «ulkan» hissiy qoniqish ham olishlarini bildirishgan⁸. Boshqacha aytganda, oksitotsin hech bir qiyinchiliksiz nikohdagi juda ko'plab odamlarning organizmidan ajralib chiqadi!

Qayd etish joizki, yolg'iz yashaydigan yoki boshqa bir necha kishilar bilan aloqaga kirishadigan odamlar (ham jismoniy, ham hissiy darajada) nisbatan kamroq qoniqish hissini tuyadilar. Salomatlikni asrash statistika Milliy markazi tomonidan Merilend universiteti bilan o'tkazilgan ko'p yillik tadqiqotlariga ko'ra, nikohgacha jinsiy aloqa qilishga oshiqmagan ayollar to'ygacha faol jinsiy aloqada bo'lgan ayollarga nisbatan ajralish masalalariga kamroq to'qnash keladilar⁹.

Xudoning rejasiga amal qilgan holda, biz o'zimizning yarim bo'lagimiz bilan juda mustahkam, qiyinchilik bilan uziladigan rishtalarni yaratamiz (Ibtidoda qanday yozilganini eslang: «...ikkisi bir tan bo'ladilar»).

Biz nikohgacha jinsiy aloqa qilish masalasida sabr qilsak, yaqinlikning yetishib bo'lmaydigan darajasiga erishamiz.

№ 3. HORDIQ, KUCH TO'PLASH

Demak, biz Xudo jinsiy aloqaga mutlaqo qarshi emasligini va U bizga faqat yaxshilikni tilashini bilib oldik. Mana buning isboti: U jinsiy aloqani bizning rohatlanishimiz uchun ham yaratgan. Bu jiddiy gap! *Xudo jinsiy aloqaning lazzat keltirishini istaydi!*

Biz bu haqda Sulaymonning Hikmatlar Kitobida o'qiyviz (5:18–19): «Bulog'ing suvlari muborak bo'lsin, Ko'z ochib ko'rganing bilan quvongin. Jozibali ohu va kiyik! Uning og'ushi seni qoniqtirsin, doim uning sevgisi bilan qanoatlangin». Juda ta'sirchan oyatlar, to'g'rimi? Bu o'rinda er o'z xotinining tanasidan qanday lazzat olishi haqida so'z yuritilgan. Asl qo'lyozmada shunga o'xshash so'zlar bitilgan: «U bilan qovushish seni mast qilsin». Xudo eng boshidanoq jinsiy aloqa hayratomuz zavq va quvonch keltirishini istagan.

Ha, to'g'ri: nikohdan tashqaridagi jinsiy yaqinlik ham rohat berishi mumkin, ammo u biz Xudoning rejasiga amal qilgan holda erishadigan yuksak darajaga hech qachon yaqin ham kelolmaydi.

Takrorlaymiz, Xudoning rejasi bizga eng yuqori darajada jinsiy lazzatni baxsh etishdan iborat. Ommaviy so'rovlar nikoh asosidagi turmush va jinsiy halovat o'rtasidagi aloqani aniq kuzatish imkonini bermoqda. Ularning ma'lumotlariga ko'ra, barvaqt faol jinsiy aloqaga jalb etilgan yoki ko'pgina kishilar bilan jinsiy aloqada bo'lgan ayollar jinsiy aloqa borasida hech qanday tajribaga ega bo'lmagan holda turmush qurgan ayollarga nisbatan o'zaro qovushishdan kamroq

Xudo jinsiy aloqani bizning quvonchimiz va O'z shon-shavkati uchun yaratgan.

qoniqish olisharkan. «USA Today» gazetasi bunday fenomenni «jamoat ayollarining qasosi» deya atagan¹⁰.

Bu dunyo bizga hech nima bilan chegaralanmagan jinsiy aloqa ko'proq huzur-halovat keltirishini uqtirmoqchi bo'ladi, biroq ilm-fan Xudoning Kalomida aytilganlarni tasdiqlamoqda. Bizning jinsiy aloqadan rohatlanishimiz Xudoga yoqadi. Uning rejasiga amal qilgan holda, biz hech nima bilan taqqoslab bo'lmaydigan quvonch va rohatga erishamiz.

Xo'sh, Xudo nega jinsiy aloqani yaratgan? Bu yaqqol ayon: bizning quvonchimiz va O'zining shon-shavkati uchun. Inson Xudoning rejasiga ko'ra jismoniy yaqinlikdan lazzatlanganida, bu hayratomuz his-tuyg'ularga olib boradi. Uning belgilagan chegaralaridan chiqqanimizda quvonch so'nadi, jinsiy yaqinlik o'zining dastlabki qadr-qimmatini yo'qotadi, ya'nikim bizga Xudoning O'zi tayyorlagan marhamat, ta'bir joiz bo'lsa, quyoshda qolgan meva-dek ayniydi.



Siz «sevgi» soʻzi ostida nimani tushunasiz?



Koʻplab yoshlar, yigitlar va qizlar ham, oshiq-maʼshuqlik jinsiy aloqaga kirishishning sababi ekanligiga ishonishadi. Garchi sevgi — inson harakatining qudratli harakatlantiruvchisi boʻlsada, koʻplar buning nima ekanligini xususida javob berishga qiynalishadi.

Har holda, butun insoniyat tarixida odamlar eng koʻp gapirgan mavzu sevgi boʻlib, uni olamda hech nimaga qiyoslab boʻlmasligi haqida qoʻshiqlar kuylashgan. Filmlarda, musiqalarda, sheʼriyatda — har birida bu soʻzning oʻz oʻrni bor.

- «Sevgi — bu “kechir” deb gapirish kerak boʻlmagan tuygʻu». «Sevgi tarixi» filmidan.
- «Sevgi — bu harakat». «DC Talk»* qoʻshigʻidagi soʻzlar
- «Sevgi — bu hayrat va telbaliksiz yashab boʻlmaydigan hayot». «Tanishing, Jo Blek» filmidan.
- «Sevgi — bu olov ichidagi doʻstlik». «Barkamol erkak» filmidan.

Sevgini koʻproq ommabop qoʻshiqlar yoki kinossenariylarga mos keladigan yorqin jumlar bilan belgilashadi, biroq ular haqiqiy

* Masihiycha rep va rok-trio. — *Tarj. izohi.*

hayotda ish beradimi? Biz mabodo o'z munosabatlarimizni va jinsiy aloqa bo'yicha tajribalarimizni nazarda tutsak — sevgi nima ekanligi haqida tasavvurga ega bo'lamizmi?

Sevgi — olamdagi mavjud eng qudratli kuch va ayni vaqtda uni tushunish juda qiyin bo'lib tuyuladi. Sevgi nima ekanligini anglash — Xudoning rejasini va jinsiy aloqa yaratilishidan maqsad nima ekanligini anglash borasida jiddiy oldinga siljish demakdir. Oxir-oqibat, agar siz sevgi nima ekanligi haqidagi savolga javob berolmasangiz, uni *uchratganingizni* qanday tushunasiz? *Sevimli* ekanligingizni qanday bilasiz? Munosabatlaringiz va chinakam yaqinlikka asoslanganini qanday aniqlaysiz? Mabodo sevgi nima ekanligidan bexabar bo'lsangiz, uni to'shakda qay tarzda ifodalaysiz. Siz shunchaki buni uddalay olmaysiz.

Mazkur masalani tushunib yetmoq uchun, keling, dastlab sevgi aslida nima emasligini mushohada etib ko'raylik.

SEVGI — HISSIYOT EMAS

Bolalikda onangiz sizni sabzavotlar yeyishga majbur qilishi mumkin, lekin ularning yeyish quvonchini berolmaydi (bu hissiyot). Men odamlardan sevgiga ta'rif berishlarini so'raganimda, ular ko'pincha shunday deyishadi: «Bu — hissiyot». Biroq hissiyotlar bilan odamni boshqarib bo'lmaydi-ku. Odamga muayyan bir harakatlarni amalga oshirishi yoki biror qarorga kelishi uchun buyruq berish mumkin, ammo tuyg'ularni his etishiga buyruq berolmaysiz.

«Nahotki kimdir bizga sevishimizni kerakligini buyursa?» Ha, Xudo sevishga amr etadi.

Yuhanno Xushxabarida (13:34) shunday deyilgan: «Sizlarga yangi amr beryapman: bir-

Jinsiy aloqa va sevgi — ikkalasi bir narsa emas.

biringizni sevinglar. Men sizlarni qanday sevgan bo'lsam, sizlar ham bir-biringizni shunday sevinglar».

Efesliklarga Maktubda (5:25) yozilgan: «Ey erlar, Masih jamoatni yaxshi ko'rib, O'zini jamoat uchun fido qilganiday, sizlar ham xotinlaringizni shunday yaxshi ko'ringlar».

Yaqqol ayonki, sevgi — hissiyot emas, balki doimiy qarordir. Biz ushbu qarorni qabul qilganimizda, hissiyotlarimiz o'zgarishi mumkin, biroq sevgi erkin tarzda ifoda etiladi.

SEVGI — JINSIY ALOQA EMAS

Zamonaviy madaniyatda «sevgi» va «jinsiy aloqa» so'zlari amalda bir-birining o'rnini bosadi; jinsiy aloqalarga kirishish hattoki sevgi mezoni va uning to'g'ri belgisi hisoblanadi. Shuningdek, o'z navbatida bizga jinsiy aloqa bir-birini sevadigan odamlar o'rtasidagi munosabatning ajralmas qismi ekanligini uqtiradi. Biroq Xudo bizga sevgining jinsiy aloqa bilan aslo bog'liq bo'lmagan ta'rifini bergan. Shubha qilmasligingiz mumkin: bu mutlaqo boshqa-boshqa tushunchalardir.

Xo'sh, nega ularni ko'pincha chalkashtirib yuborishadi? Agar yodingizda bo'lsa, uchinchi savolga javob berayotganimda, jinsiy yaqinlik vaqtida inson miyasi himoyalanganlik, ishonch va chuqur mayinlikni uyg'otadigan oksitotsin — «quchoqlash gormoni»ni ishlab chiqarishini aytib o'tgandim. Mana shu «tuyg'u» pop-madaniyatning bizga jinsiy aloqa va sevgini «bitta idishda» sotishga urinishi bilan birga ko'plab odamlarni jinsiy aloqa va sevgining bir qatorda turishi haqidagi fikrlarga olib boradi. Ammo sevgining hissiyot emasligini bilgan holda, biz hammasini, yumshoq qilib aytganda, sevgiga nisbatan dunyoviy ta'rifning nochor ekanligini tushuna olamiz. Demak, hech bir shubhasiz, jinsiy aloqa — sevgi *emas*.

Xudo jinsiy aloqani odamlar bir-birlari bilan asl yaqinlikdan bahra olishlari uchun yaratgan ekan, biz nikohdan tashqarida qovushishga qaror qilganimizda munosabatlarni aynan teskarisiga burib yuboramiz. Bu kabi shoshilib qolish holatida, tuyg'ular jinsiy aloqani sevgi o'rnida qabul qilishga undab, odamni aldashi mumkin, Bu holda Xudoning rejasiga ko'ra erkak va ayol o'rtasida sevgi hosil bo'lishiga va masala jismoniy yaqinlikka borib taqalishidan *avval* bunga qay tarzda ishonch hosil qilish mumkin.

Biz o'zimizning bir lahzalik ehtiyojimizni qondirishga va Xudoning rejasiga ziyon yetkazishga uringanimizda jinsiy aloqa qilamiz, ammo bu sevgi emas. Haqiqiy sevgi nikoh tuzilishini kutadi, ana shunda siz va juftingiz ham nikohdan tashqarida bo'ladigan xatarlardan himoyalangan bo'lasiz, kelajak esa sizga to'laqonli yaqinlikdan lazzatlanish imkonini hadya etadi.

XUDONING SEVGIGA TA'RIFI

Xudoning Kalomida sevgining aniq ta'rifi keltirilgan: Keling, bu so'z uchraydigan bir qancha oyatlarni birgalikda o'qib chiqaylik va siz hayotingiz mazmunini tubdan o'zgartirib yuborishi mumkin bo'lgan tushunchaga kelasiz.

Matto Xushxabarida (22:39) Iso shunday deydi: «...O'zгани o'zingizni sevganday seving».

Xo'sh, biz o'z yaqinlarimizni qanday sevishimiz kerak? Xuddi o'zimizni sevganimiz kabi. Ushbu parchada o'zini xudbinlarcha sevish haqida so'z yuritilmayapti. O'zimizga bo'lgan sevgimiz o'z ehtiyojlarimiz haqida doimo jon kuydirayotganimizni ifoda etadi. Shu tariqa, haqiqiy sevgi sevimli insonning ehtiyojlarini qondirishni istaydi.

Efesliklarga Maktubda (5:28–29) buning mazmunini anglashimiz uchun yordamchi so'zlar taklif etilgan. Unda quyidagicha yozil-

gan: «Erlar ham o'z xotinlarini o'z tanalarini sevganday sevishlari kerak. O'z xotinini sevgan erkak o'zini sevgan bo'ladi. Hech kim hech qachon o'z tanasini yomon ko'rmaydi. Aksincha, uni oziqlantirib, parvarish qiladi. Masih ham O'z jamoatini shunday oziqlantirib, parvarish qiladi».

O'zimizga bo'lgan sevgimiz nima bilan ifodalanadi? Biz nima bilan oziqlanib, o'zimizni quvvatlantirsak, ana o'sha narsalar uchun jon kuydiramiz. Muqaddas Kitob tushunchalari asosida o'zimni sevgan holda, men jisman, ruhan, aqlan va ijtimoiy darajada o'sishim uchun jon kuydiraman. Samimiy sevgan holda, men o'zimning kamolga yetishim yo'lidagi to'siqlarni bartaraf etishga urinaman. Xudoning Kalomida sevgining eng oddiy ta'rifini topamiz — «himoya qilish va g'amxo'rlik». Haqiqiy sevgi hamisha, istisnosiz ravishda, sevimli inson uchun yaxshilik qilishni istaydi. Uning harakatlantiruvchi asosi hamisha bitta: «himoya qilish va g'amxo'rlik».

Haqiqiy sevgining harakatlantiruvchi asosi hamisha bitta: «himoya qilish va g'amxo'rlik».

Jinsiy aloqa qay tarzda Xudoning sevgi formulasiga kirishi mumkin? Nikoh doirasida bu ajoyib usul juftingizning jismoniy va hissiy ehtiyojlarini qondirish uchun xizmat qiladi. Ammo nikohdan tashqaridagi jinsiy aloqa sizga ham, juftingizga ham xavf uyg'otadi. Nikohdan tashqarida jinsiy aloqa qilishga qaror qilganingizda, siz o'zingizni va o'z yarmingiz bo'lgan insonni kutilmagan homiladorlik, jinsiy a'zolar orqali o'tadigan kasallik, aybdorlik hissi, ko'ngil sinishi, umidlarning buzilishi kabi halokatli oqibat-larga duchor qilasiz.

Xudoning rejasi chegaralaridan chiqqanimizda, biz sevgi va jinsiy aloqa o'rtasidagi farqni ajrata olmay qolamiz. Iltimos, sevgi ila «yurakda his etiladigan harorat»ni boshqa nimadir bilan adashtir-

mang va o'z sevgisini boshqa insonga bildirishning eng afzal yo'li — u bilan jinsiy aloqaga kirishish haqidagi yolg'onga laqqa tushmang. Xudo nikohdagi jinsiy aloqani siz bilan bizning himoyalanimiz uchun yaratgan. Yaqin insoningizning baxti, xavfsizligi, ruhan ulg'ayishi va salomatligi xuddi o'zingizning shaxsiy ehtiyojlaringiz kabi o'ta muhim bo'lganida, ya'ni siz nikohdan tashqaridagi jinsiy aloqa keltirishi mumkin bo'lgan ehtimoliy jarohlardan juftingizni himoya qilishga tayyor bo'lganingizdagina haqiqiy sevgini topganingizni bilib olasiz.



Muqaddas Kalomdagi «Xudo — sevgidir» soʻzlari nimani anglatadi?



Jinsiy aloqa borasida Xudoning rejasini bajarish va aniq-ravshan anglash qobiliyatimiz Xudo aslida Kim ekanligi haqidagi tushunchamizga toʻliq asoslanadi.

Yuhanning birinchi Maktubida (4:16) Xudoning ushbu soʻzlari keltirilgan: «Xudoning bizga boʻlgan mehr-muhabbatini biz tatib koʻrib, Xudo bizni yaxshi koʻrishiga ishonch hosil qildik. *Xudo sevgidir*. Sevgini diliga jo qilgan kishi Xudo bilan birga yashaydi va Xudo u bilan birga yashaydi» (kursiv meniki. — J. M.).

Shuningdek, Yuhanning Birinchi maktubida (4:8) aytilgan: «Sevmaydigan odam esa Xudoni hech qachon bilmagan. Axir, *Xudo sevgidir*» (kursiv meniki. — J. M.).

«Xudo sevgidir» deya tasdiqlash Xudoni qandaydir gʻira-shira, ichki mavhum iliq tuygʻu sifatida tasvirlamaydi. Agar yodingizda boʻlsa, biz sevgining hissiyot emasligini aniqlab olgandik. Xoʻsh, ilohiy sevgi aslida qanday koʻrinishda? Yuhanno Xushxabarida (15:12–13) Iso shunday deydi: «Mening amrim shu: Men sizlarni qanday sevgan boʻlsam, sizlar ham bir-biringizni shunday sevinglar. Kim oʻz jonini doʻstlari uchun fido qilsa, bundan ortiq sevgi yoʻq».

Xudo bizga sevgi va uni qanday ifodalash borasida mukammal namuna bergan. Iso bu olamda sevgi va azoblarga toʻla hayot ke-

chirdi. Uning xochdagi o'limi bizga ilohiy sevgining harakatdagi obrazini ko'rsatadi. Mana, biz yaqinlarimizga sevgi borasida tenglashmoq uchun namuna.

Xudo: «Men sizlarni sevaman» deb shunchaki aytmagan, O'z sevgisini amalda tasdiqlashni unutmagan holda, uzoq koinotdan bu xabarni bejiz yubormagan. U bizga buni takror va takror isbotlamoqda.

Xudoning
amrlari bizning
manfaatlarimizni
ta'minlash va
kelajagimizni
himoya qilish
uchun berilgan.

Siz aytishingiz mumkin: «Bir daqiqa! Agar Xudo meni shunchalik qattiq sevsa, nega U meni jinsiy aloqa kabi yoqimli ishlardan voz kechishga undayapti?»

Keling, avvalgi savol yuzasidan berilgan javob asosidagi sevgi tavsifiga qaytaylik. Sevgi — himoyalanganlik va g'amxo'rlik ko'rsatish demakdir. Xudoning amrlari biror masalada bizni siqib qo'yish yoki ajratish uchun berilmagan, aksincha, ular bizning manfaatlarimizni ta'minlash va kelajagimizni himoya qilish uchun berilgan.

Muqaddas Kitobda ba'zan Xudo bizga muayyan bir qaror yoki harakatlardan voz kechishga amr etganligi haqidagi matnlar uchraydi. Garchi birinchi qaraganda ular qattiqqo'llikdek tuyulsada, ammo haqiqatda ular Xudo sevgisining chuqur ifodasidan darak beradi. Aslida, Xudo har safar, «Buni qilmagin» deb gapirganida, U bizni himoya qilib, g'amxo'rlik ko'rsatgan holda O'z sevgisini isbotlaydi.

Qonunlar Kitobida (10:13) aytilgan: «Men bugun sizlarga berayotgan Egamizning amru farmonlariga rioya qiling; *shunda baxtiyor bo'lasiz*» (kursiv meniki. — J. M.).

Xudo O'z amrlarini nega bergan? Bizga yaxshi bo'lishi uchun! Hatto Uning usullari bizni ranjitib jahllantirsa ham, biz hamisha

ishonch hosil qilishimiz mumkin: Xudo bizni sevadi va Uning barcha amrlari bizning manfaatlarimiz va himoyamiz uchun berilgan.

Xudoning jinsiy aloqaga nisbatan bergan amrlari bunga mukammal misol bo'ladi.

Korinfliklarga Birinchi maktubda (6:18) o'qiyimiz: «Jinsiy ahloqsizlikdan o'zingizni olib qochinglar! Jinsiy axloqsizlik bilan gunoh qilgan o'z tanasiga qarshi gunoh qilgan bo'ladi, qolgan hamma gunohlar esa tanaga bevosita bog'lanmagan holda qilinadi».

Xudo bizga zinodan qochishni amr etgani muqarrar. Nega? U bizdan kutib turishimizni so'ragan o'sha oyat orqali bizga javob beradi.

«...Jinsiy axloqsizlik bilan gunoh qilgan o'z tanasiga qarshi gunoh qilgan bo'ladi». Xudoning rejasiga muvofiq kelmagan jinsiy aloqa, jismonan ma'noda aytsak, so'zsiz tanangizni yemiradi Biz Xudoning amrlarini buzganimizda, o'z tanamizni jiddiy oqibatlar xavfi ostida qoldiramiz. Mana, bunga bir necha guvohliklar:

- 15 yoshdan 24 yosh orasidagi faol jinsiy aloqada bo'ladigan har to'rtinchi yigit-qiz har yili tanosil kasalligiga chalinadi¹¹.
- 2004-yilda kasalliklarni oldini olish va nazorat qilish Markazi e'lon qilgan ma'lumotlarga ko'ra, 13 yoshdan 24 yoshgacha bo'lgan 18 milliondan ko'proq yoshlar OIV yoki OITS (35 shtatda shaxslari ko'rsatilmagan hisob-kitob asosida) kasalligini yuqtirishgan; faqat 2004-yilning o'zida deyarli 5000 marotaba shunday tashxis qo'yilgan bo'lib, bu barcha o'tkazilgan testlarning uch foizini tashkil qiladi¹².
- 2009-yilda 13 yoshdan toki 19 yoshgacha bo'lgan ota-onalardan 409840 nafar chaqaloq dunyoga kelgan¹³. Bunday homiladorlikning yarmidan ortig'i istalmagan tarzda paydo bo'lgan¹⁴.

Mabodo odamlar nikohgacha bo'ladigan jinsiy aloqani keyinga surganlarida edi, yuqorida qayd etilgan salomatlikka xavf tug'diradigan tavakkalchiliklardan qutulishlari mumkin bo'lardi. Hatto rejasiz homiladorlik masalasi ham yengil hal bo'ladi, agar bola homilasi o'zlarini nikohda bir-birlariga bag'ishlashga qaror qilgan sevishganlar o'rtasida dunyoga kelsa, albatta.

Ko'rinib turibdiki, Xudo rohatimizni «buzish» yoki hech bir sababsiz to'siq qo'yish uchun bizdan jinsiy aloqa borasida sabr qilishimizni so'ramagan. Uning jinsiy aloqaga daxldor amrlari Uning sevgisidan, manfaatlarimiz uchun g'amxo'rlik qilayotganidan va bizni himoya etayotganidan darak beradi.

Xudo sevgidir va U g'amxo'rlik ko'rsatish imkonini boy berib qo'ymaydi. Muqaddas Kitob matnlarini biz bunday ma'noda ko'rib, ular sevuvchi Xudo tomonidan berilganini, biz uchun yaxshilikka xizmat qilishini tushungan holda Xudo amrlarini tayyor bo'lib qabul qilamiz.



6

Insonning asosiy jinsiy a'zosi qayerda joylashgan?

Sizning asosiy jinsiy a'zongiz cho'milish kiyimi ichida joylashmagan. Eng yuqori darajadagi jismoniy rohat oyoqlar o'rtasida emas, balki quloqlar orasida joylashgan. Masala jinsiy aloqaga borib taqalganida, haqiqiy mo'jiza aynan miyangizda yuz beradi.

Sizga tezkor neyrobiologiya kursini o'tashga izn bering. Uch fut og'irlikdagi miyangiz o'n milliard neyronlarni, 100 milliard yordamchi hujayralarni va 100 trillion aksonlarni — hujayralarni neyronlar bilan birlashtiruvchi bo'g'inlarni o'zida saqlaydi¹⁵. Har soniyada bir million yangi aloqalar yuzaga keladi¹⁶. Inson miyasi borliqdagi eng murakkab birikma. Bu ayyorona tizimning ichi katak va aloqalardan iborat bo'lib, eng ajoyib ehtirosli jarayonlarga ega. Axir siz «orgazm» so'zini eshitgan bo'lsangiz kerak? U jismoniy yaqinlikdan lazzat olishning yorqin hislarini tasvirlaydi. Olimlar orgazm vaqtida lazzat beruvchi kimyoviy moddalarni ko'proq qabul qilgan miyaning jonlanishini qayd etishgan. Miya bu paytda tananing barcha organlariga muayyan ravishda buyruq bergan holda, o'z signallarini yuboradi. Orqa miyaga turtki beradigan asab hujayralari ishlamasa orgazm hosil bo'lmaydi. Xullas, jinsiy aloqaga aloqador hamma narsaga aynan miya buyruq beradi.

Biroq har bir miya ham jinsiy aloqadan yuqori darajada rohat olishga moslashmagan. 100 trillion aksonlar hali yodingizda turib-

dimi? Aksonlar yangi tug'ilgan chaqaloqlarda xuddi yalang'och sim kabi ochiq bo'ladi, o'smirlarda esa miyelin deya ataluvchi moddalarning «himoya qobig'i» bilan qoplanadi. Miyelin qobig'i keyingi yigirma yil mobaynida shakllanib boradi. U xuddi simlarning muhofazasi kabi vazifani bajaradi — miyadan asablarga elektr to'liqlarini tez va samarali o'tishiga imkon beradi¹⁷. Endigina qobiq qoplanayotgan asablarning bir qismi pubertat yoshda his-tuyg'u, sog'lom fikr va o'zini boshqarish xususiyatlarini o'zaro bog'laydi. Ya'ni sizning miyangiz tez qabul qilishga dasturlangan, ammo shu bilan birgalikda toki siz yigirma yoshdan oshmaguningizcha hirsiy maylga taalluqli bir xil qarorlar qabul qiladi.

Neyrobiologlar o'smirlik yoshida ham miyaning boshqa qismlari hali ulg'ayish jarayonida bo'lishini aniqladilar. Miyadagi bunday bo'limlardan biri sog'lom qarorlar qabul qilish va ko'tarilib ketadigan hissiyotlarni nazorat qilish uchun javob beradi. U «prefrontal po'stloq» deya ataladi¹⁸.

Biz tug'ilganimizda harakatlarimizni miyaning tubida joylashgan limbik tizim boshqaradi va eng avvalo faqat his-tuyg'ularimiz uchun javobgar hisoblanadi. Biz uning ta'siri ostida qaror qilganimizda, yaxshini yomondan ajratishga qodir bo'lolmaymiz, biz faqat hissiyotlarimizga tayanamiz.

Yoshimiz ulg'aygan sayin qarorlar qabul qiluvchi nazorat markazimiz limbik tizimdan endilikda bosh miyaning old qismida joylashgan va axloqiy qarorlarimiz uchun javobgar bo'lgan prefrontal po'stloqqa o'tadi. Agar limbik tizim ishtaha, istaklar va tez hojat uchun javob bersa, prefrontal po'stloq faqatgina mantiqiy qarorlarini, keyin yuzaga keladigan oqibatlarining tahlili bilan birgalikda, qabul qilishga qodir. Shunday deyish mumkin: agar limbik tizim yovvoyi sher bo'lsa, prefrontal po'stloq — bu sherlarni tajribali bo'ysundiruvchidir. Sher hamisha och, o'ljani qo'lga kiritish uchun nimalar xatarli bo'lishi unga baribir. O'rgatuvchi «qamchi va shirin

kulcha» tizimidan foydalangan holda uning yirtqichlarcha ishtahasini bo'ysundiradi.

Ilmiy nuqtayi nazardan qaraganda, o'smirlar sherga o'xshashadi. Bu yoshda prefrontal po'stloq «uxlab rulni boshqaradi», limbik tizim esa hamma yoqda avjiga chiqadi. Aslini olganda, bir boshqaruv tizimidan boshqasiga o'tish ko'pincha taxminan yigirma besh yoshda yakunlanadi. Biologik nuqtayi nazardan, oddiy o'smirning prefrontal po'stlog'i hali «boshliq kursisiga o'tirish»ga¹⁹ tayyor emas, biroq rivojlanishning ana shu darajasida o'smirlar o'z hayotlariga keyinchalik ta'sir ko'rsatadigan jinsiy aloqaga taalluqli qarorlarni qabul qilishga urinishadi.

«Journal of Youth and Adolescence» ilmiy nashriyotining yaqinda o'tkazgan so'rovlariga ko'ra, 60 foizdan ko'proq yoshlar 17–18 yoshlarida jinsiy aloqaga kirishishgan²⁰.

Miya esa ayni pallada buning ehtimoliy oqibatlarini haqida tahliliy qaror qabul qilishga qodir emas. Balki shu bois so'rovda ishtirok etgan faol jinsiy aloqa qiluvchilarning uchdan ikki qismi shoshilganlaridan afsusda ekanliklarini bildirishgan²¹.

Garchi o'smirlar jisman jinsiy aloqaga tayyor bo'lsalarda, ularning asosiy jinsiy a'zosi — miya — yuqori darajada lazzat olish uchun yetarli ulg'aymagan.

Keling, jinsiy aloqaning vazifasi yuzasidan uchinchi savolga taalluqli javobga qaytaylik. Yodimizda bo'lsa, Xudo jinsiy aloqani bizning lazzatlanishimiz va boshqa insonlar bilan yaqin bo'lishimiz uchun yaratgan. Bu ikkita maqsad biologiya jabhaga emas, balki ong jabhasiga taalluqli. Xudoning rejasi bo'yicha, jinsiy aloqadan keladigan asosiy quvonchni ong qabul qiladi.

Sizning
asosiy jinsiy
organingizni
cho'milish
kiyimi
berkitmaydi.

Boshqacha aytganda, *miya uchun hozircha prezervativlar o'ylab topilmagan*. Men aytmoqchimanki, siz yaqinlikdan barcha ma'nodan — aqlan, hissiy va jisman — yuqori darajada yorqin lazzat olishga qodir bo'ladigan munosabatlarga kirishmaguningizcha, faqat Xudogina sizning asosiy jinsiy a'zongizni himoya qilishi mumkin.

Xudoning Kalomi bizga yaxshi maslahat beradi: «Bu dunyoga moslashmanglar, fikr-zikringizni yangilab, tubdan o'zgaringlar. Shunda Xudoning irodasini tushuna oladigan bo'lasiz, ya'ni nima yaxshi, Xudoga manzur va mukammal ekanligini bila oladigan bo'lasiz» (Rimliklar 12:2).



7

Jinsiy aloqa miyamga ta'sir ko'rsatishi mumkinmi?

Biz qayd etib o'tganimizdek, miya — sizning asosiy jinsiy a'zoingiz. Va kelgusi hayotingizdagi jismoniy yaqinlikka uning bildiradigan munosabati sizning qabul qiladigan qaroringizga bog'liq.

Korinfliklarga Maktubga (6:18) yana murojaat qilamiz. Mazkur oyatda Xudoning O'zi belgilagan chegaralardan chiqmaslikka da'vat bor, zero bu o'z tanasiga qarshi gunoh hisoblanadi. Bizning davrimizda olimlar havoriy Pavlusning so'zlarini tasdiqlashdi, ya'ni nikohdan tashqarida bo'ladigan jinsiy aloqa inson miyasiga ta'sir qiladi.

Keling, ilmiy dalillarga murojaat qilib, yaqinlik bizning asosiy jinsiy organimizni qanday o'zgartirishini muhokama etaylik.

YAQINLIK TUYG'USI MIYADA TUG'ILADI

Yodingizda bo'lsa, biz oksitotsin — «quchoqlash gormoni» haqida so'z yuritgandik. Bu yaqinlashtirish uchun javobgar gormon jismoniy yaqinlik paytida ajralib chiqadi va himoyalanganlik, ishonch va chuqur mayinlik hissini uyg'otadi. Biz mushtoq bo'ladigan — Xudo jinsiy aloqani shu maqsad uchun yaratgan — birlashuv manbai aslida bizning boshimizga joylashtirilgan.

Darvoqe, ayniqsa ayol miyasi teginish va quchoqlash paytida yuqori miqdordagi oksitotsinni qabul qiladi. Bu holda erkak miya-

sida o'sha harakatlar boshqa gormon — vazopressin²² gormonini uyg'otadi.

Juftliklar bir-birlariga nisbatan qanchalik g'amxo'r, sodiq bo'lsalar, ularning miyasi oksitotsin va vazopressinni — yaqinlikni mustahkamlash va uzaytirish uchun — ko'proq ishlab chiqaradi. Xudo tanamizni uzoq davom etadigan yaqinlik uchun yaratgan bo'lib, miyada kechadigan jismoniy jarayonlarda bu o'z ifodasini topadi. Agar biz o'z juftimizni tez-tez almashtirib tursak, oksitotsin darajasi pasayadi — organizm uni kerakli miqdorda ishlab chiqara olmaydi. Betartib jinsiy aloqalar erkak miyasida vazopressin ajralib chiqishiga bosim o'tkazadi va u qisqa muddatli munosabatlar tufayli kelib chiqadigan xavf-xatarga «befarq» bo'lib qoladi²³. Javobgarlikka ega bo'lmagan qisqa muddatli jinsiy aloqalar miyangizni kimyoviy darajada o'zgartirishga qodir.

Shuningdek, oksitotsin va vazopressinning ajralib chiqishi — miyaning yaqinlikka nisbatan yagona ta'sir shakli emas. Bundan tashqari, jinsiy aloqa dofamin deya ataluvchi moddani — «baxt gormoni»ni ishlab chiqaradi. Ushbu gormon biz har safar qiziqarli, yoqimli nimadir bilan mashg'ul bo'lganimizda ajralib chiqadi. Agar oksitotsin bizga sevib qolganimizni «aytayotgandek» bo'lsa, dofamin esa: «Men yana xohlayman, menga yana kerak!» — deya qichqiradi. Olimlar yangi turmush qurgan sevimlilar qonida yuqori darajada dofamin bo'lishini qayd etishgan²⁴. Mazkur gormon miyada rohatlanish hissini keskin ko'tarib, istaklarni qo'zg'aydi.

Dofamin axloq toifalariga betaraf ekanligini tushunish muhim²⁵. U bunyodkor va vayronkor harakatlar, yaxshi va yomon munosabatlar o'rtasidagi farqlardan bexabar. U o'zining mazmun-mohiyatiga ko'ra ko'proq giyohvand moddaga o'xshaydi. Miyaga lazzatlanishning muayyan darajasida qolishi uchun barcha oshib boradigan dozalar kerak bo'ladi. Nikohdan tashqaridagi jinsiy aloqalar dofaminga bo'lgan chanqoqlikni yanada ko'proq paydo qiladi, bu esa

juftliklar o'rtasidagi munosabatlarga jiddiy ta'sir qiladi. Agar munosabatlar buzilsa, bu oksitotsin ishlab chiqarilishiga o'z ta'sirini ko'rsatadi; dofaminning ko'tarilishi uchun esa yana va yana ko'proq jinsiy aloqa talab etiladi. Miyaning dofaminga bo'lgan chanoqog'ini «qondirish» uchun ko'proq jinsiy aloqa kerak, bu esa yangi juftni izlashga olib boradi, ayni pallada yaqinlik darajasi pasayadi. Bundan tashqari, dofamin rohatlanish hissini keskin ko'targani bois, faol jinsiy aloqadagi juftliklar buni tez-tez muloyim tuyg'ulardan zavqlanish hissi bilan almashtirib turishadi va chinakam yaqinlikni izlash o'rniga dofaminning yuqori darajasi ortidan quvishni boshlaydilar, bu esa munosabatlarning tez buzilishiga olib boradi. Jinsiy aloqaga bog'lanib qolish — miya tushishi mumkin bo'lgan tuzoqlardan biridir. Jismoniy yaqinlik paytida miyadagi kimyoviy harakat qaramlikni hosil qilishi mumkin, shundan so'ng odam o'zining hirsiy ishtahasini jilovlashi yanada qiyin bo'ladi. Mabodo odam o'zini faqat ikkinchi yarmi uchun ehtiyot qilsa, ya'ni nikohdagina jinsiy aloqa qilsa, yaqinlikni nihoyatda zavqli qiladigan neyrokimyoviy moddalarni miya yetarli miqdorda qabul qilishiga ishonavering.

JINSIY ALOQA XOTIRANGIZGA TA'SIR QILADI

Tajribalar bizning ongimizni qanday o'zgartirishi haqida yanada aniqroq misollar bor. Har safar barcha beshta sezgilaringiz jalb etilgan biror-bir vaziyat sizni hayajonga solganida, tanada norepinefrin deya ataluvchi — uni «xotira gormoni» deb ham aytishadi — gormon ishlab chiqariladi. U bo'lib o'tgan tajribalardan go'yo surat chizib olib, kallada uni doimo saqlab qoladi. Jismoniy yaqinlik tuyg'ularimiz va hissiyotlarimizga chuqur ta'sir qilishini nazarda tutgan holda, organizm javob tariqasida bu moddani yetarlicha miqdorda ajratib chiqaradi hamda kechinmalaringiz ongingizda muhrlanib qoladi.

Siz nikoh qurayotganda, yangi munosabatlar bilan birga o'tmish xotiralarini ham yangi hayotingizga olib kirasiz. Albatta, o'zingizga aytishingiz mumkin: «Bir umr o'zim bilan birga yashashini istagan insonimni uchratsam, men hatto avval kim bilan bo'lganligimni eslamayman». Lekin bunaqa bo'lmaydi.

Hirsiy kechinmalar xotirangizda muhrlangan, bu jarayon biologik darajada yuz beradi. Siz avvalgi juftingiz haqidagi xotiralardan qutula olmaysiz, negaki ular miyangiz parametrlarini o'zgartirgan bo'ladi.

Ibroniylarga Maktubda (13:4) aytilgan: «Nikohni hammangiz e'zozlanglar. Er-xotinlik munosabatini beg'ubor saqlanglar...». Bu fikrni quyidagicha shakllantirish ham mumkin: «O'z jinsiy aloqalarigizni poklikda saqlang». «Poklik» so'zining ta'riflaridan biri — «begona aralashmalarni qo'shmagan»²⁶ ma'nosini bildiradi. Biz jinsiy aloqa qilishni to'ygacha kutib turishni istamasak, xotiramizda bir umr saqlanib qoladigan barcha avvalgi juftlarimizni nikoh to'shagida tasavvur qilamiz va bu endilikda jinsiy aloqaga kimyoviy jarayondek munosabatda bo'lishimizga o'z ta'sirini ko'rsatadi.

Qachondir bir qator ma'ruzalarim (ulardan so'ngisini jinsiy aloqa mavzusiga bag'ishlagandim) yakunidan so'ng do'stlarimdan biri, cho'pon, meni aeroportgacha kuzatib qo'yishini taklif etdi. Biz mashinaga o'tirganimizda, u dastlab noqulay holatda sukut saqladi. So'ngra nihoyat shunday dedi:

«Josh, menga sening yordaming kerak. Mana yigirma yildirki men bir ajoyib ayol bilan nikohdaman, lekin hanuzgacha biror mar-ta to'shakda u bilan bo'lmaganman».

— Nimani nazarda tutyapsan? — so'radim men.

— Yuqori sinfda o'qiganimda men hali Xudoga ishonmasdim va axloqan buzuq edim... haddan ziyod buzuqchilik qilardim, — iqror bo'ldi u. — Bu ahvol men toki universitetga o'qishga kirmagunim-

cha davom etdi. O'sha yerda men Masihga o'z Rabbim deya imon keltirdim va hayotimni deyarli — jinsiy aloqa masalasidan tashqari — butunlay o'zgartirib yubordim. Uchinchi kursda o'qiyotganimda bo'lajak rafiqamni uchratdim. O'sha kungacha ayol zoti bunchalik ajoyib bo'lishini tasavvur ham qilmandim. Biz bir-birimizni sevib qoldik va turmush qurdik...


U shundan so'ng hirsiy gunoh uning nikohiga qanday ta'sir qilganini aytib berdi.

— Birinchi nikoh kechasidan boshlab, avval men bilan birga bo'lgan qizlar, o'tmish lavhalari va tasvirlari xayolimda aylanardi, ular meni haligacha tinch qo'yishmaydi.

O'tmishdagi munosabatlarning sharpalari xayolimda o'ralashib qolgan, bu esa achinarli, halokatli oqibatlarga olib kelgan.

Xullas, aniq tushunish zarur: har bir qarorimiz, har bir harakati-miz bilan biz miyamiz tuzilishini o'zgartiramiz.

Siz avvalgi
juftlaringiz
haqidagi
xotiralardan
qutula
olmaysiz.



Axir zamonaviy tibbiyot tanosil kasalligiga qarshi kurashishni o'rganib olmaganmi?



Har holda, mening ko'plab tinglovchilarim astoydil shunga ishonadilarki, jinsiy organlar orqali o'tishi mumkin bo'lgan kasalliklarni hatto yuqqan holatida ham (ularning nazarida bu kamdan-kam yuz beradi) tibbiyot osongina bartaraf qiladi. Afsuski, bu aslo to'g'ri emas.

Agar 1960-yillarda shifokorlar ikkita asosiy tanosil kasalligini — sifilis va gonoreyani (ikkalasini ham ukol yordamida) davolagan bo'lsalar, hozirgi kunda jinsiy aloqa orqali o'tadigan 25 ta asosiy kasallik turlari aniqlangan²⁷ va ulardan 19 tasi *bedavodir*²⁸.

1960-yillarda faol jinsiy aloqada bo'lgan har oltmishinchi o'smir tanosil kasalligini yuqtirgan. 1970-yillarda — har qirq yettinchi o'smir²⁹. Hozirgi kunda faol jinsiy aloqadagi har to'rtinchi o'smir xas-talikka chalinmoqda³⁰.

Shifokorlarning tanosil balosiga qarshi vosita izlashlari va uning tarqalishini to'xtatish uchun qilayotgan barcha harakatlariga qaramay, kasalliklar turi xuddi kasallanganlar miqdoridek kamayish o'rniga uzluksiz o'sib bormoqda. Bugungi kunda 70 million amerikalik jinsiy aloqa orqali o'tadigan kamida bitta kasallikka chalingan³¹. Ulardan taxminan 65 millionining tuzalishiga endi umid yo'q³². Dunyo bo'yicha har yili deyarli 330 million odam tanosil kasalligini yuqtiradi³³.

Ayniqsa, yoshlar yuqumli kasalliklarga tez chalinishadi. Yosh qizlar o'zlari-ning jinsiy aloqani boshlagan dastlabki ikki yilida hech bo'lmaganda ham tanosil xastaligining ko'proq tarqalgan ikki-uchta turi bilan kasallanishadi.

Kasalliklarni oldini olish va nazorat qilish markazining ma'lumotlariga ko'ra, har yili Amerikada jinsiy aloqa orqali o'tadigan kasalliklarni boshqalarga yuqtirishi mumkin bo'lgan 19 million odam ro'yxatga olinadi. Ayni vaqtda kasallarning yarmi 15 yoshdan 20 yoshgacha bo'lgan yoshlardir³⁴.

Hozirgi kunda buzuq hayot kechirgan holda salomatlikni asrab qolishning deyarli iloji yo'q. Nikohgacha jinsiy aloqani tanlaganin-gizda — eng yaxshi holatda ham — har to'rttdan bitta aloqada kasal yuqtirib olish mumkin³⁵. Bunday natija esa har safar yangi juft paydo bo'lganida ortib boraveradi.

Albatta, siz ushbu raqamlarga qarab o'ylayotgandirsiz: «Agar faol jinsiy aloqadagi o'smirlarning to'rttdan faqat bittasi kasallan-gan bo'lsa, demak, men hali bu kasallikka chalinishdan qutulib qo-lishim mumkin. Bundan tashqari, bu kabi barcha xastaliklar da-volanadi, to'g'rimi?» Yo'q, noto'g'ri! Ko'pgina tanosil kasalliklari bedavodir, chunki ularni viruslar deb atashadi. Barcha virusli ka-salliklarning davosi yo'q, tanosil xastaligidan tortib oddiy shamol-lashgacha. Jinsiy a'zolar orqali o'tadigan ayrim yuqumli kasallik-largina davolanishi mumkin, lekin bu uzoq davom etadigan va azobli jarayon; mana bir necha daqiqalik rohatning bahosi! Bun-dan tashqari, hattoki avval qutulish mumkin bo'lgan kasalliklardan so'nggi vaqtda shifo topish imkonsiz bo'lib qolmoqda.

Yiliga oltmish milliard dollar — bizning salomatlikni saqlash ti-zimimiz jinsiy aloqa orqali o'tadigan kasalliklarni davolashga va

Bugungi
kunda
faol jinsiy
aloqadagi
har to'rtinchi
o'smir
xastalikka
chalinmoqda.

tashxisiga ana shuncha mablag' sarflaydi³⁶. Kasallanganlar soni juda yuqori va shifokorlar bu raqamlarni kamaytirish uchun tinim bilmay ishlamoqda. Darvoqe, yaqinda eng ko'p tarqalgan tanosil kasalliklaridan biri — OPV, yoki odam papilloma virusiga qarshi vaksina o'ylab topishdi. Ko'pchilik bu muvaffaqiyatni «jinsiy a'zolar orqali yuqadigan kasalliklarga qarshi kurashda muhim qadam» deya hisoblashdi, biroq amalda kasallik yuqtirishdan himoya darajasi pastligicha qolmoqda. Eng avvalo, vaksina faqatgina ayollarga yordam beradi, erkaklar uchun vosita hali o'ylab topilmagan. Shuningdek, bu vosita 70 foiz holatlarda samara bergan bo'lib, uni yoshlikda qabul qilish kerak; kasallik yuqtirgan katta yoshdagi ayollarga vaksina yordam berolmaydi. Shu bilan birgalikda, u

saraton shishini hosil qiladigan OPVning barcha turlarini davolay olmaydi. Qolaversa, vaksina qabul qilinganidan so'ng uning qancha vaqt ta'sir qilishi hali noaniqligicha qolmoqda. Bu vosita yaratilganiga hali ko'p bo'lmadi va OPV aniqlangan o'sha 70 foiz ayollar orasidan vaksina qo'llanilganlariga bu qancha muddat yordam berishini bilish uchun yillar kerak bo'ladi³⁷. Har holda, uzoq vaqtlik himoya uchun imkoniyatlar unchalik ko'p emas.

Shifokorlar jinsiy aloqa orqali o'tadigan 25 ta asosiy kasalliklar turini aniqlashgan, ulardan 19 tasi bedavodir.

Biroq kasalliklarni keltirib chiqarish bilan bir qatorda, uni yuqtirib qolishning boshqa halokatli oqibatlar ham bor. AQShdagi 15

yoshdan 25 yoshgacha bo'lgan 100 ming ayollar tanosil kasalligini yuqtirganlari bois hech qachon farzand ko'rolmaydilar³⁸. Har yili deyarli 80 ming erkak OPV keltirib chiqargan saraton xastaligiga chalinishadi³⁹. Har yili 17 mingdan ko'proq amerikaliklar OITS tu-fayli vafot etishadi⁴⁰.

Lekin baribir Xudo siz uchun oʻrnatgan himoya chegaralaridan chetlab oʻtib, jinsiy yaqinlikka kirishishga qaror qilsangiz, tanosil kasalliklariga chalinmaslik ehtimoli sizda juda kam. Bu ilm-fan bilan tasdiqlangan. Shifokorlar hamjamiyati ham, hukumat ham bu dalilni tan oladi. Darvoqe, yaqinda AQSh hukumati tanosil kasalliklarining oldini olish va tashxisi uchun 400 million dollar ajratdi⁴¹, shunday boʻlsada, kasallanish oʻsishda davom etmoqda. Oddiy qilib aytganda, hukumat yoki shifokorlar bizni Xudo aniq-ravshan ogohlantirgan xatarlar oqibatidan asrab qololmaydi.

Xudoning jinsiy aloqaga daxldor qarorlari bizni noxush oqibatlardan asrash va yanada koʻproq lazzat baxsh etish uchun berilganligi yodingizda boʻlsin. Pok va begʻubor nikoh toʻshagida jinsiy aloqa orqali oʻtadigan kasalliklarga chalinish ehtimoli qancha? *Hech qancha*. Bu eng maqbul variant, shunday emasmi?



Eng ko'p tarqalgan tanosil kasalligi qaysi?



Ko'plab katta yoshlilar va o'smirlar jinsiy aloqa orqali o'tadigan kasalliklarga oid masalalardan

deyarli mutlaqo bexabar.

Hatto eng ko'p tarqalgan tanosil kasalligi va uning davosiz ekanligini juda kamchilik biladi, xolos⁴². Men nimani nazarda tutayman? Odam papilloma virusi (OPV)ni.

OPV — bu jinsiy aloqa orqali yuqadigan virus bo'lib, shunday osongina yuqadiki, hatto prezervativlar ham unga qarshi yordam berolmaydi. Balki shu bois ham kasalliklarni oldini olish va nazorat qilish markazi uni AQSh va butun dunyodagi birinchi raqamli tanosil kasalligi deya tan olgandir⁴³.

Bizdagi ma'lumotlarga ko'ra, har yili olti millionga yaqin amerikaliklar OPV bilan kasallanishadi⁴⁴. Bu raqamlarning naqadar katta ekanligini tasavvur qilishingiz uchun yordam tariqasida aytsam, Kaliforniya shtati, Los-Anjelesda bundan deyarli ikki barobar kamroq aholi istiqomat qilishadi. Bu raqamni o'n ikkiga bo'lamiz — bundan kelib chiqadiki, har oyda 458333 odam xastalikni yuqitiradi, bu esa Yangi Orlean aholisi soniga deyarli yaqin. Har haftada — 100 mingdan ko'proq odam (Viskonsin shtati, Grin-Bey shahri aholisi). 15 mingdan ko'proq faol jinsiy aloqadagi odamlar har kuni, 627 kishi — har soatda, 19 kishi — har daqiqada kasallikni yuqitirib

oladi. Ayni hozirning o'zida 20 million amerikalik OPVni o'zida olib yuribdi⁴⁵. Taxminan butun bir qita — Avstraliya — aholisining soni shunchani tashkil etadi.

Bu raqamlar ustida mushohadalar larzaga soladi.

- 80 foiz ayollar 50 yoshga yetmasdan OPV bilan kasallanadi⁴⁶.
- 70 foiz faol jinsiy aloqadagi erkaklar OPV kasalligini yuqtirib oladi⁴⁷.
- 50 foiz faol jinsiy aloqadagi erkaklar OPV bilan allaqachon yoki yaqinda kasallanishgan⁴⁸.
- 15 yoshdan 49 yoshgacha bo'lgan 89 million amerikaliklar hech bo'lmaganda bir marotaba OPV bilan kasallangan⁴⁹.
- 20 yoshdan 24 yoshgacha bo'lgan odamlar OPV bilan ko'proq kasallanishadi: bu yosh toifasidagi 26,8 foiz erkak va ayollar kasallikni yuqtirib olishgan⁵⁰.

Shuningdek, bu virusni tarqatadiganlarning katta qismi uyalganlari bois hech qachon shifokorlarga murojaat qilmagan, ko'rinib turgan holatni rad etishgan yoki virus alomatlarini nazarga ilmagan.

OPV — bu davolab bo'lmaydigan virus. U inson terisining kat-taklarida, namiq qismlarida ko'payadi va juda osonlik bilan yuqadi. Mutaxassislarning baholashicha, OPVni birinchi jinsiy aloqa payti-da o'z juftiga o'tkazish 50 foizni tashkil etadi. OPVsi bor bo'lganlar bilan jinsiy aloqa qiladigan odamlarning 90 foizi oxir-oqibatda bu kasallikni yuqtirib olishadi⁵¹.

Kasallik yuqtirishning yuqori darajasi shu bilan izohlanadiki, vi-rus ko'pincha o'zini bildirmagan holda organizmda yotishi mumkin. OPV o'zini sezdirilmagan holda tanangizda yillar davomida «yashi-rinib» yotishi mumkin⁵².

Ammo bu virus bilan kasallanish zamirida saraton xastaligini yuqtirib olishdek asosiy xavf bor. Papillomavirusga chalingan tax-

minan 70 foiz ayollarda vaqt o'tishi bilan bachadon bo'yida saraton xastaligi belgilari paydo bo'ladi⁵³. Bachadon bo'yidagi invazin saratoni kasalligining 90 foizdan ortig'iga OPV aloqador; bu ayollarda saraton xastaligi bilan bog'liq o'limlar darajasi bo'yicha ikkinchi o'rinda turadi (birinchi o'rinni ko'krak saratoni egallagan)⁵⁴. OPV

Hozirda
20 million
amerikalik
OPV bilan
kasallangan.

tufayli bachadon bo'g'ini saratoni xastaligi har yili 13 ming amerikalikda rivojlanib bormoqda. Ulardan taxminan besh mingini saqlab qolishning iloji yo'q⁵⁵.

O'tgan besh yil mobaynida OIV va OITSga chalingan xotin-qizlar o'limiga nisbatan OPV yanada ko'proq ayollar hayotiga zomin bo'lgan⁵⁶. Ammo baribir bu virus haqida gapirmaslikni afzal ko'rishadi. Los-Anjelesning Kaliforniya universiteti tibbiyot fakulteti xodimlari aniqlashicha, bachadon bo'yini saratoni va qindagi saraton bilan kasallangan 90 foizdan ko'proq ayollarda papillomavirus mavjud ekan⁵⁷. Mana nima uchun kasalliklarni oldini olish va nazorat qilish markazi bu turli ko'rinishdagi saraton xastaligi jinsiy aloqa orqali o'tishini uqtirib keladi⁵⁸.

Xo'sh, erkak kishi OPV bilan kasallanishi mumkinmi? Albatta! Garchi 80 foiz ayollar papillomavirus bilan 50 yoshgacha kasallangan bo'lishsada, bu shunday tuyulgani bilan, faqat «ayollar» kasalligi emas. Milliy institut tomonidan saraton xastaligi bo'yicha yaqinda o'tkazilgan internet-so'rovi tashvishli bir tendensiyani ko'rsatdi: Braziliya, Meksika va AQShda 18 yoshdan 70 yoshgacha bo'lgan (faol jinsiy aloqada bo'lgan-bo'lmaganlar ham) 50 foiz erkaklar OPV bilan kasallangan⁵⁹.

Umuman juda kamchilik yoshlargina papillomavirus kasalligini yuqtirish ehtimoli faol jinsiy aloqa bilan bog'liq ekanini tushunishadi. Yoshlarning bundan ham kamrog'igina kasallikni yuqtirish xavfi juda yuqori ekanligini bilishadi va aslida hech kim OPV o'ldirishi

ham mumkinligidan bexabar. Tibbiyot hamjamiyati jiddiy muamodan darak beruvchi xavotirli maqolani chop etdi. Xudo halokatning umumiy miqyosini ko'rib turadi, lekin Uni raqamlar qiziqitirmaydi. Odamlarga jinsiy aloqaga taalluqli qoidalarni berayotganida, U aniq bir odamni, ya'ni sizni nazarda tutgan. Xudo sizdan bir qarorga kelishingizni — o'zingizning yarim bo'lagingizni, o'z turmush o'rtog'ingizni kutishni — so'raydi. U sizni va kelajagingizni himoya qilishni istaydi.



Ayollar erkaklarga nisbatan saraton kasalligiga ko'proq chalinishlari to'g'rimi?

10

O'smir yigitlar jinsiy aloqa borasida nisbatan faol bo'lishlariga qaramay, qizlar saraton kasalligiga tezroq chalinishadi⁶⁰. Tadqiqotlarning ko'rsatishicha, misol uchun, jinsiy a'zo gerpesi bilan og'rigan ayollar 21 foizni, erkaklar esa bor-yo'g'i 11,5 foizni tashkil etadi⁶¹. Saraton xastaligining keng tarqalgan 26 turi birinchi navbatda ayollar salomatligini izdan chiqaradi.

Nega ayollar ko'proq kasallikka chalinishadi? Hamma gap fiziologiyada. Jinsiy aloqa orqali o'tadigan ko'pgina kasalliklarni viruslar keltirib chiqaradi, ular esa o'z navbatida kislorodsiz nam va iliq muhitda — ayol jinsiy a'zosida — joylashib olib ko'payadi. Erkak olatiga tushgan virus kislorod oqimi oqibatida nobud bo'ladi. Mana nima uchun ayol organizmi ikki barobar ko'proq kasallanib azob tortadi. Asl voqelik ana shunday qo'rqinchli.

Mana, bizni hushyor qiladigan bir necha dalillar, xolos:

- Xlamidioz bilan kasallangan 80 foizdan 90 foizgacha ayollar ushbu kasallik alomatlarini sezishmaydi⁶².
- Tananing dumg'aza atrofidagi a'zolarida yuqumli kasallik alomatlarining kamdan-kam hollarda yuzaga chiqishi bois 85 foiz ayollar shifokorlarga juda kech murojaat qilishadi, bu

esa ularning farzand ko'rish imkoniyatlarini keskin pasaytirib yuboradi⁶³.

- 2007-yildan 2008-yilgacha ayollar sifilisi bilan kasallanish 36 foiz ortgan⁶⁴.
- Yosh ayollarda «bachadon bo'yini saratoni» tashxislarining miqdori ortmoqda⁶⁵, bu esa ularning tanosil kasalliklariga, xususan, OPV xastaligiga yuqori darajada yo'liqqanlaridan darak beradi.
- Yaqin orada ayollarning OIV bilan kasallanishi shu xastalikka chalingan erkaklar sonidan oshib ketadi⁶⁶.
- Homiladorlik paytida tanosil kasalligini yuqtirgan ayollarga erta to'lg'oq, homilaning barvaqt ochilishi yoki bachadonning tug'ishdan avval va keyin ham kasallik yuqtirishi kabi xatarlar tahdid qilishi mumkin⁶⁷.
- Ayollarning muddatidan avval tug'ishi va bir yoshgacha bo'lgan go'daklar orasidagi o'lim holatlarining 30–40 foizi onalardagi tanosil kasalligi bilan bog'liq, deb hisoblanadi⁶⁸.

Yuqumli kasalliklarning jinsiy aloqa orqali ayol organizmiga o'tadigan eng ko'p tarqalgan oqibatlaridan biri — bu bepushtlikdir. Tanosil kasalliklari bachadon yo'llarida va bachadon sirtining shilimshiq po'stida tuzalmas chandiqlar hosil bo'lishiga sabab bo'ladi. Erkaklar ham o'sha kasalliklarni yuqtirishi mumkin, faqat bu ularni bepushtlikka olib bormaydi, negaki erkaklarning reproduktiv a'zolari yaralanmaydi. Tanosil kasalliklari ayollarda bepushtlik bilan birga ko'pincha bachadon bo'yini saratoni xastaligining rivojlanishiga olib boradi. Bu xatar erkaklarga tahdid solmaydi, negaki ularda bachadon bo'yini shunchaki yo'q, xolos.

Yosh yigitlar jinsiy aloqa borasida nisbatan faolroq, biroq qizlar tanosil kasalligiga ikki barobar ko'proq chalinishadi.

Shubhasizki, odamlar — bu ayniqsa ayollarga taalluqli — Xudo tomonidan jinsiy aloqa uchun belgilangan chegaralarni buzganlari uchun katta to'lov qilishga majbur bo'ladilar.



Yoshlar boshqa yoshdagi odamlarga nisbatan tanosil kasalliklariga ko'proq chalinishlari to'g'rimi?



Pubertat davrining belgilaridan biri — o'zining daxlsiz ekanligini his qilish, yomon narsalar boshqa kimdir bilan sodir bo'lishiga ishonishdir.

Masala o'smirlar va jinsiy aloqaga borib taqalganida, haqiqatga bu to'g'ri kelmay qoladi.

Jamiyatimizda 12 yoshdan 25 yoshgacha bo'lganlarni yoshlar deya atash odat tusiga kirgan. Shu ma'noda, AQShda yoshlar aholining 17 foizini tashkil etadi. Shu bilan birgalikda, jinsiy a'zolar orqali o'tadigan kasallikka chalinganlarning uchdan ikki qismini 25 yoshgacha bo'lganlar tashkil etadi⁶⁹.

Har yili AQShda 19 million kishi tanosil kasalliklariga chalinadi⁷⁰. Ulardan uch millioni 13 yoshdan 19 yoshgacha bo'lganlar⁷¹, to'qqiz milliondan ko'prog'i esa 15 yoshdan 24 yoshgacha bo'lgan yigit-qizlardir⁷². Ya'ni tanosil kasalligi holatlarining taxminan uchdan ikki qismi AQSh aholisining faqat 17 foiz qismiga to'g'ri kelarkan⁷³.

O'smirlarning 50 foizi jinsiy aloqaga kirishgan dastlabki ikki yil-da tanosil kasalligini orttiradi⁷⁴. Faol jinsiy aloqada bo'ladigan 25 foizga yaqin o'smirlarda har yili yangi kasallikka chalinish holatlari qayd etiladi⁷⁵. Ya'ni yuqori sinfda o'qiydigan *har bir to'rtinchi* o'quvchi emas, balki *har yili* yuqori sinfda o'qiydigan har bir to'rtinchi o'quvchi kasallikka chalinadi. Jinsiy yaqinlikka kirishgan har

uchinchi o'smir maktabni nafaqat attestat, balki qo'shimchasiga tanosil kasalligi bilan ham yakunlaydi.

Ushbu mudhish xabarlar ustida mulohaza qiling, ularga yengiltaklik bilan qaramang.

- 2006-yilda 13 yoshdan 29 yoshgacha bo'lgan o'smirlar va yoshlar boshqa yosh toifasidagilarga nisbatan OIV-infektsiyasiga ko'proq (34 foiz) chalinishgan⁷⁶.
- OIV-infektsiyasiga chalingan har beshta amerikalikdan uchasi o'smirlik chog'ida bu xastalikni orttirishgan⁷⁷.
- Garchi yoshlar kasallikka chalinish ehtimoli yuqori bo'lgan toifaga mansub bo'lsalarda, faol jinsiy aloqada bo'ladigan o'smirlarning (15 yoshdan 17 yoshgacha) uchdan bir qismi va faol jinsiy aloqa qiluvchi yoshlarning (18 yoshdan 24 yoshgacha) faqat yarmi tanosil kasalligi bo'yicha tekshiruvdan o'tishgan, xolos⁷⁸.
- Agar katta yoshdagilar bilan taqqoslaganda, o'smirlar dumg'aza atrofi a'zolarining shamollashi xavfiga o'n barobargacha ortiq duchor bo'lishadi⁷⁹, bu esa oxir-oqibat ko'pgina yosh ayollarda «bepushtlik» tashxisini keltirib chiqaradi.
- 2002-yilda Kasalliklarni oldini olish va nazorat qilish markazi tomonidan xlamidioz bilan kasallanganlarning 50 foizi o'smirlar ekanligi aniqlangan⁸⁰.
- 2002-yilda 15 yoshdan 24 yoshgacha bo'lgan kishilar o'rtasida gonoreya eng keng tarqalgan yuqumli kasallik hisoblangan⁸¹.
- Har kuni faqatgina tanosil kasalliklarini 15 yoshdan 24 yoshgacha bo'lgan 25 ming kishi o'ziga yuqtirib oladi. Bu esa soatiga — 1039 kishi demakdir⁸².

Nega o'smirlar jinsiy aloqa orqali o'tadigan kasalliklarga tez chalinishadi? Buning ikkita oddiy sababi bor: *biologiya* va *yurish-turish*.

Yoshlarning tanosil kasalliklariga yuqori darajada moyilligining biologik sabablari birinchi navbatda ayollarga taalluqli. Yosh qizlarning tservikal (bachadon bo'yi) kanalida ko'plab miqdordagi hujayralar mavjud bo'lib, ular «ustunlar» deb ataladi. Bachadon ichidagi bo'yinlarning barcha yuqori qismi ustunlar bilan qoplangan⁸³. Inson ulg'ayishi bilan ustunli hujayralar asta-sekin qatlam hosil qiladigan epiteliy tangasimon hujayralari bilan qoplanadi va oxir-oqibat ustunli hujayralarni qoplab oladi⁸⁴. Bu jarayon 25 yoshlar atrofida yakunlanadi.

Bu ikkala xil hujayralar o'rtasidagi farq nimada? Ustunli hujayralar o'ta darajada ta'sirchandir. Ularni namli shimgich tariqasida tasavvur qilish mumkin. Har qanday yuqumli kasallik bu hujayralar bilan to'qnash kelganda unga deyarli «yopishib» qoladi — xuddi loy yoki qum nam shimgichga yopishib qolgani kabi. Ma'lumki, ustunli hujayralar 25 yoshdan yuqori bo'lgan ayollardagi bachadon bo'yinining ichida qoplangan epiteliy tangasimon hujayralariga nisbatan kasalliklarni 80 foizdan ham ko'proq darajada oson qabul qilishi mumkin⁸⁵.

Bu yoshda bachadon bo'yinlari qotishni va to'qnash keladigan viruслarni o'zidan uzoqlashtirishni boshlaydi. Taqqoslashda davom etamiz: epiteliy tangasimon hujayralari hech qachon ishlatilmagan *quruq* shimgichlarga ko'proq o'xshaydi. Qum va loy yopishib qolmasligi uchun ular yetarli darajada qattiq va yo'g'on.

Har holda, biz bu o'rinda ifloslik haqida gapirmayapmiz. Gap bu o'rinda yosh ayollar va ularning jinsiy aloqada bo'ladigan juft ilarini jiddiy xavf ostida qoldiradigan viruslar haqida bormoqda. Misol

Faol jinsiy aloqadagi har uchinchi o'smir maktabni nafaqat attestat, balki qo'shimchasiga tanosil kasalligini orttirish bilan yakunlaydi.

uchun, jinsiy hayot kechirayotgan 15 yoshli qiz sakkizdan bir holatda dumg'aza a'zolari shamollashiga uchraydi, aynan shu holatda 24 yoshli ayolning kasallik orttirish ehtimoli saksondan faqat bittani tashkil etadi⁸⁶. Yana bir farq shundaki, yosh qizlarning ustunli hujayralari virusni to'g'ridan-to'g'ri qon oqimiga o'tkazib boradi,

Xudo bizni o'z tanamizdan yuqori darajada lazzatlanishimiz uchun barcha zaruriy narsalar bilan ta'minlagan, agar faqatgina biz Uning O'zi belgilagan muddatni kutishga rozi bo'lsak, albatta.

yoshi kattaroq ayollarda bachadon bo'yinidan virusning qonga o'tishi esa ancha qiyin kechadi. Umuman olganda, o'smirlarning tanosil kasalliklarini yuqtirib olish ehtimoli 25 yoshdan kattalarga nisbatan 80 foizdan yuqorini tashkil etadi⁸⁷.

Siz, ayollarning bachadon bo'yinidagi o'zgarishlar, miya limbik tizim boshqaruvidan (toza his-tuyg'ular asosida) prefrontal po'stloqqa (yaxshi yoki yomonni bilish) aynan o'tgan paytida yuz berishini payqadingizmi? Ayonki, Xudo bizni o'z tanamizdan yuqori darajada lazzatlanishimiz uchun barcha zaruriy nar-


salar bilan ta'minlagan, agar faqatgina biz Uning O'zi belgilagan muddatni kutishga rozi bo'lsak, albatta.

Ammo biologiya — yoshlarni tanosil kasalliklari xavfi ostida qoldiradigan yagona omil emas. O'smirlar hatti-harakatining o'zi ko'pincha ularni yuqumli kasalliklar uchun aniq nishonga aylantirib qo'yadi. Kasalliklarni oldini olish va nazorat qilish markazining ma'lumotlariga ko'ra, o'smirlar jinsiy aloqadagi juftilarini o'zlaridan katta yoshdagilar orasidan tanlashga moyil bo'lishadi. Bundan tashqari, faol jinsiy aloqadagi o'smirlar bir qancha to'shakdoshlar bilan jinsiy munosabatda bo'lishadi, bu esa kasallanish ehtimolini

yanada oshirib yuboradi. Ma'lumotlarga ko'ra, 18 yoshgacha in-tim aloqa qilishni boshlagan o'smirlarning 75 foizi kamida ikkita kishi bilan jinsiy aloqada bo'lgan, 45 foizida esa bu to'rtta va undan ko'proqni tashkil etadi⁸⁸.

Tanosil kasalligiga uchragan yigit va qizlarning soni dahshatli tarzda o'sishda davom etmoqda. Kasallik qurboniga aylanadigan odam uchun qilmishining bahosi juda qimmatga tushadi. Xudoning Kalomi bu haqda nima deydi? Timo'tiyga Birinchi maktubni (4:12) o'qiyimiz: «Yoshsan deb, hech kim seni kamsitmasin. Aksincha, hammaning hurmatini qozonish uchun sen so'zda, yurish-turishda, mehr-oqibatda, imonda va axloqda imonlilarga o'rnak bo'lgin».

Masala yoshlarga va jinsiy aloqaga borib taqalganida, kim o'zi-ning darajasini yanada yuqori ko'taradi? Kim sog'lom turmush tar-zida, axloqiy poklikda ibrat bo'lishga tayyor? Kim tavakkalchilikning qiymati baland va Xudoning rejalari biz uchun to'liq mos tushadi degan qarorga keladi? Ehtimol, bu sizdirlsiz?



Axir prezervativdan foydalanib qilingan jinsiy aloqa xavfsiz deb hisoblanmaydimi?

12

Bugungi avlodga prezervativdan foydalanish xavfsiz jinsiy aloqa bilan barobar ekanligi va xavfsiz jinsiy aloqa odamlarga jismoniy yaqinlikdan hech bir tавakalsiz rohatlanishlariga imkon berishi haqidagi fikrlarni singdiradi. Ana shunaqa, sizga yolgʻon gapirishadi.

Bundan bir necha yillar muqaddam prezervativdan foydalanish tarafdorlari oʻz murojaatlariga yana bitta nozik tuzatish kiritishdi. Endi ular yoshlarga «xavfsiz» emas, balki «xavfsizroq» jinsiy aloqa haqida gapirishmoqda. Nega ularning taʼrifi bunday oʻzgarib qoldi? Nega dalillar prezervativlarning umuman xavfsiz emasligidan dalolat bermoqda. Siz prezervativdan foydalangan holda, baribir tanosil kasalligini yuqtirishingiz mumkin. Siz prezervativdan foydalanib, baribir homilador boʻlib qolishingiz mumkin. Va agarda Xudoning rejasiga nomuvofiq tarzda jinsiy aloqa qilsangiz, hech qanday prezervativ sizni mental va hissiy tuzoqlardan hech qachon himoya qilolmaydi.

PREZERVATIVLAR VA TANOSIL KASALLIKLARI

«Prezervativdan foydalanib, xavfsiz jinsiy aloqa qilish»ning iloji yoʻq, bu uydirma.

Eng yaxshi holatda — jinsiy aloqa «kamroq xavfli» boʻladi (OITS boʻyicha mutaxassis, shifokor Robert Redfild bilan shaxsan oʻtkaz-

gan suhbatimda ishlatilgan ibora). Prezervativlar haqiqatdan ham bir qancha tanosil kasalliklaridan himoya qiladi, aniqrog'i, jinsiy aloqa orqali o'tadigan beshta jiddiy kasallikdan toki yigirma besh-tasigacha. Mutaxassislarning baho berishlaricha, ko'proq OIV bilan kasallanish ehtimoli (85–87 foiz) kamayadi. Gonoreya va xlamidiaz bilan kasallanish ehtimoli 50 foizga pasayadi⁸⁹. Bu raqamlar sizni hayron qoldirishi mumkin, ammo «xavfsiz» jinsiy aloqa targ'ibotchilari sizni jalb etayotgan bu qizg'in o'yinga nimani tikishingiz haqida o'ylab ko'ring. OIV-infeksiya bedavo dard, uning so'nggi nuqtasi — o'lim. Garchi har safar jinsiy aloqa qilganingizda prezervativdan foydalansangizda, agar juftingiz kasallangan bo'lsa, siz ham 15 foiz imkoniyat bilan kasallanishingiz mumkin. Gonoreya yoki xlamidiaz bilan kasallanish imkoni — aslida ikkitadan bitta holatda. Kelgusida bu yuqumli kasalliklar bepushtlikka ham olib boradi. Bu bilan kasallangan ko'plab erkak va ayollar uning kichik alomatlarini payqamasliklari va bilmasdan o'z kasalligini jinsiy aloqadagi juftiga yuqtirishi mumkin. Siz, har bir jinsiy aloqada prezervativdan foydalangan holda, baribir kasallikni yuqtirib olishingiz mumkin, demak, qachonlardir farzand ko'rish xususiyatingizni bu o'yin qartasida tikib yuborasiz.

Sizni OIV, gonoreya va xlamidiaz xastaligidan bir qadar himoya qiladigan prezervativlar boshqa ko'plab tanosil kasalliklaridan asrab qololmaydi. Bundoq o'ylab qarajak, aksariyat hollarda ular kasallik yuqishini kamaytirmaydi, negaki ko'pgina tanosil kasalliklarni viruslar keltirib chiqaradi, ular esa tananing prezervativ bilan himoya qilinmagan qismiga teginish orqali o'tadi.

Bunga eng katta bir misol — papillomavirus. OPV — birinchi raqamli tanosil kasalligi. Hozirgi kunda faol jinsiy aloqada bo'ladiganlarining 50 voizi OPV bilan kasallangan⁹⁰. Kasallangan odam bilan jinsiy aloqada bo'lish xavfi juda yuqori. Madomiki OPV — virus ekan, u niamiq terida o'rnamshib oladi va osonlik bilan boshqalarga yuqadi.

«Xavfsizroq» jinsiy aloqa tarafdorlari yoshlarni «himoyalangan» yaqinlikda aloqada bo'lishga da'vat etishmoqda. Biroq prezervativlar halokatli oqibatlarni keltirib chiqaradigan tanosil kasalliklaridan sizni to'liq himoya qilishga qodir emas. Endilikda prezervativlar bilan «xavfsiz» jinsiy aloqada bo'lish aslo xavfsiz bo'lmasiligi biz uchun ma'lum. Aslida ayrim yuqumli kasalliklarni orttirib olish uchun hech qanday jinsiy aloqa talab etilmaydi.

Salomatlik milliy instituti (dunyodagi eng ilg'or tibbiyot muassalaridan biri) tasdiqlashicha, «qinga kiritilmay bo'ladigan jinsiy aloqa» — yoki jinsiy teginishlar — «bokiralikni buzmaganda holda yuqumli kasalliklarni (OPV va boshqa ko'plab viruslarni) yuqtirishi mumkin»⁹¹. Teginishning o'zi yetarli, xolos! Qanaqasiga? OPV va boshqa virusli tanosil kasalliklar terining namiq joylari prezervativ bilan qoplanmagan olat va qin atrofiga tegishi tufayli yuqadi. Agar siz prezervativdan foydalangan holda chindan ham xavfsiz jinsiy aloqa qilishni istasangiz, u sizning tanangizni xuddi gidrokostyum kabi to'liq qoplashi lozim.

Siz prezervativdan foydalangan holda, baribir tanosil kasalligini yuqtirishingiz yoki homilador bo'lib qolishingiz mumkin.

Mana nima uchun Salomatlik milliy instituti: «Prezervativlardan foydalanish OPV tarqalishi ko'lamini pasaytirmaydi»⁹² deya uqtiradi. Biroq prezervativlar o'ramida buni o'qib bo'lmaydi!

Tadqiqotlar ko'rsatmoqda: kasal yuqtirgan kishi hattoki har safar jinsiy aloqa vaqtida prezervativdan foydalansa ham, u bilan aloqaga kirishadigan ayolning kasallik yuqtirib olish ehtimoli 37,8 foizni

tashkil etadi⁹³. Aslida bunday ehtimol yanada yuqori. Amerikadagi bir universitet xodimlari yaqinda OPV bilan kasallangan erkak va ayollar orasida so'rov o'tkazdi. O'sha odamlardan, hech bo'lma-

sa uch marotaba prezervativdan foydalanmay jinsiy aloqa qilgan 44 foizi o'z juftiga ham kasallikni yuqtirgan⁹⁴. (Mabodo ular OITS bilan kasallanishganida edi, prezervativlar kasallarning sonini to'rt foizgacha tushirgan bo'lardi — bu yaxshi xabardek qabul qilinadi, agar siz o'zingiz kasallar qatorida bo'lmasangiz, albatta.) Prezerativdan foydalanganlar orasidan esa kasallikni yuqtirganlar 42 foizni tashkil etadi, bu esa shuni bildiradi: prezervativlar kasallikka chalinish ehtimolini bor-yo'g'i ikki foizga tushirgan⁹⁵, xolos. Nega bunchalik kam? Negaki prezervativ tananing virus tarqaladigan barcha qismlarini qoplay olmaydi.

PREZERVATIVLAR VA HOMILADORLIK

Demak, prezervativlar sizni tanosil kasalliklaridan to'liq himoya qilolmaydi, ammo hech bo'lmaganda noxush homiladorlik yuzaga kelish ehtimolini bartaraf qiladi, to'g'rimi? Yo'q, to'g'ri emas.

O'rtacha olib qaraganda, ayollar bir oyda sakkiz kun homilador bo'lishlari mumkin. Bu bir yilda 96 kunga to'g'ri keladi. Hukumat prezervativ ishlab chiqaruvchilarni o'z mahsulotlarining ishonchlilik darajasini tekshirib ko'rishga majbur qilganida, ular shuni aniqlashdiki, prezervativdan foydalanuvchi 20 yoshdan 24 yoshgacha bo'lgan ayollarning har safar qovushganlarida homilador bo'lib qolish ehtimoli 31 foizni tashkil etadi⁹⁶. Oddiygina qilib aytamiz: prezervativdan foydalangan holda jinsiy aloqa qiladigan har o'nta talabaning uchtasi kutilmagan homiladorlikka uchrashi mumkin.


Demak, ayollar bir oyda sakkiz kun yoki bir yilda 96 kun homilador bo'lib qolishlari mumkin. Biroq tanosil kasalliklarini siz bir yilda 365 kun davomida orttirib olishingiz mumkin, bu o'rinda erkaklar va ayollarning xavfga to'qnashishlari bir xil darajada. Xo'sh, agar prezervativ — bir yildagi 96 kunlardan birida — o'sha 100 holatdan 31 holatida homiladorlikdan himoya qilmasa, yil mobaynida yuqadigan

kasalliklardan necha foiz miqdorda himoya qila olmaydi? Sizni aldashganini hali ham sezmadingizmi?

OCHIQ HAQIQAT

AQSh oziq-ovqat va tibbiy dori-darmonlar sifati bo'yicha tozalik nazorati boshqarmasi prezervativlarni sertifikatsiyalashdan bosh tortayotganidan sizning xabaringiz bormi? Siz, nima uchun deb so'rarsiz? Ularga nisbatan ishonchsizlik darajasi yo'l qo'yish mumkin bo'lgan har qanday me'yorlardan pastga tushgan. Boshqa davlat muassasalari, kasalliklarni oldini olish va nazorat qilish markazlari shuni e'lon qiladiki, tanosil kasalligiga uchramaslikning yagona ishonchli usuli — o'zini tiyishdir⁹⁷. Shuningdek, yana bir usul — hech qanday yuqumli kasallikka chalinmagan monogamiya (bir nikohlilik) munosabatidagi turmush o'rtoq bilan jinsiy aloqada bo'lish. Men buni nikoh deya atayman.

Dunyo bizga xavfsiz jinsiy aloqa — bu ozodlikka yo'l deya o'rgatadi. Yagona muammo shundaki, u mutlaqo xavfsiz emas. Ayonki, «xavfsiz» va «xavfsizroq» jinsiy aloqa o'rtasida yer va osmoncha farq bor. Prezervativlar faqatgina xavfsizlik ro'yosini berishlari mumkin, aslida kasallanish ehtimolini deyarli kamaytirmaydi. Sizning tanangizni, ong va qalbingizni jinsiy aloqa ta'siridan himoya qiladigan prezervativ yoki homiladorlikka qarshi vositalar bozorda mavjud emas. Xudo O'z rejasiga (jinsiy yaqinlik faqat er-xotin o'rtasida bo'lishiga) rioya qilishni tavsiya etib, bizlarning haqiqiy himoyada bo'lishimizni istaydi. Faqat Uning rejalariga amal qilishgina sizga yuz foizlik xavfsizlikni kafolatlaydi.



Mabodo ikkalamizda ham tanosil kasalligining alomatlari bo'lsa, biz kasal bo'lib chiqishimiz mumkinmi?

13

Siz hali ham ishonmayapsizmi? Ha, kasallik sizda bo'lishi mumkin! Mana shu mavzuga oid bir necha dalillar.

- OPV o'n-o'n ikki yil mobaynida o'zini mutlaqo sezdirmasligi mumkin, siz kasallikka chalinganingizni hatto bilmay ham qolasiz⁹⁸.
- OPV 90 foiz hollarda hech qanday belgi bildirmaydi⁹⁹.
- Shuningdek, xlamidioz ham — 80 foiz ayol va 40 foiz erkaklarda — o'z alomatini bildirmasligi mumkin¹⁰⁰.
- Jinsiy a'zo herpesi nomlanishi bilan tanilgan VPG II alomatlari bilinar-bilinmas holatda namoyon bo'ladi, bunda kasallikka 80 foizgacha chalinganlar uni sezishmaydi yoki to'g'ri aniqlay olishmaydi¹⁰¹.
- OIV odam organizmida o'zini sezdirmay, o'n-o'n besh yil «yashirinib» yotishi mumkin¹⁰².
- Hatto tashqi alomatlarini bildirmaydigan tanosil kasalliklari jinsiy aloqada bo'ladigan odamga baribir yuqishi mumkin.

Shu tariqa, siz yoki jinsiy aloqadagi sherigingiz kasallikka chalinganlaringizni tana darhol xabar qilishiga umid qilmaslik kerak.

So'rovlarga ko'ra, faol jinsiy aloqadagi o'smirlarning eng katta qo'rquvi — bu homiladorlik, negaki uning oqibatlari ma'lum. Ammo jinsiy aloqa orqali o'tadigan yuqumli kasalliklar yanada ko'proq xavfni o'zida mujassam etadi. O'zingizga yoki jinsiy aloqadagi sheringizga kasallik allaqachon yuqqani tushunish imkoni juda kam.

OAV xavfli oqibati bo'lmagan jinsiy aloqa tasvirlarini bizga yog'dirgan holda, muammoni yanada chuqurlashtiradi.

Aksariyat yuqumli kasalliklar o'zini inson tanasida bildirmay turishi bois ko'pgina o'smirlar uni bexatar deya hisoblashadi. OAV (ommaviy axborot vositalari xavfli oqibati bo'lmagan jinsiy aloqa tasvirlarini bizga yog'dirgan holda, muammoni yanada chuqurlashtiradi. Teleseriallarning uchdan ikki qismida (68 foiz) jinsiy yaqinlikni tas-

virlaydigan sahnalar mavjud¹⁰³. So'nggi tadqiqotlar natijasiga ko'ra, kabel televideniyelari oqshomgi praym-taym (efirning «jo'shqin» vaqti) pallasida soatiga o'ntagacha hirsni qo'zg'atuvchi sahnalarni namoyish etadi¹⁰⁴. Va har qalay ekranda ko'rinayotgan hech bir kishi buning uchun «to'lov qilmaydi». Siz oxirgi marotaba qachon televizor orqali kimningdir tanosil kasalligiga uchraganini ko'rdingiz? Odamlar to'shakda jinsiy sheriklarini osonlik bilan almashtirishadi, shunday bo'lsada birortasi ham aslo kasallikka chalinmaydi. Hech kim jinsiy aloqada bo'ladigan sherigidan dastlab tanosil kasalligiga uchragan-uchramaganligini tekshirib o'tirmaydi.

Bularning hammasi men «kredit kartochkasining samarasi» deb ataydigan vaziyatga olib boradi. Masala bu o'rinda shunday qo'yilgan: «hozir rohatlangin, to'lovini keyin qilasan». Quloq soling: to'lov qilishingizga *albatta* to'g'ri keladi. Kasallik alomatlari o'zini namoyon qilishni boshlaganida, buning to'lovi juda yuqori bo'ladi.


Qizlar, tasavvur qiling, siz faol jinsiy aloqani o'rtta maktabni bitirishdan bir yil avval boshlashga qaror qildingiz. Sizda hech qachon tanosil kasalligining alomatlari bo'lmagan, shu bois biror marta ham shifokor ko'rigidan o'tmagansiz. Oradan bir necha yil o'tib o'z orzuvingizdagi erkakni uchratasiz. Turmushga chiqasiz va farzand ko'rmoqchi bo'lasiz, ammo homilador bo'la olmaysiz. Ana o'shanda o'z bepushtligingizning sababini bilish uchun shifokorning oldiga borasiz. Shifokor sizda dumg'aza a'zolari shamollaganini aytadi. Siz esa qachonlardir xlamidiaz bilan kasallanganingizni bilmagansiz ham. Endi siz uyga qaytib, eringizga uning hech qachon o'z bolalari bo'lmasligini aytishingiz kerak.

Yigitlar, sizlar ham shunga o'xshash vaziyatni tasavvur qiling. Siz, o'n besh yoshingizda asl sevgilingizdek bo'lib tuyulgan qiz bilan o'z bokiraligingizni yo'qotgansiz. Oradan o'n yil o'tib bo'lajak turmush o'rtog'ingizni uchratib, nikohdan o'tganingizda asl sevgi nimaligini nihoyat tushunasiz. Nikoh to'shagida rafiqangizning bokira ekanligini bilasiz. Oradan bir necha yil o'tib, xotiningizda g'alati tarzda qon ketish boshlanadi. U shifokorga murojaat qilganida — hoynahoy siz unga beixtiyor yuqtirgan OPV tufayli — bachadon bo'yini saratoni bilan kasallanganidan xabar topadi. Rafiqangiz bo'lajak turmush o'rtog'i uchun o'zini bokira saqlaganidan qat'iy nazar, endilikda katta to'lov qilishga majbur, negaki siz aynan u kabi yo'l tutmagansiz. Kasalligingizni bilgan vaqtingizda tanangiz aziyat chekkan bo'lishi mumkin, boz ustiga o'zingiz uchun aziz bo'lgan insonni tanosil kasalligiga beixtiyor yo'liqtirishingiz mumkin.

Xo'sh, jinsiy aloqadagi sherigingiz kasallanganmi yoki yo'qmi, qanday qilib bilish mumkin? Hech qanday. Agar kasallik yuqtirgan sheriklar bu haqda o'zlari ham bilishmasa, ular bilan jinsiy aloqa qilishdan qutulib qolishning har doim ham iloji yo'q. Yagona ishonchli yo'l — butun umr mobaynida faqat bir kishi bilan jinsiy

aloqada bo'lish va sizga har tomonlama yaqin bo'lgan insonni tanlashdir. O'zini hali namoyon etmagan kasallikka chalinmaslikning yagona kafolati — Xudo rejasiga rioya etish uchun bergan qaroringizdir.

Siz jiddiy xavfga ro'para kelishingizdan avval tanangiz bu haqda sizni ogohlantirishidan umid qilmaslik kerak. Vaholanki Xudo aniq qilib aytgan: «Men seni nihoyatda sevaman, seni himoya qilishni istayman va shaxsiy hayotingda baxtli bo'lishing uchun barcha zaruriyatlarni avvaldan hozirlab qo'ymoqchiman. Shu bois sen kutgin».



Axir tanosil kasalliklarini antibiotiklar va ukol (igna orqali dori yuborish) bilan davolab bo'lmaydimi?

14

Tanosil kasalliklari haqida gap ketganda, undan davolanishning tez va oson yo'llari yo'qligini aytish lozim. Jinsiy aloqa orqali o'tadigan yigirma beshta kasallikdan o'n to'qqiztasi bedavo hisoblanadi¹⁰⁵. Demak, siz kasallikni yuqtirgan bo'lsangiz, 75 foiz holatlarda hech nima qilolmay qolasiz.

Kasalliklarni oldini olish va nazorat qilish markazining ma'lumotlariga ko'ra, 65 millionga yaqin amerikaliklar hech bo'lmaganda bitta davosiz tanosil kasalligini ortirishgan¹⁰⁶. Siz Xudoning jinsiy aloqaga oid rejasiga bepisand bo'lib, so'ngra buning oqibatlaridan osongina qutulib ketolmaysiz. Hatto tanosil kasalligining yashirin xavfi borligini tan olishingiz ham yetarli emas. Bir tadqiqotga ko'ra, qizlar jinsiy a'zolar orqali o'tadigan kasalliklardan xabardor bo'lgan holda jinsiy aloqada bo'lishni davom ettirganlar¹⁰⁷. Ular bu haqdagi dalillarni bilishgan, ammo xavf-xatarni tushunishmagan. Batafsil tushuntirishimga ijozat eting.

OPV — kengroq tarqalgan tanosil kasalligi bo'lib, har yili olti million amerikalik buni yuqtirib oladi. Oqibatda kasallik invaziv saroniga olib boradi¹⁰⁸. Hozirgi kunda bu dardni davolab bo'lmaydi. 14 va 49 yosh orasidagi taxminan o'n olti foiz amerikaliklar jinsiy a'zo gerpesi (VPG) bilan kasallangan¹⁰⁹. Bugungi kunda bu virus ham bedavo hisoblanadi. Har yili Qo'shma Shtatlarda deyarli 100

million amerikaliklar gepatit V bilan kasallanishadi. Har yili besh mingga yaqin kishi bu kasallik va uning oqibatlarini tufayli olamdan ko'z yumishadi¹¹⁰.

To'g'ri, jinsiy aloqalar orqali o'tadigan yuqumli kasalliklarning oldini olish jabhasida qandaydir qadamlar qo'yilgan — misol uchun, OPVga qarshi vaksina topilgan. Ammo, biz sakkizinchi savol yuzasidan bergan javobimizda muhokama etganimizdek, bunday qarshilikning samarasi cheklangan. OPV faqat ayol organizmiga ta'sir qiladi va o'ttiz foizga yaqin holatlarda samarasiz bo'lib chiqadi (Onkologiya Milliy instituti tan olishicha, vaktsinalarning qo'llanishi o'ttiz foizga yaqin holatlarda bachadon bo'yini saratoni rivojlanishini bartaraf qilolmaydi)¹¹¹.

Tanosil kasalliklaridan tez va oson davolanish usullari mavjud emas.

Ayrim tanosil kasalliklarini har holda davolash mumkin, ammo ko'pincha bu jarayon uzoq va azobli kechadi. Va hattoki davolanadigan tanosil kasalliklari o'rtasida ham dori-darmonlarga nisbatan bardosh berish darajasi ortib borayotganligi

shifokorlarni qattiq tashvishga solmoqda. 2006-yildagi 13,8 foiz kasallanish holatlarida gonoreya virusi dori-darmonlar ta'siridan ustun chiqqan; taqqoslash uchun: 2005-yilda bu 9,4 foizni, 2004-yilda 6,8 foizni va 2003-yilda 4,1 foizni tashkil etgan¹¹².

Xullas, ta'qiqlangan jinsiy aloqa bilan mashg'ul bo'lgan holda, zamonaviy tibbiyot har qanday oqibatlarni bartaraf qilishini kutishdan ma'ni yo'q. Bu shunchaki ish bermaydi. Oxir-oqibatda, bunday qarorlaringiz uchun jiddiy, hattoki o'limga olib boradigan oqibatlar bilan to'qnashishingiz mumkin. Jinsiy aloqa orqali yuqadigan kasalliklar keltiruvchi zararlardan o'zini himoya qilishning yagona usuli — bu eng avvalo kasallik yuqtirishdan nari bo'lishdir.



Tanosil kasalliklarini yuqtirish qiyinmi?



Tadqiqotlarning birin-ketin tasdiqlashicha, yoshlar nikohdan tashqaridagi jinsiy aloqa masalasida o'ta sodda bo'lib, bu ayniqsa jinsiy a'zolar orqali tanaga o'tadigan kasalliklar xavfiga o'zlarini duchor qilishda yaqqol o'zini bildiradi.

Tushunchaga ega bo'lish uchun yuzaki ma'lumotlar bilan tanishishning o'zi kifoya: tanosil kasalligi — bu faol jinsiy aloqadagi yoshlar o'rtasida istisno emas, balki me'yor hisoblanadi. Keling, dalillarga murojaat qilaylik:

1. Kasalliklarni oldini olish va nazorat qilish markazlarining kuzatishlariga ko'ra, har yili 19 million odam jinsiy a'zolar orqali o'tadigan kasalliklarni yuqtirib oladi va bu holatlarning deyarli yarmi 15 yoshdan 24 yoshgacha bo'lgan insonlar bilan yuz beradi¹¹³.
2. Hozirgi kunda 70 milliondan ko'proq amerikaliklar jinsiy aloqa orqali o'tadigan turli xil yuqumli kasalliklarga chalingan¹¹⁴.
3. 25 foizga yaqin faol jinsiy aloqadagi o'smirlar har yili tanosil kasalligiga chalinishadi¹¹⁵.
4. Bir tadqiqot natijasiga ko'ra, 2025 yilga kelib barcha amerikalik o'smirlarning teng yarmi tanosil kasalligiga chalinadi¹¹⁶.

Ushbu ma'lumotlar rasmiy ro'yxatga olingan kasalliklar asosida olinganini e'tiborda tutish kerak. Biroq, biz bilamizki, ko'pgina holat-

Xudoning rejasiga hurmat-ehтиrom bilan yondashgan holda, siz kasallik yuqtirib olishdan qo'rqmay jinsiy aloqa qilishingiz mumkin. Mana shuning o'zi jinsiy erkinlik demakdir.

larda tanosil kasalligi bemorning buni oshkor qilishni istamasligi yoki kasallik belgilari yo'qligi tufayli hech qachon tashxis qilinmaydi. Garchi bu raqamlar kasallangan kishi bilan jinsiy aloqaga kirishish xavfi ancha katta ekanligini ko'rsatsada, amalda bu yanada yuqori bo'lishi mumkin.

O'smir nikohgacha jinsiy aloqa qilishga kirishganida, uning kasallikka chalinish ehtimoli har yili kamida 25 foizni tashkil etadi¹¹⁷. Agarda har to'rtinchi yo'lovchini chaqmoq urganida edi, hech kim momaqaldiroq paytida ko'chaga chiqmagan bo'lardi. Lekin hattoki kamida bitta tanosil kasalligini

ni yuqtirish ham ulkan qayg'uli natijalarga sabab bo'lsada, yoshlar baribir o'z hayotlarini tavakkal ostiga qo'yishga tayyor bo'lishadi.

Kayzer Oilaviy fondining yaqinda o'tkazgan tadqiqotlari ko'rsatishicha, yoshlar tanosil xastaligini ortirish xavfiga duchor bo'lmay o'zlari ustida jinsiy aloqaga doir tajribalarni o'tkazish mumkin deya yanglish fikr yuritadilar¹¹⁸. Mazkur tadqiqotlar yana bir qancha xavfli uydirmalarni fosh etdi. Keling, faqat achchiq haqiqatlarga tayangan holda, har birini alohida muhokama etaylik.

Uydirma № 1:

TANOSIL KASALLIKLARI FAQAT ANIQ BELGILAR BERGAN HOLDA BOSHQA KISHIGA YUQADI

Kayzer Oilaviy fondi o'tkazgan tadqiqotga ko'ra, 25 foiz o'smirlar o'zlarining juftlari jinsiy kasal ekanini «bilishgan»larini aytishgan, 20

foiz o'smirlar esa tanosil kasalliklari faqat aniq alomatlarini namoyon qilgan holda o'tishiga ishonishadi¹¹⁹.

HAQIQAT:

TANOSIL KASALLIGIGA CHALINGAN KO'PLAB ODAMLAR BU HAQDA O'ZLARI BILISHMAYDI

Tanosil kasalliklari 80 foiz holatlarda o'z alomatlarini ko'rsatmaydi¹²⁰. Jinsiy a'zolar orqali o'tadigan ayrim viruslar, OIV ham shu qatorda, o'zini bildirmagan holda inson tanasida o'n besh yilgacha qolishi mumkin¹²¹.

Amerika oilani rejalashtirish federatsiyasining tutgan yo'li, ayrim hukumat muassasalari kabi, yoshlarni o'z jinsiy aloqadagi sheriklaridan kasal bo'lgan-bo'lmaganliklarini surishtirishga o'rgatishdan iborat. Ammo haqiqat shuki, aksariyat yoshlar o'z tanalarida jinsiy aloqa orqali o'tadigan yuqumli kasalliklar bor-yo'qligi haqida tasavvurga ham ega emas. Hatto bu haqda biladiganlar ham o'z salomatliklari haqida yolg'on gapirishlari mumkin. Yodingizda tuting: «Gormonlarning vijdoni bo'lmaydi». Shuningdek, voqealar qizg'in kechayotgan bir paytda jinsiy aloqadagi juftingizdan bu haqda so'rashga vaqt topsangiz ham sizga haqiqatni aytmaydi, axir ikkalangiz bu paytda jo'shib-qaynab turgan bo'lasizlar. Mabodo targ'ibotchilarning «xavfsizroq jinsiy aloqa» haqidagi gaplariga ishonsak, «savol berish» — demak o'zini himoya qilmoqlik demakdir. Biroq sizning o'ringizda men yaxshilab o'ylab ko'rgan bo'lardim! Siz hayotingizni xavf ostiga qo'yishi mumkinligini hatto o'zi anglamaydigan odamga salomatligingizni ishonib topshirishga tayyormisiz?

Uydirma № 2:

JINSIY ALOQA ORQALI YUQADIGAN KASALLIKLAR FAQAT AXLOQAN BUZUQ ODAMLARGA O'TADI

So'rovda qatnashganlarning o'n ikki foizi esa, agar ko'pchilik odamlar bilan jinsiy aloqa qilinmasa, tanosil kasalliklari masalasida tashvish tortmaslik kerakligiga ishonadi¹²².

HAQIQAT:

SIZ BOR-YO‘G‘I BIR MAROTABA JINSIY ALOQA QILIB, TANOSIL KASALLIGINI YUQTIRISHINGIZ MUMKIN.

So‘rovlarning ko‘rsatishicha, o‘n sakkiz yoshgacha jinsiy aloqa qilishni boshlagan o‘smirlarning 75 foizida ikkita yoki undan ko‘proq to‘shakdoshlari bo‘lgan; 46 foizida esa kamida to‘rtta bo‘lgan¹²³. Yoshlar ikki-to‘rt yostiqdosh bilan bo‘lishni «buzuqchilik» qilish deya hisoblamasliklari ham mumkin, biroq o‘smir faqatgina bitta yostiqdosh bilan jinsiy aloqada bo‘lsa, yuqori sinflarni bitirayotganda uning yuqumli kasalliklarga chalinish ehtimoli to‘rttadan bitta vaziyatga to‘g‘ri keladi, tag‘in har yili mobaynida. Ma‘lumotlarga ko‘ra, faol jinsiy aloqada bo‘ladigan yosh qizlar bu masalada dastlabki ikki yilda, eng kamida, kengroq tarqalgan tanosil kasalliklaridan uchtasini yuqtirib olishlari mumkin¹²⁴.

Uydirma № 3:

TANOSIL KASALLIKLARI FAQAT JINSIY ALOQA ORQALI O‘TADI

HAQIQAT:

TANOSIL KASALLIKLARI AKSARIYAT HOLLARDA JINSIY ALOQA QILINMAGAN TARZDA HAM YUQISHI MUMKIN, NEGAKI ULAR VIRUSLARNI INSON TANASIGA TORTISH XUSUSIYATIGA EGA

15 yoshdan 17 yoshgacha bo‘lgan 19 foiz yoshlar jinsiy yuqumli kasalliklar oral jinsiy aloqa orqali ham o‘tishidan bexabar¹²⁵. Viruslar (misol uchun, OPV kabi) namchil iliq tanada saqlanib qolishi mumkin. Ularni hattoki jinsiy organlar shunchaki teginganida ham yuqtirib olish mumkin. Jinsiy aloqa qilmagan holda boshqa bir hirsiy harakatda — misol uchun, oral jinsiy aloqada — qatnashsangiz, bu bilan o‘zingizni aslo himoya qilmasligingizni e‘tiborda tuting.

Agar siz nikohdan tashqarida jinsiy aloqa qilish va ayni paytda zararlanmaslik haqida bilishni istasangiz, har holda buning ilojisiz ekanligini bilib qo‘yishingiz kerak. Yaxshisi, o‘zingizga savol be-

ring: «Men o'zimni qanday qilib xavfli jinsiy aloqadan 100 foiz himoya qilishim mumkin?» Javobi oddiy: Xudoning rejasiga binoan yashang.

Jinsiy aloqa orqali o'tadigan kasalliklar ro'yxati ustida mushohada yuritsangiz, Xudoning jinsiy aloqa borasida o'rnatgan cheklovlarini mensimasangiz, o'zingizni dahshatli xatarlarga duchor qilishingizni tushunib olasiz. Va aksincha, mabodo Xudoning rejasiga rioya qilsangiz, jinsiy aloqaga biror kasallikni yuqtirishdan qo'rqmagan holda kirishishingiz mumkin. Ana shunda antibiotik yoki prezervativlar, tanangizda uzoq muddat yashirilib oladigan xavfli viruslar haqida hech qachon tashvishlanmaysiz. Mana bu haqiqiy erkin jinsiy aloqa hisoblanadi. Haqiqatning ko'ziga tik qaraylik: nikohgacha «to'lovsiz» kutsa ham bo'ladi, shoshqaloqlik esa katta ehtimol bilan sizga juda qimmatga tushishi mumkin.

Xudoning jinsiy aloqa borasida o'rnatgan cheklovlarini mensimasangiz, siz o'zingizni dahshatli xatarlarga duchor qilasiz.



Tanosil kasalliklari yanada og'irroq xastaliklarga, masalan, saratonga, olib borishi mumkinmi?

16

Kayzer Oilaviy fondi o'tkazgan so'rovlarda aniqlanishicha: 15 yoshdan 17 yoshgacha bo'lgan

60 foiz o'smirlar jinsiy a'zolar orqali yuqadigan kasalliklar saraton xastaligini keltirib chiqarishidan bexabar¹²⁶. Biroq haqiqat shundan iboratki, tanosil ko'pgina og'ir kasalliklar, jumladan saraton bilan uzviy bog'liq. Shu oddiygina haqiqatni tushunsangiz, balki u qachonlardir hayotingizni saqlab qolishi mumkin.

Jinsiy a'zolar orqali yuqadigan kasalliklar og'ir xastaliklarga olib borishi mumkin bo'lgan oddiy bir misolni ko'rib chiqaylik. Tadqiqotchilar OPV va saraton xastaligi o'rtasida yaqqol bog'liqlik borligini qayd etishadi. Aslida, OPV — bachadon bo'yini saratoni hosil bo'lishining asosiy sababchisidir¹²⁷.

Tanosil kasalliklari ko'pgina og'ir xastaliklar, jumladan saraton bilan ham uzviy bog'liq.

Los-Anjelesdagi Kaliforniya universiteti Tibbiyot markazi mutaxassislarining kuzatuvlariga ko'ra, bachadon bo'yini saratoniga chalingan bemorlarning 99 foizi OPV bilan kasallangan¹²⁸. Butun dunyo bo'yicha bachadon bo'yini saratoni bilan kasallanish holatlarining 70 foizga yaqini papillomavirus bilan bog'liq¹²⁹. Jon Xopkins Universiteti (Vashington, Kolumbiya okrugi) o'tkazgan

tadqiqotga ko'ra, 80 foiz faol jinsiy aloqadagi ayollar OPV bilan kasallanishlari mumkin¹³⁰. Oqibatda, har yili butun dunyo bo'ylab 500 mingga yaqin ayollarga «bachadon bo'yini saratoni» tashxisi qo'yiladi. Ulardan taxminan 300000 mana bu kasallikdan vafot etadi¹³¹.

Lekin bachadon bo'yini saratoni bilan kasallanish — bu yagona xavf emas. Kasalliklarni oldini olish va nazorat qilish Markazi xabar berishicha, AQShda 1998—2003-yillar orasida OPV 25 ming holatlarda saraton xastaligi, shuningdek, bachadon bo'yini saratoni, to'g'ri ichak saratoni va og'iz bo'shlig'i saratoni xastaliklari kelib chiqishiga sababchi bo'lgan¹³².

«Journal of Infectious Diseases» chop etgan maqolaga ko'ra, orqa teshik yo'lining OPV bilan kasallanishi xuddi tservikal kabi keng tarqalgan. Oqibatda har yili AQShda 4600 va undan ko'proq odamlarga «to'g'ri ichak saratoni» tashxisi qo'yiladi. O'rtacha 700 bemor ana shu xastalik tufayli hayotdan ko'z yumadi¹³³.


OPV bilan kasallangan odam og'iz bo'shlig'i saratoniga 32 barobar ko'proq darajada chalinishi mumkin¹³⁴.

Xudoning jinsiy aloqa borasida o'rnatgan chegaralarini buzgan holda, siz yuqumli kasalliklarni, shular qatorida OPVni ham yuqtirib olishingiz xavfini keskin oshirib yuborasiz. Kasalliklar, o'z navbatida, oxir-oqibat jiddiy xastaliklarga, jumladan saraton kasalligiga olib borishi mumkin. Achchiq haqiqat shundan iboratki, har yili mana shunday sabablarga ko'ra minglab bemorlar vafot etishadi.

Eslatib o'tishga ijozat bering: siz o'zingizning go'yo bir mustahkam qo'rg'on ekanligingizga umid qilmasligingiz kerak. Siz betartib

O'zingizni
mustahkam
qo'rg'on deb
o'ylamang.
Vaholanki betartib
intim hayot
kechirsangiz olov
bilan o'ynashgan
bo'lasiz, demak,
tanosil kasalliklari
sizga ham yuqishi
mumkin.

jinsiy hayot kechirgan holda, olov bilan o'ynashasiz, ya'nikim, oqibatda saraton xastaligini chaqiradigan va sizni bora-bora o'limga yetaklaydigan tanosil kasalligiga duchor bo'lasiz.



Axir homiladorlikka qarshi hapdorilarni qabul qilish jinsiy aloqa xavfsizligini ta'minlamaydimi?

17

1960-yillarda homiladorlikka qarshi hapdorilar sifatida tanilgan oral kontratseptivlar jinsiy aloqa inqilobining haqiqiy timsoli sifatida Amerikaning madaniyat manzarasini keskin o'zgartirib yubordi Oradan 50 yildan ko'proq vaqt o'tganida esa, biz «erkin» jinsiy aloqa uydirma ekanligini bilib qoldik. Mittigina hapdorilardan boshlangan bu inqilob millionlab ayollarni tanlagan qarorlari oqibatidan asrab qololmadi.

Hapdorilar jinsiy a'zolar orqali o'tadigan kasalliklardan sizni himoya qilmaydi. Ular tanangizning yuqumli kasallik o'rnashib olgan qismiga aslo ta'sir ko'rsatmaydi. 25 turdagi kengroq tarqalgan tanosil kasalliklari mavjud bo'lib¹³⁵, ular har yili 19 million amerikalikning sog'ligini yemiradi¹³⁶ va hapdorilar ularni zararlanishdan asrash uchun mutlaqo samarasiz. Shaxsan menga bunday jinsiy aloqa xavfsiz bo'lib tuyulmaydi.

Xo'sh, homiladorlik masalasida nima deyish mumkin? Homiladorlikka qarshi hapdorilarni ishlab chiqaradigan dori-darmon kompaniyalarining o'zlari ham bu vositalarning samaradorligi yuz foiz emasligini tan olishadi. Hatto shifokorning ko'rsatmasi asosida muntazam dori iste'mol qilsangiz ham, baribir homilador bo'lib qolishingiz mumkin. Aslida ichiladigan kontratseptivni har kuni bir vaqtda qabul qilish lozim. Mabodo siz shunday qilmasangiz yoki hech bo'lmasa qabul qilishda ikki soat kechiksangiz, sizdagi gor-

monlar shakli o'zgaradi va ovulyatsiya yuz berishi mumkin; shunday ehtimol borki, organizm urug'lantirishga qodir tuxum hujayralarini «qo'yib» yuboradi. Shu bilan birgalikda yosh ayollar juda tez-tez homilador bo'lib qolishadi, zero ularning jinsiy a'zolari hali mutlaqo sog'lom bo'ladi. Bir tadqiqotning aniqlashicha, ichiladigan kontratseptivlar balog'atga o'tish yoshidagi qizlarga 13 foiz holatlarda pand berib qo'yadi¹³⁷. Oddiyroq ifoda etaman: hapdori iste'mol qilib jinsiy aloqada bo'ladigan har 100 qizdan 13 nafari o'zlari kutmagan holda homilador bo'lib qolishadi. Hapdorilar chindan ham rejasiz homiladorlikdan bir qadar himoya qiladi, ammo yuz foizlik kafolat berolmaydi.


Xulosa qilamiz. Hech qanday hapdorilar sizni quyidagilardan himoya qilishga qodir emas:

- hech bo'lmasa bitta tanosil kasalligidan;
- qalb sinishidan;
- nikohgacha bo'lgan jinsiy aloqa tufayli miyada kechgan o'zgarishlardan;
- nikohgacha bo'lgan jinsiy aloqa keltiradigan gunoh va uyat hissidan.

Kelli bu haqda o'zi eshitgan gap-so'zlardan ko'proq tushunchaga ega. U nikohgacha jinsiy aloqa qilishga shoshilmagandi, ammo Tayler ismli yigiti bilan munosabatlari yanada jiddiy tus olganida, «variantlarni muhokama qilish» uchun o'z shifokoriga murojaat qildi. Shifokor unga oral kontratseptiv qabul qilish taklifini bildirdi va Kelli «har ehtimolga qarshi» rozi bo'ldi. Kelli va Tayler baribir jinsiy aloqa qilishni boshladilar. Kellining ishonchi komil edi: homiladorlik yoki kasallik haqida tashvishlanmasa ham bo'ladi. U «xavfsiz» jinsiy aloqa qilayapman, deb hisoblardi. Oradan uch oy o'tib, Kelli tanosil kasalligi bo'yicha ijobiy test natijasini oldi. Qiz hayron bo'ldi, ruhi cho'kdi va ayni paytda uyat olovida yondi. Oradan bir necha

oy o'tgach, bu ikkalasi ayrilishdi. Kelli qachonlardir o'zini himoya qilish uchun hamma imkoniyatlardan foydalanganiga ishonardi, lekin hapdorilar Tayler bilan munosabatlarni uzgan qizni yuqumli kasalliklardan ham, azoblardan ham himoya qilolmadi. O'shandan buyon bir yildan oshiq vaqt o'tdi, biroq Kelli qalb yaralari qachon bitishi haqida o'ziga savol beradi.

Prezervativlar sizni ta'qiqlangan jinsiy aloqaning ko'pgina oqibatlaridan himoya qilolmaydi. Hech qanday xapdori buni uddalay olmaydi. Chinakam xavfsiz jinsiy aloqa bir umr o'zlarini nikoh rish-talari bilan bog'lagan ikki qarama-qarshi jins vakillari o'rtasidagina bo'lishi mumkin.



Men qanday qilib tanosil kasalligiga duch kelmasligim mumkin?

18

S izni tanosil kasalliklaridan himoya qilishni kafolatlaydigan faqat birgina usul — nikohgacha jinsiy aloqa qilishdan o'zingizni saqlang. Bu masalada dunyoviy va masihiy manbalar o'zaro bir-birini tasdiqlaydi: nikohgacha o'zini saqlash va nikohda sadoqatli bo'lish — kasallikni yuqtirmaslikning yagona barqaror ishlaydigan usulidir.

Muammo shundaki, agar turmush o'rtog'ingiz nikohda sadoqatni saqlamasa yoki o'tmishda boshqalar bilan jinsiy aloqada bo'lgan bo'lsa, siz ham xavf ostiga tushasiz.

Kasalliklarni oldini olish va nazorat qilish markazi shuni tasdiqlaydiki, er va xotinlik asosidagi nikoh jinsiy a'zolar orqali o'tadigan yuqumli kasalliklarning oldini olish borasidagi eng samarali usuldir¹³⁸. Amerika oilani rejalashtirish federatsiyasi chiqargan ma'ruzada shunday deyiladi: «O'zini tiyish va umr bo'yi er-xotinlik asosidagi nikoh OPV bilan kasallanishdan to'liq himoyalanishning eng samarali usuli bo'lib qolmoqda¹³⁹». Maorif tizimining davlat tavsijanomalarda talabalarga o'zini tiyish — nikohgacha bo'ladigan homiladorlik va tanosil kasalliklaridan ularni himoya qilishni kafolatlaydigan yagona usul ekanligi borasida tushuncha berilgani yozib qo'yiladi¹⁴⁰.

Keling, Xudoning Kalomi bizni nimaga o'rgatishiga yana bir bora qarab chiqaylik.

Sulaymonning Hikmatlar Kitobida (5:18–19) nimalar deyilganlar kimga yo'llangan bo'lsa, o'sha odam jinsiy aloqaning afzalliklaridan erkin foydalanishi mumkin. Uni xavotir hissi qiynamaydi. U rohat va «zavq-shavq» bilan yashamoqda, negaki o'z sog'ligi uchun xavotirlanishi va bezovta bo'lishiga hojat yo'q. Xo'sh, uning yostiqdoshi kim? Sevimli xotini, albatta. U oqshom bazmida uchratgan begona qiz yoki avval kimlar bilan jinsiy aloqada bo'lganligi noma'lum bo'lgan shunchaki tanish ayol emas. U kasallik yuqtirish xavfidan to'liq himoyalangan, yostiqdoshining nikohdan tashqarida homilador bo'lib qolishi unga tahdid solmaydi, axir qonuniy xotini — uning jinsiy aloqa qiladigan yagona kishisi.

Korinfliklarga Birinchi maktubda (6:13) shunday ogohlantirish bor: «...Badanimiz zino uchun xizmat qilmasligi kerak...» Siz Xudo o'rnatgan chegaralarni buzishga qaror qilib, bittadan ortiq kishilar bilan intim yaqinlikka kirishar ekansiz, tanangiz o'ziga dastlab berilgan vazifaga zid harakat qiladi va xavfga uchrash ehtimoli bir necha barobar ortadi.

KELING, IKKITA VAZIYATNI O'ZIMIZCHA TASAVVUR QILAYLIK

1. Eshli va Aaron uch oy mobaynida uchrashib yurishdi. Aaron bitiruv oqshomida Eshlini o'zi ijaraga olgan limuzinning orqa o'rindig'ida jinsiy aloqa qilishga ko'ndirdi. Eshli shundan so'ng o'zini o'ta gunohkor his qilgani bois Aaron bilan munosabatlarni uzdi. Oradan bir necha oy o'tib, Eshli qorin bo'shlig'idagi og'riqdan qiynala boshladi, hayz ko'rish nomuntazam bo'lib qoldi. U Aaronga qo'ng'iroq qilib, jinsiy aloqa orqali o'tadigan kasalliklar bo'yicha qachondir tekshiruvdan o'tgan-o'tmaganligini so'radi. Yigit esa Eshlidan avval yana boshqa to'rttasi bilan jinsiy aloqada bo'lganini tan oldi, ammo kasalxonaga borishdan bosh tortdi. O'zidagi kasallik alomatlari haqida onasiga aytish Eshli uchun qattiq uyat edi. U kerakli analiz

topshirish uchun maktab hamshirasining xonasiga borgan bo'lardi, ammo boshqalarning ko'zi tushib qolishidan cho'chidi: kimdir bu haqda bilib qolishi mumkin. Eshli bor-yo'g'i bir marotaba jinsiy aloqada bo'lgandi, biroq u endilikda qandaydir bedavo dardga uchrab qolgan bo'lishi mumkinligini o'ylab, doimo qayg'uuga botgan.

Siz nikohda kasallik yuqtirishdan xavfsiramagan holda butun umr jinsiy aloqadan rohatlanishingiz mumkin.

2. Jaklin va Mark yuqori sinflarda o'qib yurishganida bir-birlarini sevib qolishdi. Ular yaqin bo'lishni istagan holda, baribir toki nikohdan o'tmagunlaricha jinsiy aloqa borasida shoshilmaslikka qaror qilishdi. Ulardan birortasi ham nikohgacha boshqa biroq bilan yostiqdosh bo'lgan emas. Nikohning birinchi kechasida ular kasallik yuqtirish xavfidan aslo qo'rqmagan holda jinsiy aloqa bilan ma-

shg'ul bo'lishdi. Endi ular o'zlarida qachondir tanosil kasalligini payqab qolishdan xavfsiramay, xohlagan paytlarida bir-birlari bilan jinsiy yaqinlikda bo'lishlari mumkin.

Xudo nikohgacha jinsiy aloqa qilishdan o'zlaringizni tiyishni so'raydi, bu aslo sizning erkinligingizni chegaralash yoki hayot quvonchlaridan bebahra qilish maqsadida emas, albatta. Siz nikohda umr bo'yi kasallik yuqtirib olishdan xavfsiramagan holda jinsiy aloqadan rohatlanishingiz mumkin. O'zingizni tanosil kasalliklaridan himoya qilishning yagona usuli Xudoning shaxsiy hayotingizga taalluqli rejalarini tushunish va qabul qilishingizdan iboratdir.



19

Nikohgacha jinsiy aloqa va ruhiy salomatlik o'rtasida bog'liqlik bormi?

Masala jinsiy aloqaga borib taqalganida, Xudo bizdan shoshmasligimizni so'raydi. U bizni himoya qilishni va barcha eng yaxshi narsalar bilan ta'minlashni istaydi. Biz ishonch hosil qilganimizdek, nikohgacha o'zini tiyish bizni jismoniy xavflardan, jumladan tanosil kasalligi va noxush homiladorlikdan asraydi. Shuningdek, u bittadan ko'p yostiqdosh bilan jinsiy aloqaga kirishganimizda miyamizda kechadigan ruhiy o'zgarishlardan ham bizni himoya qiladi. Ammo kutishlar ruhiy salomatlikni saqlashga yordam beradimi? Siz hali yana so'rayapsizmi!

Xavotirga soladigan dalil: faol jinsiy aloqada bo'ladigan yosh qizlar o'zlarining tengdosh-dugonalariga nisbatan 300 foiz ko'proq o'z jonlariga suiqasd qilishga urinadilar¹⁴¹. Jinsiy aloqada bo'lib turadigan yosh yigitlar esa qizlarga nisbatan ikki barobar ko'proq o'z jonlariga qasd qilishadi. Ya'ni, agar jinsiy aloqada bo'lib yuradigan o'smir to'ygacha hirsini tiyishga qaror qilmasa, uning suiqasd qilishga urinish ehtimoli to'liq 700 foiz yuqori bo'ladi¹⁴². 14 yoshdan 17 yoshgacha bo'lgan faol jinsiy aloqadagi qizlarning 25 foizdan ko'prog'i tez-tez yoki hamisha o'zlarini ruhan ezilgan holda his etishlarini so'rovda yozib qoldirishgan. Taqqoslash uchun aytsak, bokira qizlar bunday javobni faqat 7,7 foiz holatlarda bildirishgan. O'tgan yili o'n to'rt foizdan ko'proq faol jinsiy aloqadagi qizlar jon-

lariga qasd qilishga urinishdi, shu yoshdagi bokira qizlarda esa bu 5,1 foizni tashkil etgan¹⁴³.

O'smirlarga xavf soladigan tanosil kasalliklari haqida bugungi kunda ochiq-oydin yozishmoqda, ammo nikohgacha bo'ladigan jinsiy yaqinlik ruhiy salomatlikka ham halokatli ta'sir ko'rsatishi aslida hech qayerda eslatib o'tilmayapti. Faol jinsiy aloqadagi o'smirlar o'z tengdoshlariga nisbatan uch barobar ko'proq tushkunlik holatiga tushishadi va hayotlariga qasd qilishga urinishadi¹⁴⁴.

Jinsiy salomatlik Tibbiyot instituti shifokori Fred Makkissik Bush qayd etganidek, «tushkunlik, o'ziga past baho berish va boshqa ko'plab qalb og'riqlarining kelib chiqishidagi eng asosiy omillardan biri jinsiy aloqada bo'lgan odamlar bilan munosabatingizga bevosita bog'liq. Siz qanchalik ko'p odamlar bilan (jinsiy) aloqada bo'lsangiz, — fikrini davom ettiradi shifokor ayol, — kelajakda bir inson bilan butun umr hamnafas yashashga tayyor ekanligingizni tushunib, sog'lom munosabatlar o'rnatishingiz jarayonida shunchalik katta ehtimol bilan mashaqqatlarga to'qnash kelasiz¹⁴⁵».

Zamonaviy madaniyat romantik munosabatlarda jinsiy aloqa baxt, bir butunlik va yaqinlik keltirishini uqtiradi, biroq amalda u qoniqish hissini bermaydi.

Amerika sog'liqni saqlash uyushmasi kollejining yaqinda chop etgan tadqiqotiga ko'ra, AQSh talabalarining 43 foizi o'zlarini shu qadar bosim ostida his qiladilarki, biror-bir faoliyat bilan zo'rg'a shug'ullanishlari mumkin, 61 foiz talabalar esa umidsizlik kayfiyatini boshdan kechirishmoqda¹⁴⁶. Bu tasodifan mos kelmagan: barvaqt boshlangan faol jinsiy aloqa va umidsizlik, tushkunlik hissi o'rtasida uzviy bog'lanish mavjud.

O'smir tushkunlikdan qutulish uchun dori-darmonlar izlashni boshlaganida vaziyat yanada murakkablashadi. Tushkunlikka qarshi dori-darmonlarning asosiy salbiy natijasi — jinsiy disfunk-

siyadir¹⁴⁷, ya'ni hirsini boshqarolmaydigan odam tushkun holatda bo'ladi, bunga qarshi dori-darmonlar esa uning jinsiy yaqinlikdan oladigan rohatlanish qobiliyatini tortib oladi.

Tushkunlik — ta'qiqlangan jinsiy aloqaning yagona qo'shimcha mental natijasi emas. Kolumbiya universiteti o'tkazgan tadqiqotlar buzuvchi jinsiy aloqada bo'ladigan o'smirlar giyohvand moddalarni tez-tez iste'mol qilib turishlarini aniqladi¹⁴⁸. Shuningdek, faol jinsiy aloqadagi yoshlar o'z harakatlarining oqibatlari uchun aybdorlik va uyat hissini tez-tez boshdan kechirishadi. So'rovlarga ko'ra, jinsiy aloqa qilishni boshlagan o'smirlarning deyarli uchdan ikki qismi shoshqaloqlik qilganlaridan afsuslanishadi¹⁴⁹. O'smirlarni boshqa hech qachon qaytarib bo'lmaydigan o'ta muhim nimadandir voz kechganligi bois o'zida sezayotgan gunoh hissi boshqa har qanday oqibatlarining ta'siridan ko'proq azoblashi mumkin.

Faol jinsiy aloqadagi o'smirlar o'z tengdoshlariga nisbatan uch barobar ko'proq tushkun kayfiyatga tushishadi va o'z jonlariga qasd qilishga urinishadi.

Nikohdan tashqari jinsiy aloqaning eng vayronkor hissiy «xulosa»laridan biri — qalblarning sinishidir. Miyangizdagi neyrokimyoviy jarayonlar tufayli jinsiy yaqinlikni osongina sevgi o'rnida qabul qilish mumkin. Jinsiy yaqinlik paytida oksitotsinning ajralib chiqishi sizni yostiqdoshingizga bog'lanib qolishga undaydi. Jinsiy aloqa hamisha hissiy rishtalarni shakllantiradi. Bu rishtalar uzilganida esa haddan ziyod og'riq beradi.

Nikohdagi jinsiy aloqa xavfsizlik bilan teng. Nikohdan tashqari jinsiy aloqa himoyasizlik, uyat, gunoh, tushkunlik, umidsizlik va qayg'u olib boradi.

Biroq Xudoning jinsiy hayot uchun o'rnatgan chegaralarini buzganlik uchun to'lashga to'g'ri keladigan ruhiy to'lov ham bor. Ibroniylarga Maktubda (13:4) shunday deyilgan: «Nikohni hammangiz e'zozlanglar. Er-xotinlik munosabatini beg'ubor saqlanglar. Fahshu zinoga berilganlarni Xudo hukm qiladi».

Oddiy qilib aytganda, nikohdan tashqaridagi jinsiy aloqa — gunohdir, gunoh esa bizni hamisha Xudodan ayiradi. Ilohiy qoidalarni buzish — Osmon Shohligi uchun samarali mehnat qilishda layoqatsizlikka olib boradi, marhamatlarimizni va Masihga bergan guvohligimiz mevasini o'g'irlaydi.

Xudo bizning tanlagan o'z shaxsiy hayotimiz hissiyotlarga va pirovardida farovonligimizga to'lig'icha bog'liq ekanini biladi. Mana nima uchun Sulaymonning Hikmatlar Kitobi (4:23) shunday ogohlantiradi: «Bor kuching bilan qalbingni asra, chunki u hayot bulog'idir».

20

Anal jinsiy aloqa bilan shug'ullanish — maqbul ahvolmi?

Anal jinsiy aloqa — bu ham jinsiy aloqa. Xudo bizdan ana shu holatdagi jinsiy axloqsizlikdan ham qochishimizni so'raydi (qarang: 1 Korinfliklar 6:18).

Haqiqat shundan iboratki, anal jinsiy aloqa an'anaviy jinsiy aloqaga nisbatan ancha xatarli. Anal jinsiy aloqadan so'ng homilador bo'lib qolinmaydi, albatta, ammo tanosil kasalligini orttirib olish mumkin. Bundan tashqari, OPV bilan anal zararlanish tservikal holatlardan kam darajada tarqalmagan. Men 11-savolga javob berayotganimda, bachadon bo'yini ichkaridan ustunli hujayralar bilan qoplanganini aytib o'tgandim. Ustunli hujayralar yuqumli kasalliklarni nihoyatda oson yuqtirib olishadi. Ayol 25 yoshga yetganida uning bachadon bo'yinlari mustahkamlanadi, ustunli hujayralar tanosil kasalliklariga anchayin bardoshli epiteliy tangasimon hujayralari qatlami ostiga berkinadi. Og'zingiz va orqa hojat teshigingiz ham ustunli hujayralar bilan qoplangan. Biroq ular hech qachon epiteliy tangasimon hujayralari ostida hech qachon yashirina olmaydi. Tanangizning bu qismlari jinsiy aloqa orqali o'tadigan kasalliklarni yuqtirishga hamisha juda moyil bo'lishadi¹⁵⁰. Hirsiy lazatlanishning bunday muqobil xavfli yo'llarini tajriba qilib ko'rishga urinadigan yoshlar halokatli oqibatlariga duch kelishlari mumkin, negaki bu kabi jinsiy aloqalar tananing kasallik yuqtirishi oson kechadigan qismlariga ta'sir ko'rsatadi.

OPV bachadon bo'yini saratoni xastaligi rivojlanishining sababi bo'lishi mumkindek, anal jinsiy aloqa ham to'g'ri ichak saratoniga olib borishi mumkin. Achchiq haqiqatdan ko'z yumib bo'lmaydi: har yili AQShda 4600 kishiga «to'g'ri ichak saratoni» tashxisi qo'yiladi, ulardan deyarli 700 nafari shu kasallikdan vafot etadi¹⁵¹. Shifokorlar so'nggi yillarda to'g'ri ichak saratoni xastaligi keskin o'sganligini qayd etishadi¹⁵², bundan ajablanmasa ham bo'ladi, zero anal jinsiy aloqa qiladigan juftliklarning soni tobora ortmoqda.

Garchi avvalgi davrlarda oral va anal jinsiy aloqaga qandaydir ta'qiqqlar qo'yilgan deb hisoblangan bo'lsada, hozirgi kunda o'smir-lar o'z bokiraliklarini saqlash nuqtayi nazaridan shu yo'llarni tanla-shmoqda. Biroq ular buning uchun katta to'lov qilishadi.

Jinsiy yaqinlik hamisha o'zida hissiy tarkibni mujassam etadi. Sizning tanangiz ehtirosiga to'lganida, miya oksitotsin, vazopressin va dofamin kabi kimyoviy moddalarning butun bir oqimini ishlab

chiqaradi, buning natijasida hattoki qinga kiritish bo'lmagan taqdirda ham yosti-qdoshingizga nisbatan bog'liqligingiz mus-tahkamlanadi. Oral va anal jinsiy aloqa qilishga kirishganingizda, siz 19-savol-ni javobida keltirilgan hissiy va ruhiy «qo'shimcha ta'sirlar»ni o'zingizda his qilish xavfiga uchrashingiz mumkin.

Xudo toki
kerakli
paytgacha
har qanday
hirsiy
harakatlardan
o'zingizni
tiyishingizni
so'raydi

Xullas, anal jinsiy aloqa — bu ham jin-siy aloqa. U ana shunday xavfli oqibatlar-ga olib boradi va xuddi shunday mus-tahkam aloqalarni yaratadi. U so'nggi

paytlarda urfga kirayotganga o'xshaydi, ammo ko'plarning fikricha, xavfsiz jinsiy aloqaning muqobilini o'zida yaqqol aks etirmaydi.


Biroq hattoki sog'liq uchun xavfli va hissiy tuzoq ekanligi e'tibor-ga olinmagan taqdirda ham, nikohgacha anal jinsiy aloqa Xudo-

ning andazalariga aslo to'g'ri kelmasligini anglashning o'zi juda muhimdir.

Sulaymonning Qo'shiqlarida uch bora bizga da'vat etiladi: «Vaqt-soati kelmaguncha, Sevgini qo'zg'atmang, uyg'otmang» (qarang: 2:7; 3:5; 8:4). Anal jinsiy aloqa an'anaviy qovushish kabi ehtirolarni qo'zg'aydi, bunday hissiyotlar esa ularni nikohdan tashqarida his qilish uchun mo'ljallanmagan. Matto Xushxabarida (5:28) Iso shahvoniy xayollarni nikohga xiyonat qilish gunohi bilan taqqoslaydi.

Siz shahvoniy xayollarga berilmay turib, anal jinsiy aloqada ishtirok etolmaysiz. Bunday jismoniy va aqliy javob harakati xuddi qovushish holatida bo'lganidek kechadi.

Xudo sizni hirsiy o'yinlarga berilib, bokiralikni faqatgina rasman saqlash qolishga da'vat etmagan. U toki kerakli paytgacha har qanday hirsiy harakatlardan o'zingizni tiyishingizni so'raydi, negaki nihoyatda og'ir kechishi mumkin bo'lgan hissiy va jismoniy oqibatlardan sizni himoya qilishni istaydi.



Oral jinsiy aloqani haqiqiy jinsiy aloqa deya hisoblash mumkinmi?

21

2003 -yilda Kayzer Oilaviy fondi va «Seventeen» jurnali o'tkazgan milliy so'rovlar seriyasida aniqlanishicha, 15 yoshdan 17 yoshgacha bo'lgan o'smirlarning teng yarmi oral jinsiy aloqani haqiqiy jinsiy aloqa deya hisoblashadi¹⁵³. Shuningdek, kollej talabalarining 60 foizi ham oral jinsiy aloqani haqiqiy jinsiy aloqadan farqlashmaydi¹⁵⁴. Ehtimol, aynan shu bois 15 yoshdan 19 yoshgacha bo'lgan amerikalik o'smirlarning yarmidan ko'proq qismi oral jinsiy aloqani sinab ko'rishadi, mabodo 18 yoshdan 19 yoshgacha bo'lgan yoshlarni oladigan bo'lsak, bu raqamlar 70 foizgacha ortadi¹⁵⁵.

Oral jinsiy aloqa ijtimoiy me'yorlarga ko'proq mos keladigan holatga aylandi: bu bilan yoshlarning 50 foizdan toki 70 foizgacha mashg'ul bo'lishadi¹⁵⁶. Balki bu ommaviy ko'rinishning sabablaridan biri oral jinsiy aloqa — haqiqiy jinsiy aloqa emasligiga bo'lgan ommaviy ishonch bilan mustahkamlangan bo'lishi mumkin. Tasavvur qiling-a, ayrim talabalar hattoki oral jinsiy aloqa — ularning «o'zlarini toza saqlash usuli» ekanligini so'rovlarda yozib qoldirishgan. Ya'ni bokiralikni yo'qotmagan holda yaqinlik va jinsiy aloqadan rohatlanishni rad etmaslik usuli ekan bu. Biroq oral jinsiy aloqada ishtirok etgan kishi jinsiy taraflama toza bo'lib qoladimi? Oddiy qilib aytamiz: oral jinsiy aloqa — haqiqatdan ham jinsiy aloqami? O'zingiz lug'atga qarang — ana shunda hammasini tushunasiz.

Lug‘at «jinsiy aloqa»ni «hirsiga asoslangan ko‘rinish yoki harakat» deya belgilaydi¹⁵⁷. Oral jinsiy aloqani sinab ko‘rayotgan yoshlar sonining sezilarli darajada ortishi buning bir hodisa ekanligini bildiradi, albatta. Biz biror harakatning hirsiy asosda ekanligini qanday aniqlab olamiz? O‘zingizdan so‘rab ko‘ring: jinsiy a‘zolarini qo‘zg‘atish ehtirosning uyg‘onishiga sabab bo‘ladimi? Javob ma‘lum: ha.

Demak, tana oral jinsiy aloqaga xuddi jinsiy aloqaga bo‘lganidek munosabat bildiradi. Mos keladigan gormonlar ajralib chiqadi. Jinsiy a‘zolar ta‘sirlanadi. Miya kimyoviy vositalar oqimiga o‘ralib, odam superelimi kabi ishlaydi va juftliklar orasidagi aloqani mustahkamlaydi. Dofaminli portlash sizni ko‘proq tashnalikka, yoqimli hissiyotlarni takrorlashning chanoq ishtiyoqlariga undaydi. Sizning tanangiz ishonadi, bu — jinsiy aloqa. Sizning miyangiz ishonadi, bu — jinsiy aloqa. Sizning qalbingiz ishonadi, bu — jinsiy aloqa. Oral jinsiy aloqa — bu ham jinsiy aloqa.

Sizning tanangiz ishonadi, bu — jinsiy aloqa. Sizning miyangiz ishonadi, bu — jinsiy aloqa. Sizning qalbingiz ishonadi, bu — jinsiy aloqa. Oral jinsiy aloqa — bu ham jinsiy aloqa.

Ayonki, qinga tiqish — jinsiy aloqa bilan shug‘ullanishning yagona usuli emas. Umuman olganda, men hirsiy deb ta‘riflash mumkin bo‘lgan to‘rt xil yaqinlikni farqladim:

1. Oral jinsiy aloqa (og‘iz — jinsiy a‘zo)
2. Manual qo‘zg‘ash (qo‘llar — jinsiy a‘zo)
3. Jinsiy a‘zolar aloqasi (jinsiy a‘zo — jinsiy a‘zo).
4. Ichkariga kiritish

Barcha bu to'rt xil hirsiy harakatlar tanada jismoniy va kimyoviy reaksiyalarni keltirib chiqaradi. Barcha bu to'rt xil hirsiy harakatlar juftliklar orasida aloqa o'rnatadi va sizni jinsiy a'zolar orqali o'tadigan kasalliklarni yuqtirish xavfi ostida qoldiradi. Ushbu harakatlardan birortasida ishtirok etadigan odam faol jinsiy aloqa qiluvchi hisoblanadi.



22

Biroq oral jinsiy aloqa bilan shug'ullanib, bokiralikni saqlab qolish mumkinmi?

S o'rovda ishtirok etgan faol jinsiy aloqada bo'luvchi har to'rtinchi o'smir an'anaviy qovushishdan qochish maqsadida oral jinsiy aloqani sinab ko'rishini aytgan¹⁵⁸. Uning uchun bunday harakat — bokiralikdan ayrilmagan holda jinsiy yaqinlikdan zavqlanish usuli. Ammo rostdan ham shundaymikan? Bunday odamni bokira hisoblab bo'larmikan?

21-savolga berilgan javobni eslaylik: jinsiy aloqa — tanada muvofiq reaksiya hosil qiladigan hirsiy asosdagi harakat. Oral yaqinlik tanangizga, miyangizga va munosabatlarga xuddi jinsiy aloqa kabi ta'sir qiladi. Demak, oral jinsiy aloqa — bu ham jinsiy aloqa.

U bilan mashg'ul bo'lgan holda bokira bo'lib qolish mumkinmi? Rasman — ha, biroq faqat rasman, xolos. Yodingizda bo'lsin, Xudo sizdan jisman bokiralikni saqlashingizni so'ramaydi. U sizdan «nikoh to'shagingizni toza saqlashingizni» so'raydi.

Ibroniylarga Maktubda (13:4) aytilgan: «Nikohni hammangiz e'zozlanglar. Er-xotinlik munosabatini beg'ubor saqlanglar...» 7-savolning javobini eslaylik: «toza» so'zining eng yaxshi ta'riflaridan biri — bu «begona aralashmalarni qo'shmagan». Har safar, shuningdek, oral jinsiy aloqa vaqtida, sizning his-tuyg'ularingiz kuchli ehtirosga to'lganida miyangiz norepinefrin ishlab chiqaradi va bo'lib o'tgan voqea ongingizda muhrlanib qoladi¹⁵⁹. Xohlaysiz-

mi yoki yo'qmi, ammo siz oral jinsiy aloqangiz haqidagi xotiralarni nikoh to'shagingizga *olib kirasiz*, demak, nikoh to'shagingizni tozalikda asrash va Xudoning amrlariga rioya etishga qodir bo'lolmaysiz..

Men ushbu kitob ustida ishlayotganimda, jamoatning bir yoshgina xizmatchisi quyidagi voqeani menga aytib berdi: «Yaqinda xotinim opasi bilan har hafta qandaydir hayotiy masalalarni muhokama etishadigan ayollar guruhidagi saboqlar tugagach uyga qaytdi. Ana shu safar jinsiy aloqa mavzusi yuzaga qalqib chiqdi: Rafiqam menga aytdi: “Siz hatto tasavvur ham qilolmaysiz! Bu turmushga chiqqan,

tag'in baxtli oilali ayollarning ko'pchiligi nikohgacha oral jinsiy aloqa qilishgan va endilikda mutaxassislardan maslahat olishga majbur bo'lishmoqda, negaki ularning boshida o'ralashib qolgan xotiralar, kimlarningdir siymolari hanuz qalblarini chuqur yaralamoqda».

Oral yaqinlik tanangizga, miyangizga va munosabatlarga xuddi jinsiy aloqa kabi ta'sir qiladi.

Siz jinsiy aloqaning bir muqobili sifatida oral jinsiy aloqa qilishga qaror etganingizda, bu haqdagi xotiralarning

ongingizda muhrlanib qolishiga to'sqinlik qilolmaysiz. Buning ustiga, navbatdagi savolga javobni o'qiyotganda bunday qaror sizni halokatli yuqumli kasalliklardan himoya qilmasligini birgalikda aniqlab olamiz.

Xudo sizning faol jinsiy aloqada bo'lgan holda, bokiralikni faqat rasman saqlab qolishingizni istamaydi. U nikoh to'shagingizni xotiralardan va avvalgi har qanday jinsiy aloqalaringiz oqibatlaridan pokiza holda asrashingizni so'raydi.

Efesliklarga Maktubda (5:3) quyidagicha aytilgan: «Sizlarning orangizda fahsh, zinakorlik, ifloslik yoki xasisligu ochko'zlik hatto tilga ham olinmasin». Siz jinsiy aloqaning ayrim ta'qiqlangan usul-

larini qo'llamaslikni shart qilib, jinsiy harakatlarning *bir qismi* bilan shug'ullanishingizga Xudo ijozat bermaydi. U sevganingiz bilan jinsiy erkaliklarni birinchi nikoh kechasigacha — va nikohdagi barcha qolgan kechalaringizda ham — kutishingizni istaydi. Uning maqsadi — sizni himoya qilish, o'z juftingiz bilan to'laqonli yaqinlikni his etish va jinsiy aloqadan yuqori darajada rohatlanishingiz uchun imkon berishdir.

Xudo nikoh to'shagingizni xotiralardan va avvalgi har qanday jinsiy aloqalaringiz oqibatlaridan pokiza holda asrashingizni so'raydi.



Oral jinsiy aloqa qanchalik xavfsiz?

23

Millionlab o'smirlar o'tkir hissiyotlardan lazzatlanish uchun oral jinsiy aloqa bilan shug'ullanmoqchi bo'lishadi, ular bu bilan hirsiy buzuqchilik keltiradigan xavf-xatarlar o'zlariga tahdid qilmaydi deya hisoblashadi. Bu juda jiddiy, kimdir uchun esa mash'um xato bo'lib chiqadi.

Yaqinda o'tkazilgan tadqiqotlarning ko'rsatishicha, yoshlar oral jinsiy aloqani haqiqiy jinsiy aloqa deya hisoblashmaydi, shu bois o'zlarining beboshliklari keltirib chiqaradigan salbiy oqibatlardan aslo qo'rqishmaydi¹⁶⁰. Bir narsa to'g'ri: oral jinsiy aloqa vaqtida homilador bo'lib qolinmaydi, lekin bu uni qovushishning xavfsiz muqobiliga aylantirishi dargumon.

Klinik tadqiqotlar oral jinsiy aloqaning gonoreya, sifilis, herpes va OPV o'rtasidagi bog'liqlikni aniqladi¹⁶¹. Bundan tashqari, siz mabodo turli vaqtda boshqa-boshqa kishilar bilan oral jinsiy aloqada bo'lsangiz, tanosil kasalliklarini yuqtirib olish ehtimoli 250 foizga oshadi. Oral jinsiy aloqa jinsiy a'zolar orqali o'tadigan ko'plab yuqumli kasalliklarning katta xavf-xatarini o'zida aks ettiradi, ular orasidagi birinchi raqamli xavf — OPV. «The New England Journal of Medicine» ma'lumotlariga ko'ra, OPV kasalligi yuqtirish xavfi oltitadan ko'proq kishilar bilan oral jinsiy aloqada bo'lgan odamlarda to'qqiz barobar yuqori bo'ladi¹⁶³. Bu haqda bilish nega bunchalik muhim? Negaki oral jinsiy aloqa orqali o'tadigan OPV tomoq sa-

ratoni rivojlanishi ehtimolini 3200 foizga oshirib yuboradi¹⁶⁴. Tadqiqotchilar oral jinsiy aloqaning ijtimoiy jihatdan qabul qilinishi va unga qiziqish ortib borayotganligi hamda butun dunyoda og'iz bo'shlig'i saratoni xastaligining ko'payib borayotganligi o'rtasida bevosita bog'liqlikni qayd etishmoqda¹⁶⁵.

1970-yillardayoq og'iz bo'shlig'i saratoni bilan kasallanganlarning deyarli 25 foizida papillomavirus borligi aniqlangan. 1990-yilda esa og'iz bo'shlig'i saratoni bilan kasallangan bemorlarning 57 foizida papillomavirus borligi qayd etilgan. 2000-yilda bu raqam 68 foizgacha ortib ketgan. 2007-yilda Qo'shma Shtatlarda og'iz bo'shlig'i saratoniga chalinish holatlarining 73 foizi OPV bilan bog'liq¹⁶⁶.

Achchiq haqiqatning ko'ziga tik qaraylik: oral jinsiy aloqa sizni jiddiy kasalliklarga duchor bo'lish xavfi ostida qoldiradi, shuningdek, o'z ortidan ancha yirik ruhiy va qalb og'riqlarini olib keladi. Oral jinsiy aloqa sizni jinsiy sherigingizga bog'lab qo'yadi. Munosabatlar uzilganida esa, siz bilan munosabatda bo'lmagan odamga «tortadigan» og'riq bilan o'zingiz yolg'iz qolasiz. Ko'plab qizlar so'rovda yozib qoldirishgan: oral jinsiy aloqa vaqtida o'zlarini xuddi ulardan foydalanishayotgandek his qilishgan. Ular bunday jinsiy aloqaga faqatgina «o'z yigitlarini xursand qilish» yoki «mashhur bo'lish» maqsadida rozilik bildirishadi. Baxt ham, mashhurlik ham kelmaganida esa, qizlar gunoh, uyat, iztirob va nafrat bilan yolg'iz qolishadi.

Oral jinsiy aloqa vaqtida homilador bo'lib qolish mumkin emas, lekin bu uni jinsiy aloqaning xavfsiz muqobiliga aylantirib qo'ymay-

Oral jinsiy aloqa vaqtida homilador bo'lib qolish mumkin emas, lekin bu uni jinsiy aloqaning xavfsiz muqobiliga aylantirib qo'ymaydi.

di. Siz tanosil kasalligiga chalinishingiz mumkin. Siz saraton bilan kasallanishingiz mumkin. Siz oxir-oqibat singan qalb bilan qolib ketishingiz mumkin.

Achchiq haqiqat shuki, oral jinsiy aloqaning oqibatlari, siz undan oladigan bir lahzalik rohatdan ko'ra, salomatligingizga katta miqyosda xatarli va halokati ta'sir qiladi.

Men buning bahosini anglab, o'zingizni bunday xatar ostiga qo'ymaslikka qaror qilishingizni istayman.

24

Axir jinsiy aloqa faqat ikki kishiga taalluqli shaxsiy masala emasmi?

Ertami kechmi ikki kishi o'rtasidagi gap-so'zlar boshqalarga ham ma'lum bo'ladi. Jinsiy aloqa — aslo shaxsiy masala emas. Buning uchun alohida kishilar qiladigan to'lov bor, keyin esa ularning yaqinlari beradigan to'lov bo'ladi va butun jamiyat uchun kelib chiqadigan oqibatlar ham bor.

Ko'plarning fikricha, jinsiy aloqa — ikki kishining shaxsiy ishi. Bizga shunday deyishadi: yopiq eshik ortida kechadigan ishlar boshqalarga taalluqli emas; hukumat bizning shaxsiy hayotimizga aralashishga haqqi yo'q, maktablarda bolalarga jinsiy aloqaga oid harakatlarni o'rgatish shart emas, jamoatlar esa bu haqda umuman jim turgani ma'qul. Oxir-oqibat, har bir kishi o'z tanlovi uchun o'zi to'laydi, to'g'rimi? Noto'g'ri!

Agar jinsiy aloqa — shaxsiy ish bo'lsa, bu holda hukumat nima uchun har yili abortlar to'lovi uchun katta mablag'ni sarf qiladi?

Agar jinsiy aloqa — shaxsiy ish bo'lsa, nega Amerika hukumati OITSGa qarshi dori-darmonlarni topish uchun milliardlab dollarni yo'naltiradi?

Agar jinsiy aloqaning oqibatlari faqat uning ishtirokchilariga taalluqli bo'lsa, nega kasalliklarni oldini olish va nazorat qilish mar-kazi soliq to'lovchilar hisobidan tanosil kasalliklarining oldini olish va davolash uchun shuncha vaqt sarflamoqda?

Negaki, jinsiy aloqa — faqat ikki kishiga tegishli bo'lgan shaxsiy ish emas.

Jamiyat, Xudo o'rnatgan chegaralardan tashqarida, hamma yoqqa tarqatadigan jinsiy aloqa uchun katta to'lov qiladi.

Bilasizmi, o'smirlik yoshidagi har bitta homilador qiz AQSh soliq to'lovchilariga eng kamida 100 000 dollarga tushadi, Amerikada esa har yili millionlab ana shunday qizlar homilador bo'lishadi¹⁶⁷.

Nikohdan o'tmagan o'smirlar chaqaloqlarini umumiy tibbiyot muassasalariga tashlab ketishganida, ularning salomatligini asrash va tarbiyalash og'irligi soliq to'lovchilarning zimmasiga tushadi. Yosh yolg'iz onalar ijtimoiy himoya xizmatiga go'daklarining ehtiyojlarini qondirish masalasida murojaat qilganlarida, buning uchun mab-

lag' soliq to'lovchilar cho'ntagidan olinadi. Hukumat tashkilotlari o'smir-onalarning tashlandiq, qarovsiz va shafqatsiz munosabatga uchragan bolalariga g'amxo'rlik ko'rsatsa — bu ham soliq to'lovchilarning hisobidan amalga oshirilishi mumkin.

Shaxsiy hayotingiz hech kimga taalluqli bo'lmasligining faqat yagona usuli mavjud: nikohdagi o'zaro sadoqat.

Mamlakat o'z fuqarolarining shaxsiy ishlari uchun tom ma'noda g'oyat katta to'lov qiladi. Oqibatlar esa — ko'chaga olib chiqiladigan uydagi

gap kabi — jinsiy aloqaga kirishishga qaror qilgan faqatgina o'sha ikki kishining zimmasiga tushib qolmaydi. Jamiyatimizga to'lig'icha, ko'pgina ijtimoiy institutlarga ham qisman, asosiysi — balog'atga yetmagan qizlardan har yili tug'iladigan yarim million bolalar ana shunday to'lov qilishlariga to'g'ri keladi¹⁶⁸.

Albatta, siz aytishingiz mumkin: «Meni siyosat yoki milliy manfaatlar qiziqitirmaydi». Nima ham derdik, bu holda sizni balki juftingiz to'shakka olib keladigan kishilarning miqdori qiziqitirib qolar.

Tushuning: siz har safar jinsiy yaqinlikka kirishganingizda, bir kishidan tashqari boshqalar bilan ham jinsiy aloqa qilgan bo'lasiz, ya'ni yostiqdoshingiz qachonlardir yaqin bo'lgan barcha odamlar bilan va o'sha odamlar kimlar bilan avval jinsiy yaqinlik qilgan bo'lsa, ularning har biri bilan jinsiy aloqa qilgan bo'lasiz. O'tmish haqidagi xotiralar, men aytib o'tganimdek, ongingizda muhrlanib qoladi. Siz o'zingiz bilmagan holda bir kishidan boshqaga va shu tarzda kasallik tashuvchi bo'lib qolishingiz mumkin. Birinchi nikoh kechangizda siz bilan qachondir jinsiy yaqinlikda bo'lgan barcha kishilar va ularning yostiqdoshlari, qolaversa, ana o'shalar bilan jinsiy aloqada bo'lganlar... xullas, hammasi siz bilan birgalikda nikoh to'shagingizga kirishadi.

Bir vaqtlar shunday savol berilgan broshyura qo'limga tushgandi: «Siz bilan o'tgan kecha yaqinlikda bo'lgan oltmish to'rt kishidan qanchasi sizga yaxshi tanish?» Savolning mazmuni shundan iboratki, bitta jinsiy aloqa harakatida o'nlab odamlar ishtirok etadi. Jinsiy aloqa bir kishi yoki ikkala odam ham tanosil kasalligiga uchraganidan so'ng shaxsiy ish bo'lmay qoladi, negaki ular shunday shaxsiy ishlari bilan boshqalarga ham oqibatda kasallik yuqtirishadi.

Los-Anjelesdagi Kaliforniya universiteti talabalar poliklinikasi direktori, shifokor Edvard Vismayer talabalarni ogohlantiradi, ya'ni «hatto bitta tasodifiy aloqa ham besh xil turdagi kasalliklarga olib kelishi mumkin¹⁶⁹». Shifokor-ruhshunos Lourens Leykob shuni tasdiqlaydi: «Mabodo siz jinsiy aloqaga nisbatan "jiddiy bo'lmasangiz», juftingiz ham avval boshqa kimdir bilan bu masalada «jiddiy bo'lmagan»ligi katta ehtimoldan xoli emas. Shu tariqa, yana uchinchi, to'rtinchi va hatto siz tasavvur qilmagan yigirma beshinchi yostiqdosh ham mavjud bo'ladi¹⁷⁰. AQSh sog'likni saqlash xizmati sobiq bosh shifokori Everett Kup menga qo'ng'iroq qilib, o'smirlar bilan hirsiy beboshlikning oqibatlari mavzusida imkon qadar ishonarli suhbat o'tkazishimni qat'iy iltimos qildi.

«Siz beboshlik qanchalik xavfli ekanligi haqida, — dedi u, — ularni ogohlantirishingiz kerak. Hozirgi kunda siz biror ayol bilan jinsiy yaqinlikka kirishganingizda, nafaqat u bilan, ehtimol, shu ayol keyingi o'n yil mobaynida jinsiy aloqa qilganlar bilan, o'z navbatida, ana o'shalar ham kimlardir bilan to'shakda yotgan bo'lsa, barchasi bilan yaqinlik qilgan bo'lasiz¹⁷¹».

Jamiyat, Xudo o'rnatgan chegaralardan tashqarida, hamma yoqqa tarqatadigan jinsiy aloqa uchun katta to'lov qiladi.

Endi jinsiy aloqa — har kimning shaxsiy ishi emas. Bu ertami kechmi oshkor bo'lishi mumkin.

Shaxsiy hayotingiz hech kimga taalluqli bo'lmasligining faqat yagona usuli mavjud: nikohdagi o'zaro sadoqat. Xudoning jinsiy aloqa borasidagi rejasi shundan iboratki, erkak va ayol bitta nikoh asosida turmush qursinlar. Shunday vaziyatda hech kim o'zi bilan o'tmishdagi yostiqdoshlarini olib kirmaydi, tanadagi hech qanday yashirin (avvaldan toki hozirgacha) kasallik alomatlari juftiga o'tmaydi va nikohdan tashqaridagi homiladorlikdan qo'rqmasa ham bo'ladi. Bu — tasodifiy jinsiy aloqalarning halokatli oqibatlaridan qochishning yagona ishonchli usulidir. Faqat ikki odam o'rtasidagi sadoqatli nikoh talqinidagina yopiq eshik ortida yuz beradiganlarni ikki kishining shaxsiy ishi deb aytish mumkin.



25

Axir dastlab birga yashab ko'rish yaxshi emasmi?

1950-yillarda har o'nta ayoldan to'qqiz-tasi avval birga yashab ko'rmasdan o'z juftlariga turmushga chiqishgan. 1990-yillarga kelib endi har uchinchi juftlik nikohdan o'tishdan avval birgalikda yashashgan. Bugungi kunda turmush qurayotganlarning yarmidan ko'proq qismi birgalikda yashab ko'rishadi¹⁷².

1980-yildan boshlab bu kabi juftliklar 1000 foiz oshgan¹⁷³. Ammo birgalikda yashab ko'rish ijtimoiy jabhada qabul qilinarli bo'lsada, bu yaxshi variant ekanligini bildirmaydi, bu borada o'tkazilgan tadqiqotlar teskarisini ko'rsatmoqda.

Birga yashab ko'rish, «ular uzoq va baxtli hayot kechirishdi» seriyasidagi xotimaga juda kam hollarda olib keladi. Bunday juftliklarning qirq foizi nikohgacha ajralib ketishadi¹⁷⁴. Dastlab birga yashab, so'ng baribir turmush qurgan juftliklar orasidagi ajralishlar, to'ygacha birga yashamagan er-xotinlar o'rtasidagi ajralishlar sonidan ikki barobar ko'proq ekanligi kuzatilmoqda¹⁷⁵.

Dunyoviy nuqtayi nazarga ko'ra, birga yashab ko'rish yaxshi fikrdek tuyuladi. Bu juftliklarning birgalikda ko'p vaqt o'tkazishlariga imkon beradi. Bu ikkita xonadon xo'jaligini boshqarishdan ham ancha tejimli. Aksariyat juftliklar birga yashab ko'rishni qandaydir «test-drayv» deya hisoblashadi, ya'ni bunda ularning munosabat-

lari nikoh talab qiladigan o'zaro bir-birlariga to'liq bag'ishlovsiz har kunlik hayotiy muammolarga qanchalik bardosh berishini aniqlash mumkin bo'larkan. Ular shunday mulohaza qilishadi: «Agar to'g'ri kelmasa, biz har qachon mol-mulklarni bo'lishmay va holdan toydiradigan sharmandali ajrashish xarajatlarisiz xohlagan tarafimizga ketib qolishimiz mumkin». Biroq tadqiqotlar buning teskarisini ko'rsatmoqda.

Zamonaviy madaniyat bizga nikoh — er-xotinlarning har qanday erkinligi bo'g'iladigan qamoqxonaning deyarli o'zginasi, o'ta qattiqqo'l institut ekanligini uqtirishi mumkin. Ammo, agar ma'lumotlarga ishonadigan bo'lsak, aslida turmush qurgan insonlar nikohsiz birga yashayotganlarga nisbatan o'z hayotlaridan ko'proq zavq olishadi. Dalillarning o'ziga murojaat qilamiz.

1. Nikohdagi kishilar jinsiy aloqa bilan tez-tez mashg'ul bo'lishadi.

- 48 foiz erlar jinsiy aloqa ularni hissiy jihatdan nihoyatda qoniqtirishini, 50 foizi esa jinsiy aloqani jismonan yoqimli ekanligini aytishgan¹⁷⁶.
- Nikohdan o'tmasdan birga yashab ko'radigan erkaklar orasida bu raqamlar nisbati shunday: 37 va 39 foiz¹⁷⁷.

2. Nikohdagi odamlar uzoqroq yashashadi¹⁷⁸

- Turmush qurmagan erkaklarda oilali erkaklarga nisbatan o'lim holati nisbatan yuqori.
- Bo'ydoqlik holati erkak hayotini o'rtacha o'n yilga qisqartiradi.

3. Oilali odamlar boyroq yashashadi¹⁷⁹

- 2009 yilda er-xotinlarning o'rtacha oylik daromadi 58410 dollarni tashkil etgan.
- Bo'ydoq erkakda bu raqam 31399 dollargacha pastga tushadi.
- Turmushga chiqmagan ayolda bu 14843 dollarni tashkil etgan.

4. Nikohdagi odamlarning bolalari yaxshiroq yashashadi¹⁸⁰

- Birgalikda yashab ko'rish paytida 25 foiz ayollar homilador bo'lishadi, lekin ularning bolalari qonuniy nikohda tug'ilgan bolalarga nisbatan kamroq ta'minlangan.
- Nikohdagi ota-onadan tug'ilgan bolalar odatda ko'proq muvaffaqiyatga erishishadi va ular orasida maktabni tashlab ketish holatlari kamroq uchraydi (13 foiz 29 foizga qarshi).
- Nikohdagi ota-onalarning bolalari ko'proq darajada oliy ma'lumot olishadi.
- Nikohdagi ota-onalarning bolalari o'rtasida yigirma yoshdan oshgach ishsiz qolish holatlari kamroq uchraydi.

Nikohning ustunligi tushunarli. Bundan tashqari, birga yashab ko'radigan juftliklar ko'plab muammolarga to'qnash kelishadi. Misol uchun, ular munosabatlar o'rnatishda tez-tez qiyinchiliklarga uchraydilar. Shuningdek, qarama-qarshi orzu-umidlar zamirida kelishmovchiliklar yuzaga keladi. Erkaklar odatda birga yashab ko'rishni mana shu ayolga o'zini bag'ishlashni xohlab qolish-qolmaslikni aniqlash yo'lidagi birinchi qadam deya hisoblashadi, ayollar esa ayni vaqtda birga yashab ko'rishni majburiyatlar sari birinchi qadam sifatida baholashadi. Juftliklar kelgusi hayotlari qanday bo'lishi haqidagi tasavvurga ega bo'lish uchun birga yashab ko'rishga qaror qilishadi, ammo ularning bu vaziyatida haqiqiy nikohni ushlab turadigan asosiy tayanch, ya'ni er-xotinlik hayotida noyob bo'lgan o'zaro mas'uliyat yetishmaydi. Faqat bir-biriga o'zini bag'ishlovning ana shu darajasigina juftliklarga birgalikdagi hayotlarida sinovlarga dosh berishlari uchun zamin yaratadi.

Odamlar nikohdan o'tayotganda, bir-birlariga aytishadi: «Men seni sevaman. Men hamisha yoningda bo'laman. Men senga o'z hayotimni bag'ishlayman».

Nikohsiz birga yashab ko'radigan juftliklar bildirishadi: «Sen menga yoqasan. Qani ko'ramiz, men seni sevib qolarmikanman?»

yoki: «Men seni sevaman. Ko'ramiz, sevgimiz birgalikdagi hayot bosimiga bardosh berarmikan?»

Birga yashab ko'radiganlar hamisha o'zlari uchun «har ehtimolga qarshi» tuynuk qoldirishadi va ularning deyarli yarmi o'sha tuynukdan sirg'alib chiqib ketishadi va munosabatlarni bir umrga uzishadi. Mas'uliyatning yo'qligi mustahkam munosabatlar qurishga yordam bermaydi. Bunday holatlarda nikohdagi er-xotinlarga qiyinchiliklarni yengib o'tishga yordam beradigan bir-birlariga o'zlarini bag'ishlov darajasiga ko'tarilishning iloji yo'q.

Mustahkam munosabatlarni o'rnatishga aslo yordam bermagan holda, birgalikda yashab ko'radiganlar jinsiy yaqinlik masalasida mag'lubiyatli ahvolda qoladilar. Juftliklar o'zlarining jinsiy aloqada o'zaro mos ekanliklariga ishonch hosil qilish uchun ko'pincha birgalikda yashashga qaror qilishadi. Biroq haqiqat shundan iboratki, bu o'rinda hech qanday bir alohida ayyorlik yo'q. Erkak va ayol tanasi avval boshdan «qo'shilish» uchun yaratilgan. Bu qayg'uli, ammo haqiqat: siz bir umr birga yashash mas'uliyatini o'z zimmangizga olmay turib jinsiy aloqa lazzatidan tatib ko'rganingizda, sizni o'zaro bog'lagan ehtiroslarni behuda «chayqatib» yuborasiz.

«Medical Aspects of Human Sexuality» maqolasida shunday deyilgan: «Ko'pchilik o'zlarining hirsiy ishtiyoqlari "uzoq va baxtli hayot"ga olib borishiga umid qilib, o'z "orzu"lariga uylanishadi... So'ngra esa yaxshi jinsiy aloqa yaxshi munosabatlarga olib bormasligini, ammo yomon munosabatlar yomon jinsiy aloqaga osongina olib borishi ma'lum bo'lib qoladi¹⁸¹».

Masala yaqinlik qilishga borib taqalganida, deyarli barcha holatlarda inson tabiatining o'zi har tomonlama faoliyatga kirishadi. Jinsiy jabhadagi qiyinchiliklar tajribaning yetishmasligi yoki o'zaro jinsiy aloqaning maqbul tushmaganligida emas. Agar muammolar yuzaga kelsa, bu eng avvalo munosabatlarga, fe'l-atvorning no-

mukammalligida, ishonch, hurmat va mas'uliyatning yetishmasligi bilan bog'liq.

Birinchi nikoh kechasida jinsiy aloqa borasidagi tajribangiz sizga eng oxirida asqatib qolishi mumkin, xolos.

Jinsiy aloqa bir-birlariga o'zlariga bag'ishlagan juftlik intim yaqinlikka kirishganlarida yuqori darajada rohat bag'ishlaydi.

Agar sizda kimdir bilan «nimadir o'xshab qolsa» — siz keyinchalik shu «qahramonlik»ni nikoh to'shagida ham takrorlay olishingizga ishonasizmi? Umid qilmang, bu ish bermaydi. Kimki to'ygacha jinsiy aloqa qiladigan bo'lsa, bu jabhada ikkovi bir butun bo'lib o'rganish va ulg'ayishdek noyob imkoniyatdan o'zini va o'zining yarmi bo'lmish juftini ayirib, bo'lg'usi nikohidan o'g'irlagan bo'ladi.

Nikoh o'zining barcha afzalliklari bilan «pishitish sinovi»ga muhtoj ekanligi haqida sizga yolg'on aytishadi, bu gaplarga ishonmang. Agar siz chindan ham er-xotinlik yaqinlashuvidan yuqori darajada lazzat olishni istasangiz, birinchi nikoh kechasigacha jinsiy aloqa borasida tajribasiz bo'lib qolishni, ammo munosabatlarda mahorat cho'qqisiga ko'tarilishni o'z oldingizga maqsad qilib oling.

Erkaklar odatda birga yashab ko'rishni mana shu ayolga o'zini bag'ishlashni xohlab qolish-qolmaslikni aniqlash yo'lidagi birinchi qadam deya hisoblashadi, ayollar esa ayni vaqtda birga yashab ko'rishni majburiyatlar sari birinchi qadam sifatida baholashadi.



Axir nikohgacha bo'ladigan jinsiy aloqa nikohdagi jinsiy aloqa uchun yaxshi tayyorgarlik emasmi?

26

Bizga amaliyot hamisha mukammallikka — jinsiy aloqada ham — olib borishi haqida uqtrishadi. Biroq, biz siz bilan avvalgi savollar javobiga ko'ra ishonch hosil qildikki, boshlangan «tajriba» va mustahkam majburiyatlarsiz (buni faqat nikoh ta'minlashi mumkin) romantik munosabatlarning buzilishi juftliklar o'rtasidagi munosabatlarni ham, jinsiy yaqinlikni ham yaxshilay olmaydi. Aksincha, nikohdan tashqaridagi jinsiy aloqa o'z ortidan uzoq muddatli salbiy oqibatlarini olib kelishi isbotlangan.

Shifokor Jon R. kichik-Diggs o'zining «Nikohdan tashqari jinsiy aloqa ko'pgina hollarda odam organizmini va xotirjamligini buzadi» nomli maqolasida nikohdan tashqari jinsiy aloqaning aniq, bir qator halokatli oqibatlarini — ixtilof, abortlar, oilaviy hayotdagi beqarorlik, erkakning har qanday paytda ketib qolish tahdidi, pirovardida, ayol va bolalarning turli darajadagi xatarlarga ro'para kelish xavfini — keltirib o'tgan¹⁸².

Ya'ni nikohdan tashqari jinsiy aloqa o'zida yashirin tuzoqlarni berkitib qo'yadi. Balki, bu oilali insonlar intim yaqinlikdan nega ko'proq lazzat olishlarining sabablaridan biridir. «USA Today» gazetasida chop etilgan: «O-ho! Buni jamoat ayollarining qasosi deb ataymiz!» sarlavhali maqolaning muallifi shunday xulosaga kelgan — ayol-masihiyalar (ular bilan bo'ladigan erkak-masihiyalar ham)

dunyoda jinsiy aloqadan eng ko'p rohat oladigan insonlar toifasiga mansubdirlar¹⁸³.

Yozuvchi Uilyam R. kichik-Mattoks ifoda etganidek, nikohgacha jinsiy aloqadan o'zini tiyish — o'zini kelajakda jiddiy dividendlar bilan ta'minlash demakdir. Mattoks shunday yozadi: «Tadqiqotlarning ko'rsatishicha, jinsiy hayotni barvaqt boshlagan yoki ko'pchilik bilan jinsiy aloqa qilgan ayollar eng kam darajadagi jinsiy tajriba bilan turmush qurgan ayollarga nisbatan shaxsiy hayotlaridan rozi ekanliklarini kamdan kam bildirishadi»¹⁸⁴.

Amaliyot sizni mukammal yostiqdoshga aylantirmaydi.

Boshqacha aytganda, o'zlarining jinsiy birlashuvlarini nikohgacha sinab ko'rgan erkak va ayollarda jinsiy aloqadan to'laqonli bahra olish imkoniyatlari kamroq bo'ladi. Ayonki, amaliyot sizni mukammal yostiqdoshga aylantirmaydi. Mattoks — jinsiy o'zaro muvofiq kelishni mehrobgacha borishdan avval sinab ko'rish kerakligi haqidagi uydirmaga qarshi kurashadigan yagona kishi emas.

«Seventeen» jurnaliga berilgan intervyudan jumlar keltirishga ijozat eting. Jamiyatshunos, shifokor Nensi Mur Kletuortiga savol berishdi: «Axir nikohda yuzaga keladigan muayyan bir kelishmovchiliklarni tuzatish borasida to'ygacha birga yashab ko'rish tajribasi yordam bermaydimi?»

Iltimos, shifokor Kletuortining javobini diqqat bilan o'qib chiqing:

Biz moliya, kundalik tashvishlar, hordiq, do'stlar, odamlarga nisbatan his-tuyg'ularning paydo bo'lishi haqidagi savollarni berdik. Va bu qayd etilgan jabhalardan har birida nikohgacha birga yashagan juftliklar bunday hayot kechirmagan er-xotinlarga nisbatan ko'proq kelishmovchiliklarga ega ekanlar. Ammo jinsiy aloqalarga bog'liq yangilik meni hammasidan

ortiqroq taajjubga soldi. Nikohgacha birga yashaydigan juftliklar bu masalada anchayin ko'p janjallashib turisharkan¹⁸⁵.

Hammasi birga yashab ko'rish vaqtida hal bo'ladigandek tuyuladi go'yo. Biroq bunday emasligi ko'rinib turibdi. Faqat nikohda bir erkak va bir ayolning bo'lishi hamda jinsiy aloqadan qoniqish o'rtasida uzviy bog'liqlik borligi kuzatilmoqda. Nima uchun? *Nega-ki jinsiy aloqadan qoniqish hissi bir-birlariga vafodor yostiqdoshlar o'rtasidagi munosabatlar muhitida ortib boradi.* Nikohgacha jinsiy aloqani bir-biriga mos kelish va o'zaro majburiyatlarga tayyorgarlik-

ni belgilash quroli deya hisoblaydigan juftliklar haqiqiy yaqinlik, mas'uliyat va ajoyib jinsiy aloqa uchun shunchaki zarur bo'lgan ishonchning yetishmasligini his qiladilar.

Jinsiy aloqadan qoniqish hissi bir-biriga vafodor bo'lgan yostiqdoshlarning munosabatlari muhitida yanada ortadi.

Nikohdan tashqaridagi yaqinlik — bu mashg'ulot yoki bo'lg'usi jinsiy birlashuvni sinab ko'rish uchun yaxshi imkoniyat emas. Bu — Xudoning jinsiy aloqaga oid rejasini buzish, natijada juftliklar erkinlikni emas, balki oqibatlar yukini qo'lga kiritishadi.

Tadqiqotlar Xudo O'zining Kalomida aytganlarini tasdiqlamoqda, xolos. Jinsiy aloqaning sifati «amaliyot» natijasida emas, balki yaqinlik, ishonch va o'zaro bog'liqlik darajasi ortishi bilan yaxshilanadi. Nikohgacha jinsiy aloqa nikohdagi yaxshi jinsiy aloqaga olib bormaydi. U ko'ngil qolishiga, bir xillikka, kasallanish xavfi va juftliklar o'rtasidagi aloqaning zaiflashuviga olib boradi. Boshqa tomonlama, siz nikohgacha jinsiy aloqani kutgan holda, oqibatlaridan qo'rqmay, chinakamiga erkin jinsiy aloqadan lazzatlanishingiz mumkin.

Siz qoyilmaqom jinsiy aloqani xohlaysizmi? Bu holda «mashg'ulotlar»ni yig'ishtirib, nikohgacha kutishga qaror qiling.



Biroq jinsiy aloqa ajoyib-ku, nega u bilan mashg'ul bo'lish hamisha ham yaxshi va to'g'ri emas?

27

Ha albatta, jinsiy aloqa ajoyib. Axir u sevuvchi Xudo tomonidan bizga tuhfa qilingan.

Yoqubning maktubida (1:17) shunday deyilgan:

«Har bir yaxshi va mukammal hadya samodan keladi. Bu hadyalarni osmondagi jamiki yoritqichlarni yoritgan Xudo beradi. Yoritqichlarning nuri paydo bo'lib, g'oyib bo'ladi. Xudoning ezguligi esa yo'qolmaydi. Zero, Xudo hech qachon o'zgarmaydi.»

Xudo jinsiy aloqani yaratgan. Yaratguvchining maqsadi odamlarni bir-birlariga toabad bog'laydigan yaqinlik va sevgini ifodalashning ajoyib usulini bizga tuhfa qilishdan iboratdir. Ammo bu har qanday jinsiy aloqaga taalluqli emas.

Voiz Kitobida (3:13) shunday ta'kidlanadi: «*Xudo aytgani bo'yicha hamma narsa o'z vaqtida sodir bo'ladi...*» (kursiv meniki. — J. M.)

Demak, Xudo narsalarni qachon ajoyib qilar ekan? Zarur paytda, to'g'ri tanlangan vaqtda. Nikohdan tashqari jinsiy aloqa yoqimli bo'lishi mumkin. U ikki kishini xuddi nikohdagi er-xotinlarni yaqinlashtirganidek, bir-birlariga yaqin qilishi mumkin. Ammo nikohdan tashqaridagi rohat uzoqqa cho'zilmaydi.

Ibroniylarga Maktubda (11:25) gunoh lazzati «o'tkinchi» deya atalgan. Nikohgacha yaqinlik quvonchi — vaqtinchalik, bir lahza-

lik va o'tkinchidir. Shu bilan birgalikda Xudoning rejasidan chetlab o'tib jinsiy aloqa qiladigan odamlar ko'pincha o'z qilmishlarining hosilini — tushkunlik, rad etilganlik hissi, nafrat, qalb beqarorligi, jinsiy xastaliklar, noxush homiladorlik, o'z joniga qasd qilish kabi salbiy oqibatlarni — yig'ib olishlariga to'g'ri keladi,

Nikohdan tashqarida jinsiy aloqa qilganingizda, siz sevgi va gunoh o'rtasidagi chegaralarni yuvib yuborasiz.

Noqonuniy jinsiy aloqa keltirib chiqaradigan hissiy oqibatlarning aksariyat qismi sevgi nima ekanligi haqidagi noto'g'ri tushunchadan hosil bo'ladi. Ayrim juftliklar shunday deyishadi: «Jinsiy aloqa ajoyib-ku, negaki u — bizning sevgimiz ifodasi».

Biroq yodingizda bo'lsin, jinsiy faollik vaqtida miyangiz ajratib chiqaradigan dofamin uchun, xuddi oksitotsin va vazopressin kabi, sizning turmush qurgan-qurmaganligingizning farqi yo'q¹⁸⁶. Nikohdan tashqarida jinsiy aloqa qilganingizda, siz sevgi va gunoh o'rtasidagi chegaralarni yuvib yuborasiz. Bosh miyadagi kimyoviy jarayonlar sevgi tuyg'usini osongina qabul qilishi mumkin. Biroq his-tuyg'ularingiz jinsiy aloqaga taalluqli to'g'ri qarorga kelishingiz uchun sizga yordam berolmaydi va sevgini his etish — bu sizni va juftingizni baxtli qiladigan yetuk munosabatlarga qadar ulg'ayganingizni hali isbotlab berolmaydi.

Jinsiy aloqa ajoyib, lekin u bilan mashg'ul bo'lish doimo ham yaxshi va to'g'ri emas. Hammasining o'z o'rni va o'z vaqti bor. Biz qoidalarni buzgan holda oxir-oqibat o'z manfaatimiz uchun yaratilgan jinsiy yaqinlikni quvonch manбайдan uyat, nafrat va azob-uqubat manbaiga aylantiramiz.

Jinsiy aloqa hamisha ham ajoyib emasligi to'g'risida ko'plab misollar bor. Bu o'rinda xiyonat, oilalarning buzilishi, pornografiyaga


bog'lanib qolish, zo'rlash, voyaga yetmaganlarning nomusiga tajovuz qilish va bolalarni sotish kabi holatlarni eslab ko'raylik. Bu karaxt ahvolga soladigan misollar jinsiy aloqaning dahshatli bo'lishi ham mumkinligini isbotlaydi. U jinsiy aloqada ishtirok etayotganlardan faqat bittasi o'zini yaxshi his qilayotgani uchun yaxshi mashg'ulot bo'lib qolmaydi. Ilk qarashda chiroyli bo'lib tuyulgan biror narsa jirkanch oqibatlariga ega bo'lishi ham mumkin.

Shu haqda o'ylab ko'ring — ana shunda jinsiy aloqa qachon yaxshi, qachon esa yaxshi bo'lmasligini o'zingiz tushunib olasiz.

Nikohdan tashqari jinsiy aloqa sizni kasallanish, noqonuniy farzandlar tug'ilishi xavfiga duchor qiladi, u o'z juftingizga chinakamiga bog'lanib qolish qobiliyatingizga salbiy ta'sir ko'rsatadi, vaqt o'tishi bilan esa tushkunlik, beqarorlik va o'z joniga qasd qilish fikriga yuqori moyillik keltirib chiqarishi mumkin. O'zaro nikohdagi er-xotinlik munosabatlari hozirgina biz sanab o'tgan oqibatlersiz jinsiy rohatdan bahra olish erkinligini sizga beradi.

Jinsiy aloqa ajoyib — u shunchalik ajoyibki, alohida bir himoyaga loyiq, shunchalik ajoyibki, buning uchun kutsa arziydi.

Jinsiy aloqa
ajoyib — u
shunchalik ajoyibki,
alohida bir
himoyaga loyiq.



Agar gormonlarim junbushga kelib, mendan kuchli chiqayotgan bo'lsachi? Nikohgacha kutish uchun sabrim yetadimi?

28

Bundan bir necha yillar muqaddam Sinsinnati Universiteti shaharchasida amerikalik seksolog, doktor Rut Vesteymer 1200 talabalar bilan suhbat qurdi. Uning suhbatini mobaynida talabalar-

dan biri so'rab qoldi: «Doktor Rut, agar men ortiq chiday olmasam nima bo'ladi?»

«Yigitcha, — javob qaytardi doktor Rut, — sizning kuta olishingiz haqidagi fikrning o'zi tasavvurga sig'maydi. Sizning hirsingiz buning uchun juda kuchlilik qiladi¹⁸⁷».

Doktor Rutning fikricha, nikohdan tashqarida bo'ladigan jinsiy aloqadan qochib bo'lmaydi. Bu ayol xuddi aks-sado kabi madaniyatimizda ildiz otgan fikrni takrorladi, ya'ni junbushga kelgan gormonlarni boshqarib bo'lmaydi va yoshlarning hirsii mayllari o'ta kuchli bo'lganligi bois ularni bo'ysundirishning iloji yo'q.

Keling, mana shu nuqtayi nazar ustida mulohaza yuritaylik. Tasavvur qilaylik, yosh yigit doktor Rut kabi biror seksolog huzuriga kelib shunday deydi: «Doktor, tanlagan qizim menga juda yoqadi, men u bilan jinsiy aloqa qilmoqchiman, lekin u buni xohlamayapti».

Doktor unga nima deb maslahat berishi mumkin? Ehtimol, shunga o'xshash gaplarni aytsa kerak: «U bunga tayyor bo'lguni-

cha kutib turing». Boshqacha aytganda: «Sizning hirsingiz unchalik ham kuchli emas».

Endi esa boshqacha bir ko'rinishni tasavvur qiling. Yosh yigit seksolog oldiga kelib shunday deydi: «Doktor, mening gormonlarim butunlay junbushga kelgan; men tanlagan qizim bilan jinsiy aloqa qilmoqchiman, uning o'zi ham shuni istayapti. Men nima qilishim kerak?»

Bunday vaziyatda shifokorning maslahati Sinsinnati Universitetida doktor Rut bergan maslahatning ayni o'zini takrorlagan bo'lar-di: «Yigitcha, sizning kutishingiz mumkinligi haqidagi fikrning o'zi tasavvurga sig'maydi. Sizning hirsingiz buning uchun o'ta kuchlilik qiladi».

Doktor Rutning falsafasiga ko'ra, biz — o'zini boshqarishga layoqatsiz, his-tuyg'ularga bo'ysunadigan hayvonlarmiz, xolos. Agar bunday fikrlar to'g'ri bo'lsa, nega dunyoda nomusga tegish uchun jazo qonunlari mavjud? Axir zo'ravon o'zidagi jo'shqinlikni tiyishi mumkinmi? Axir uning hirs o'ta kuchli emasmi? Xo'sh, bu borada oilali insonlar haqida nima deyish mumkin? Agar yigit to'y-gacha sabr qilishi mumkin bo'lmasa, to'ydan so'ng «boshqa taraf-ga» og'ishdan o'zini tiyishiga umid qilsa bo'ladimi?

Xo'sh, tanlagan qizi u bilan yaqinlikka kirishishga rozi bo'lgan yigit ortiq kutolmaydi, ammo tanlagan qizi u bilan jinsiy aloqa qilish-ga tayyor bo'lmagan yigit bunga qodir deb aytmoqchi bo'lyapsizmi? Nikohda bo'lmagan erkak o'zini boshqarishga mutlaqo qodir emas, biroq oilali erkak hatto — qonuniy xotinidan tashqari — boshqa ayol uning ishtiyogini qo'zg'asa ham o'zini qo'lga olishi kerakmi? Siz bu o'rinda hech qanday qarama-qarshilikni payqamayapsizmi? Xo'sh, nikohgacha kutishning iloji bormi?

Yoshlarning o'zlarini boshqara olmasliklari haqidagi tasavvur mantiqan noto'g'ri, negaki ular muhim bir holatni e'tibordan chetda qoldirishadi. Xudo bizga vijdon ovozigina amal qilgan holda to'g'ri

Xudo bizga vijdon ovoziga amal qilgan holda to'g'ri qarorlar qabul qilish va shunga muvofiq harakat qilish qobiliyatini bergan.

qarorlar qabul qilish va shunga muvofiq harakat qilish qobiliyatini bergan.

Ha, sizning gormonlaringiz kuchli. Ha, kutish siz uchun qiyin bo'lishi mumkin, lekin yodingizda bo'lsin: jinsiy aloqa qilish-qilmaslik — o'zingizning tanlovingizdir. Siz hayvon emassiz, siz — Xudo bergan seviz, fikrlash, yaratish va to'g'ri qarorlar qabul qilishdek qobiliyatlarga ega insonsiz.

«Time» jurnalida Lans Morrou yozgan maqolani bir o'qib ko'ring-a: «O'smirlarning jinsiy aloqadan o'zlarini tiyishlaridan ko'ra ko'cha itlarining qovushishni bas qilishlari haqiqatga yaqinroq. Ulardan buni kutish — aqlsizlik, qattiqqo'llik va eskicha tushuncha. Bunday vaziyatda kattalar qo'llashi mumkin bo'lgan eng afzal chora — bu “hayvonlar»ga prezervativlar tarqatib, ularning tiyiqsiz ehtiroslari chot orasida jasorat ko'rsatish uchun chorlashidan avval prezervativ kiyib olishlariga umid qilmoqlikdir¹⁸⁸.

Aytingchi, kimdir qachonlardir shunday tarzda gapirishi sizni taajjubga solmaydimi? Axir o'z istaklarinii va ehtiroslarini boshqarishga qodir bo'lmagan hayvon emasligingizni isbotlash ajoyib emasmi?

Morrou mana shu maqolaning o'zida iqror bo'ladi: yoshlardan boshqacha bo'lishini kutish kerak emas, ular har qanday holatda ham nikohgacha bo'ladigan jinsiy aloqa bilan mashg'ul bo'lishadi, bu esa ulardan faxrlanish hissini bermaydi. U yozadi: «Zamonaviy tushuncha (mentalitet) asosida inson tabiatining shafqatsiz mavhum ifodasi yotibdi. Yoshlar bundan kutilayotgan natijalarni to'ldirishga moyil. Hukumatning prezervativlarni tarqatish dasturi-

ga homiylik qilayotganini nazarda tutsak, jamiyat rasman o'smirlar qiyofasida qovushadigan itlarni ko'rmoqda, deyish mumkin¹⁸⁹».

Bu dunyo sizdan o'zingizni hayvon kabi tutishingizni kutishi mumkin. Jamiyat qandaydir darajagacha bunday harakatlarni hatto qo'llab-quvvatlashi mumkin. Biroq Xudo mutlaqo boshqa narsani kutadi. Buning sababi — Uning har birimizga bo'lgan chuqur sevgisi va rahm-shafqatidir.

Titusga Maktubda (2:11–12) aytilgan: «Zero, Xudo butun insoniyatga najot yo'lini ochib berib, O'z inoyatini ko'rsatdi. Bu inoyat orqali Xudo bizga shuni o'rgatadiki, biz xudosiz hayotdan va orzu-ehtiroslardan voz kechishimiz kerak».

Siz Xudoning inoyati ila nikohgacha jinsiy aloqa qilish istagiga asir bo'lmasligingiz mumkin. Ko'plab odamlar to'ygacha sabr qilishgan. 2006-yilda kasalliklarni oldini olish va nazorat qilish markazi taqdim etgan ma'lumotlarga ko'ra, yuqori kurslarda o'qiydigan talabalarning 47 foizi, ularning o'zlari iqror bo'lishlaricha, bokiraliklarini saqlashgan¹⁹⁰. Agar siz ularning qatorida bo'lsangiz, balki o'zingizni dunyodagi yagona bokira inson deya hisoblarsiz, ammo bu mutlaqo unaqa emas.

Butun dunyo bo'ylab millionlab yoshlar nikohgacha jinsiy aloqada bo'lmaslikka qaror qilishadi. Kimki bokiraligini yo'qotmagan holda mehrob oldiga yetib borsa, ishonch bilan aytishim mumkinki, buning uchun olqishlasa arziydi.

O'z kelajagingizni o'tkinchi rohatga almashtirmang. Zamonaviy madaniyatga nikohgacha kutishning ilojisiz ekanligi haqidagi fikrni sizga singdirishiga izn bermang. Sizda hamisha tanlash imkoni bor. Xudoning rejasiga amal qiling, ana shunda bir umr lazzat oladigan ajoyib hosilni yetishtirgan bo'lasiz.



Men bokiralikni yo‘qotganman. Demak, endi hech narsani to‘g‘rilay olmaymanmi?

29

Men qachondir jinsiy aloqa qilishni boshlab, buni to‘xtatishning foydasi yo‘q deya hisoblaydigan minglab yoshlar bilan suhbatlashganman, axir yo‘qotilgan bokiralikni qaytarib bo‘lmaydi-ku. Shu tariqa, ular o‘zlari uchun hamma narsa yo‘qotilganligiga ishonishadi va o‘z harakatlarini o‘zgartirmagan holda, Xudoning rejasiga qarshi ish tutishda davom etaverishadi.

Mabodo bu satrlar siz haqingizda bo‘lsa, bilib qo‘yishingizni istayman: siz hali ham hammasini to‘g‘rilashingiz mumkin. Haqiqat shuki, jismoniy bokiralikni qaytarib bo‘lmaydi. Biroq siz ruhiy bokiralikni egallashingiz mumkin. Xudo sizga o‘tmishingizdan voz kechib, hayotingizni toza varaqdan boshlashingizga yordam *beradi*.

Mabodo nikohgacha jinsiy aloqa qilgan bo‘lsangiz, qanchalik ko‘p xatar va tuzoqlar sizni har qadamda vasvasaga solishiga ishonch hosil qilgandirsiz. Bunda qalb jarohatlari, barbod bo‘lgan munosabatlar, yomon otliq bo‘lish, kutilmagan homiladorlik, jinsiy aloqa orqali o‘tadigan bir to‘da kasalliklar sizga tahdid qiladi.

Bu sirpanchiq yo‘l bo‘lib, siz unda qanchalik uzoq qolsangiz, undan butun va zararsiz chiqish imkoningiz shunchalik kamayadi.

Sizga achchiq haqiqatni aytaman. O‘zingiz qachondir qadam qo‘ygan yo‘lni tashlab ketmoqchi bo‘lmasangiz, siz fojeaviy va

bema'ni bir qizg'in o'yinga kirib qolasiz. Orqaga qaytib, boshqa yo'nalishdan borish uchun hali kech emas. Xudo o'tmishingizni gunohkor odatlaringiz bilan tashlab, Uning sevgisi va kechirimini his qilishingiz uchun sizga boshqa yo'lni hozirlab qo'ygan.

Ammo bundan avval siz nimalarnidir bajarishingiz kerak.

1. GUNOHLARINGIZNI TAN OLING

Shunday demang: «Bu xato edi» yoki: «Yoshlik — beboshlik-da». Bas, o'zini oqlash kerak emas. Nikohgacha bo'lgan jinsiy faolligingizni o'z nomi bilan atang: gunoh. Bu qadam «tavba» deya ataladi. Tavba qilmoq gunohning gunoh ekanligini tan olmoq, nayrang ishlatmaslik, o'zini oqlamaslik yoki shu kayfiyat bilan yashashda davom etishni ko'zlamasdan Xudo bilan oddiygina kelishib qo'yishni anglatadi.

Xudo
o'tmishingizni
bartaraf
etishingizda
sizga yordam
berishi
mumkin.

2. GUNOHLARNI E'TIROF ETING

Yuhanning Birinchi maktubida (1:9) o'qiyimiz: «Bordi-yu gunohlarimizni e'tirof etsak, sodiq va adolatli bo'lgan Xudo gunohlarimizni kechirib, bizni har qanday yomonlikdan forig' qiladi». Siz hozirgina nikohdan tashqaridagi jinsiy faolligingiz gunoh ekanligini tan oldingiz, Xudo oldida buni e'tirof eting.

3. MASIHNING KECHIRIMINI QABUL QILING

Ko'pchilik faol jinsiy aloqada bo'ladigan yoshlar uchun — bu eng og'ir qadam. Yuhanning Birinchi maktubida (1:9) Xudo o'tmishimizni bartaraf qilib, gunohlarimizni kechirishga va'da bergan. Biroq nikohgacha jinsiy aloqa qilishni to'xtatmaydigan yoshlar ko'pincha o'zlarini ikkinchi toifali omadsizlar, Xudoning sevgisiga

nomunosiblar sifatida his qilishadi va gunoh ishlarida davom etaverishadi. Agar siz mana shunday fikrlar tasavvuriga tayan-sangiz, haqiqatni ayta qolay: siz Xudoning kechirimiga shunchaki ishonmaysiz, xolos. O'zingizni kechirishdan va Undan kechirim so'rash uchun Xudoning shohligiga yaqinlashishdan voz kechib, siz go'yo Xudo yolg'on gapirgan va Masihning qurbonligi yetarli emas demoqchidek bo'lasiz.

O'zingizni «kechirilish uchun o'ta gunohkor» deya hisoblagan holda, siz Xudo har narsaga qodir emas va qilmishlaringizni to'g'ri-lashga qodir emas, degan bo'lasiz. Bunday yondashuv haqiqatdan yiroq!

Masihning xochdagi o'limi orqali sizga berilgan Xudoning sevgisi va Uning kechirimi sizning barcha o'tmishingiz, buguningiz va kelajagingizdan ko'ra ancha ko'proqdir. Xudo sizni kechirganida, U gunohlaringiz darajasiga yoki qilmishlaringiz bois sizda kechayot-gan his-tuyg'ularga qarab o'tirmaydi. Kechirim uchun yagona asos — shaxsan siz uchun Masih keltirgan qurbonlikdir. Mana shuni tushunish muhim.

Uning sevgisini
va kechirimini
his qilishingiz
uchun Xudo
sizga yo'l
hozirlab
qo'ygan.

Xudo azaldan bizning gunoh qilishimiz-ni bilardi. Va U O'z O'g'lini, Iso Masihni in-son vujudiga jo qilib xochga yubordi. Shu tariqa, Iso bizning barcha gunohlarimiz-ni o'z zimmasiga cheklanmagan daraja-da olish vakolatiga ega bo'ldi va buning uchun to'lov qildi. Xochga tortilganda U

«Amalga oshdi» dedi va bu bilan sizning kechirimingiz uchun ham-ma narsa bajarilganini nazarda tutgan.

Kolosaliklarga Maktubda (2:13–14) aytilgan: «Ilgari sizlar sun-natsiz, gunohga botgan bo'lib, ruhan o'lik edingizlar. Endi esa Xudo barcha gunohlaringizni kechirib, sizlarni Masih bilan birga tiriltirdi.

Bizga qarshi yozilgan ayblov hukmini Xudo bekor qildi, ya'ni o'sha hukmni xochga mixlab, kuchdan qoldirdi».

Siz Masihning kechirimini qabul qilgan holda, Masihning xochdagi o'limi orqali namoyon bo'lgan Xudoning inoyati gunohlaringiz uchun yetarli to'lov ekanligini tasdiqlagan bo'lasiz.

Siz tanlov qilishingiz mumkin: bugungi kun yangi hayotingizning birinchi kuni bo'la qolsin. Siz hirsiy gunohlaringiz yo'lini ortda qoldirib, Masihning kechirimini qabul qilishingiz mumkin. Ammo buning uchun ba'zi narsalarni qilish kerak.

Matto Xushxabarida (3:8) aytilgan: «Tavbaga yarasha ish tutinglar». O'z hirsiy gunohlari uchun Xudoning kechirimini to'lig'icha qabul qilish — avvalgi tuzoqlardan imkon qadar uzoqroq bo'lishga qaror qilmoq demakdir. Tadqiqotlarning ko'rsatishicha, mabodo jinsiy aloqada avval faollik qilgan bo'lsangiz, kelgusi munosabatlaringizda esa o'sha ehtirosli harakatlaringiz darajasidan pastga tushib ketish xavfiga uchraysiz.

Tavbaning munosib hosilini yaratish bir qarorga kelishni — gunohga qaytishdan tiyilishni anglatadi. Ehtimol, bu siz uchun fikringizni jang maydoniga aylantiradigan muayyan bir filmlarni tomosha qilmaslikni, vasvasaga berilmaslik uchun o'z yigitingiz yoki qiz o'rtog'ingiz bilan boshqa yolg'iz qolmaslikni, romantik munosabatlarni ortga surib, yana uchrashuvlarni boshlash uchun uzoq kutishni anglatishi mumkin. Biz siz bilan jinsiy aloqaning aslida tanlov ekanligini yodimizda saqlaymiz, biroq Xudoning andazalariga sadoqatni tiklashga qaror qilish ham bizdan ko'p hollarda qat'iyat va mehnat talab qiladigan bir tanlovdur.

Xudoning andazalariga sadoqatni tiklashga qaror bizdan ko'p hollarda qat'iyat va mehnat talab qiladigan bir tanlovdur.



30

Jinsiy mazmundagi o'z fotosuratlarini yuborish — bu noto'g'rimi?

So'nggi paytlarda o'smirlar bir-birlariga o'zlarining ochiq mazmundagi suratlarini tobora ko'proq yuborishmoqda.

Ma'lumotlarga ko'ra, AQShdagi barcha o'smirlarning eng kamida 20 foizi o'zlarining yalang'och yoki yarim yalang'och ko'rinisdagi suratlarini yuborishgan¹⁹¹. Aksariyat o'smirlar jinsiy mazmundagi yozishmalarni yuqori texnologiyali tannozlik deb hisoblashadi, bundan ortiq emas. «Bu shunchaki beozor vaqtichog'lik, — mulohaza qilishadi ular. — Men kimgadir yomonlik qilyapmanmi?» Ammo bu to'g'ri emas. Ko'pgina yoshlar bunday o'zaro yozishmalarni (boshqa har qanday hirsiy faollik kabi) xuddi kredit kartochkalari kabi qabul qilishadi: «Hozir lazzatlanib ol, to'lovini keyin qilasan». Biroq kimningdir jinsiy fotosuratlarini qabul qilsangiz yoki jo'natsangiz, ishonavering: buning uchun to'lov qilishingizga to'g'ri keladi va siz aziyat chekasiz.

Bunday suratlarini yuborishning ko'proq ko'rinisdagi oqibatlari-dan biri — oshkora tahqirlanishdir. So'rovlar natijasiga ko'ra, aksariyat yoshlar ochiq ko'rinisdagi suratlarini olgach, yana kimlargadir ham ko'rsatishadi¹⁹². Albatta, siz suratingizni yuborayotganda ularni faqat o'z yigitingiz ko'rishiga umid qilgansiz, lekin aslida bunga ishonch juda kam. Qachonlardir yuborilgan tasvirni yo'q qilib yuborish mumkin emasligini hisobga olgan holda, halokatli bo'lishi mumkin bo'lgan oqibatlarni yodda tutish muhim.

Ko'plab o'smirlar ochiq mazmundagi yozishmalar mutlaqo qonuniy deb o'ylashadi. Ammo bunday emas. Aslida butun mamlakat bo'ylab barcha ko'rishi mumkin tarzda joylashtirilgan jinsiy mazmundagi xat va fotosuratlarni o'zaro almashtirganlari uchun yoshlarga jiddiy ayblovlar qo'yiladi¹⁹³.

2007 yilda ikkita o'n yoshli qizlarning o'zlari qo'l telefoniga tushirgan suratlari ularning roziligisiz Internetda paydo bo'lganidan so'ng, ikkalasini bolalar pornografiyasida va shahvoniylikni oshkora namoyish etishda ayblashdi. Qizlar o'zlarini oqlash uchun bu harakatlarining noqonuniy ekanligini bilmasliklarini aytishganida, okrug prokurori shunday dedi: «Ma'lumki, qonunni bilmaslik hech kimni javobgarlikdan ozod qilmaydi¹⁹⁴».

Keyingi bir necha yil mobaynida ko'pgina o'smirlar telefon orqali jinsiy tasvirlarni yuborishgani va olishgani uchun sud tartib-qoidalariga ko'ra jinsiy tajovuzkorlar sifatida nazorat ostiga olingan. Pensilvaniyadagi o'rta maktabda o'qiydigan uchta bola o'zlarining ochiq ko'rinishdagi suratlarni Internetdagi bitta guruhga a'zo bo'lgan o'zlarining jinsiga mansub to'rt kishiga yuborishgan. Bu yettitasi ham bolalar pornografiyasi bo'yicha aybni va «jinsiy aloqa borasidagi jinoyatchilar» tamg'asini doimiylikka olishdi¹⁹⁵.

Jinsiy suratlarni olish-yuborish — aslo beozor vaqtichog'lik emas, balki jinoyat ishidir. Qonun nazarida hirsiy ko'rinishdagi fotosuratlarni yuborish pornografiyani barpo etish bilan tenglashtiriladi, ularni tarqatishga esa pornografik mahsulotlarni sotish deya baho beriladi. O'zining jinsiy mazmundagi suratlarni yuborganlari uchun

Jinsiy mazmundagi rasmlarni yuborish orqali siz qiz do'stingiz bilan sizga kelmaydigan odamga tanangiz sirlarini ochib berasiz.

sudga topshirilgan yoshlar sudlanganlari bois *hech qachon* sharmandalik tamg'asini yuvib tashlolmaydi. Ular turmush qurganlarida farzandlari bilan maktabga, futbol o'yiniga borolmaydi yoki boshqa oilalarni kechki ovqat uchun mehmondorchilikka chaqiro olmaydi, negaki ular — jinsiy aloqa borasidagi jinoyatchilar. Oqibatlar bir umr ular bilan birga qoladi — bu hammasi jinsiy mazmundagi yozishmalar uchun, xolos.

Ochiq ko'rinishdagi suratlarni yuborish nafaqat qonunga zid, balki halokatli hamdir. 2009-yilda florialik talaba qiz qo'l telefoniga tushirgan suratlari o'zi bexabar holda internetga qo'yilganidan so'ng, o'zini osib qo'ydi¹⁹⁶.

«Beozor vaqtichog'lik»? Ammo buning oqibatida odamlar jabrlanishadi.


Ko'plab o'smirlar ochiq mazmundagi yozishmalar mutlaqo qonuniy deb o'ylashadi. Ammo bunday emas.

Ehtimol, bu eng kichik misollardir, biroq ular ochiq ko'rinishdagi suratlarni olish-jo'natish, ikkala tarafda ishtirok etayotganlarni ham halokatli oqibatlariga olib borishining

aniq tasvirini namoyon etadi Siz hattoki sudning qora kursisida o'tirmasangiz ham, yuborayotgan tasvirlaringiz xohlagan paytda Internetda ochiq namoyishga qo'yilishi va unda doimiy qolishi mumkin. Ularni kelajakda sizga ish beradigan odam, ota-onangiz, bo'lajak turmush o'rtog'ingiz yoki farzandlaringiz ko'rib qolishi mumkin. Oqibatda kimdir albatta jabr ko'radi.

Zaburda (100:3) shunday deyilgan: «Hech qanday yovuzlikka yo'l qo'ymayman...». Albatta, yechingan ayol yoki erkak qandaydir «ehtyojsiz» emas, ammo Xudo bizdan o'z tanamizni yalang'och qilishni toki nikohgacha kutib turishimizni so'raydi. Hamma narsaning o'z o'rni va o'z vaqti bor, butunlay ochiqlikning esa qo'l tele-

fonlari yoki Internetga hech qanday aloqasi yo'q. Shaxsiy hayotigizga taalluqli Xudoning andzalari yotoqxonada ro'y beradigan bilan cheklanib qolmaydi. Jinsiy ko'rinishdagi suratlarni yuborish shuning uchun ham noto'g'riki, siz o'z tanangiz sirlarini turmush o'rtog'ingizga emas, balki boshqa birovga ochgan bo'lasiz.



Men kechirimni qanday olishim va uni qay tariqa his qilishim mumkin?

31

Sizlardan ko'pchiligingiz hirsiy gunohning oqibatlaridan xabardor bo'lishga ulgurgansiz. Siz Xudoning rejasidan tashqarida bo'ladigan jinsiy faollik uyat, gunoh va yolg'izlikka olib borishini o'zingizda his qilib ko'rdingiz.

Mazkur kitobda keltirilgan ma'lumotlar sizni o'z hatti-harakatlaringizni o'zgartirish va poklikka qaytishga ishontirgan bo'lsa, siz shunday savol berishingiz mumkin: «Xudo sizni kechira oladimi?» Balki kechirim olib keladigan qalb yengilligini qachondir his qilishingizga shubhalanayotgandirsiz? Iltimos, imkon qadar diqqat bilan o'qishda davom eting.

Siz o'z aybingizni *his qilasiz*, negaki *haqiqatan* aybdorsiz. Rimliklarga maktubda (3:23) barcha odamlarning gunohga botganligi va Xudoning ulug'vorligidan mahrum bo'lganliklari aytilgan. Biz aniqlab olganimizdek, nikohdagidan tashqari har qanday jinsiy faollik gunoh hisoblanadi. Kimki buzuq hayot kechirsa, gunoh qilsa, aybdorlik hissi — gunohning muqarrar oqibati ekanligini bilib olgansiz.

Kalomda kechirimning mumkin ekanligini va siz hatto uzoq yillik gunohkorlikdan so'ng ham ozodlikka erishishingiz mumkin ekanligi aytilgan. Siz gunohni o'z kuchingiz bilan yengib o'tolmaysiz, o'tmishingizni bartaraf etolmaysiz va mustaqil tarzda qalbingizni poklay olmaysiz, ammo buni uddalaydigan Zot bor.

Yuhannoning Birinchi maktubida (2:1) aytilgan: «Aziz bolalarim, gunoh qilmanglar deb men sizlarga shularni yozyapman. Bordi-yu birortamiz gunoh qilib qo'ysak, Otamiz Xudoning oldida homiyimiz — Iso Masih bor. U — solih Zotdir».

Biz Isoning nomi ila kechirim olishimiz uchun U Otaning taxti oldida turadi. Faqat Isoning sharofati ila biz kechirim olishimiz mumkin. Agar sizda hali Iso Masih bilan shaxsiy munosabatlaringiz bo'lmasa, kechirimga yo'lning chiqish nuqtasi — Masih bilan shaxsiy, taqdiringizni o'zgartirib yuboradigan uchrashuvdir.

Yodingizda bo'lsa, Rimliklarga Maktubda (3:23) barcha gunoh qilganligi aytilgan. Bu har birimizga taalluqli. Agar siz Isodan o'zingizning shaxsiy Najotkoringiz bo'lishini so'rasangiz, U barcha gunohlaringizni kechiradi. Xo'sh, birinchi qadamni qanday qo'yish mumkin? Taxminan shu tarzda ibodat qiling: «Rabbim Iso Masih, Sen menga juda keraksan. Meni kechir va poklagin. Men hoziroq Senga Rabbim va Xaloskorim sifatida ishonch bildiraman. Hayotimning xo'jayini bo'l, meni ich-ichimdan o'zgartir. Senga ishona olishim uchun Senga minatdorchilik bildiraman. Iso Masih nomi bilan, omin».

Siz o'z gunohingizni va Isoning undan xalos qilishiga ehtiyojingizni tan olganingizda, nimalar ro'y beradi? *U sizni butunlay poklaydi.*

Yuhannoning Birinchi maktubida aytilgan: «Bordi-yu gunohlarimizni e'tirof etsak, sodiq va adolatli bo'lgan Xudo gunohlarimizni kechirib, bizni har qanday yomonlikdan forig' qiladi».

Ushbu oyatda Xudo barcha gunohlarimizni kechirishni istashi va bunga qodir ekanligi aniq bildirilgan. Bu yerda: «hirsiy gunoh-

Uzoq yillik yomonlikdan keyin ham erkinlikni topishingiz mumkin.

lardan tashqari barcha gunohlar» deb aytilmagan. Yo'q! Biz gunohlarimizni Unga olib kelganimizda, Xudo bizni *har qanday* yolg'onlardan poklaydi.

Balki, siz shunday dersiz: «Iso mening kechirimim uchun hammasini ado etganini tushunaman, biroq baribir o'zimni kechirilganligimni his qilmayapman». Bilasizmi, ana shu paytda siz haqiqatni to'plab olishingiz kerak. Xudoning kechirimi go'yoki shaxsan sizga taalluqli bo'lmasligi haqidagi yolg'onlarga ishonmang. Shayton

aynan shunga erishmoqchi bo'ladi. Mabodo siz endilikda Masihda bo'lsangiz, haqiqat mana qayerda: «Sharq g'arbdan qanchalik uzoq bo'lsa, gunohlarimizni bizdan shu qadar uzoq qiladi» (Zabur 102:12).

Kalomda kechirimning mumkin ekanligini va siz hatto uzoq yillik gunohkorlikdan so'ng ham ozodlikka erishishingiz mumkin ekanligi aytilgan.

Xudo nafaqat sizning hirsiy gunohlaringizni kechirgan, balki sizdagi barcha qonunga zid qilmishlaringizni ham to'liq o'chirib yuborgan. Zaburchi, Xudo bizing gunohlarimizni «sharq g'arbdan qanchalik uzoq bo'lsa» shu darajada uzoq qilishi haqida yozganida, cheksizlikni tasvirlaydigan ifodadan foydalanadi. Bir o'ylab ko'ring. Globusning Shimoliy qutbi va Janubiy qutbi bor. Siz shimol tomonga

uzoq yurishingiz mumkin — va muayyan bir paytda janubga yo'l olayotgan bo'lib chiqasiz. Shu tariqa siz janub sari uzoq yurishingiz mumkin — va muayyan bir paytda shimolga borayotgan bo'lib chiqasiz. Janubdan shimolgacha masofa o'lchamli. Ammo globusda G'arbiy qutb bo'lmaganidek, Sharqiy qutb ham yo'q. Ular orasidagi masofani shunchaki o'lchab bo'lmaydi. Agar siz sharqqa yo'l olsangiz, butun umr sharq sari yurishingiz mumkin. Mabodo

g'arbga yo'l olsangiz — g'arb sari abadiy yo'l bosishingizga to'g'ri keladi. Mana, Iso sizdan gunohlaringizni qanchalik uzoq qiladi, Uning kechirimi chuqurligi mana qanday darajada.

Xudo siz haqingizda allaqachon yozib qo'yganligiga ishonch hosil qilgan holda, siz ozodlikda yashashingiz *mumkin*. Xudo sizni kechirishni istaydi. Iso xochda jon berganidayoq gunohlaringiz uchun to'lov qilgan. Undan kechirim so'rang va U sizni butunlay poklaydi.



32

Bu odam meni sevishini qanday bilishim mumkin?

Men asl sevgini bilish olish uchun tavsiya etadigan ikkita toifa bor.

Eng avvalo, agar ota-onangiz bilan o'zaro ishonchli, yaxshi munosabatlaringiz bo'lsa, o'z sevgingiz haqida ularga aytib bering. Ota-onalar, ayniqsa, ota, sizning sevgi tarixingiz (love-story) nimga olib borishini o'zingizdan avval tushunishi mumkin. G'amxo'r ota-onalar o'zlarining farzandlariga ular tanlagan sevimlilari qanday munosabatda bo'lishini yurak bilan sezishadi.

Men hamma ham ota-onasi bilan yaqin emasligini tushunaman. Afsus, juda afsus! Men har bir bolaning hamjihat va sevuvchi oilada ulg'ayishini istardim. Bunday vaziyatda o'smirlikdagi jinsiy aloqa bilan bog'liq holatlar qanchalik o'zgargan bo'lardi-ya!

Agar siz ota-onangizdan o'z munosabatlaringizga taalluqli maslahatlarni so'ray olmasangiz, chin sevgini uchratganingizni bilishning yana bir usuli bor — Muqaddas Kalomga murojaat qiling.

Yangi Ahdda, Korinfliklarga Birinchi maktubning 13-bobida masihiylar qachon sevgi haqida gapirganlarida, doimo esga keladigan oyatlar bor. Ular bizga asl sevgining namunasini tasvirlab beradi. Bu oyatlarda munosabatlardan biz nimani izlashimiz kerakligi aniq aytilgan. Biz o'zimizning yarim bo'lagimizni uchratganimiz haqidagi his-tuyg'uga shunchaki tayanish o'rniga Kalomning bu joyi bizga

asl sevgi nima ekanligini anglash uchun bir yo'nalish beradiki, biz ana shu yo'nalish bo'yicha o'z harakatlarimiz va his-tuyg'ularimizni baholashimiz mumkin.

4–7 oyatlarni o'qiyimiz:

Sevgi sabr-toqatli va
mehribondir,
sevgi hasad qilmaydi,
sevgi maqtanmaydi,
kekkaymaydi,
odobsizlik qilmaydi,
xudbinlik qilmaydi
achchiqlanmaydi,
kek saqlamaydi,
nohaqlikdan sevinmaydi,
haqiqat qaror topganda shodlanadi;
har narsani ko'taradi,
hech qachon ishonchini yo'qotmaydi,
har qanday sharoitda umid saqlaydi,
har narsaga toqat qiladi.

Mehribon
ota-
onalar
qalblarida
juda
ko'p his
qiladilar.

Bu parchalarni amalda qanday qo'llash mumkin? Agar siz kimdir bilan uchrashayotgan bo'lsangiz, «sevgi» so'zi o'rniga uning ismini qo'yishga urinib ko'ring. Misol uchun, Andrea mabodo Mett bilan munosabat o'rnatgan bo'lsa, qiz o'z yigiti haqida shunday yo-zishi mumkin:

Mett sabr-toqatli,
Mett mehribondir,
Mett hasad qilmaydi,

Mett maqtanmaydi,
Mett kekkaymaydi,
Mett odobsizlik qilmaydi... va h.k.z.

Endi sizda nimalar hosil bo'lganini bir o'qib chiqing. Yozganlaringiz qanchalik to'g'ri chiqqan? Siz mabodo tanlagan insoningiz bilan nikohgacha jinsiy aloqada bo'lsangiz, bu haqiqatga to'g'ri kelmaydi, negaki Xudo o'rnatgan chegaralardan tashqaridagi jinsiy aloqa sabr-toqatdan ham, mehribonlikdan ham dalolat bermaydi.

Haqiqiy sevgining siri hatto «to'g'ri» odamni uchratishda ham emas. Asosiysi — o'zingiz ana shunday odam bo'lishingizda.

Uning asosida xudbin mayl-istak yotadi. Agar sizning juftingiz bu parchalarda qayd etilgan sifatlarga muvofiq kelsa, sizda haqiqatdan ham sevgiga va bir-biringizga nisbatan chuqur g'amxo'rlikka to'lgan munosabatlar yetishib kelayotganiga ishonch bildirish mumkin. Ammo asl sevgining siri — hatto «to'g'ri» insonni uchratib qolishda ham emas. Asosiysi — o'zingizning ana shunday inson bo'lishingizda. Tanlagan insoningiz qanchalik ajoyib bo'lmasin, uning bir o'zi hamma zarur ishlarni bajarolmaydi va

sizning ishtirokingiz bo'lmasa uzoq yillar davom etadigan sevgini yarata olmaydi. Xo'sh, siz kimgadir asl sevgini taklif etishga tayyor ekanligingizni qanday tushunib olish mumkin? Yuqorida keltirilgan parchalarda o'z ismingizni qo'ying. Siz sabr-toqatlimisiz? Siz mehribonmisiz? Yoki rashkchimisiz va jahлга oson berilib ketasizmi? Sizning harakatlaringiz va fikrlaringiz juftingizning manfaatlariga yo'naltirilganmi? Siz uning baxti va farovonligini o'zingiznikidan ustun qo'yishga tayyormisiz? Aks holda qalbingizda chinakam sevgi yetilib chiqishiga izn berishingiz uchun yana qanchadir vaqt kerak bo'ladi.

Keling, 4-savolga javoban bayon etilgan sevgining ta'rifiga qaytaylik. Xudoning Kalomi bu tushunchaga «himoya qilish va g'amxo'rlik ko'rsatish» ni bildiradigan eng oddiy ta'rif beradi. Haqiqiy sevgi har qanday holatdan qat'iy nazar sevimli inson uchun yaxshilikni izlaydi. Himoya qilish va g'amxo'rlik ko'rsatish — uning doimiy maqsadi. Siz chin sevgini uchratganingizni mana qanday qilib bilish mumkin. Tanlagan insoningiz sizning baxt-saodatingiz uchun, qalbingizni azoblardan himoya qilish uchun imkoni yetadigan hamma ishni qiladimi? Xuddi shu narsalarni siz uning uchun qilasizmi? Agar shunday bo'lmasa, shoshilmang, chinakamiga sevib qolishga sizni o'rgatishi uchun Xudoga izn bering va U belgilagan vaqtda keladigan chin sevgini kuting.



33

Men Xudoning xohishini qanday bilishim mumkin?

Romantik munosabatlar masalasida Xudoning xohishi Muqaddas Kitobda aniq bayon etilgan.

Salonikaliklarga Birinchi Maktubda (4:1) Pavlus Salonikadagi imonlilarga shunday yozadi: «Xullas, ey birodarlar, sizlar Xudoni mamnun qilib yashashni bizdan o'rgandingiz. Ha, shu tarzda yashayapsiz ham. Ammo Rabbimiz Iso nomidan sizlarga yolvoramiz. Xudoni yanada ko'proq mamnun qilishga astoydil intilavering» U Xudoga qanday manzur bo'lish haqida aytadi, so'ngra esa o'quvchilarni rag'batlantiradi: «Yoshlar, siz buni allaqachon qilyapsiz! Siz Xudoning xohishini yanada yaxshiroq bajarayapsiz».

2 va 3-oyatlarda u shunday davom etadi: «Rabbimiz Iso Masih bergan vakolat bilan sizlarga qanday yo'l-yo'riq ko'rsatganimizni yaxshi bilasiz. Sizlarning muqaddas bo'lishingiz Xudoning irodasidir. Shuning uchun jinsiy axloqsizlik qilmang».

Pavlus bu o'rinda qanday amrni bermoqda? Jinsiy axloqsizlikdan tiyilishni. Nima uchun? «Bu Xudoning irodasidir». Bu parchada Xudoning xohishi *ehtimol*, yoki *vaqti-vaqti bilan*, yoxud *muayyan bir vaziyatlarda* o'zingizni buzuqlikdan asrashingizdan iborat bo'ladi, deb aytilmagan. Yo'q! Jinsiy poklik — bizning hayotimizga nisbatan Xudoning irodasidir. Biroq nega shunday? Bizning muqaddas bo'lmog'imiz, poklanishimiz, bizning foydamiz uchun.

Siz Xudoga manzur bo'lishni istaysizmi? Shahvatparastlikdan tiyiling. Siz Uning xohishini bilishni istaysizmi? Shahvatparastlikdan tiyiling. Biz Uning marhamatini olishimiz uchun Xudo O'zining xohishini bizga ochgan.

Xudo O'z Kalomida aytgan: «Men sizlarni sevaman», bu esa shuni anglatadi: «Men sizlarni himoya qilishni va g'amxo'rlik ko'rsatishni istayman. Shu bois kutinglar!»

Romantik munosabatlardan tashqari, hayotingizning boshqa jabhalarida siz Xudoning xohishini qanday bilishingiz mumkin? Bu xohish siz Uning Muqaddas Ruhiga to'lishingizdan iboratdir. Efesliklarga maktubda (5:18) aytilgan: «Sharob ichib mast bo'lmanglar, chunki u buzuqlikka olib boradi. Aksincha, Muqaddas Ruhga to'lib-toshinglar». Bu oyat bizni rohat izlab sun'iy manbalarga tayanmaslikka chorlaydi. Buning o'rniga Muqaddas Ruhga hayotimizga g'aroyib tarzda ta'sir o'tkazishiga va bizni ich-ichimizdan o'zgartirishiga izn berishimiz kerak. Xudoning xohishi biz Uning Ruhi bilan to'lishimiz va Ruh boshqaruvi ostida yashashimizdan iboratdir.

Yuhanning Birinchi maktubida (5:14–15) yozilgan: «Biz abadiy hayotga ega bo'lganimiz uchun Uning huzurida dadil bo'lamiz, chunki Xudoning irodasiga ko'ra nimani so'rasak, U bizga quloq tutishini bilamiz. Xudo ibodatlarimizga quloq tutar ekan, demak, ibodatlarimizga javob olganimizga to'liq ishonch hosil qilamiz».

Qanday ulug' va'da! Agar biz Xudodan Uning maqsadiga muvofiq keladigan nimani so'rasak ham, U bizga albatta o'shani beradi! Xudo biz Uning Ruhi bilan to'lishimizni istaydi. U hamma narsa Unga ko'proq o'xshab borishiga bizni o'rgatishni istaydi. U

Jinsiy poklik — bizning hayotimizga nisbatan Xudoning xohishidir.

shaxsiy hayotimizda kerakli muddatgacha kutganimizdan so'ng, jinsiy aloqa — biz qachondir o'z turmush o'rtog'imiz bilan ochadigan sovg'a bo'lishini istaydi. Uning irodasiga asosan yashagan holda, biz Unga umid qilishimiz mumkin: U O'z va'dasining ustidan chiqadi va bizga marhamat yo'llaydi. Ammo *U* sizga umid qilsa bo'ladimi?

34

Men qanday qilib «yo‘q» deyishim mumkin?

Bu olam nikohdan tashqarida jinsiy yaqinlik qilishimizga undab bosim o‘tkazadi. Siz to‘ygacha o‘zingizni saqlash borasida bergan va‘dangizga vafo qilish uchun tengdoshlaringiz va OAV bosimiga qarshi chiqishingiz mumkin. Poklikni saqlash mumkin — ammo bu o‘z-o‘zidan, tasodifan ro‘y bermaydi. Sizga to‘g‘ri yo‘ldan dadil borishingiz uchun ixtiyoringizda puxta o‘ylangan reja bo‘lishi kerak.

Mana, ko‘plab odamlarga yordam bergan o‘n bitta uslub¹⁹⁷.

1. SIZGA HISOBORLIK TARTIBI KERAK.

Jinsiy aloqa borasida sizning nuqtayi nazaringizni quvvatlaydigan biror kishini toping va u bilan yetarli darajada vaqt o‘tkazing. Poklikka intilish haqiqiy kurashga aylanishi mumkin. Bu urushga yolg‘iz o‘zingiz bormang. Hech kim sizni ishonchli do‘stlar kabi yaxshiroq himoya qilmaydi.

Voiz kitobida (4:9–10) aytilgan: «Ikki kishi bir kishidan ko‘proq ish bajara oladi, ular o‘z mehnatlari uchun yaxshi taqdirlanadilar. Agar bittasi yiqilsa ikkinchisi turg‘azadi, lekin yolg‘iz bo‘lganning ahvoli chatoqdir, u yiqilsa turg‘izishga yonida hech kim bo‘lmaydi».

Hech qachon do‘stona yordamni izlashni to‘xtatmang. O‘zingiz to‘g‘ridan to‘g‘ri savollar berishingiz mumkin bo‘lgan do‘stlaringiz,

yoshlar cho'poni, murabbiylar va aql-farosatli yoshi kattalardan iborat yordam tizimini yarating. Sizga chegaralar o'rnatishingizga yordam beradigan va poklik yo'lidan birgalikda boradigan ana shunday odamlar yonida bo'ling.

2. SIZGA KERAK BO'LISHIDAN AVVALROQ, ANIQ CHEGARALAR O'R NATIB OLING

Tanangiz shunchaki «barmoqni qasirlatish» bilan hirsiy xayol va his-tuyg'ularni to'xtatib qolishga qodir emas, u boshqacha qilib yaratilgan. U vafodor er-xotinlik muhitidagi yaqinlikka intilish uchun yaratilgan. Siz mabodo masala jinsiy birlashuvga borib taqaladigan vaziyatga tushgan bo'lsangiz yoki fikringizda jinsiy aloqaga oid tasavvurlar jamlanishiga izn bergan bo'lsangiz, bu holda o'zingizni yengib o'tishingiz juda qiyin bo'ladi. Shu bois, *nima* qilishga tayyor ekanligingizni va turli vaziyatlarda o'zingizni qanday tutishingiz kerakligini avvaldan qaror qilib qo'yganingiz afzal.

Misol uchun, pornografiyani ko'rish vasvasasidan qochish uchun kompyuter qarshisida faqat umumiy xonada, kattalar qurshovida o'tirishga qaror qiling. Tanlagan yigitingiz yoki qizingiz bilan haddan ziyod yaqin bo'lishdan qochish uchun o'zingizning shu yarim bo'lagingiz bilan mashina ichida, kimsasiz uyda yoki o'zingizning axloqiy andazalaringizga qarshi chiqishingiz mumkin bo'lgan boshqa qayerdadir yolg'iz qolmaslik uchun muayyan chegaralar o'rnating.

3. O'Z QARORLARINGIZNI YOZIB QO'YING

Nikohgacha bo'ladigan jinsiy aloqadan o'zingizni saqlash qaroringizni yozib qo'ying. Vaqtni ayamang, uni qog'ozga shunday tushiringki, ongingiz bu bilan qalbingizni asray olsin. Kimdir bilan romantik munosabatlaringiz boshlangach, tanlagan insoningiz bilan yaqinlashish chegaralarini yozish uchun vaqt ajrating.

Siz qachonki o'z qo'lingiz bilan oq qog'ozga majburiyatlaringizni yozar ekansiz, o'z ko'zingiz bilan bunda chinakam kuch borligini ko'rasiz.

4. XUDODAN KO'MAK SO'RANG

Balki siz Xudoga manzur bo'lish uchun poklik yo'lini tanlagandirsiz, ammo U bilan buni muhokama etdingizmi? Siz Unga ibodat orqali murojaat qilib, o'zingizni pok saqlashingizda U yordam berishini so'raganmisiz? Men sizga taxminan mana bu tarzda ibodat qilishni taklif

etaman: *«Iso, men Sening yordamingga muhtojman. Men yolg'iz o'zim bardosh berolmayman. Menga Sening kuch-qudrating kerak, meni shu kuch bilan to'ldirgin va jinsiy aloqa pokligini saqlashimga yordam ber».*

Havoriy Pavlus aytgan: «...Ojiz bo'lgan paytimda Masihning qudrati bilan kuchga to'laman». (2 Korinfliklar 12:10). Xudo sizga kerakli kuch-qudratni berishi mumkin. Undan shu haqda so'rang!

Poklikni saqlash
mumkin — ammo
bu o'z-o'zidan,
tasodifan ro'y
bermaydi.

5. ROMANTIKAGA SHOSHILMANG

Tadqiqotlar barvaqt uchrashuvlar va barvaqt jinsiy aloqa o'rtasida chuqur bog'liqlik borligini ko'rsatmoqda. Uchrashuvlar juftliklarni jismoniy va hissiy darajalarda yaqinlashtiradi. Yaqinlik o'zaro bog'liqlikni va bir-birini jinsiy aloqaga tortuvchi gormonlarni ko'p marotaba ishlab chiqarish jarayonini faoliyatga tushiradigan jismoniy birlashuvga olib boradi. O'smirlar uchrashuvga borishni qanchalik barvaqt boshlasalar, ularning barvaqt faol jinsiy aloqaga kirishish ehtimoli shunchalik yuqori bo'ladi.

Misol uchun, o'n to'qqiz yoshigacha uchrashuvni boshlagan o'smirlarning 91 foizi maktabni bitirguncha jinsiy aloqa qilishadi. O'n besh yoshida uchrashuvga borishni boshlaganlarning 40 foizi maktab davrida bokiraliklarini yo'qotishadi. 16 yoshigacha kutganlarning faqat 20 foizigina attestatni qo'lga olishdan avval jinsiy aloqani sinab ko'rishadi¹⁹⁸.

Kimki romantikaga shoshilmasa, uning jinsiy aloqaga shoshilmasligi ham oson kechadi.

6. QADRIYATLARINGIZNI BAHAM KO'RMAYDIGAN ODAM BILAN YAQIN MUNOSABATLARGA KIRISHMANG.

Imonsizlar bilan sherik bo'lmanglar. Solihlik bilan qabihlikning orasida qanday aloqa bor?! Nur bilan zulmat orasida qanday umumiylik bo'lishi mumkin?! (2 Korinfliklar 6:14). Mazkur oyat qadriyatlarimizni baham ko'rmaydigan odam bilan hayotimizni bog'lashdan bizni ogohlantiradi. Agar tanlagan insoningiz sodiq masihiy bo'lmasa va Xudoning andazalariga, jumladan jinsiy aloqaga nisbatan, o'zini baxshida etmasa, poklikni asrash siz uchun og'ir, deyarli bajarib bo'lmaydigan vazifaga aylanadi. Agar siz chindan ham Xudoning oldidagi o'z majburiyatlaringizni bajarishni istasangiz, hayotiy nuqtayi nazaringizga amal qiladigan odamlar bilangina uchrashing.

7. O'Z QADRIYATLARINGIZ HAQIDA AYTIB BERING

O'zingiz uchrasha boshlagan inson sizning qarashlaringizni baham ko'rishini qanday bilish mumkin? Shunchaki undan so'ray qoling! Qadriyatlaringiz haqida gapirayotganda, ayniqsa, jinsiy aloqa va o'zaro munosabatlarga taalluqli masalalarda, to'g'riso'z bo'ling. Mabodo bu masalalarni avvalroq muhokama qilib olmasangiz, munosabatlaringiz chuqurlashgani sayin, bu haqda gapirish shunchalik qiyin bo'ladi.

8. HAMMASINI OLDINDAN REJALASHTIRING

Har bir uchrashuvni avvaldan rejalashtiring: kim bilan qayoqqa borasiz, nimalar bilan mashg'ul bo'lasiz, yana kimlar sizlar bilan birga bo'ladi. Muayyan bir rejaga ega bo'lmasdan boqibeg'amlikka yo'l qo'ysangiz, ko'ngilsiz voqealarga tushishingiz shunchalik oson yuz beradi.

9. TANLAGAN INSONINGIZNI OTA-ONANGIZGA TANISHTIRING

Yodingizda bo'lsa, 32-savolga javob berayotganimda sog'lom romantik munosabatlarning muhim ko'rsatgichlaridan biri ota-onaning ma'qullashi ekanligini aytgandim. Mayli, onangiz yoki otangiz siz tanlagan inson bilan muloqot qilib ko'rishsin. Munosabatlarning dastlabki pallasida ota-onangiz ishtirokida «ikki yoqlama uchrashuv» o'tkazish haqida o'ylab ko'ring. Ota-onangizdan boshqa sizni kim ham yaxshiroq darajada biladi? Ularni shaxsiy hayotingizga kiriting, bu qo'shimcha tashqi nazoratni ta'minlaydi va siz uchrashadigan insonning pokligingizni asrashingiz uchun izn berishiga tayyor ekanligini bilishda yordam beradi. Biz rafiqam Dotti bilan bolalarimizdan birortasining «yarim bo'lagi» bilan «ikkiyoqlama uchrashuv»ga borishni yoqtirardik. Hozirgacha o'sha davrlarni biz — bolalarimiz ham — mamnuniyat bilan eslaymiz.

10. SPIRTLII ICHIMLIKAR VA GIYOHVAND MODDALAR DAN NARI BO'LING

Yaqinda o'tkazilgan tadqiqotlarga ko'ra, maktab o'quvchilarining 23 foizi so'nggi bora jinsiy aloqa qilganda giyohvand moddalar yoki alkogol ta'sirida bo'lgan. Yanada xavotirga soladigani shuki, so'rovda ishtirok etgan o'smirlarning to'rt dan bir qismi o'shalar ta'siri ostida jinsiy yaqinlikka kirishganlari, hushyor holatda bunday qilmagan bo'lishlarini aytishgan¹⁹⁹. Ko'plab o'smirlar birinchi jinsiy aloqa vaqtida alkogol ta'sirida bo'lganliklarini ma'lum qilishadi²⁰⁰.

Hammaga ma'lumki, ehtirosni qo'zg'atadigan toksik vositalarni me'yoridan ortiq iste'mol qilish mantiqiy qarorlar qabul qilish layoqatini, shuningdek, o'zining hirsiy harakatlari haqida sog'lom fikr yuritish darajasini kamaytiradi. Agar siz nikohgacha bokiralikni saqlamoqchi bo'lsangiz, shuningdek, to'shakda o'tkaziladigan tajribalar bilan bog'liq tavakkalchiliklardan qochishni istasangiz, giyohvand moddalar va spirtli ichimliklardan o'zingizni tiying.

11. KO'ZLARINGIZNI EHTIYOT QILING


Xudoning Kalomi biz nimalar haqida o'ylayotgan bo'lsak, ana o'shalar o'zimiz ekanligini aytadi. Hikmatlar Kitobida (23:7) aytilgan: «Chunki u ko'nglida o'z foydasini hisoblaydi...»

Poklikni saqlashga urinish haqiqiy jangga aylanishi mumkin. Bu jang maydoniga yolg'iz kirmang.

Shunday deyish mumkin: siz nima haqda o'ylasangiz, bu hatti-harakatlaringizga ta'sir ko'rsatadi, natijada o'ylaganlaringizga mos insonga aylanasiz. Ehtiyot bo'ling: zamonaviy OAV jinsiy aloqaning soxta-jozibakor tasvirini yaratadi. Ishonavering, sizga nohaqqoniy va axloqsiz jinsiy aloqa tasvirini tiqishtiradigan TV, videoroliklar, Internetdagi film va maqolalardagi barcha yolg'on sizga albatta o'z ta'sirini ko'rsatadi. E'tibor bering-a, men: «Hech qachon kinoga bormang,

televizoringizni yoqmang, Internetda vaqtigingizni o'tkazmang» deb aytmadim. Muqaddas Kalom OAV aslida gunohkor ekanligini uqtirmaydi. Men sizlarni faqatgina ziyrak bo'lishga chorlayman. Aqlingizni poklik sari intilishingizga xalaqit beradigan hamma narsadan asrang.

«Endi esa, ey birodarlarim, fikr-zikringiz haqiqiy, sharaflı, to'g'ri, pok, yoqimli, tahsinga sazovor narsalarda bo'lsin. Ha, olqishga loyiq, a'lo narsalar ustida fikr yuritinglar» (Filippiliklar 4:8). Ya'ni, biz o'zimiz iroda kuchi bilan xayollarimizni qadriyatlarimiz va nuqtayi nazarimizni himoya qilishga qaratishimiz lozim. Tanlov — o'zimizning ixtiyorimizda!



Men bu borada qanchalik uzoqqa borishim mumkin?



Agar Muqaddas Kitob: «Qoidalarni buzmagani mumkin» deb aniq belgilab berganida, poklikni asrash anchayin oson bo'lishi haqida hech o'ylab ko'rganmisiz? Agar Xudo aniq chegaralarni o'rnatganida, odamlar o'zlarini qanday tutishni yaxshiroq biladigandek tuyulmayaptimi sizga?

Masala «shahvoniy» ishlarga borib taqalganida, qattiqqo'l qoidalar yaxshi fikrdek tuyuladi, biroq men ular bizni vasvasalardan xalos qilishiga ishonmayman. Agar Xudo joiz bo'lgan jinsiy yaqinlikni nojoiz jinsiy yaqinlikdan ayiradigan chiziq tortganida edi, odamlar to'g'ri o'shanga qarab intilgan, so'ngra esa uni biroz nariga surib qo'ygan bo'lishardi. Bizning insoniy tabiatimiz shunday — gunoh qilmoq va boshqaruvga qarshilik ko'rsatmoq. Agar Muqaddas Kitob bizga qoidalar to'plamini berganida edi, ko'pchilik undan aylanib o'tish yo'llarini izlagan bo'lishardi. Donishmand Xudo «nikohgacha bo'ladigan qonunlar ro'yxati»ni keltirib o'tmagan. U O'z Kalomida biz hamisha romantik munosabatlarimizga qo'llashimiz mumkin bo'lgan *asosiy qoidalarni* taqdim etgan holda, bundan-da yaxshiroq yo'l tutdi.

Siz ularga poklik yo'lidagi belgilar kabi munosabatda bo'lishingiz mumkin. Agar uchrashuv paytida jismoniy yaqinlik bu qoidalarni

saqlashimizga izn bersa — demak, sizning chegaralaringiz to'g'ri belgilab berilgan. Mabodo jismoniy yaqinlik bu qoidadan bittasini buzsa ham, biroz orqaga chekining va o'rnatgan chegaralaringiz haqida yana bir bora jiddiy o'ylab ko'ring.

«FAQAT...» QOIDASI

Filippiliklarga Maktubda (4:8) aytilgan: «Endi esa, ey birodarlarim, fikr-zikringiz haqiqiy, sharafli, to'g'ri, pok, yoqimli, tahsinga sazovor narsalarda bo'lsin. Ha, olqishga loyiq, a'lo narsalar haqida fikr yuritinglar».

O'zingizdan baxtsizlikka uchramaslik uchun qanchalik uzoqqa borishingiz haqida emas, balki olijanoblik va halollik haqida o'ylashingiz uchun nimalar qilishingiz mumkinligi haqida so'rang.

Siz o'zingizni qo'lga olishga hamda qanaqadir ulug' va oliyanob ishlar haqida o'ylashga qodirmisiz? Ehtimol. Siz quchoqlashgan holda toza xayollarga berilishingiz mumkinmi? Bo'lishi mumkin. O'pichlar haqida nima deysiz? Erkalash-chi? Oral jinsiy aloqa borasida fikringiz qanday? Albatta, shunday bir alohida qaytmas nuqta borki, aqlingiz barcha toza va oliyanob xayollarni rad etadi hamda ko'proq darajadagi jismoniy yaqinlashuvni chanqoqlik bilan istaydi. Xayollaringiz qandaydir gunoh sari o'zgariganida buni o'zingiz uchun chegara deb bilmang. Osmon Shohligiga yo'nalishni yo'qotmagan holda, qanchalik uzoqqa borishingiz mumkinligini avvaldan belgilab olsangiz yaxshi bo'lardi. Darvoqe, bu ota-onangiz, yoshlar cho'poni yoki o'zingiz chindan ishonadigan birorta yoshi katta inson bilan muhokama etsa bo'ladigan ajoyib mavzu.

O'z
harakatlaringiz
bilan do'stingiz/
dugonangizda
ehtiros olovini
yoqmang.

«HECH QANDAY IMO-ISHORALAR» QOIDASI

Efesliklarga Maktubda (5:3) aytilgan: «Sizlarning orangizda fahsh, zinakorlik, ifloslik yoki xasisligu ochko'zlik hatto tilga ham olinmasin. Bular Xudoning azizlariga munosib emas».

Xudoning Kalomi cheklovlar chegarasigacha borishni umuman taklif etmaydi. Aynan buning teskarisi: Kalomning bu joyi hirsiy guhnohga hatto imo-ishora qilmaslikni tavsiya etadi.

Jinsiy aloqaga imo-ishora qilgan holda, siz *allaqachon* haddan oshgan bo'lasiz.

Sevgan qizingiz bilan divanda soatlab ehtirosli o'pishganingizda, bu zino qilishga ishorangiz bo'lmaganmi? Yoki bir-birlaringizni uzoq quchoqlab, xayrlashayotganda esa har safar yanada ko'proq yaqinlik qilishni istaysizmi? Yoki hatto kiyim tagida ham juftingizning intim joylariga tekkaningizda bunday istak kuchliroq bo'ladimi? Jinsiy aloqaga imo-ishora qilgan holda, siz *allaqachon* haddan oshgan bo'lasiz.

«EHTIROS OLOVINI YOQMASLIK» QOIDASI

Agar sizning maqsadingiz — poklikni saqlash bo'lsa, hech qachon boshqa bir odamda «oxiriga yetkazish» istagini yoqmaslik majburiyatini o'z zimmangizga oling. Har doim o'zingizdan so'rang: «men o'z harakatlarim orqali tanlagan insonimni yanada ko'proq nimaga-dir tashna bo'lishiga undamayapmanmi?». Bu borada siz uchrashuv vaqtida nimalar (filmlar, video, seriallar) ko'rishingiz, birgalikda nimalar qilishingiz, bir-birlaringizga qay tariqa teginishlaringiz... nazarda tutilmoqda Mutlaqo hamma narsa!

O'z harakatlaringiz bilan do'stingiz/dugonangizda ehtiros olovini yoqmang. Kimdir uchun xayrlashuv chog'ida yonoqdan o'pib olish

umuman aybsiz bo'lsa; kimnidir esa bu harakat his-tuyg'ularini junbushga keltirishi va me'yordan «chiqarishi» mumkin.

Qayd etilgan barcha bu uchta qoidalar umumiy nimanidir birlashtiradi. «Men bu borada qanchalik uzoqqa borishim mumkin?» deb so'rash o'rniga, Muqaddas Kitob bizga ushbu tartibda savol berishga o'rgatadi: «Xudoning in'omidan keyinchalik nikoh to'shagida lazzatlanishim uchun, to'ygacha nimalarni ortga surib qo'ysam bo'ladi?»

36

Murosaga kelishga meni undaydigan kishilarga nima deyishim mumkin?

Mana, nikohgacha kutish kerak emasligini aytdigan har qanday kishiga to'g'ri keladigan javoblar. Kimdir biror paytda go'yo Xudoning rejasidan tashqaridagi jinsiy aloqa o'zini oqlaydigan tavakkal ekanligini aytib, yolg'on gapirishga uringanida quyidagi so'zlardan har safar foydalaning.

«ATROFDAGI HAMMA SHUNDAY QILADI-KU!»

«Demak, yana kimnidir topish qiyin bo'lmaydi».

«AGAR MENI SEVGANINGDA, ROZILIK BILDIRGAN BO'LARDING!»

«Agar sen meni chindan sevganingda, nikohdan tashqaridagi jinsiy aloqaga undamagan bo'larding, balki meni ehtiyotlab g'amxo'rlik ko'rsatgan bo'larding».

«QANI, SENI ERKAKKA AYLANTIRISHIMGA RUXSAT BER!»

«Qiziq, erkaklikning bunga nima daxli bor? Mening itim tez-tez jinsiy aloqa qilib turadi. Bu uni it ham qilmaydi, qolaversa, erkakka ham aylantirmaydi».

**«NIKOH SHARTNOMASINI BOSHINGGA URASANMI!
AXIR BU SHUNCHAKI QOG‘OZ-KU!»**

«Agar nikoh shartnomasi sen uchun shunchaki qog‘oz bo‘lsa, to‘ydan keyin ham u qog‘ozligicha qolib ketadi».

**«E, QO‘YSANGCHI, NIKOH UZUGI NEGA KERAK —
BU AXIR BIR BO‘LAK METALL, XOLOS!»**

«Noto‘g‘ri, Bu — bir kishiga toabad o‘zini bag‘ishlov va sadoqat ramzi. Agar hozir uzuk sen uchun biror ahamiyatga ega bo‘lmasa, to‘ydan so‘ng ham hech nima o‘zgarmaydi».

**«BIR-BIRIMIZGA MOS EKANLIGIMIZGA
ISHONCH HOSIL QILISHIMIZ KERAK!»**

«Sen xuddi santexnik haqida gapirayotganga o‘xshaysan. Jismonan muvofiq kelish — muammo emas. Asosiysi — munosabat».

Jinsiy aloqa — bu tasodif emas. Bizda hamisha tanlash imkoni bor.

**«HECH KIM JINSIY ALOQADA
TAJIRIBASI BO‘LMAGAN QIZGA UYLANISHNI ISTAMAYDI!»**

«O‘ylashimcha, bu holda men istisno bo‘laman».

**«SEN NIMALARNI BOY BERAYOTGANINGNI HATTO
TASAVVUR QILOLMAYSAN!»**

«Nafaqat men, balki sen ham tasavvur etolmayapsan».

«LEKIN MEN ORTIQ CHIDAY OLMAYMAN!»

«Bunday besabr odamning menga nima keragi bor? Mabodo seni “chapga” burilish tortayotgan bo‘lsa, to‘ydan so‘ng ham o‘zingni qo‘lga ololmaysan. Men esa bunday hayotni istamayman».

«HAMMA NARSA QACHONDIR YUZ BYERADI».

«Jinsiy aloqa — bu tasodif emas. Bizda hamisha tanlash imkoni bor».

«ULG‘AYIB QOLGANINGNI ISBOTLA».

«Yo‘q, jinsiy aloqa — isbot emas. Balog‘atga yetgan odam o‘zi uchun nima to‘g‘ri va nima noto‘g‘ri ekanini o‘zi hal qiladi, nuqtayi nazarini o‘zgartirmaydi. Balog‘atga yetgan odamni eng avvalo fe‘l-atvori boshqalardan ajratib turadi».

**«RAD ETAYOTGAN EKANSAN, DEMAK,
MENI SEVMAS EKANSAN».**

«So‘zlaringga qaraganda, aslida sen meni sevmas ekansan. Hatto hurmat ham qilmaysan».

«AXIR JINSIY ALOQA JUDA AJOYIB!»

«Nimasini aytasan! Biroq u to‘ydan so‘ng yanada ajoyib bo‘ladi. O‘ylashimcha, buning uchun kutsa arziydi».

37

Pornografiya shaxsiy hayotimga qanday ta'sir qiladi?

Bu haqda gapirishdan avval, pornografiya nima ekanligini tushunib olishimiz zarur. Lug'at pornografiyani «hirsiy hissiyotlarni qo'zg'ashga qaratilgan ehtirosli harakatlar (tasvir yoki satrlar tarzida)»deya ta'riflaydi²⁰¹. Ushbu mavzu yuzasidan so'z yuritilganida, ko'pchilik odamlar darhol X reytingiga ega veb-saytlar yoki yalang'och odamlarning suratlarini tushirilgan «ochiq» jurnallar haqida o'ylashadi, — ha, bu pornografiya. Biroq, lug'at maqolasiga ko'ra, biz ehtirosni qo'zg'atadigan hirsiy sahnalarga ega teleshow yoki filmlarni tomosha qilganimizda, jurnal yoki reklama lavhalarida bizdagi ehtirosni uyg'otish maqsadida tushirilgan fotosuratlarini ko'rganimizda va hatto jinsiy aloqaga oid jozibador voqealar bayon etilgan kitoblarni o'qiyotganimizda uning ta'siriga berilamiz.

Pornografiya bizning madaniyatimizda haddan ziyod keng tarqalgan. Agar bilishni istasangiz, butun boshli bu sanoatning budjeti 13,3 milliard dollarni tashkil etadi²⁰². Tadqiqotlarning ko'rsatishicha, 40 million katta yoshdagi odamlar muntazam ravishda pornosaytlardan foydalanishadi. Bu doimiy ravishda beysbol tomosha qiladiganlar sonidan o'n barobar ortiq²⁰³. Internetda eng kami bilan 40 ming pornosaytlar ro'yxatga olingan²⁰⁴. Butunjahon tarmog'iga turli tartibdagi barcha kirishlarning 60 foizdan ortig'i jinsiy aloqa mavzusiga bog'liq²⁰⁵ va u Internetdan foydalanuvchilarning so'rovi orasi-

da birinchi o'rinni egallaydi²⁰⁶, bundan ko'rinib turibdiki, pornografiyaning ta'siri juda keng tarqalgan.

Foydalanuvchilar orasida ayollarning, shuningdek, o'smirlarning soni tobora ortmoqda. 18 yoshdan 24 yoshgacha bo'lgan yoshlarning o'rtacha 70 foizi har oyda qandaydir pornografik veb-saytlarga kirishadi. Internet orqali ilk bora pornoroliklarni ko'radigan o'smirlarning o'rtacha yoshi — 11 yosh²⁰⁷. Bunga qo'shimcha tarzda, oddiy bir o'smir har kuni o'rtacha uch soat, asosan jinsiy aloqa mavzusi ko'proq darajada yuqori bo'lgan «o'ta qizg'in» pallada, shanba oqshomida televizor ko'radi²⁰⁸. Ayollarga kelsak, ular pornografiyaga bog'liqlikdan qiynaladigan odamlarning 35 foizini tashkil etadi²⁰⁹.

Pornografiya amerikaliklarning deyarli eng sevimli vaqt o'tkazishga aylangan bir davrda yashayotganingizda, undan hech bir zarar yo'q ekanligini haqidagi vasvasalarga beixtiyor berilasiz. Siz o'zingizga shunday deyishingiz mumkin: «Bundan hech kimga yomon bo'lmaydi», yoki: «Men buni hazil tariqasida ko'raman, xolos», yoki: «Keyinchalik bunaqalarni ko'rishni bas qilaman, albatta». Bilasizmi, ko'pchilik yoshlar pornografiyani faqat to'ygacha ko'rib, keyin o'z hayotlarida jinsiy aloqaga kirishishgach, bularning hammasini unutib yuborishlarini aytib o'zlarini oqlashadi. Ammo hayotda hammasi bunday silliq ketmaydi.

Pornografiya jinsiy aloqani oddiy jismoniy o'zaro harakat darajasiga pasaytiradi.

Biz 7-savolning javobida jinsiy aloqaga doir tajribalar miyangizga qay tarzda ta'sir qilishini tadqiq etganimiz yodingizdami? Pornografiya hirsni qo'zg'ash uchun maxsus ishlab chiqilgan. Siz filmlardagi ochiq sahnalarni yoki jinsiy aloqaga oid suratlarni onlayn ko'rganingizda, hayotda juftingiz bilan intim yaqinlikka kirganingizda bo'lgani kabi, bu holatda ham miyangizda neyrokimyoviy jarayonlar yuz beradi.

Sizning organizmingiz katta miqdorda dofamin-baxt gormonini qabul qiladi, miyaga sizni tanlagan insoningiz bilan birlashtiradigan, hatto u tasavvuringizda bo'lsa ham, oksitotsin va vazopressin oqimi qo'yiladi.

Xudoning rejasiga ko'ra, sizni turmush o'rtog'ingiz «qo'zg'atishi» lozim. Pornografik qo'zg'atuvchi tasavvurlardan foydalangan holda, siz ularga bog'lanib qolasiz. Hatto siz hayotda ko'plab juftlar bilan jinsiy aloqa qilmasangiz ham, miyangiz sizning shunday aloqalar qilayotganingizga ishonadi. Shuningdek, pornografiya bu tasavvurlarni miya hujayralarida muhrlab qo'yadigan xotira gormoni, norepinefrin hosil bo'lishiga olib keladi, bu esa o'z navbatida hissiyotlarga kuchli ta'sir o'tkazadi. Oqibatda ular sizni nikoh to'shagida ham tinch qo'yishmaydi. Boshqacha aytganda, miyaning pornografiyaga reaksiyasi turmush o'rtog'ingiz bilan chinakamiga yaqinlashish qobiliyatingizga ziyon yetkazishi mumkin.

Pornografiya tomoshasi dofamin miqdorini katta miqdorda ishlab chiqargani bois, u qandaydir qiziqarli va jozibador bo'lib qabul qilinishni boshlaydi. To'ydan so'ng esa siz turmush o'rtog'ingiz bilan chindan ham qalin aloqalar o'rnatmoqchi bo'lganingizda, qachondir pornografiya ta'siriga tushgan miyangiz o'zi ehtiyoj sezadigan o'sha neyrokimyoviy jarayonlarga erishish uchun ehtirosni qo'zg'aydigan tasavvurlarni ko'proq talab qiladigan bo'ladi.

Pornografiyani ko'rish tomoshabinning jinsiy yaqinlik borasidagi tasavvurlarini buzib yuborishi isbotlangan. Tadqiqotlar natijasiga ko'ra, pornografiya odamlarga shunday tushunchalarni singdiradi, ya'ni...

- butun umrlik majburiyatlarga o'zini bog'lamagan holda, jinsiy aloqadan ko'proq rohat olish mumkin.
- xiyonat — odatiy hol; juftliklar bir-birlaridan sadoqat kutishmaydi.

- hirsiy ishtiyoqni so'ndirish — salomatlik uchun zararli.
- bolalar — shaxsiy hayotdagi yuk, to'sqinlik²¹⁰.

Boshqa tadqiqotlarning ko'rsatishicha, pornografiyani muntazam tomosha qilish hirsiy tajovuzning ortishiga olib boradi²¹¹. Televizor orqali ochiq ko'rinisdagi sahnalarni (ba'zan buni «yopishib olmaydigan porno» deb aytishadi) ko'proq ko'radigan o'smirlar bunday ta'sirga yo'liqmagan boshqalardan ko'ra, kelgusi yilda ikki barobar ortiq ehtimol bilan jinsiy aloqaga kirishadilar. O'sha tadqiqotlar bo'salar, erkalashlar va 12–17 yoshli bolalar o'rtasidagi oral jinsiy aloqa, umuman, barcha hirsiy faolliklar va jinsiy aloqaga oid lavhalarni alohida tartibda ko'rish o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik o'sib borayotganini qayd etishgan. Ushbu mavzuni tadqiq etadigan mutaxassislar shunday xulosaga kelishganki, pornografiya, hatto u «yopishib olmaydigan» shaklda bo'lsa ham, jismoniy yaqinlik aslida kundalik hayotda ko'proq muhim ekanligi haqidagi tasavvurni uyg'otadi va yoshlarni jinsiy aloqani sinab ko'rishga undaydi²¹².

Yana takrorlaymiz: pornografiya sizning qarashlaringizni, jinsiy aloqaga oid qadriyatlaringizni *albatta* buzib yuboradi; pornografiyaga yuzlanish hirsiy tajovuzlar va turli «tajribalar»ning ortishiga sabab bo'lishi mumkin.

Pornografiya sanoati yaratadigan jismoniy yaqinlik tasavvuri haqiqatga to'g'ri kelmaydi va Xudoning rejalariga mos tushmaydi. Axloqiy beboshlik, er-xotin o'rtasidagi xiyonat, shahvoniy buzuqlik va «oqibatsiz» jinsiy aloqa o'ziga xos tarzda targ'ib etiladi. Inson pornografiya ta'siri ostida qarama-qarshi jins vakili bilan jurnal yoki monitor orqali ko'rgan lavhalar tasavvuridan kelib chiqib, aslida haqiqiy hayotda bunday bo'lmasligini tushunmagan holda, munosabatlar o'rnatishga kirishadi.

Ehtimol, pornografiyaning eng vayronkor oqibati jinsiy aloqani oddiygina jismoniy o'zaro yaqinlik holatiga tushirib, hissiy va ruhiy

jihatlarini bekor qilishidan iboratdir. Biz siz bilan yodimizga olaylik: Xudo jinsiy aloqani er-xotin o'rtasidagi o'zaro aloqani uzoq yillar davomida mustahkamlash uchun yaratgan. Ammo jurnaldagi ishlov berilgan suratlar orqali yaqin bo'lish mumkinmi? Yoki kompyuter ekranidagi fotosuratlar bilanmi? Yo'q, bo'lishi mumkin emas.

Tadqiqotlardan birida o'smirlarga 20 banddan iborat ro'yxat berilgan bo'lib, ular o'z fikrlaridan kelib chiqqan holda, oltita muhimroq bandlarni tanlashlarini so'rashdi. Birinchi raqamli tanlov (67 foiz uchun) qarama-qarshi jins vakili bilan yaqin, chuqur munosabatlarni o'z ichiga olgan. Aksariyat hollarda jinsiy aloqa bu ro'yxatning oxiridan o'rin olgan²¹³.

Biz jinsiy aloqa borasida Xudoning rejasiga amal qilganimizda, mukofot tariqasida uzoq yillar davom etadigan haqiqiy chuqur munosabatlarni qabul qilamiz. Pornografiya esa bizga shunchaki jinsiy aloqani taklif etadi — bu axir sizning hayotiy ustunliklarga oid ro'yxatingizdagi eng oxirgi band, xolos.

Pornografiyani
ko'rish
tomoshabinning
jinsiy yaqinlik
borasidagi
tasavvurlarini
buzib yuborishi.

38

Masturbatsiya — bu durustmi?

Masturbatsiya — pornografiyaning jinoiy hamkori. Masturbatsiya va pornografiya deyarli hamisha bir-biriga hamroh. Pornografiyaning ta'siri ortgani sayin, o'zidan qoniqish hosil qilishning ommalashuvi bezovta qiladigan hirsiy chanqoqlikni «qondiruvchi» bir vosita sifatida oshadi. Ushbu mavzu bo'yicha mendan yanada tez-tez fikrlar bildirishimni so'rashmoqda, ayniqsa so'nggi paytlarda ayrim nufuzli madaniyat arboblari masturbatsiyani yoshlar uchun «sog'lom» bir tajriba sifatida oshkora qo'llab-quvvatlaganlaridan so'ng bunday iltimoslar ko'paygan. Zamonaviy madaniyat pornografiya va masturbatsiyani qovushishning «aqli muqobili» sifatida qanchalik qo'llab-quvvatlamasin, ular bu bilan «aqliroq» bo'lib qolishmaydi.

Zamonaviy ommaviy axborot madaniyati — odamlar uchun ibrat bo'ladigan andaza emas. Xudoning Kalomi — mana haqiqatning asl andazasi. Biz uning asosida masturbatsiya uchta asosiy sababga ko'ra nomaqbul ekanligi haqidagi xulosaga kelamiz: unda fahshga ishora bor, uning manbasi shahvat bo'lib, o'zida yaqinlashuvsiz jinsiy aloqani aks ettiradi.

1. MASTURBATSIIYA — BU «ISHORA»

Efesliklarga Maktubda (5:3) Xudoning poklik andazasi bayon etilgan: «Sizlarning orangizda fahsh, zinakorlik, ifloslik yoki xasisligu

ochko'zlik hatto tilga ham olinmasin. Bular Xudoning azizlariga munosib emas», bu ingliz tilidagi talqinda shunday bo'ladi: «Oralarinigizda hirsiy axloqsizlik borasida hatto imo-ishora ham bo'lmasligi kerak».

Masturbatsiya organizmda jinsiy qovushish holatidagi jarayonlarni hosil qiladi. Garchi bu jarayonda birgina odam ishtirok etsada, bu yerda zinoga ishora baribir mavjud.

2. MASTURBATSIIYANING ASOSIDA SHAHVAT YOTADI

Shubha yo'qki, Xudoning poklik andazasi nihoyatda baland. Iso hatto jinsiy aloqa pokligi o'zida nafaqat tashqi harakatlarimizni, balki o'y-xayollarimizni ham qamrab olishini e'lon qiladi.

Matto Xushxabarida (5:28) Iso aytadi: «Lekin Men sizlarga aytaman: agar siz ayolga shahvat bilan qarasangiz, xayolingizda u bilan zino qilgan bo'lasiz». Bu so'zlar Uning davrida ham tinglovchilarni tashvishga solgan va hanuzgacha odamlar aqlini qo'zg'ab kelmoqda. Dunyo ta'qiqlangan chiziqqa iloji boricha yaqin kelishni maslahat beradi, ammo bu nimaga olib keladi? Hech nimaga, aqlingiz haqiqiy jang maydoniga aylanib qoladi, xolos.

Kolosaliklarga Maktubda (3:5) gunoh — hazil emasligini tasdiqlaydigan yana bir isbotni topamiz: «Shunday ekan, dunyoviy tabiatigingizni, ya'ni fahsh-zino, nopoklik, shahvat, yovuz xohishlar va butparastlikka teng bo'lgan ochko'zlikni yo'q qilinglar».

O'yin qilmang, gunohni tajriba qilib ko'rmang. Keyinchalik og'ir oqibatlardan qutulib qolish umidida o'zingizda hirsiy ehtiroslar-

Jinsiy aloqa
pokligi
tushunchasi
nafaqat tashqi
harakatlarimizni,
balki o'y-
xayollarimizni
ham qamrab
oladi.

ni yondirmang. To'xtang. Ularni yo'q qiling. Orqangizga qaramay ulardan qoching.

3. MASTURBATSIIYA — YAQINLIKSIZ JINSIY ALOQA

Mazkur kitobning sahifalarida Xudo jinsiy aloqani muayyan maqsadlarni ko'zlab yaratganligi haqida ta'kidlab o'tgandik. Ibtido Kitobining 2-bobida bizga erkak va ayol o'rtasidagi noyob bog'liklikning ajoyib ifodasi berilgan. Muqaddas Kalom erkak va ayolning «bir tana» bo'lishlarini aytadi. Er-xotin o'rtasidagi hech nimaga taqqoslab bo'lmaydigan jinsiy yaqinlik qudrati ikkalasini «bir butun»ga aylantirib birlashtiradi.

Masturbatsiya sizni hech kim bilan birlashtirmaydi. U bilan yolg'iz mashg'ul bo'lishadi, asosan barchadan maxfiy tarzda. Xuddi pornografiya tomoshasi kabi, masturbatsiya ham kuchli qaramlikka olib borishi mumkin. Odamlar dofa-minning yoqimli oqimini his qilish uchun o'sha bir xil omilga qayta-qayta murojaat qilishlari lozim bo'ladi.

Xudoning rejasida shaxsiy hayotingizga taalluqli uyat ko'rib chiqilmagan.

Turmush qurganingizdan so'ng nikoh to'shagida qiyinchiliklarga duch kelishingiz mumkin, negaki tanangiz muayyan tarzda boshqa odam tegmagan holatda ham ta'sirlanishga o'rgangan. Natijada deyarli hamisha uyat hosilini yig'ib olishga to'g'ri keladi.

Vaholanki Xudoning rejasida shaxsiy hayotingizga taalluqli uyat ko'rib chiqilmagan. Jinsiy aloqa er-xotin uchun tuhfa sifatida o'ylab chiqarilgan. Mabodo ular Xudoning poklik andazalariga rioya qilishsa, bunday holatda ular o'rtasida hech qanday uyat bo'lishi mumkin emas. Jinsiy aloqani boshqa vaziyatlarda tajribadan o'tkazishga ne hojat, shunday emasmi?



39

Agar gunoh qilishdan o'zimni to'xtatishga o'zligimni sezib tursam, nima qilishim kerak?

Mazkur kitobda bir necha bora ta'kidlab o'tganimdek, hirsiy qo'zg'alish ko'p miqdordagi baxt gormoni — dofamin hosil bo'lishiga olib boradi. Dofamin esa giyohvand modda kabi ta'sir qiladi: lazzatning o'sha birinchi jinsiy aloqa vaqtidagi yuqori darajasiga erishish uchun barcha o'sib boradigan darajalarda muayyan bir xil harakatlarni takrorlash talab etiladi. Buning oqibatida har qanday jinsiy faollik, shu jumladan «kiritilmasdan qilinadigan jinsiy aloqa» ham, ya'ni jo'shqin petting, masturbatsiya va pornografiya ko'rish og'ir shakldagi qaramlikka olib borishi mumkin.

Agar siz bu jabhalardan birortasida tajriba o'tkazib ko'rgan bo'lsangiz, bu holda bilib qo'ying: sirpanchiq yo'lga qadam qo'ydingizmi, so'ngra to'xtash juda qiyin bo'ladi. Hirsiy gunohlaringizdan hech qachon qutulib bo'lmaydigan tuyulishi ham mumkin, ammo bu xato tasavvur.

Balki siz hozir shunday xayolga borgandirsiz: «Bu mendan yuqori daraja, mening qo'limdan kelmaydi». Hammasi to'g'ri — siz uddalay olmaysiz. Siz gunohni mustaqil tarzda yengib o'tolmaysiz. Biroq Iso hayotingizdagi gunoh ustidan g'alabani sizga berish uchun bu dunyoga kelgan.

Filippiliklarga Maktubda (4:13) shunday va'da berilgan: «Menga kuch-quvvat beradigan Iso Masihning madadi bilan har narsani qila

olaman». Siz Masih nomi bilan hirsiy vasvasalarni yengib o'tish qudratiga ega bo'lasiz. Ko'plab yoshlar gunohga qarshi kurashda doimiy mag'lubiyatni his qilishadi, negaki o'z kuchlari bilan g'alaba qozonmoqchi bo'lishadi. Ular takror va takror mag'lubiyatga uchrab, hech qachon hirsiy gunohlaridan qutula olmasliklari haqidagi fikrga ko'nikishadi va ertami-kechmi taslim bo'lishadi.

Masihning hayotimizdagi hukmronligi sharofati ila ozodlikka erishish mumkin.

Bu — xavfli yolg'on, zero insonning umri o'zining o'y-xayollariga bog'liq. Agar siz gunohkorona odatlardan qutula olmaslikka ishonsangiz, ozodlikka erisha olmaysiz. Agar gunohni yengib bo'lmaydi deya hisoblasangiz, mag'lub holingizcha qolaverasiz. Gunohdan voz kechish oson emas, ammo baribir

Masihning hayotimizdagi hukmronligi sharofati ila ozodlikka erishish mumkin. Xudoning Kalomi bizga shuni va'da beradi.

Rimliklarga Maktubda (6:6–7) aytilgan: «Biz bilamizki, eski o'zligimiz Masih bilan birga xochga mixlangani uchun, gunohga berilgan bu vujudimiz yo'q qilindi. Axir, o'lgan odam gunohning amri ostida emas-ku». Biz qachonki o'z hayotimizni Masihga berganimizda, avvalgi fe'l-atvorimiz o'ladi va Xudo bizdan «yangi ijod» yaratadi (qarang: 2 Korinfliklar 5:17). Biz qachonki o'zimiz uchun o'lganimizda, Masih bizda yashashi mumkin va U gunoh ustidan g'alabani va'da qiladi.

Ba'zan ozodlik tezda keladi va gunohkorona odatlarga amal qilish vasvasasi shunchaki yo'q bo'lib ketadi. Boshqa vaziyatlarda gunohdan qutulish muayyan harakatlarni talab etadi. Mabodo siz o'z hayotingizni fahshdan tozalash uchun harakat qilishga tayyor bo'lsangiz, mana bu ozodlikka erishmog'ingizga yordam beradigan bir necha qadamlar

1. YARATILISHDAGI O‘ZINGIZNING NOYOB O‘RNINGIZNI ANGLANG

Zamonaviy madaniyat odamning hayvondan farqi yo‘qligini va jinsiy aloqaga bo‘lgan ehtiyojini darhol qondirishi kerakligini uqtiradi. Hirsiy gunohdan ozodlik sari birinchi qadam — o‘zingizning hayvon emasligingizni tushunishdir. Siz Xudoga monand va o‘xshash qilib yaratilgansiz (Ibtido 1:26), shu bois sizning jinsiy aloqaga bo‘lgan intilishingiz hayvonlarnikidan farq qiladi. Sizning chuqur ehtiyojingiz — Xudo bilan yaqin munosabat. Mana bu tushunish muhim bo‘lgan haqiqat. Agar siz o‘zingizning eng qimmatli ehtiyojlaringiz qondirilishi uchun Xudoga emas, balki jinsiy aloqaga murojaat qilgan bo‘lsangiz, bu holda mag‘lubiyatga uchragan bo‘lsangiz kerak, negaki ruhiy ehtiyojingizni vujud oladigan lazzat bilan qondirishga uringansiz. Siz Xudoga monand va o‘xshash qilib yaratilganingizni va U bilan munosabat — sizning asosiy ehtiyojingiz ekanini tan oling. So‘ngra esa Undan jinsiy aloqa yordamida to‘ldirmoqchi bo‘lgan qalb ehtiyojlaringiz haqida g‘amxo‘rlik ko‘rsatishini so‘rang.

2. GUNOHLARINGIZGA IQROR BO‘LING

Men 29-savolga javob berayotganimda aytgandim: tavba qilish — Xudo bilan o‘zaro kelishuvda yashash, o‘zini oqlashga urinmasdan yoki birinchi imkoniyat bo‘lishi bilan unga qaytishga urinmasdan gunohning gunoh ekanligini tan olishdir. Siz chindan ham gunoh qilganingizni tan olish — ozodlik sari siz qo‘ygan asosiy qadam hisoblanadi.

3. MASIH TANASINING BIR QISMI BO‘LING

Xudo bizga gunohlarni yengib o‘tish uchun bergan amaliy vositalardan biri — bu jamoatdir. Galatyaliklarga Maktubda (6:1) aytilgan: «Ey birodarlar, deylik, orangizdan birortasi gunoh qilib qo‘yganini bilib qoldingiz. Sizlar — Ruhning yetakchiligida hayot

kechirayotganlar uni muloyimlik bilan to'g'ri yo'lga solinglar. O'zingizga ehtiyot bo'linglar, tag'in o'zingiz ham vasvasaga yo'liqib qolmanglar».

Iso sizning
ozodligingiz
uchun xochga
borgan.

Masih Tanasining ish faoliyati gunoh tuzog'iga tushgan kishini haqiqat yo'lga qaytishiga yordam berishdan iboratdir. Yoqubning Maktubida (5:16) bizga nasihat berilgan: «Shuning uchun qilgan gunohlaringizni bir-biringiz oldida tan olinglar. Bir-biringiz uchun ibodat qilinglar,

shifo topasizlar...» Imondagi dono birodarga ishonish — bu ozodlik yo'li sari muhim va dadil qadam hisoblanadi. Masihiy-do'stlar va diniy ustozlar o'z harakatlaringiz hisob-kitobining ishlash tizimi bilan sizni ta'minlashlari va hirsiy gunohdan ayrilishingiz uchun juda zarur bo'lgan ibodatlar bilan yordam berishlari mumkin.

4. VASVASA MANBAINI YO'Q QILING

Matto Xushxabarida (18:8) yozilgan: «Agar yo'ldan ozishingga qo'ling yoki oyog'ing sababchi bo'lsa, uni chopib tashlab, ulotirib yubor. Ikki qo'l va ikki oyoq bilan abadiy olovga tashlangandan ko'ra, mayib yoki cho'loq bo'lib abadiy hayotdan bahramand bo'lganing yaxshiroqdir».

Boshqacha aytganda, agar sizni nimadir doimo vasvasaga solsa, uni bartaraf qiling! Agar siz internet-pornografiya bilan ko'ngil-xushlik qilsangiz, o'z kompyuteringizdan voz keching. Mabodo, siz tanlagan yigitingiz yoki qizingiz bilan jinsiy aloqada bo'lishdan o'zingizni tiya olmasangiz, munosabatlaringizni qanchadir vaqtga uzib qo'ying. Agar muammo masturbatsiyada bo'lsa, yolg'izlikda o'tkazadigan vaqtingizni cheklashga harakat qiling.

Gunohdan ozod bo'lish mumkin! Iso sizning ozodligingiz uchun xochga borgan.

Siz Uning hukmronligini qabul qilib, gunohdan ozod bo'lishingiz mumkin. «Bizga erkinlik berish uchun Masih bizni ozod qildi. Endi shu erkinlikni mahkam tutinglar, qaytadan qullik bo'yinturug'ini taq-manglar» (Galatyaliklar 5:1).

Qizlarga Erin Devisdan

Dilbar qizlar,
men Josh bilan birgalikda mazkur kitob ustida ishlayotib, sizlar haqingizda ko'p o'yladim. Siz qachondir bu kitobni qo'lingizga olishingizni va jiddiy tanlovingizning og'irligi qalbingizni ezishini bildirdim.

Hozirgi kunda o'zini pok saqlashga qaror qilish juda qiyin. Qayoqqa qaramagin, atrofimizni o'rab olgan madaniyat to'ygacha kutish eski urf-odat bo'lganligi, jinsiy aloqa — siz chanqoqlik bilan kutayotgan yaqinlikka erishishning yagona yo'li ekanligi haqida go'yoki jar soladi. Men bu yolg'ondan juda nafratlanaman! Biroq bundan ham jirkanchlisi shuki, *siz* kuta olishga nomunosib ekanligingizni ongingizga singdirishadi.

Agar men birgina haqiqatga ko'zingizni ochsam, u shundan iborat bo'lardi: siz *allaqachon* nihoyatda sevimlisiz.

Yeremiyo payg'ambarning Kitobida (31:3) yozilgan: «Egamiz qadimda Isroilga zohir bo'lib, shunday degan edi: seni mangu sevgi bilan sevdim, senga sodiq bo'lib keldim». Zakariyo payg'ambar kitobida (qarang: 2:8) Xudo sizni «Mening ko'z qorachig'im» deya ataydi. Sulaymonning Qo'shiqlar Kitobida U sizni «sevimli» deya atagan. Xudo Zaburda (44:12) shuni ta'kidlaydi: «Jamolingga shoh maftun bo'lgandir...».

Xudo siz uchun azaldan kurashgan. Iso sizning U bilan abadiylikda birga bo'lishingiz uchun samodan tushib kelib jonini berdi.

U sizdan Xudoga qalbingizni berishingizni so'raydi va hech qachon sizni tashlab qo'ymaslikka, unutmazlikka va'da beradi.

Ehtimol, men sizlarga aytmoqchi bo'lganlarimni tasdiqlaydigan ko'plab tadqiqotlar o'tkazilgandir, ammo men bunday tadqiqotlarsiz ham yaxshi bilaman, axir men o'zim ham qiz bola bo'lganman. Qizlar o'z qalblarining tubida yashirin bo'lgan sevgini his qilish uchun yaqinlikka barvaqt kirishadilar. O'z yigiti bilan jinsiy aloqa qilish vasvasasi o'zini o'zi aldash tufayli yuzaga keladi, go'yo jinsiy yaqinlik sizlarni chinakamiga birlashtiradigandek va tanlagan kishingizga uzoq yillar bog'lab qo'yadigandek tuyuladi. Ehtimol, kimdir sizdan hayratga tushishini isbotlash uchun yigitingiz bilan ko'proq xoli qolib, o'zingizni «tarqatish»ni boshlab yuborgandirsiz. Gapimga quloq soling: Borliq hukmdori sizga allaqachon shunday bir sevgini singdirganki, bunaqasini sizga birorta ham erkak tuhfa etolmaydi.

Oilaviy yaqinlik sizning kutganingizga arziydi — siz kabi, aziz qizlar.

Siz kutishga munosibsiz, negaki siz — shohlar Shohining aziz qizalog'isiz. Jinsiy aloqa ham kutishga munosib, negaki butun hayotini sizga bag'ishlagan inson bilan ishonchli munosabatlarda bundan to'liq rohatlanishingiz mumkin, bu kabi munosabatlarni esa faqatgina qonuniy nikohda topasiz.

Sizlardan ayrimlaringiz to'ygacha o'zini saqlashga tayyor, ammo yolg'iz kurashish sizga qiyin kechadi. Ishonch bilan aytishga ruxsat bering, siz — bu borada yagona emassiz. Men siz kabi minglab qizlar bilan gaplashganman, ular to'ygacha kutishga tayyor.

Qizlar o'z qalblarining tubida yashirin bo'lgan sevgini his qilish uchun yaqinlikka barvaqt kirishadilar.

Ha aytgandek, men ham kutganman. Shaxsiy tajribamdan kelib chiqan holda aytishim mumkin: turmush o'rtog'im bilan birinchi kechani o'tkazish uchun vujudimni ham, qalbimni ham asraganimdan juda xursandman! O'n yillik nikohimiz mobaynida biz bahramand bo'layotgan yaqinlik Xudo avvaldan belgilab qo'ygan kutish muddatida men his qilgan yolg'izlik va xavotirlarimning

har bir lahzasini ortig'i bilan qoplamoqda.

O'zini pok saqlash mumkin. Dilrabo qizlar, er-xotinlik yaqinligi, xuddi o'zingiz munosib bo'lgandek, sizning kutishlaringizga, umidlaringizga arziydi.

*Do'stona tuyg'ular bilan,
Erin.*

Yigitlarga Josh Makdauelldan

Ota o'z o'g'li bilan gaplashganidek, har biringiz bilan shaxsan gaplashish juda ajoyib bo'lardi-ya. Ochiqchasiga, «noqulay» mavzulardan qochmagan holda. Men sizlarni jinsiy yaqinlikka shoshilmay turishingizga ishontirishni juda xohlayman. Sizlarni yaxshi ko'rganim bois, Xudo o'rnatgan chegaralarni buzadigan tarzda jinsiy aloqaning muqarrar yuz beradigan halokatli oqibatlaridan sizlarni himoya qilmoqchiman.

Mening yakuniy so'zlarimni yurakdan bo'ladigan suhbat o'rnida qabul qiling. Bu jinsiy aloqa va poklikka taalluqli ochiq savollarni muhokama qilishimiz uchun bir imkon.

Suhbatni davom ettirishimizdan avval siz bu olamda qanchalik muhim ekanligingizni tushunishingizni istardim. Har bir erkak o'z qalbining tub-tubida bunday unvonga loyiq ekanini bilishni istaydi. Biz butun qalbimiz bilan hurmat qozonishni va atrofdagilar bizni tan olishlarini xohlaymiz.

Xudoning Kalomida sizning katta ahamiyatga ega ekanligingiz aniq aytilgan. U hayotingizda O'ziga taqlid qilishingiz va boshqa

Poklik —
haqiqiy erkak
ekanligingizning
eng yaxshi
isbotidir.

odamlar bilan Xushxabarni baham ko'rishdek vazifani sizga ishonib topshirgan. Ko'rinib turibdiki, siz Xudoning Shohligi uchun juda qadrlisiz. Sizning qadr-qimmatingiz Xudoning O'zi tomonidan tasdiqlangan bo'lib, jinsiy aloqaga oid yoki boshqa qanaqadir «qahramonlik»lar kerak emas. Bu dunyo hirsiy tajovuz ko'rsatib yoki yostiqdoshlarni qo'lqop kabi almashtirib, go'yo hurmat qozonish mumkin ekanligini uqtirishi mumkin. Biroq Xudo sizning qadr-qimmatingiz Uning o'g'li bo'lishingizdan iborat ekanligini aytadi. Siz Xudoning yonidan joy olish uchun kurashishingiz shart emas. U sizdan haqiqiy erkakcha fe'l-atvor hosil qilishingizni hamda O'zi va'da bergan va da'vat etgan farovon hayot uchun kurashishni o'rganishingiz uchun jinsiy yaqinlik qilishni kutib turishingizni so'raydi.

Dunyo har tarafdin beboslikka chorlayotganda o'zini pok saqlash oson vazifa emas. Ammo bir narsani bilib qo'ying: poklik — atrofda hamma qiladiganlarni telbalarcha takrorlamaydigan haqiqiy erkak ekanligingizning eng yaxshi isbotidir. Haqiqiy erkaklar o'zlari

uchun muhim bo'lgan odamlarni himoya qilish majburiyatini olishadi. Aslida, Xudo marhamatlaydigan jinsiy toza hayot kechirishga qaror qilib, bo'lajak rafiqangiz va bolalaringiz tomonidan hurmat-ehtiroimga sazovor bo'lishingizga ishonch hosil qilishingiz mumkin. Shu haqda o'ylab ko'ring! Mana bu hurmatga munosib tanlov.

Sizning
qadr-
qimmatingiz
Xudoning
O'zidadir.

Jinsiy tozalikka yo'l har doim ham yengil bo'lavermaydi; siz bu haqda bilasiz, albatta. Sizni bu kurashda qo'llab-quvvatlaydigan, dono maslahatlar beradigan ishonchli odamlarni toping. Bir-biringizga hisob bering, yiqilganni o'rnidan turg'azing va Xudo sizga tayyorlab qo'ygan ajoyib hayot uchun kurashishda davom eting.

Faqat nikoh to'shagida jinsiy aloqa o'zining bor go'zalligini namoyon etadi, bundan kamiga aslo rozi bo'lmang! Nikohgacha kutish mumkin, bu shunga arziydi; bu kurashda birinchi qatorlarda bo'ling!

*Eng yaxshi tilaklar bilan,
Josh.*

Yoshlar yetakchilari uchun eslatma

Jinsiy aloqa haqida gapirish unchalik oson emas. Sizlar yoshlar bilan ishlagan holda, ularning tortinchoqligi bu mavzuda ulkan miqdordagi ma'lumotlarni bilish olishlariga xalaqit bermasligiga ishonch hosil qilgansiz. Jinsiy aloqaga nisbatan «hammasi mumkin» shiori ostidagi zamonaviy munosabat ko'plab yigit-qizlarning hayotida halokatli izini qoldirishga ulgurdi. Agar biz ularning, ayniqsa, yaqinlik munosabatlari, nikoh va sevgi borasida Xudo rejasiga muvofiq yashashlarini istasak, jinsiy aloqaga taalluqli savollarga nihoyatda ochiq bo'lishimiz kerak.

Mazkur kitob pornografiya, masturbatsiya va hirsiy qaramlik kabi jiddiy mavzularni chetlab o'tmagan. Maqsadimiz — o'quvchilarimizni karaxt ahvolga solish emas, balki o'smirlar ayni vaqtda kurashayotgan muammolar haqida gaplashib olishdir. Mazkur kitobning foydali imkoniyatlarini yuqori darajada oshirish va yosh avlodga ta'sir ko'rsatish uchun, biz unda muhokamaga qo'yiladigan savollarni oltita bo'limga ajratdik. Ularni guruhlariga ajratish yaxshiroq bo'lardi, bunda yoshlar katta yoshdagi murabbiyning rahbarligi ostida o'qilganlarni xavfsiz va ishonchli muhitda muhokama qilib olishlari mumkin.

Biz jinsiy aloqa haqidagi yengil-yelpi suhbatlarga da'vat etmaymiz. Mazkur kitobda ko'tariladigan mavzular buning uchun nihoyat-

da noziklik qiladi. Biroq Xudo ham, ayniqsa zamonaviy madaniyat ham bu masalada sukut saqlab turmagani bois, biz yoshlar guruhingiz ishtirokchilariga bu mavzuni Xudo haqiqati nurlarida tadqiq etishingiz uchun barcha zarur narsalarni berishga qaror qildik.

O'z ta'sir doirangiz ostida bo'lgan yoshlarga haqiqatni yetkazayotganingiz uchun sizlarga minnatdorchilik bildiraman. Ularga jinsiy aloqa va nikoh borasida Xudoning rejalariga amal qilishlarida yordam berayotganingiz uchun rahmat. Biz ushbu kitobda yozganimizdek, jinsiy aloqa bilan Xudo o'rnatgan qoidalarga amal qilgan holda lazzatlanganida, buning rohati dunyo orzu qilishi mumkin bo'lgan har qanday natijalardan o'tib ketadi. Yoshlar Xudoning jinsiy aloqa bo'yicha rejasini tushunishlari uchun g'amxo'rlik qilganingizda, siz ularning butun hayotiga tatigulik sovg'a qilayotgan bo'lasiz.

O'z ta'sir
doirangiz ostida
bo'lgan yoshlarga
haqiqatni
yetkazayotganingiz
uchun sizlarga
minnatdorchilik
bildiraman.

Muhokama uchun savollar

1–5-SAVOLLAR

1. Agar poklik — «Xudoning rejasiga binoan yashash» bo'lsa, siz unga intilayapsizmi va unga qanday erishmoqchisiz? Bir qancha usullarni sanab o'ting. Hayotingizning qaysi jabhalarida o'z harakatlaringiz Xudoning rejasiga muvofiq kelishi uchun uni tahlil qilib turishingiz zarur?
2. Jumlani yakunlang: agar sabr-toqat qoida bo'lsa, poklik — bu _____ . Ular o'rtasidagi farqni anglash poklikka bo'lgan munosabatingizni qanday o'zgartirdi?
3. Sulaymonning Qo'shiqlar Kitobidan 1-bobni o'qing. Ushbu ta'sirchan va romantik sanolarni o'qiyotganda, nimalarni his qil-yapsiz? (Misol uchun: noqulaylik, qiziqish, hayajon). Nima deb o'ylaysiz, ikki sevishgan o'rtasidagi bu jinsiy suhbat Xudoning Kalomidan o'rin olgan?
4. Mana bu savolga qanday javob bergan bo'lardingiz: «Xudoning mehribon ekanligi rostmi?»
5. Avvalgi savolga javobingiz hatti-harakatingizga qanday ta'sir qiladi? Jinsiy aloqa va romantik munosabatlarga taalluqli qarorlaringizning o'ziga xosligi nimadan iborat?
- 6 Biz uchinchi savolga javob bergan holda, jinsiy aloqa yaratilishidan ko'zlangan uchta muayyan maqsadni aytib o'tdik: tug'ilishlarning davom etishi, birlik va hordiq, kuchni tiklash. Bu

maqsadlarni muhimligi bo'yicha tartib bilan joylashtiring. Javobingizni izohlang.

7. Agar chinakam sevgi sevimli insoniga g'amxo'rlik ko'rsatib, uning manfaatlarini himoya qilgan holda yaxshilik izlasa, siz o'z hayotingizda chin sevgining qanday namunalari keltirishingiz mumkin? Boshqacha aytganda, kim sizga haqiqiy sevgining ilohiy namunasini ko'rsatgan?
8. Bo'lajak turmush o'rtog'ingizning manfaatlarini himoya qilishingiz va g'amxo'rlik ko'rsatishingiz mumkin bo'lgan uchta usulni sanab o'ting.
9. Iso qanday uchta noyob usul bilan O'z sevgisini sizga namoyon etgan?
10. Qonunlar Kitobida (10:13) Xudoning amrlari bizning foydamiz uchun berilgani aytilgan. Xudoning Yangi Ahdda ko'rsatib o'tilgan uchta amrini sanab bering. Har bir amrni qu'yidagi jumla bilan yakunlang:

Bu amr menga yaxshilik maqsadida berilgan, negaki uning bajarilishi <.....> ni anglatadi.

6-19-SAVOLLAR

1. Jinsiy aloqadan ko'proq rohat olishimizga miyamiz javobgar ekanligini ilm-fan isbotlagan. Boshqacha aytganda, aslida jinsiy aloqa — aqliy faoliyat. Xo'sh, zamonaviy madaniyat jinsiy aloqa haqida aytadiganlarni bu qanday inkor etadi?
2. Nima deb o'ylaysiz, Xudo miyamizni nega shunday yaratgan, ya'ni yigirma yoshdan kichik bo'lganimizda biz barcha oqibatlarini anglagan holda muhim qarorlar qabul qilishga qodir emasmiz?
3. Norepinefrin — har qanday yuqori hissiyotli va chuqur ta'sir qiladigan harakatni xotiraga aniq-ravshan muhrlab qo'yadigan gormon. Boshingizda shu tariqa «o'ralashib» qolgan biror voqeani aytib bering. Nima deb o'ylaysiz, nega shu voqea paytida sizning organizmingizda norepinefrin ajralib chiqqan?

4. Hozirgi kunda jinsiy aloqa orqali yuqadigan kasalliklar juda keng tarqalganini bilganingizda, nimani his qildingiz?
5. 9-savolga javobni o'qishingizdan avval, jinsiy aloqa orqali yuqadigan, nisbatan kengroq tarqalgan kasallik — odam papilloma virusi haqida qanday ma'lumotlardan xabaringiz bor edi? Ushbu bobda taqdim etilgan ma'lumotlar tanosil kasalliklariga chalinish xavfiga nisbatan munosabatingizni to'liq o'zgartirdimi?
6. Yoshlar o'rtasida bu kasallik tarqalishining oldini olishga yordam berish uchun katta yoshli odamlar tanosil kasalliklar mavzusini qay tarzda muhokama etishlari kerak?
7. «Xavfsiz» jinsiy aloqa bo'lmasligini tushunganingizda, nimani his qildingiz?
8. Prezervativlar va hapdorilar jinsiy aloqa orqali o'tadigan yuqumli kasalliklardan oz miqdorda yoki umuman himoya qilmasligini bilganingizda, bundan keyin nikohdan tashqari jinsiy aloqa qilmaslikni istadingizmi? Nima uchun «ha» yoki nima uchun «yo'q»?
9. 13-savolning oxirida keladigan ikkita «ssenariy»ni qayta o'qib chiqing. Bu voqealarda tasvirlangan birorta vaziyatga tushib qolganingizda, qanday harakat qilgan bo'lardingiz? Hozirgi hirsiy harakatingiz bo'lajak turmush o'rtog'ingiz va farzandlaringiz hayotida muqarrar aks etishi, shaxsiy hayotingizga taalluqli qarorlar qabul qilishingizga ta'sir qilishi mumkinligi haqida qanday fikrdasiz?
10. Tengdoshlaringiz o'rtasida jinsiy aloqa orqali o'tadigan kasalliklarga odatiy munosabatni siz qanday tasvirlagan bo'lardingiz? (Misol uchun: bezovtalik, befarqlik, qo'pollik, hazil-mutoyiba).

20–24-SAVOLLAR

1. Nima deb o'ylaysiz, nega nikohgacha bo'ladigan jinsiy aloqa va tushkunlik/o'z joniga qasd qilish o'rtasida o'zaro bog'liqlik bor?

2. Shaxsiy hayotingizda bor bo'lgan qaysidir gunoh haqida o'ylab ko'ring (hirsiy yoki yana boshqa biror gunoh haqida). Oxir-oqibat, o'sha gunoh tufayli o'zingizni qanday his qilgansiz?
3. Quyidagi jumlaning barchasini sanab chiqqan holda, o'z bilganlaringiz darajasida yakunlab chiqing:

Nikohdan tashqari jinsiy aloqa quyidagi his-tuyg'ularga sabab bo'ladi:.....

Nikohdagi jinsiy aloqa quyidagi his-tuyg'ularga sabab bo'ladi:

4. O'qiganlaringizdan kelib chiqqan holda, siz jinsiy aloqaga qanday ta'rif bergan bo'ladingiz? Shaxsiy jinsiy aloqalaringiz bilan bir qatorda, mazkur ta'rifga qanday harakatlarni qo'shgan bo'ladingiz?
5. Nima deb o'ylaysiz, nega yoshlar ko'pgina xildagi hirsiy harakatlarni, jumladan oral jinsiy aloqani haqiqiy jinsiy aloqa deya hisoblamaslikka tobora moyil bo'lishmoqda?
6. Mutaxassislar maslahatiga muhtojlik sezgan dugonalari haqida eriga gapirib bergan ayolning hikoyasini eslang; uning dugonalari qachondir oral jinsiy aloqa qilishganini unuta olishmay qiyinalishgan. Sizga endilikda jinsiy aloqaning inson ongiga ta'siri ma'lum ekanligiga tayangan holda, aytingchi, nega bu ayollar shuncha yillik nikohdagi hayotlaridan so'ng ham oral jinsiy aloqaning hissiy oqibatlariga to'qnash kelishdi?
7. Jumlaning yakunlang: zamonaviy madaniyat faqatgina jinsiy aloqa haqiqiy jinsiy yaqinlik ekanligini ta'kidlaydi, biroq, Xudoning andazalariga asosan, jinsiy aloqa — bu.....
8. Siz shaxsan qanday vaziyatlarda yolg'on bilan, ya'ni rasman «bokiralikni saqlagan holda» jinsiy faollikda «hech qanday noboplik yo'q» degan soxta tushunchaga to'qnash kelgansiz? (Misol uchun: do'stlar bilan suhbatda, muayyan bir seriallar, filmlarni tomosha qilayotganda va h.k.z.)

9. O'zingizning bo'lajak turmush o'rtog'ingiz haqida o'ylayotganda, u siz uchun bokiraligini asrashiga umid qilasizmi? Qaysi darajagacha?
10. Oral jinsiy aloqadagi qanday xavf-xatarlar sizni ko'proq taajjubga solgan?

25–31-SAVOLLAR

1. Sizning fikringizcha, nikohgacha jinsiy aloqa qilishga shoshilgan qanday odam buning uchun eng katta to'lov qiladi?
2. Sizningcha, mabodo Xudoning poklik andazalari zamonaviy madaniyatda istisno sifatida emas, balki to'liq qabul qilinganida, jamiyat butunlay o'zgarib ketgan bo'larmidi?
3. 26-savolga javob berayotganda, biz sizga birinchi nikoh kechasida jinsiy aloqa yuzasidan tajribasiz, ammo munosabatlar masalasida mutaxassis bo'lishingizni taklif etgandik.
Jinsiy aloqada tajribasizlik shunchaki faqat to'ygacha jinsiy aloqadan o'zini tiyishni bildiradi, xolos. Ammo munosabatlarda mutaxassis bo'lish uchun nimalar zarur?
4. Sizning fikringizcha, qaysi uchta muhim ehtiyojlar romantik munosabatlarda qondirilishi kerak? Qanday sharoitlarda bu ehtiyojlar to'liq qondirilishi mumkin — nikohdan o'tmay birga yashab turishdami yoki qonuniy nikohdami? Javobingizni izohlang.
5. Nega bir nikohli er-xotinlar eng yaxshi jinsiy aloqani boshdan kechirishadi?
6. Zamonaviy madaniyat sizni o'z hirsiy jo'shqinligini boshqarolmaydigan hayvon o'rnida qabul qilishini bilganingizda, nimalarni his qildingiz?
7. 25- va 26-savollarga berilgan javoblarga ko'ra, nikohning noyob afzalligi nimalardan iborat? Ulardan qaysi biri shaxsan sizni o'ziga ko'proq jalb etadi?

8. Muqaddas Kalomdagi aynan qaysi oyatlar nikohgacha jinsiy aloqa qilishdan o'zingizni asrash qaroringizni o'zgartirmaslikka yordam beradi, hatto gormonlar yoki his-tuyg'ular «miyaga urib», juda og'ir qarorlar qabul qilishga olib borsa ham?
9. Nima deb o'ylaysiz, nega bir daqiqalik ehtiros tufayli bokiraligini yo'qotgan ko'plab imonli yoshlar betartib jinsiy aloqaning sirpanchiq yo'llarida yana va yana toyib ketishmoqda?
10. Jinsiy ko'rinishdagi fotosuratlarini yuborgani uchun sud ta'qibiga duch kelgan o'smirlar haqidagi voqeaga siz qanday munosabat bildirdingiz? Nima deb o'ylaysiz, bunday harakatlarni bartaraf qilish uchun bu yetarlicha samarali uslubmi? Agar javobingiz «ha!» bo'lsa, nima uchun? Agar javobingiz «yo'q!» bo'lsa, nima uchun?

32–36-SAVOLLAR

1. Xudoning kechirimini his qilgan vaziyatingizni eslang va tasvirlab bering. Siz o'shanda nimani his qildingiz?
2. Butun qalbi bilan Xudoning kechirim tuhfasiiga ishonishni va uni qabul qilishni istayotgan do'stingizga qanday maslahat bergan bo'lardingiz?
3. Nima deb o'ylaysiz, gunohlarimizni, shu jumladan hirsiy gunohlarimizni butunlay kechirish uchun Xudo bergan va'dani qabul qilish nega bunchalik og'ir?
4. Korinfliklarga Birinchi maktubni (13:4–7) o'qing. Endi esa parchaning boshiga qayting va «sevgi» so'zi o'rniga o'z ismingizni qo'ying. Tavsif qanchalik aniq chiqdi? O'qib chiqqaningizdan so'ng, chin sevgini o'rganib oldingizmi?
5. Chin sevgini his qilgan munosabatlaringizni (romantik bo'lishi shart emas) yozib chiqing. Sizni rostdan ham sevishtlarini qanday tushunish mumkin?
6. Siz qanday vaziyatlarda Xudoning irodasini to'g'ri tushunishga ishonmayotganingizni his qilaysiz? 34-savolga javobni o'qib

chiqqaningiz asosida, ushbu jabhalarda Xudoning xohishini tushunish uchun qanday qadamlar sizga yordam berishi mumkin?

7. O'z harakatlaringiz uchun o'zingizga beradigan hisobdorlik tartibini yozib chiqing. Boshqacha aytganda, poklikka sadoqatni asrashingizda kim sizga yordam beradi?
8. Bu kitobni o'qib bo'lganingizdan so'ng, poklikda saqlanish uchun o'zingizga qanday muayyan chegaralar o'rnatdingiz?
9. Romantik munosabatlarga shoshmaslik — yoshlarning jinsiy aloqa tozaligini asrashlari uchun juda yaxshi usul. Shundan kelib chiqqan holda, qaysi yoshda uchrashuvlarga borishni boshlagan ma'qul?
10. Ota-onangiz jinsiy aloqa pokligini asrashingiz uchun sizga qanday yordam berishlari mumkin?

37–39-SAVOLLAR

1. Biz 37-savolga javob berayotganda, pornografiyani «hirsni qo'zg'ashga qaratilgan ehtirosli harakatlar (tasvir yoki bayon tarzida) ta'rifi» deya aniqladik. OAVning qaysi yo'nalishlari bu ta'rifga mos tushadi?
2. Siz qachonlardir pornografiya ta'siri ostiga tushganmisiz? Siz ko'rgan narsangizda pornografiyani darhol payqadingizmi yoki baribir, «bunda hech qanday noboplik yo'q» degan qarorga keldingizmi?
3. Nima deb o'ylaysiz, nega ayollar va o'smirlar tez-tez pornografiyaga murojaat qilishadi? U nimasi bilan Internetdan yangi foydalanuvchilarni o'ziga jalb etadi?
4. Pornografiya oqibatlari yuzasidan 37-savolga berilgan qaysi javoblar sizni ko'proq hayajonga soldi? Nima uchun?
5. Ushbu jummalardagi bo'sh qolgan joylarni to'ldiring: pornografiyani ko'rish _____ jinsiy aloqaga olib boradi,

nikohgacha sabr qilish esa _____ jinsiy aloqaga sabab bo'ladi.

6. Nima deb o'ylaysiz, nega masturbatsiya gunohi bilan kurashadigan yoshlar deyarli hamisha buning uchun uyat hissini boshdan kechirishadi?
7. Nima deb o'ylaysiz, Matto Xushxabarida (5:28) Iso nega shahvoniy nafsni nikohdagi xiyonatga taqqoslaydi? U qanday fikrni bizga yetkazmoqchi?
8. Biz qachonki o'z gunohimizni tan olganimizda (tavba qilganimizda), bu o'sha gunohlar tufayli bizga yetgan jarohlardan tuzalishimizga qanday yordam beradi?
9. Jinsiy aloqa borasida pok saqlanishingiz uchun, o'zingizdan qaysi vasvasa manbalarini «ajratib» tashlashingiz zarur?
10. Iso Masihning qurbonligi evaziga gunohdan forig' bo'lish mumkinligini bilganingizda, nimani his qildingiz?

Izohlar

1. What Are the Most Googled Words in the World?» <http://www.WebUpon.com/search-engine>.
2. George Barna, «The Church and the Mosaic Generation» Homiletics Online. <http://www.homileticonline.com>.
3. Dave Kinnaman, «The Mosaic Generation» Enrichment Journal (Fall 2006). <http://www.enrichmentjournal.ag.org>.
4. See the True Love Revolution. <http://www.trueloverevolution.wordpress.com>.
5. Sharon Jayson, «Abstinence Message Goes beyond Teens» USA Today (October 31, 2006). <http://www.usatoday.com/news>.
6. Planned Parenthood. <http://www.plannedparenthood.org/health-topics>.
7. Susan E. Barker, «Cuddle Hormone» <http://www.oxytocin.org/cuddle-hormone/index.html>.
8. Edward O. Laumann, et al. The Organization of Sexuality: Sexual Practices in the United States (Chicago: University of Chicago Press, 1994), 363–65.
9. Joan R. Kahn and Kathryn London, «Premarital Sex and the Risk of Divorce» Journal of Marriage and the Family, 53 (1991), 845–55.
10. William R. Mattox, Jr., «Aha! Call It the Revenge of the Church Ladies» USA Today (February 11, 1999). <http://www.usatoday.com>.
11. Child Trends, «Sexually Transmitted Diseases (STDs) among Adolescents and Young Adults» Facts at a Glance 2006–03 (2006). <http://www.childtrends.org>.
12. Centers for Disease Control and Prevention, HIV/AIDS Surveillance Report, vol. 16 (2005). <http://www.cdc.gov>.
13. B. E. Hamilton, et al., «Births: Preliminary Data for 2009» National Vital Statistics Reports (2010), 59(3), table 2.

14. A. Chandra, et al., «Fertility, family planning, and reproductive health of U.S. women: Data from the 2002 National Survey of Family Growth» National Vital Health Statistics (2005), 23 (25), 12.
15. Daniel R. Weinberger, M.D., Brita Elvevag, Ph.D., and Jay N. Giedd, M.D., «The Adolescent Brain: A Work in Progress» The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy (June 2005), 5.
16. Helen Phillips, «Instant Expert: The Human Brain» New Scientist (September 4, 2006). <http://www.newscientist.com>.
17. Shannon Brownlee, et al., «Inside the Teen Brain» US News & World Report (August 1, 1999). <http://www.usnews.com/usnews/culture>.
18. O'sha yerda
19. O'sha yerda
20. «Sexuality in Adolescence» Journal of Youth and Adolescence (November 2007). <http://www.righthhealth.com>.
21. Kaiser Family Foundation, «Teen Sexual Activity» in conjunction with Seventeen magazine article, «Virginity and the First Time» (2002). <http://www.kff.org/mediapartnerships>.
22. Barker, «Cuddle Hormone».
23. Joe S. McIlhaney Jr., M.D., and Freda McKissic Bush, Hooked: New Science on How Casual Sex Is Affecting Our Children (Chicago: Northfield Publishing, 2008).
24. O'sha yerda
25. O'sha yerda
26. <http://www.Definitions.net/definition/purity>.
27. «Sexually Transmitted Diseases» Epigee. <http://www.epigee.org/guide/stds>.
28. The Medical Institute, «The Facts about Condoms» <http://www.medinstitute.org/content>.
29. The Medical Institute, «Parents and Adolescents Attitudes» <http://www.medinstitute.org/media/Attitudes.htm>.
30. McIlhaney and Bush, Hooked, 117.
31. O'sha yerda, 81
32. «Overview of Sexually Transmitted Disease (STD)» HealthCommunities.com.
33. John Wright, ed., The New York Times Almanac 2002 (London: Psychology Press, 2001), 480.
34. Reuters, «CDC: Sexually Transmitted Diseases Still Rising in U.S.» Fox News (November 16, 2009). <http://www.foxnews.com>.
35. Lindsey Tanner, «Study Finds 1 in 4 U.S. Teens Has an STD» ABC News (March 11, 2008). <http://www.wjla.com/news/stories>.

36. Centers for Disease Control and Prevention, «Public Health Leaders Gather at National STD Prevention Conference to Address Heavy Toll of Sexually Transmitted Diseases» (March 2, 2010). <http://www.cdc.gov>.
37. The Medical Institute, «Statement on HPV Vaccine» <http://www.medinstitute.org>.
38. American Social Health Association, «PID (Pelvic Inflammatory Disease) Questions & Answers» <http://www.ashastd.org>.
39. Centers for Disease Control and Prevention, «HPV and Men: Fact Sheet» <http://www.cdc.gov>.
40. AVERT, «United States HIV & AID Statistics Summary»; <http://www.avert.org>.
41. Centers for Disease Control and Prevention, «20 Years of AIDS» (May 31, 2001). <http://www.cdc.gov>.
42. The Medical Institute, «Statement on HPV Vaccine».
43. Centers for Disease Control and Prevention, «Human Papillomavirus (HPV)» (March 11, 2011). <http://www.cdc.gov/hpv>.
44. Centers for Disease Control and Prevention, «HPV Vaccine — What You Need to Know» (March 3, 2010). <http://www.cdc.gov/vaccines>.
45. Centers for Disease Control and Prevention, «Genital HPV Infection» (November 24, 2009). <http://www.cdc.gov>.
46. National Council of Women's Organizations, «Key Facts about Cervical Cancer: HPV Testing and Older Women». <http://www.cluw.org/CCPW/ncwoFactsheet-2>.
47. D. L. Hughes, «How Can Men Be Tested for HPV?» <http://www.eHow.com>.
48. L. A. Koutsky, «Epidemiology of genital human papillomavirus infection» *American Journal of Medicine* (1997), 102 (5A), 3–8.
49. L. A. Koutsky and N. B. Kiviat, «Genital Human Papillomavirus» in K. K. Holmes, et al., eds., *Sexually Transmitted Diseases* (New York: McGraw Hill, 1999), 347–59, quoted in *Sexual Health Update Newsletter* (Spring 2000), 1–2.
50. Eileen F. Dunne, et al., «Prevalence of HPV Infection among Females in the United States» *Journal of the American Medical Association*, vol. 297, no. 8 (February 28, 2007). <http://www.jama.com>.
51. National Institute of Health, «Cervical Cancer» Consensus Development Statements 14, no. 1 (April 1–3, 1996). <http://www.odp.od.nih.gov/consensus/cons/102>.
52. Planned Parenthood, «Human Papillomavirus (HPV)» <http://www.plannedparenthood.org>.
53. Joe S. McIlhaney Jr., M.D., *Sex: What You Don't Know Can Kill You* (Grand Rapids, MI: Baker, 1997), 34, 36.

54. Kaiser Family Foundation, «The Tip of the Iceberg: How Big Is the STD Epidemic in the U.S.?» (December 2, 1998). <http://www.kff.org/womenshealth/1447>.
55. American Cancer Society, «Cancer Facts and Figures 1999: Selected Cancers» (February 21, 2000). <http://www.cancer.org/statistics/cff99/selectedcancers.html>.
56. Institute for Youth Development, «STDs — A Teenage Epidemic?» The Youth Connection (March/April 2004), 4. <http://www.youthdevelopment.org>.
57. Matthew B. Rettig, M.D., «HPV Virus Helps Cervical and Head and Neck Cancers Grow and Spread» UCLA Jonsson Comprehensive Cancer Center (November 4, 2008). <http://www.cancer.ucla.edu>.
58. Centers for Disease Control and Prevention, «Cervical Cancer Rates by Race and Ethnicity» (January 26, 2011). <http://www.cdc.gov>.
59. CDC, «HPV and Men».
60. <http://www.Chastity.com>, <http://www.chastity.com/chastity-qa/stds/infections>.
61. JoAnne Allen, «U.S. herpes rates remain high — CDC» Reuters (March 9, 2010). <http://www.reuters.com>.
62. Sexuality Information and Education Council of the U.S., «Fact Sheet: Sexually Transmitted Diseases in the United States» Siecus Report 25, no. 3 (1997).
63. Women's Health, «Pelvic Inflammatory Disease» <http://www.womens-health.co.uk/pid.html>.
64. Florida Association of Planned Parenthood Affiliates, Inc., «CDC Report Finds Adolescent Girls Continue to Bear a Major Burden of Common Sexually Transmitted Diseases» <http://www.floridaplannedparenthood.org/news>.
65. «Invasive Cervical Cancer Rising in Young White Females» Journal of the National Cancer Institute, vol. 86, issue 1 (January 5, 1994), 6–7. <http://www.jnci.oxfordjournals.org>.
66. Centers for Disease Control and Prevention, «HIV/AIDS and Women» (February 11, 2010). <http://www.cdc.gov>.
67. Centers for Disease Control and Prevention, «STDs & Pregnancy» (January 4, 2008). <http://www.cdc.gov>.
68. House Committee on Commerce, «Ronald O. Valdiserri, M.D., addressing the Subcommittee on Health and Environment on cervical cancer» Congressional Record (March 16, 1999), 18–22.
69. Center for Young Women's Health, «Sexually Transmitted Diseases (STDs): General Information» <http://www.youngwomen'shealth.org>.
70. McIlhaney and Bush, Hooked, 81.

71. Office of National AIDS Policy, «Youth and HIV/AIDS 2000: A New American Agenda» <http://www.whitehouse.gov/administration/eop.onap>.
72. McIlhaney and Bush, *Hooked*, 81.
73. Center for Young Women's Health, «Sexually Transmitted Diseases».
74. Megan Brooks, «Half of teen girls have STIs by 2 years of first sex» Reuters (December 7, 2009). <http://www.reuters.com/article>.
75. Joe S. McIlhaney Jr., M.D., «Because Sex Is Not a Game This School Year», *The Medical Institute Quarterly* (Spring 2002).
76. DoSomething.org, «11 Facts about Teens and STIs».
77. Josh McDowell, *Why True Love Waits* (Carol Stream, IL: Tyndale House Publishers, 2002), 39.
78. DoSomething.org, «11 Facts about Teens and STIs» <http://www.dosomething.org/tipsandtools/11-facts-about-teens-and-stds>.
79. The Medical Institute, *Abstinence and «Safer Sex» Sexuality Education: A Comparison* (Austin, TX: The Medical Institute), 20.
80. C. Leah, L. Jackson, et al., Centers for Disease Control, powerpoint. «Chlamydia Screening and STD Education for High-risk Teens» 2002. <http://www.cdc.gov/stdconference/2002/slides/b7leah.pps>.
81. CDC, «STDs in Adolescents and Young Adults» STD Surveillance 2002: Special Focus Profiles. <http://www.cdc.gov/std/stats02/2002pdf/SFAdoles.pdf>.
82. McIlhaney and Bush, *Hooked*, 81.
83. Institute for Youth Development, «Benefits of Delaying Sexual Debut» (2008). <http://www.youthdevelopment.org>.
84. Gary L. Rose, M.D., *Sexual Health for Life Seminar*, September 12, 2007, Pittsburgh, PA.
85. O'sha yerda
86. Raymond G. Bohlin, Ph.D., «Probe Ministries: Safe Sex and the Facts» Leadership U (July 14, 2002). <http://www.leadershipu.com/orgs/probe/docs/safesex.html>.
87. Statistics: STI/STDs #95, *Relationships Under Construction*, high school curriculum (Sunbury, OH: ATM Education, 2008), 126.
88. Centers for Disease Control and Prevention, «Premarital Sexual Experience among Adolescent Women — United States, 1970–1988» *Morbidity and Mortality Weekly Report* 39, no. 51 (January, 1991), 929–32.
89. «Scientific Evidence on Condom Effectiveness for Sexually Transmitted Disease (STD) Prevention» The National Institute of Health and the National Institute of Allergy and Infectious Disease (July 2001).

90. Centers for Disease Control and Prevention, «HPV: Common Infection, Common Reality» <http://www.cdc.gov/std/hpv>.
91. Anjum Khursid, MBBS, MPAff, «Talking Points on Winer's Article in New England Journal of Medicine on Condom Use and HPV Risk» The Medical Institute. <http://www.medinstitute.org>.
92. O'sha yerda
93. O'sha yerda
94. Raymond G. Bohlin, Ph.D., «Probe Ministries: The Epidemic of Sexually Transmitted Diseases» Leadership U (July 14, 2002). <http://www.leadershipu.com/orgs/probe/docs/safesex.html>.
95. O'sha yerda
96. Kaiser Family Foundation, «It's Your (Sex) Life: A Guide to Safe and Responsible Sex». <http://www.kff.org/mediapartnerships>.
97. Centers for Disease Control and Prevention, «STD-Prevention Counseling Practices and Human Papillomavirus Opinions among Clinicians with Adolescent Patients — United States, 2004» Morbidity and Mortality Weekly Report 55, no. 41 (October 20, 2006), 1117–120.
98. Planned Parenthood, «Human Papillomavirus (HPV)». <http://www.plannedparenthood.org>.
99. Rose, Sexual Health for Life Seminar.
100. Sexual Information and Education Council of the U.S., «Fact Sheet: Sexually Transmitted Diseases in the United States».
101. Relationships Under Construction, high school curriculum (Sunbury, OH: ATM Education, 2008), 118.
102. Jacqueline Matusza, «What Is the Incubation Period of AIDS?» eHow Health. <http://www.ehow.com>.
103. Kaiser Family Foundation, «TV Sex Getting 'Safer,' Kaiser Family Foundation Study Finds» (February 4, 2003). <http://www.kff.org/entmedia>.
104. Anna Forbes, «Askable Parents, Teachable Moments» Bryn Mawr Alumnae Bulletin. <http://www.brynmawr.edu>.
105. The Medical Institute, «The Facts about Condoms».
106. «Overview of Sexually Transmitted Disease (STD)» <http://www.Health-Communities.com>.
107. Trace W. Kershaw, et al., «Sexual Risk Following a Sexually Transmitted Disease Diagnosis: The More Things Change the More They Stay the Same» Journal of Behavioral Medicine, vol. 27, no. 5, 445–61.
108. CDC, «HPV Vaccine: What You Need to Know».
109. Centers for Disease Control and Prevention, «Genital Herpes»/ <http://www.cdc.gov>.

110. Hepatitis B Foundation, «General Information: FAQ». <http://www.hepb.org>.
111. National Cancer Institute, «Human Papillomavirus (HPV) Vaccines» (October 22, 2009). <http://www.cancer.gov>.
112. Centers for Disease Control and Prevention, «Trends in Reportable Sexually Transmitted Diseases in the United States, 2006» Surveillance 2006. <http://www.cdc.gov>.
113. Reuters, «CDC: Sexually Transmitted Diseases Still Rising in U.S.».
114. McIlhaney and Bush, *Hooked*, 81.
115. McIlhaney, «Because Sex Is Not a Game This School Year».
116. Ed Vitalgiano, «New Study: Half of Young People Will Contract STDs», Alan Guttmacher Institute (May 13, 2004). <http://www.crosswalk.com>.
117. McIlhaney, «Because Sex Is Not a Game This School Year».
118. Kaiser Family Foundation, «What Teens Don't Know about STDs Puts Them at Risk» (March 8, 1999). <http://www.kff.org>.
119. O'sha yerda
120. The Medical Institute, «Sex, Condoms & STDs: What We Now Know» (2003). <http://www.medinstitute.org>.
121. «Human Immunodeficiency Virus» PDR Health, Diseases & Conditions. <http://www.pdrhealth.com/disease>.
122. Sexual Information and Education Council of the U.S., «The Truth about Adolescent Sexuality». <http://www.siecus.org>.
123. Centers for Disease Control and Prevention, «Premarital Sexual Experience among Adolescent Women — United States, 1970–1988» Morbidity and Mortality Weekly Report 39, no. 51 (January 1991), 929–32.
124. «Study: Half of Teen Girls Infected with STDs within 2 Years of Having Sex» Fox News (December 8, 2009). <http://www.foxnews.com/story>.
125. Sexual Information and Education Council of the U.S., «The Truth about Adolescent Sexuality». <http://www.siecus.org>.
126. Kaiser Family Foundation, «What Teens Don't Know about STDs Puts Them at Risk» (March 8, 1999). <http://www.kff.org>.
127. Reuters, «HPV Linked to 25,000 Cancers in 5 Years: Government study suggests need for HPV screening men and women» MSNBC.com (November 3, 2008). <http://www.msnbc.com>.
128. Rettig, «HPV Virus Helps Cervical and Head and Neck Cancers Grow and Spread».
129. Dunne, et al., «Prevalence of HPV Infection».
130. Julie Sharp, «Oral Sex Linked to Throat Cancer» BBC News (May 10, 2007). <http://www.news.bbc.co.uk/2/hi/health>.
131. Reuters, «HPV Linked to 25,000 Cancers in 5 Years».

132. O'sha yerda
133. JoNel Aleccia, «„Eww“ factor aside, anal HPV infection is a risk» MSNBC Women's Health (May 23, 2008). <http://www.msnbc.msn.com>.
134. «Throat Cancer Added to List of Diseases Caused by HPV» Houston Chronicle (May 2007).
135. «Sexually Transmitted Diseases» Epigee.
136. Reuters, «CDC: Sexually Transmitted Diseases Still Rising in U.S.».
137. Haishan Fu, «Contraceptive Failure Rates: New Estimates from the 1995 National Survey of Family Growth» Family Planning Perspective, vol. 31, no. 2 (March/April 1999).
138. Centers for Disease Control and Prevention, «STD-Prevention Counseling Practices and Human Papillomavirus Opinions among Clinicians with Adolescent Patients — United States, 2004» Morbidity and Mortality Weekly Report 55, no. 41 (October 20, 2006), 1117–120.
139. Planned Parenthood, «Fact Sheet: HPV — The Most Common Sexually Transmitted Virus» (August, 2006). <http://www.plannedparenthood.org>.
140. Elizabeth Boskey, Ph.D., «What are the federal guidelines for abstinence only education?» About.com (October 13, 2010). <http://www.std.about.com/od/syphilis/f/federalabstineneregs.htm>.
141. McIlhaney and Bush, Hooked, 20.
142. O'sha yerda
143. Laura Vanderkam, «Sexually Active Girls' Lament: Why Didn't I Wait?» USA Today (June 12, 2003). <http://www.usatoday.com>.
144. R. E. Rector, K. A. Johnson, and L. R. Noyes, «Sexually Active Teenagers Are More Likely to Be Depressed and to Attempt Suicide» Washington, DC: A report from the Heritage Center for Data Analysis, Heritage Foundation CDA03–04 (2008), 78.
145. Personal interview, Freda McKissic Bush.
146. Extrapolated from Joe S. McIlhaney Jr., M.D., and Freda McKissic Bush, Hooked, 78.
147. «Your Brain on Sex» Reuniting: Healing with Sexual Relationships (June 25, 2005). <http://www.reuniting.info/science>.
148. Cited in Kaiser Family Foundation, «Substance Use and Risky Sexual Behavior: Attitudes and Practices Among Adolescents and Young Adults» (February, 2002). <http://www.kff.org>.
149. Kaiser Family Foundation, «Teen Sexual Activity».
150. Rose, Sexual Health for Life Seminar.
151. Aleccia, «„Eww“ factor aside».
152. Christine Hill-Kayser, M.D., «Anal Cancer: The Basics» OncoLink (February 23, 2008). <http://www.oncolink.org>.

153. Kaiser Family Foundation, «Teen Sexual Activity».
154. Chris Wagner, «Oral Sex Is Sex, and Most Teens Don't Know It» Center for Parent/Youth Understanding. <http://www.cpyu.org>.
155. Laura Sessions Stepp, «Teen Sexual Activity on the Rise» The Detroit News (September 16, 2005). <http://www.detroitnews.com/2005/health>.
156. O'sha yerda
157. <http://www.Merriam-webster.com/dictionary/sex>.
158. Wagner, «Oral Sex Is Sex».
159. Judith Reisman, Ph.D., «Psychopharmacology of Pictorial Pornography Restructuring Brain, Mind & Memory & Subverting Freedom of Speech» (The Institute for Media Education), taken from Relationships Under Construction, high school curriculum (Sunbury, OH: ATM Education, 2008), 198. Information also found in Human Nature, vol. 9, no. 1 (1998), 34.
160. Wagner, «Oral Sex Is Sex».
161. Elizabeth Boskey, Ph.D., «Is Oral Sex Safe Sex?» About.com (July 6, 2009). std.about.com.
162. Roxanne Khamisi, «Oral Sex Can Cause Throat Cancer» New Scientist (May 9, 2007). <http://www.newscientist.com>.
163. Sharp, «Oral Sex Linked to Throat Cancer».
164. Reader's Digest, August 2008, «What You Need to Know: HPV and Cancer Risk». <http://www.rd.com/health/hpv-and-cancer-risk-facts>.
165. Cathy Becker, «The Oral Sex Cancer Connection» Good Morning America On Call (October 15, 2008). <http://www.abcnews.go.com/GMA/OnCall>.
166. Bernadine Healy, M.D., «Clueless about Risks of Oral Sex» U.S. News & World Report (March 19, 2008), 60. <http://www.usnews.com>.
167. Susan Richardson, «An Overlooked Weapon in the Battle of Teen Pregnancy: Self-Esteem» Austin American Statesman (March 5, 1998).
168. Centers for Disease Control and Prevention, National Vital Statistics System (March 16, 2011). http://www.cdc.gov/nchs/data_access/vital-stats.
169. JASWiki, «Sexually Transmitted Diseases» (November 4, 2010). <http://www.ankerberg.com>.
170. Dr. Lawrence Laycob, Ph.D., M.D. From a public presentation, Colorado.
171. Personal conversation.
172. U.S. Bureau of the Census, «America's Families and Living Arrangements» Current Population Reports, Series (March 2000).

173. Janice Shaw Crouse, Ph.D., «The Myths and Reality of Living Together without Marriage» Focus on the Family, 2007, <http://www.crosswalk.com>.
174. O'sha yerda
175. Statistic from a study by Scott Stanley at the University of Denver, MSN Lifestyle, «Cohabitation Shows Tendency toward Divorce?» (September 2009). <http://www.lifestyle.msn.com>.
176. Mattox Jr., «Aha! Call It the Revenge of the Church Ladies».
177. L.J. Waite and M. Gallagher, «The Case for Marriage: Shedding Light on the State of Marriage in America» The Medical Institute Quarterly (Spring, 2002).
178. O'sha yerda
179. U.S. Census, «Income Distribution Measures, by Definition of Income: 2009» section: Married-Couple Households. <http://www.census.gov/hhes/>, http://www.cpstables/032010/rdcall/1_002.htm.
180. O'sha yerda
181. D. S. Burgoyne, «Factors affecting coital frequency» Medical Aspects of Human Sexuality (May 1974), 152–54.
182. Dr. John R. Diggs Jr., «Sex without Marriage Often Ruins People's Health and Well-being» from Waite and Gallagher's The Case for Marriage (New York: Doubleday, 2000). <http://www.josh.org>.
183. Mattox Jr., «Aha! Call It the Revenge of the Church Ladies».
184. O'sha yerda
185. James [anonymous], «Sex and the Pity» Think Christian (May 25, 2008), citing Dr. Nancy Moore Clatworthy's interview in Seventeen magazine. <http://www.thinkchristian.net>.
186. McIlhane and Bush, Hooked, 33.
187. McDowell, Why True Love Waits.
188. Lance Morrow, «Fifteen Cheers for Abstinence» Time (October 2, 1995), 90.
189. O'sha yerda
190. Lovetoknow, «Dating and Teen Sex: What We Know» dating.lovetoknow.com.
191. National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, «Sex and Tech: Results from a Survey of Teens and Young Adults» Cosmogirl.com (December 10, 2008). <http://www.thenationalcampaign.org>.
192. O'sha yerda
193. Wikipedia, «Sexting» <http://www.en.wikipedia.org/wiki/Sexting>.
194. «Sexting Girls Facing Porn Charge Sue D.A» CBSNews.com (March 27, 2009). <http://www.cbsnews.com/stories>.

195. Mike Bruner, «„Sexting“ surprise: Teens face child porn charges» MSNBC.com (January 15, 2009). <http://www.msnbc.msn.com>.
196. Michael Inbar, «„Sexting“ cited in teen's suicide» MSNBC.com (December 2, 2009). <http://www.msnbc.msn.com>.
197. McIlhaney and Bush, Hooked, 121–23.
198. Institute for Youth Development, Benefits of Delaying Sexual Debut.
199. McIlhaney and Bus, Hooked.
200. Kaiser Family Foundation, «Teen Sexual Activity».
201. <http://www.Merriam-webster.com/dictionary/pornography>.
202. Gary Foster, «Porn Plague» Religious Market Update (February 10, 2009), 1. <http://www.garydfoster.com>.
203. Gary Foster, «Prolific Porn» Religious Market Update (February 10, 2009), 1. <http://www.garydfoster.com>.
204. U.S. News & World Report (March 27, 2000), cited in Josh McDowell, Why True Love Waits.
205. MSNBC/Stanford/Duquesne Study, Washington Times (January 26, 2000), cited in Josh McDowell, Why True Love Waits.
206. Dr. Robert Weiss, Sexual Recovery Institute, Washington Times (January 26, 2000), cited in Josh McDowell, Why True Love Waits.
207. O'sha yerda
208. Campus Ministry Update (September 2004). <http://www.www.ivyjungle.org>.
209. Foster, «Porn Plague».
210. McDowell, Why True Love Waits.
211. James Check, «The Effect of Violent and Nonviolent Pornography» in Michael McManus Jr., ed., Final Report of the Attorney General's Commission on Pornography (Nashville: Rutledge Hill Press, 1986), 251–52.
212. O'sha yerda
213. McDowell, Why True Love Waits.

Josh Makdauell
Erin Devis bilan hammualiflikda
YALANG'OCH DALILLAR

Mas'ul muharrir C. Umirbekov
Muharrir I. Djurabayeva
Tarjimon G. Ismailova
Rassom S. Smirnov
Korrektor F. Maxmudova
Kompyuter verstkasi S. Smirnova

«RUBIN» NASHRIYOTI, 2022