

ЖОШ МАКДАУЭЛЛ

МУҲАББАТ ТИЛСИМИ

СЎЗ БОШИ

Одамлар тез-тез мендан: “Жошнинг жуда кўп саёҳат қилиши турмушларингизга зарар қилмайдими?” ёки “Жошнинг маърузалар билан ўта банд бўлиши муносабатларингизга ёмон таъсир кўрсатмайдими?” – деб сўрашади.

Мен тан олишга тайёрман: Жошнинг биз билан кўпроқ бирга бўлишини истардим, бироқ фақат кечкурунлари уйда бўлиши никоҳимизга ёмон таъсир қилмайди. Биз билан бирга бўлиш ёки бўлмаслигидан қатъий назар фарзандлари ва мен Жош учун биринчи ўринда туришимизни кўрсатиш учун у ҳар доим янги нимадир ўйлаб топади. Жош бу китобда севги, никоҳ, жинсий муносабатлар ҳамда ота-оналар ҳақида нима ёзган бўлса, ҳаммасига амал қилиб яшайди.

Албатта, мустаҳкам оилавий муносабатлар меҳнатни талаб этади. Бошиданоқ Жош ҳаётимизни мен тасаввур қилгандек ажойиб қилишга 150 % ҳаракат қилган. Албатта, бунга жавобан мен ҳам уни 150 % севдим.

Бу китобда Жош ҳақиқий эр ва ҳақиқий рафиқа қандай бўлиши лозимлиги ҳақида ўз изланишлари асосида чин юракдан бўлишган. Қолаверса, у мукаммал севги муносабатларининг ўн битта калитини таклиф қилган.

Дотти Макдауэлл

1 БЎЛИМ

МУҲАББАТ ТИЛСИМИ

Қандай қилиб севги муносабатларида “исталган” инсон бўлиш мумкин?

1. САЛ КЎПРОҚ

Бир куни кечкурун ишлаётган вақтимда телефон кўнғироғи қаттиқ жиринглади.

“Жаноб Макдауэлл?”

Кайфияти нохуш эканлиги сезилиб турган ёш жувон менинг кўнғироққа жавобимни кутишга ҳам сабри чидамади. “Жаноб Макдауэлл, сўнгги беш кечада мен бешта ҳар хил эркак билан бўлдим. Бугун кечкурун бир ўзим жойимда ўтирганча, “Наҳотки ҳаммаси шу бўлса?”, деб ўйланиб қолдим. Кейин титроқ овоз билан: “Илтимос, яна нимадир бор, деб айтинг”, деди.

“Бор, - дедим. – Буни яқинлик дейишади”.

Эҳтимол, бу аёлга ўхшаб, сиз ҳам ҳозирнинг ўзида “Наҳотки ҳаммаси шу бўлса?” деб ўйлаб ўтиргандирсиз. Сиз орангизда муносабат пайдо бўляпти деб ўйлагансиз-у, бироқ шеригингиз шунчаки тунни сиз билан ўтказмоқчи эканлиги аён бўлган. Сиз турмушга чиққансиз ва шам ёғдусида романтик кечки овқатни орзу қиласиз, бироқ турмуш ўртоғингиз футбол кўриб ўтириб, норози қичқираётганини эшитасиз. Эҳтимол, сиз аллақачон ажрашиб улгургандирсиз ва ортга назар ташлаб, “Наҳотки ҳаммаси шу бўлса?” деб ўйлаб қоляпсиз.

Агар сиз ўзингизга шундай савол бераётган бўлсангиз, бу савол исканжасида қолган фақат сиз эмассиз. Ҳақиқий севгини излаш кўплаб машҳур кўшиқларнинг мавзуси ҳамда деярли барча фильмларнинг ажралмас қисмидир. У кўплаб инсонлар ўқийдиган минглаб машҳур романларнинг асоси ва негизи ҳисобланади. Бизнинг жинсий яқинликка бўлган иштиёқимизга асосланган рекламалар учун компаниялар миллионлаб доллар сарф қилишади. Мелодрама ҳамда комедия жанридаги фильмлар бизнинг орзуларимизни акс эттириб, янада аланга олдиради. Агар сизни нотик сифатида эътироф этишларини истасангиз, “Севги, никоҳ ва жинсий алоқада муваффақиятга эришиш” мавзусида семинар ташкил қилинг.

Агар афишада “Максимал жинсий алоқа” деб ёзилган бўлса, талабалар шаҳарчасига ташриф буюрганимда бир талай тингловчилар тўпланиши кафолатланади. Гарчи мен имонли ёшларга гапирсам ҳам камдан кам тарғиб қилинадиган мавзуда гапираман, чунки севги ҳамда жинсий муносабатлар ҳақидаги ҳар қандай суҳбат бир талай одамларни жалб қилади.

Бу китобни ўқиётганингиз чинакам севгини излашда мақсадимиз умумий эканини билдиради, чунки кўпинча, севги муваффақиятсизликка учрамоқда.

Энг яхши ҳолатда ҳам чин севгини топиш қийин бўлиб қолмоқда. Машҳур тадқиқотчи ва ёзувчи Лео Баскаль шундай ёзади:

“Биз олис йўлни босиб ўтдик. Оиламиз пароканда бўлишигича, рухий қадриятлардан, барча эзгуликлардан ҳамда аччиқликни ифодаловчи нарсалардан воз кечишгача бордик. Биз ҳамма нарсаларни – жинсий яқинликдаги тушунмовчиликларни ҳам, никоҳда учраб турадиган барча англашилмовчиликларни ҳам синаб кўрдик. Бироқ буларнинг бари ўзидан кейин ёлғизлик ҳамда бўшлиқни қолдиришини англаб етдик. Шунинг учун уларда бироз бўлса ҳам ҳақиқат борлигини англаш учун биз яна мана шу алмисокдан қолган қадриятларга мурожаат қилишни бошладик”.

Жинсий алоқа етарли эмас

Бу “алмисокдан қолган” қадриятлардан биттаси жинсий яқинлик эканини биламиз. Ёзувчи Энн Лэндерс ўзининг “Жинсий алоқа ўрнига кучоқлашни афзал кўрасизми?” деган саволига ғаройиб жавоб олди. 90000 аёлдан 64000 таси ижобий жавоб берди. “Илиқ кучоқлаш ёки эркалаш жинсий алоқадан муҳимроқ”. Бундай жавоб берганларнинг чиндан ҳам шундай ҳисоблашларига ишончим комил бўлмаса ҳам, улар жинсий алоқада яқин бўлишни афзал кўришлари аниқ.

Бугун кимдир сизни кучдими? Унда доктор Жером Шерманнинг фикрига қўшилсиз, у шундай деган: “Инсон сифатида биз илиқликни, яқинликни истаймиз. Бу асосий инсоний истакдир. Жинсий алоқа ўз йўлига”.

Бироқ эркаларда ҳам шундайми? Ахир, эркалар фақат жинсий алоқага қизиқишади, шекилли?

Энн Лэндерснинг суриштирув натижаларини баҳолар экан, “Бизнинг натижаларимиз аниқ, - деб таъкидлайди АҚШнинг машҳур рухшуноси Жойс Бразерс. – Жуда узоқ йиллар давомида – викторианлар асридан бери – эркалаш ҳамда кучоқлашни ҳис қилиш учун эркалар ва аёллар жинсий алоқа билан шуғулланишган. Биз эркалашга муҳтожликни ҳис қиламиз, жинсий алоқа эса эркалаш учун тўланадиган ҳақ ҳисобланади”.

Биз севги ва жинсий алоқа ҳақида жуда кам биламиз, шундай эмасми? Мамлакат миқёсидаги ажралишлар сони – бунинг сирини очишдан аввал олдимизда узоқ йўл турганини кўрсатувчи кўрсаткичларнинг биридир. Жинсий алоқа бўйича мутахассислар ҳам буни таъкидлашади.

“Тадқиқотчилар севги ҳамда севги муносабатларидаги муаммолар бўйича ҳатто биринчи қадамни ҳам кўйишмаган, - дейди Жон Хоикинс Университети профессори, жинсий муносабатлар бўйича машҳур мутахассис доктор Жон Мани. – Шунчаки, жинсий алоқа ҳақида гапириш осонроқ. Бироқ, инсоният учун энг муҳими – севги ва ўзаро инсоний муносабатлардир”.

Инқирозга учраган эркинлик

Юзлаб оилалар билан ўтказган суҳбатларим асосида шуни аниқладимки, асосий муаммо – викториан чекловлар эмас экан. Эр-хотинлар қувонч ва иштиёқ уларнинг жинсий ҳаётларидан йўқолганини таъкидлашди. Бу очиқлик “Севги ва ирода” китобининг муаллифи Ролло Мэй сингари сексологлар томонидан шундай тасдиқланган:

“Бугунги кунда шифокорлар жинсий босимдан азият чекаётган беморларга камдан-кам дуч келишади. Аслида, мурожаат қилаётган беморларнинг қарама-қарши жинс вакиллари эканини кўрамиз: жинсий алоқа, юқори даражадаги жинсий яқинлик ҳақида кўп гапирилади, лекин тез-тез ҳамда истаганча шерик билан хоҳлаганча жинсий алоқа қилишга маданий таъқиқлардан деярли ҳеч ким шикоят қилмайди. Беморларимиз асосан туйғу ҳамда иштиёқнинг сустлигидан шикоят қилишади. Ушбу мунозарали ҳолатда қизиғи шуки, уларнинг барчаси балоғатга етишдан роҳатланишади. “Жинсий алоқа кўп, лекин ундан келадиган лаззат жуда кам”.

Услуб – жавоб эмас

Жинсий алоқа усуллари ҳамда туғилишни назорат қилиш ҳақидаги батафсил маълумотлар жавоб ҳисобланмайди. Жаҳонга машҳур сексологлар Уильям Мастерз ҳамда Виржиния Жонсонлар шундай эълон қилишган:

“Сўнгги йилларда жинсий алоқага доир кузатишлардан аён бўлдики, ҳар қандай китобдан усулларни ўрганиш орқали ёмон жинсий алоқаларни “даволаш” мумкинлиги ҳақидаги фикрдан ҳам ёмонроқ фикр йўқ экан. Усулларнинг муҳимлигига таяниш шунчалик кўпки, ҳозирги кунда бу яхши маслаҳат бўлиб туюлади. Агар эр-хотин тўшакка ётишидан олдин кайфиятлари яхши бўлмаса, бу эр-хотин орасида ҳеч нима содир бўлмайди. Ҳеч қандай ҳолатда яхши жинсий алоқа ёмон ҳиссий муносабатларни даволай олмайди. Эркак ҳам аёл ҳам бир-бирларидан лаззат олишлари учун иккаласи ҳам бир-бирларини хоҳлашлари лозим”.

Бугунги кунда кўп одамлар яқин муносабатни давом эттиришлари учун эҳтирос, қувонч ҳамда яқинликни қайтариш лаёқатига эга эмас. Бунинг ўрнига жинсий алоқада яхши шерик бўлиш учун вақти, кучи ҳамда пулларини сарфлашга тайёр ва меҳр, сеvgи ҳамда ҳамдардлик каби зарур кўникмаларни ривожлантиришни унутиб қўйишади. Янги усул иш бермай қўйганида, агар масъулият ва садоқат деган тушунчаларга бир хилда вақт ажратилса ва эътибор берилса, эр-хотинлик муносабатларида зарур бўлган яқинлик ва қувончни тиклаш мумкин.

Сўзнинг тўғри тартиби

Эр-хотинликни “севги, никоҳ ва жинсий муносабатлар” деб таърифлаш мумкин. Айнан мана шу таъриф жараёни тўғри тартибга солишга сабаб бўлади ва эркак ҳамда аёл ўртасида тўлақонли муносабатни ривожлантиради. Ушбу китобда сиз жинсий алоқага эмас, балки узоқ вақт давом этадиган эр-хотинлик

ҳамда ўзаро муносабатга диққатингизни қаратишни бошлашингиз учун зарур бўлган қадриятлар ва сифатларни кўрсатамиз. Улар туфайли севги ҳамда жинсий яқинлик учун кўплаб жозибали, лекин “боши берк” бўлган йўллардан ҳалос бўласиз. Ва бу сизга агар уйланган бўлсангиз, ўзингиз ҳамда турмуш ўртоғингизга ажралиш ёки жинсий англашилмовчиликлардан ҳалос бўлишингизда ёрдам берадиган асосий қадриятлар ва сифатларни англаб етиш имконини беради.

Бу китобни ўрганиш икки босқичли жараён сифатида таърифланиши мумкин. Аввало, биз сизнинг шахсий сифатларингизни ва севги муносабатларида “исталган” шерик бўлишингиз учун сизга нималар кераклигини текшираемиз. Англаётган бўлсангиз, муҳаббат тилсими – бошқа кимдир учун кўнглидагидек шерик бўлиш, демакдир. Бу китобнинг иккинчи қисмида ҳақиқий севгининг хусусиятларини – ўзаро муносабатлардаги ягона мустаҳкам кучни ўрганаемиз. Максимал севги, эр-хотинлик ва жинсий муносабатлар сири – онгли муносабатлар билан ифодаланган етук муҳаббатдир.

Қўрқув ҳисси

Менимча, икки турдаги қўрқув кўп инсонларга узоқ давом этадиган қувонч ва яқинликни ҳис қилишларига йўл қўймайди.

Бу қўрқувларнинг биттаси – ҳеч қачон севилмасликдан қўрқиш бўлса, кейингиси – ҳеч қачон сева олмасликдан қўрқишдир. Бу қўрқувларнинг асосий сабаби биз бу оламда севгининг барбод бўлаётганини ўз кўзимиз билан кўраётганимиздир. Ҳақиқий севгининг одатлари бизда ўз-ўзидан ривожланмайди. Биз уларни амалдаги намуналардан кўриб, аниқроғи она-оналаримиз бир-бирларига бўлган севгисини кундалик ҳаётда қандай кўрсатаётганини кузатиш орқали англаб етамиз.

Гап шундаки, болаликда севги жуда муҳимдир, дейди доктор Бенжамин Спок. Ўтган асрнинг ўрталарида болалик ва ўсмирлик мавзуси бўйича Оқ Уйда ўтказилган Конференцияда у шундай деганди: “Бу шунчаки таъсирли суҳбат эмас. Эркалашга ва эътиборга муҳтож болакайларнинг қалби ҳам, танаси ҳам қуриб қолиши, одамлар билан мулоқотда ва хатти-ҳаракатда қувончдан маҳрум бўлиб қолишлари бор гап. Бундай фожиалар кам учрайди, бироқ худди организм калорияга муҳтож бўлганидек, улар ҳам севгига муҳтож эканини исботлайди”.

Узоқ вақт руҳий касалликларга чалинган ёшлар билан ишлаган доктор Лео Баскал шундай ёзган:

“Ёшлик чоғидаёқ ўзларига нисбатан муҳаббатни ҳис қилмагани учун таслим бўлган инсонлар бор. Улар севгисини қандай кўрсатишни, қандай ифода этишни ва уни қандай қабул қилишни ҳам билишмайди. Агар уларга қўлингизни узатсангиз, улар қичкиришади, ваҳимага тушиб:

“Менга тегма”, деб бақиришади. Бу жуда машаққатли йўл бўлиб, баъзилари ҳеч қачон ортга қайта олмайдилар”.

Бундай одамлар одатда, руҳан тўқис ривожланмайдилар, севгини қабул ҳам қила олмайдилар, бошқаларга ҳам севги кўрсата олмайдилар. Улар ўзларида бўлмаган нарсани бошқаларга бера олишмайди. Бошқа томондан, биз ота-оналаримиздан қанча кўп севги қабул қилсак, шунча севгини бошқаларга кўрсата оламиз. Бироқ, биз аввал қабул қилиб оладиган тарафда бўлишимиз лозим.

Болалар нафақат “ота-онам мени яхши кўради”, деб ишониши, балки “ота-онам бир-бирларини севишади” деб ишониши ҳам жуда муҳим. Болалар ўз уйларида севгини кўрмаса, севгини қандай қабул қилиш ва қандай бошқаларга беришни билмасдан улғайишади.

Бугунги кунда кўпчилигимиз ота-оналарнинг бундай ўрнакларисиз катта бўляпмиз. Натижада эса, билиб ёки билмасдан никоҳ каби яқин муносабатларга киришишдан кўрқамиз. Агар севгининг бу намунаси уйимизда бўлмаса, агар қандай севиш кераклигини ўрганмаган бўлсангиз, кимнидир севиш ва ўша инсон билан бир умр бирга яшаш фикри сизни чўчитади ва ташвишга солади. Ҳатто севги ҳиссининг илиқлигини ва яқинлигини истасангиз ҳам, кўпинча уларнинг олдида чекинаётганингизни сезасиз. Ҳатто никоҳга шаъма қиладиган ҳар қандай ҳиссий алоқадан “думингизни қисиб” қочиб қолишингиз мумкин.

Бир талаба ўзининг севги борасидаги кўрқув ҳиссини шундай ифодалаган эди: “Мен масиҳий бўлишимдан аввал ҳеч ким мени севмайди, деб кўрқардим. Ундан ҳам кўрқинчлироғи мен ўзим кимнидир севишга қодирлигимни ҳам билмасдим. Фақат одамлардан фойдаланаётганимни билардим, холос. Бироқ менинг барча алоқаларимда қандайдир яширин мақсадлар бўлар эди. Натижада эса ҳеч ким билан яқин бўла олмадим”.

Менинг “Муҳаббат тилсими” теледастуримни кўрган 16 ёшли қиз ўзининг кўрқувлари ҳақида шундай деган: “Ҳақиқий севгини ҳеч қачон билмасликка қарор қилгандим. Ҳеч қачон яқин муносабатни йўлга қўя олмаслигимни ҳис қилгандим”.

Умид бор

Бу дастур унга янги умид берди: “Мен дастурингизни кўрдим, дастур менга кимдир мени чиндан севиб қолиши мумкинлигини ва бу мен учун имконсиз эмаслигини кўрсатди”.

Биз бу китобга жойлаштирган умид мана шу – сиз кўрқувни енга оласиз ва бунга тайёр эмаслигингиздан қатъий назар севгида етук бўла оласиз.

Ҳатто Лео Баскаль ҳам оптимизм ҳақида изоҳ қолдирган: “Бизларнинг кўпчилигимизда яна битта имкон бор. Аслида ҳар бир кун бизга яна бир имкон беради”. Бу китоб сизга ўша имкониятдан максимал даражада

фойдаланишингизга ёрдам ҳам беради. Агар сиз юқори синф ўқувчиси ёки ёлғиз яшайдиган инсон бўлсангиз, бу ердан ўзингиз истагандек инсон бўлишингизга, мукаммал севги кўрсатадиган ва мукаммал севги қабул қиладиган инсон бўлишингизга ёрдам берадиган хатти-ҳаракат режасини топасиз. Агар сиз жинсий алоқа узоқ муддатли муносабатни боғлайдиган “супер елим” деб ўйлаган ва бу борада алданган бўлсангиз, сизда ҳали умид бор.

Бу китобда берилган маълумотлар қуйидаги саволларга муносиб жавоб топишингизга ёрдам беради: “Мен никоҳга тайёрманми?” ҳамда “Бизнинг севгимиз тўлақонли никоҳга ва бир умрлик соғлом жинсий алоқага асос бўлишга етарли даражада етукми?” Агар сиз ўзингизга бу саволларни беришни бошламаган бўлсангиз, ҳалиям бўлса буни қилишингиз керак.

Агар сиз аллақачон турмуш қурган бўлсангиз, бу китобда берилган тадқиқот ва таҳлиллар сизга қониқарли ва ҳақиқий жинсий ҳаёт кечиришингиз учун ҳаётингиз ва муносабатларингиздаги турли соҳаларни қандай ривожлантириш ва яхшилаш мумкинлигини англашингизга ёрдам беради.

Ва ниҳоят, агар сиз ота-она, маслаҳатчи, руҳоний, ўқитувчи ёки ёшлар билан ёки ёлғиз яшайдиган инсонлар билан ишлайдиган хизматчи бўлсангиз, бу ҳақиқатлар сизга узоқ муддатли ва яқин муҳаббатни, эр-хотинлик ва жинсий алоқаларни яратиш учун керакли бўлган шахсий фазилатларингизни ва муносабатларингизни баҳам кўришингизга ёрдам беради.

Сиз бутун ҳаётингизда бўладиган саргузаштларга тайёرمىсиз? Ҳозирнинг ўзида мукаммал севги билан яшаш учун “исталган” инсон бўлишни бошлашингиз мумкин.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар.

- Қай йўл билан узоқ муддатли эр-хотинлик муносабатларини яратишингиз мумкин?
- Яқинликка эришишда сизга нима ҳалақит беряпти?

2. “ИСТАЛГАН” ИНСОН БЎЛИШ ЙЎЛИДА

Эркак кишидаги қайси хислатни муҳимроқ деб ҳисоблайсиз? Сизнинг фикрингизча, шундай хислатга эга инсон суюкли бўла оладими?

“Оилавий журнал” томонидан яқинда ўтказилган тадқиқот натижалари шуни кўрсатдики, сезувчанлик кўпчилик аёллар учун биринчи ўринда туради. Келишган эркак эса қатнашчиларнинг камчилигини ўзига жалб қилди.

Айримларимиз бизни бахтли қилиш мумкин бўлган инсонни излашда ҳақиқий изқуварга айланамиз. Санкт-Петербургда ўтказилган бўйдоқлар

конференциясида тахминан ўттиз ёшлардаги аёл ёнимга келиб, “Жаноб Макдауэлл, сизга ўзим турмушга чиқишни истаган эркак ҳақида айтиб берсам”, деди. У эркак кишидан излаган қирқ тўққиз турдаги фазилатлар ёзилган рўйхатни очди.

“Хоним, - дедим, унинг рўйхатига қараб, - сизга эр эмас, Исо керак”.

Бироқ, эркаклардан қидириладиган фазилатлар рўйхатини фақатгина аёллар тузмайди. Киев университетида иккинчи босқич талабаси олдимга келиб, кундалигини чиқарди ва шундай деди: “Мен уйланмоқчи бўлган аёлнинг сифатларини сизга кўрсатмоқчиман”. Унинг рўйхатидаги ўн тўртта сифатдан фақат ишончлилик ва садоқат ёдимда қолган. Бу гал мен бошқача йўл тутдим. “Сизга савол берсам майлими? – деб сўрадим. – Бу рўйхатга ўзингиз қай даражада мос келасиз?” “Бу билан нима демоқчисиз?” – деб сўради у. “Сиз бўлажак турмуш ўртоғингиздан излаган сифатлар, дедим мен. – Бу сифатлар ўзингизда борми?” Бу саволим уни ўйлантириб қўйганини сездим. “Гап “исталган” инсонни топишда эмас, - давом этдим, - балки ўша “исталган” инсон бўлишда, никоҳда мана шуниси муҳим. Агар сизга қиролича керак бўлса, сиз ўзингиз қирол бўлишингиз лозим. Агар сизга сизни сева оладиган инсон керак бўлса, сиз ўзингиз сева олишингиз лозим”.

Муҳаббат тилсимини излаш бошингизда турган кўзойнакни қидиришга ёки қўлингизда турган калитни излашга ўхшайди.

Лекин қандай қилиб биз “исталган” инсонга айланишимиз мумкин? Бизнинг ҳиссий ҳаётимиз ҳар доим биздаги фазилатларни акс эттиришини англашимиз жуда муҳим.

Сиз ҳисобот ўлчовига айланасиз

Кимдир менга: “Яхши аёл ёки яхши эркак бўлмайди”, деса доимо шундай жавоб бераман: “Эҳтимол, муаммо яхши эркаклар ёки яхши аёллар йўқлигида эмас, балки ўзингиздадир”. Баъзи одамлар учун бу фикр кучли малҳам бўлиши мумкинлигини тушунаман, лекин гап шундаки, яхши эркаклар ва яхши аёллар фақат яхши аёллар ва яхши эркакларга интилишади.

Социологлар доктор Эвелин Дювалл ва доктор Рубен Хилл бу фикрни тасдиқлаб, шундай ёзишган:

“Сиз турмуш қурган вақтингизда, турмушингизга нима олиб кирасиз? Янги жавонми? Банк ҳисоб рақамими? Сизга мерос бўлиб қолган мебелми? Бир-иккита сизга боғланиб қолган қариндошларингизними? Лавозимингиз кўтарилиш имконияти кенг бўлган яхши ишингизними? Мол-мулкингиз ёки қарзларингиз қанча бўлишидан қатъий назар, бундан ҳам муҳимроқ нарса бор: бу сизнинг шахс сифатида, одамларга бўлган муносабатингиз ва турмушингизга олиб кирадиган хулқ-атворнинг кўринишидир.

Турмушингиз қандай бўлиши сизнинг қандай инсон эканингизга боғлиқ. Агар сиз қувноқ, оғир-босиқ инсон бўлсангиз, турмушингиз омадли бўлиш эҳтимоли катта. Агар ҳозиргача мослашишни уддалаётган бўлсангиз, тушқунликдан кўра, кўпроқ қониқиш ҳис қилаётган бўлсангиз, демак сиз эр-хотинлик ва оилавий мослашишни қониқарли даражада уддалаяпсиз. Агар сиз қониқиш ҳис қилмаётган бўлсангиз ва норози бўлсангиз, бахтли ҳаёт ҳамда “фаровонлик”ка умид қилишдан олдин ўзгаришингизга тўғри келади.

Дювалл ва Хиллнинг хулосасига кўра, омадсиз турмушнинг энг асосий сабаби номуносиб турмуш ўртоқ танлаш, молиявий муаммолар, жинсий номувофиқлик ёки диндир. Лекин аслида, уларнинг айтишича, турмушдан қониқмаслик сиз турмушингизга олиб кирган нарсалардан келиб чиқади.

Уларнинг таъкидлашларича, никоҳга “ўзи танлаган инсон учун аҳамиятли жуфт бўлишга тайёр ҳолда кириш зарур. Эр-хотинлик муносабатларидаги муваффақият қувониш, севиш ва севилиш одатларини биргаликда амалга ошириш лаёқатига боғлиқ. Ҳиссий жиҳатдан етук инсоннинг бу фазилатлари сиз никоҳга олиб кирадиган энг яхши хазинадир”.

Бу ҳақда Элоф Нельсоннинг “Сизнинг биргаликдаги ҳаётингиз” китобида ҳам тилга олинган: “Эр-хотинликдаги муваффақият – муносиб инсонни топишдан кўра муҳимроқ. Муносиб инсон бўлиш анча муҳим. Шу нарсани англаб етдимки, мен маслаҳат берадиган ёшлар уларнинг жуфти қандай инсонга эга бўлишлари ҳақида ўйламасдан, ўзлари учун мукаммал жуфт излайдилар”.

Агар сиз бетакрор инсон билан оила қуришни истасангиз, ўзингиз ҳам ажойиб инсон бўлишингиз лозим. Шахсиятингизнинг қайси жиҳатларини яхшилашингиз кераклигини аниқлаш жараёни жуда оддий. Жуфтингизда ўзингиз кўришни истаган сифатлар рўйхатини тузинг. Кейин, рўйхат бўйича навбат билан ўз сифатларингизни солиштириб чиқинг.

Эр-хотинлик фақат “олди-берди” каби келишув бўлиши мумкин; сиз нимани олишни истасангиз, айнан ўша нарсани беришга тайёр бўлишингиз лозим. Бир шифокор айтганидек: “Бахтсиз никоҳнинг фақат иккита сабаби мавжуд – эркаклар ва аёллар”.

Олаётганларингизга муносиб бўл

Биз нимага лойиқ бўлсак, ўшани оламиз. Гарча муболоға бўлсада, излаганимиз билан топганимиз орасидаги фарқ ёзувчи Боб Филлипс таърифлаганидек, ҳақиқатдан йироқ эмас.

Мукаммал рафиқа: ҳар бир эркак нимани кутади?

- Доимо гўзал ва қувноқ бўлишини. У машҳур кино юлдузга турмушга чиқиши мумкин бўла туриб, фақат сизга турмушга чиқишни исташини. Сочларининг жингалак қилишга ёки оро беришга зарурати йўқ бўлишини.

- Ёмғирда ювилиб кетмайдиган жозибаси бўлишини. Қимматбаҳо зеб-зийнатлар ва мўйнали кийимларга бўлган аллергиядан ташқари ҳеч қандай касаллиги бўлмаслигини.

- Уйдаги мебелларни бир ўзи силжитиши қомати учун фойдали эканини тан олишини.

- Пазандаликда, уй тозалашда, машина ёки телевизор тузатишда, уйни бўяшда ва сукут сақлашда моҳир уста бўлишини.

- Кредит карталарни ёмон кўрадиган бўлишини.

- “Азизим, сен учун нима қилай?” ибораси энг ёқтирган сўзлари бўлишини.

- Сизни Эйнштейндек ақлли деб ҳисоблашини ва ташқи кўриниши “Мисс Америка” каби бўлишини.

- Бемалол тикиш ишларини бажариши учун сизни дўстларингиз билан сайр қилишга боришингизни исташини.

- Шунчаки ёқимтой бўлганингиз учун сизни севишини.

Аслида нимани олади?

- У дақиқасига 140 та сўз айтади, тез гапирганда 180 тага етади.

- У бир пайтлар модель бўлиб ишлаган.

- Кам ейди, бироздан кейин яна ейишни бошлайди.

- Қаерда тутун бўлса, ўша жойда у овқат пишираётган бўлади.

- Бор-йўғи иккита камчилигингиз борлигини айтади: гапираётган барча гапларингиз ва қилаётган барча ишларингиз.

- Нима қилса ҳам сочлари тўзиб ётади.

- Агар йўқолиб қолсангиз, ҳамёнингизни очинг, унинг ўзи сизни топади.

Мукаммал эр: ҳар бир рафиқа нимани кутади?

- Эри ажойиб суҳбатдош бўлишини.

- Жуда сезгир, меҳрибон, тушунадиган, чин юракдан севадиган эр бўлишини.

- Жуда кўп ишлайдиган эр бўлишини.

- Уй ишларида, идишларни ювишда, артиб тозалашда ва ҳовлидаги ишларда ёрдам берадиган эр бўлишини.

- Фарзандларни катта қилишда рафиқасига ёрдам берадиган инсон бўлишини.

- Ҳам ҳиссий ҳам жисмоний кучли эр бўлишини.

- Энштейндек ақлли, лекин Роберт Редфорддек қоматга эга эр бўлишини.

Аслида нимани олади?

- Эри ҳар доим уни энг яхши ресторанларга олиб боради. Эҳтимол, бир кун келиб, ичкарига ҳам олиб кирар.

- Унинг ошқозонида яра йўқ, чунки бу эр бошқаларда яра пайдо бўлишига сабаб бўлади.

- Ҳар гал миясига бир фикр келганда, хотини қоқилиб кетади ва эрнинг фикри ҳаёлидан чиқиб кетади.

- У машҳур мўъжиза яратувчи – унинг нимадир қилиб қўйиши, асли мўъжизадир.

- У хотинини шундай қўллаб-қувватлайдики, хотини бунга кўникиб, ўзи ишлашда давом этади.

- У шунчалик зерикарли одамки, ҳатто сизга илтифот кўрсатганда ҳам жонингизга қасд қилишга мажбур қилади.

- У камдан-кам сукут сақлайди, бу эса уни ажойиб суҳбатдошга айлантиради.

Албатта, нима демоқчи эканимни тушундингиз. Муваффақиятли никоҳнинг олтин қондаси тахминан қуйидагича шаклланган: агар сиз жуфтингизда қандайдир сифатни кўришни истасангиз, ўша сифатни ўзингизда ривожлантиришингиз керак.

Самарали, севги ва ғамхўрлик билан тўла эр-хотинлик муносабатини яратиш вақт ва меҳнат талаб қилади. Аслида, бундай муносабатни яратишга бутун умр сарф қилинади. Ғамхўрлик вақтида пайдо бўлган худбинликлар мустаҳкам никоҳнинг асоси бўлган фидойи муҳаббатга айланиши учун жуда кўп ғайрат қилиш керак бўлади.

Кейинги бобни ўқиганингизда, иккита савол устида мулоҳаза қилиб кўринг: (1) Мен қандай инсон бўлишим керак? ҳамда (2) тўлақонли севгига, эр-хотинлик ва жинсий муносабатларга эришиш учун қайси сифатларни ривожлантиришим керак?

Ўзингиз ҳақингиздаги ижобий тасаввур, албатта, ҳисобот нуқтаси ҳисобланади. Кўрамиз, сизнинг тасаввурингиз қанчалик соғлом экан.

Мулоҳаза қилиш учун савол

- Нима деб ўйлайсиз, севган инсонингиз билан фахрланиш нима учун муҳим?

3. ҲАҚИҚИЙ АВТОПОРТРЕТ

Ҳамёнингиздаги суратни кимгадир кўрсатганмисиз? Мисол учун, аспирантурада ўқиб юрган вақтларимда тушлик пайтидаги суҳбатларимизнинг бир қисми аёллар ҳақида бўлар эди. Айнан ўша пайтларда мен тиришқоқ бир қиз билан учрашиб юардим, шунинг учун Копнининг суратини ғурур билан кўрсатиш учун ҳамёнимни очдим. Йигитларнинг ҳаммасини оғзи очилиб қолди.

Кўпинча, ота-оналар ва албатта, бобо-бувилар дўстлари улардан фарзандлари ҳамда набираларининг суратларини кўрсатишларини сўрашини сабрсизлик билан кутишади. Ёруғлик тезлиги ва катта ҳаяжон билан суратлар Худонинг нурида пайдо бўлади.

Аниқроғи... суратларнинг аксарият қисми пайдо бўлади. Одатда, сиз ҳеч кимга кўрсатишни истамайдиган бир сурат бўлади. Ўша суратни ҳаяжон билан яширасиз. Суратнинг ярми ҳам кўринмасдан туриб, ҳамёнингизни кўздан пана жойга олиб қўясиз. Бу суратингиз паспортингизда ҳам бўлиб, ёқимсиз ва беўхшов суратларингиз орасида энг ёқимсизидир.

Бироқ, паспортдаги бу суратдан ҳам муҳимроқ бошқа суратимиз бор. Бу суратни руҳшунослар “мен” деб аташади, яъни ўзимиз ҳақимизда ички тасаввуримиз. Фақатгина мана шу сурат бошқаларнинг назарида ўзимизни қандай кўришимизни белгилайди.

Юз қиёфамиз ва танамизда қандайдир ўзгариш бўлса ва буни ўзимиз кўргандек, бошқалар ҳам кўра олса, қизиқ бўларди, тўғрими? Мана шу фикрнинг ўзи бизларнинг кўпчилигимизни совуқ терга ботиради. Аммо, маълум маънода чиндан ҳам шундай бўлади, биз ўрта ёшга етганимизда юзимиз (кўпинча, танамиз ҳам) ўзимиз ҳақимиздаги ўй-фикрларимизни ҳайротомуз томони даражада акс эттиради.

Нима деб ўйлайсиз, сиз кимсиз?

Ўзимиздаги “мен” ҳақида мунозарани бошлашдан олдин сизларга иккита савол берсам.

1. Баҳоингиз қанча? Мен сўм ёки долларни назарда тутмаяпман, шахс сифатида қадрингиз қанча?

2. Ўзингиздан кўнглингиз тўладими ёки ўзингиздан хурсандмисиз? Шундай инсон бўлганингиздан ўзингизни чиндан ҳам яхши ҳис қиласизми?

Бу саволларга ҳар куни билиб билмай берган жавобингиз сизнинг танловингизни, қадрингизни ҳамда хатти-ҳаракатингизни белгилайди – асосан, ҳаётингизни қандай яшашингизни белгилайди. Бизнинг ўзимиз ҳақимиздаги фикрларимиз қилаётган барча ишларимизга таъсир қилади.

Масалан, Сент-Луисдаги Мастерз-Жонсон институти профессори доктор Роберт Колоднининг таъкидлашича, эр-хотинлар ёрдам сўраб мурожаат қилишларининг асосий сабаби ўзаро муносабатларнинг жисмоний томонида

бўлиб туюлганига қарамай, эр-хотинлар учун терапия ўзаро муносабатларнинг жисмоний томонига 10 %дан камроқ эътибор беради.

Терапиянинг 90 %дан кўпроғи ўз қадрини билиш ва шахслараро муносабатга қаратилган.

Ўзингиз ҳақингиздаги тасаввурингиз нафақат ўзингизга қандай қарашингизга, балки ота-онангизга, дўстларингизга, турмуш ўртоғингизга ва Худога бўлган муносабатингизга ҳам таъсир кўрсатади. Қадимги Аҳднинг Ҳикматлар китоби муаллифи қуйидаги сўзларни ёзганда, айнан шуни назарда тутган: “Чунки у (инсон) кўнглида ўзининг фойдасини ҳисоблайди”. Шундай қилиб, қилаётган ишингизни гапираётган гапингиз ёки кўринишингиз аниқламайди. Ич-ичингиздан ўзингиз ҳақингизда ўйлаётганларингиз – “ички борлиғингиз” билан ўзингизни қандай ҳис қилишингиз хатти-ҳаракатингизга туртки беради.

Рухшунослар кўпинча, ўз-ўзига “баланд ёки паст, яхши ёки ёмон” баҳо бериш ҳақида гапиришади. Мен буни ўз-ўзига “соғлом” ёки “носоғлом” баҳо бериш деб атаган бўлардим. Ёрлиқ қандай бўлишидан қатъий назар, аслида савол қуйидагича бўлиши лозим: Ўзи ҳақидаги соғлом тасаввур нима? Ўзимизни қандай баҳолашимиз керак?

Агар сиз Янги Аҳддан ҳаворий Павлуснинг мактубини ўқиган бўлсангиз, у ҳеч кимнинг олдида таҳқирланмаганини биласиз. Шунга қарамай, у имонли киши “ўзига ҳаддан ташқари юқори баҳо бермаслиги” кераклигини ёзган (Римликлар 12:3). Масиҳийлар кўпинча, ўзларига юқори баҳо бермасликлари керак, деб тушунадилар. Лекин Павлус буни назарда тутмаган эди. У “ҳаддан ташқари” ўйламаслигимиз кераклигини айтган.

Унда биз қандай ўйлашимиз керак? Ўша оятнинг ўзида Павлус буни изоҳлайди. Биз “камтарлик” билан, яъни ақл билан ўйлашимиз керак. Соддарок қилиб айтганда, ўзимизга Худонинг назари билан қарашимиз керак, яъни баланд ҳам эмас, паст ҳам эмас. Мағрурликка берилмаслик учун “баланд ҳам эмас”, нотўғри баҳо бериб ўзини ерга урмаслик учун “паст ҳам эмас”. Шунинг учун, агар сиз оқилона фикр юритмоқчи бўлсангиз, ўзингизга Муқаддас Калом нуқтаи назари билан қарашингиз лозим.

Ўзингизни қандай ҳис қилаётганингиз ҳамда ўзингиз ҳақингизда қандай ўйлаётганингизни таҳлил қилиб олиш учун бир дақиқа тўхтанг. Масалан, бошқа инсон бўлишни хоҳлармидингиз? Агар шундай бўлса, эҳтимол, қарашларингизни ўзгартиришингиз керак бўлади. Барча жиддий камчиликларимга қарамай, тўғриси айтсам, бу дунёда ўзимнинг “ўрнимда” бошқа кимдир бўлишини тасаввур ҳам қила олмайман. Бу нарса Худо менга берган қобилиятлар ҳамда кучли томонларимни, сифатларни кўра олишимда Худо менга ёрдам берганини кўрсатади.

Рухий эсанкираш (бош айланиши)

Барчамиз тўғри автопортретга эга бўлишимизда ёрдам бериши учун Муқаддас Каломнинг бир нечта тамойилларини амалда қўллашимиз керак. Кимлар учундир бу фикр янги ғоя бўлиши мумкин, Худо Ўз Каломида сиз ҳақингизда айтганлари аини ҳақиқатдир. Сизнинг ҳис-туйғуларингиз, маданиятингиз ёки ҳисларингиз сизга сизнинг ким эканлигингизни эслатиб туриши мумкин. Агар бу нарсалар сизга таъсир кўрсатишига йўл қўйсангиз, осонгина алданишингиз мумкин. Баъзан ўзимни Худога шунчалик яқин ҳис қиламанки, бундан яқинроқ бўлиши мумкин эмас, деб ишонаман. Бошқа пайтларда эса мен билан Худонинг ўртасида жуда катта масофа борлигини айтишганида, ўзимнинг салбий ҳисларимга ишонишга мойил бўлиб қоламан. Шунда ҳисларимга ишонишга ёки Худо ҳақида Муқаддас Каломда ёзилганларига ишонишга қарор қилишим керак бўлади.

Мадомики, Исо: “Мен дунёнинг охиригача сизлар билан бирга бўламан (Матто 28:20) ёки “Сизларни ташлаб кетмайман, сизларни тарк этмайман” (Ибронийларга 13:5) деган экан, мен ҳисларимга эмас, Унга ишонишни афзал кўраман.

Бу нарса баъзида парвоз пайтида бўладиган “бош айланиши”га ўхшайди. Кичикроқ самолёт кўришга имкон бермайдиган қалин туманлар, булутлар орасидан ўтганида ёки кучли шамолга учраганида, учувчи ўзи билмаган ҳолда самолётни чалқанча айлантириб қўйиши мумкин. Учувчи тўғри учаяпман, деб ўйлаши мумкин. Лекин ишонч ҳосил қилишнинг ягона йўли – адашмайдиган асбобларга қарашдир.

Учувчининг бешта сезгиси – кўрган, эшитган, ҳис қилган ва сезган барча нарсалари унга ҳаммаси жойида эканини айтиши мумкин.

Лекин агар учувчи тажрибали бўлса, ўз ҳислари адашган бўлиши мумкинлигини билади ва асбобларга ишонишга ўзини мажбурлай олади. Бу асбоблар – инкор қилиб бўлмас ҳақиқатга етакловчи ягона воситадир. Бу тартибга бўйсунгани инкор қиладиган учувчилар камдан-кам ҳолатда иккинчи уринишгача тирик қолишади.

Ҳар куни ўз масиҳий ҳаётимда мен турли “руҳий бош айланишлар”ларга дуч келаман. Баъзан ухлайман ёки спорт билан шуғулланаман, баъзан эса кимдир мени хафа қилади ва туйғуларимга таъсир қилади. Улар мени маълум хулоса ҳамда ҳаракат усули томон етаклайди. Бироқ Худонинг Каломи менга бошқа нарсани кўрсатади ва айнан ўша пайтда танлаш муаммоси қийнайди: қайси бирига ишонай?

Худди учувчи каби, беқарорлик ҳалокатли бўлиш мумкин. У мени руҳий “арғимчоқ”да учуриши, яъни аввал юқорига кейин пастга, юқорига ва пастга учуриши мумкин. Қайсидир лаҳзада юқорида бўламан, кейин эса яна пастда. Лекин ўзимга келганимда, Худо мен ҳақимда нима дейиши энг тўғри

эканлигини англаб етаман ва арғимчоқдан тушиб, яна Масихни таниб-билишда улғая бошлайман.

Охирги марта қачон бошқотирма устида тер тўкканингиз ёдингиздами? Энг яхши йўл – қути устидаги суратга қараш. Ёдимда, яқин дўстим Дик Дэй қариндошининг туғилган кунига совға сифатида иккита шундай бошқотирма сотиб олган таниши ҳақида айтиб берганди. Совғаларни ўрашдан олдин у қутиларнинг қопқоқларини алмаштириб қўйганди. Совғани олган одамнинг аҳволини тасаввур қиляпсизми? Кўпгина масиҳийлар ўз ҳаётларида мана шундай бошқотирмалар тузишяпти, яъни бошқа қутининг қопқоғига қараб иш тузишяпти. Худо Каломининг қопқоғи бўлиши керак жойда ҳис-туйғулар қопқоғи турибди.

Шунинг учун асбобларни текширайлик. Келинлар, руҳий қопқоғимизга яна бир бор назар таштайлик ва Худо биз ҳақимизда айтган баъзи нарсаларни такрорлайлик.

Асл баҳонингиз қанча?

“Мен аслида ҳеч нимага арзимайман. Йўқолиб кетсам ҳам ҳеч ким сезмайди ва ташвишланмайди”, деб айтишганини эшитганмисиз? Кўп одамлар ҳаётининг қайсидир лаҳзасида шундай ўйлашади. Бироқ, Муқаддас Калом бизга Худо бутунлай бошқача қарабини айтади. Муқаддас Калом Худо сизни жуда муҳим инсон деб ҳисоблашини айтади, чунки У сизни Ўзининг суратида яратган. Қадимги Аҳднинг Ибтидо китоби, биринчи бобида Худо “Ўз суратимизга кўра инсон зотини яратайлик” деганини ўқиймиз. Ва У шундай қилди. Бу нарса бизнинг севиш, мақсад эришиш ва ахлоқий қарорлар чиқариш қобилиятимизни изоҳлайди. Кўпчилигимиз буларнинг қанчалик ноёб қобилият экани ҳақида ўйлаб ҳам кўрмаганмиз.

Айтайлик, сиз кўчада дарахт ёнида турибсиз. Айтиш мумкинки, кўп жиҳатдан сиз билан дарахтнинг кадри бир хил, чунки сизни ҳам дарахтни ҳам Худо махсус қилиб яратган. Лекин битта нозик фарқ бор – Худо сизни Ўзининг суратида яратган. Худо Ўзи яратган бошқа ҳеч бир нарсага Ўз қиёфасини бермаган. Сиз жуда махсус яратилгансиз, чунки Худо учун катта аҳамиятга ва кадр-қимматга эгасиз. Коринфликларга биринчи мактубнинг олтинчи бобида Павлус бизни “қиммат баҳога сотиб олинган”лигимиз ҳақида айтган. Бирон нарсанинг кадри ва баҳоси одатда кимдир уни сотиб олиш учун тўлашга рози бўлган нарх билан белгиланади. Биз учун бу бундан ҳам адолатли бўлиши мумкин эмасди. Кимдир мендан кадр-қимматим ҳақида сўраганида, далилларга асосланган ҳолда Худо мен учун тўлаган нархга лойиқ эканимни айта оламан. Бу нарх – Исодир.

Масиҳий бўлишимдан аввал бу фикр мени камтар қилиб қўйган. Агар мен ер юзида яшаётган ягона инсон бўлганимда ҳам Исо Масиҳ мен учун ўлган бўларди. Агар сиз бунга муҳтож бўлган ягона инсон бўлганингизда ҳам У сиз

учун ўлган бўларди. Бир жувон менга шундай деган: “Жош, бунинг ҳақиқат эканига ишонаман. Бироқ, Уни хочга михлаш учун қўлларига мих қоқадиган ягона инсон ҳам мен бўлардим”.

Ҳеч бир шубҳасиз, сиз ажойибсиз ва қадрингиз баланд. Исо буни Матто Хушхабарининг 6-боб, 26-оятида тасдиқлаган. Унга эргашувчиларнинг муаммолари бор эди: «улар нима киямиз, нима еймиз, нима ичамиз, қаерда тунаймиз?», деб ташвишланганлар. Исо Ўз фикрини ифода қилиш учун қушларни мисол қилиб кўрсатди. У: “Осмондаги Отангиз уларнинг ризқини беради” деди. Чумчуқнинг оч қолганини кўрганмисиз? Кейин Исо ажойиб хулоса қилди: “Сизлар эса улардан анча қадрлисизлар-ку!”

Кўп одамлар ўзларини чумчуқчалик кадри йўқлигига ишонишлари мени ҳайратга солади. Худо бизни “жуда қадрли” қилиб яратган. Ўз-ўзини қадрлашнинг ҳақиқий соғлом асоси – Худо сизга берган кадр-қимматни англаб етиш ва уни қабул қилишдир. Бу ҳақиқат тўғрисида мулоҳаза юритиб, бу сизнинг қандайдир хизматингиз туфайли эмаслигини тушунишга ҳаракат қилинг. Қадрингиз ҳамда аҳамиятингиз сиз қилган ишларга эмас, балки Исонинг шахсига ва сиз учун Унинг қилган ишига боғлиқ. Исонинг биз учун кўрсатган меҳр-муҳаббати Худо учун сизнинг қадрингизни абадий мустаҳкамлади.

Миллиондан бири бўлгандан яхшироқ

Муҳим эканлигингизнинг яна бир сабаби – бетакрорлигингиздир. Ер юзида бугунги кунда яшаётган 6 миллиард аҳоли орасида сизга айнан ўхшайдиган биронта ҳам одам йўқ. 6 миллиард одамлар ичида ягона бўлсангиз, нима учун бошқа кимгадир ўхшаш бўлишни хоҳлашингиз керак? Шунга қарамай, кўп одамлар ҳаётда бошқа одамларга – уларнинг қоматига, сочларига, қобилиятларига ёки маҳоратларига ҳасад қилиб яшамокда. Сиз диққатингизни Худо сизни бетакрор қилиб яратгани ҳақидаги далилга қаратишни бошлашингиз лозим. Кимдир айтганидек: “Худо беҳуда нарсаларни яратмайди”.

Бетакрорлик ҳақидаги бир маърузамдан кейин бир йигит шунчаки “Мен” деб аталган шеър ёзган. Унда чуқур фикр ифодаланган: Агар мен бошқа кимгадир ўхшаш учун бор вақтимни сарфласам, менга ўхшаш бўлиш учун ким ўз вақтини сарфлайди? Энди бу ҳақда ўйлаб кўринг. Агар сиз кимгадир ўхшаш бўлиш учун бор вақтингизни сарфласангиз, сизга ўхшаш бўлиш учун ким ўз вақтини сарфлайди? Худо сизни айнан сиз бўлишингиз учун яратган, ҳеч ким сиздан яхшироқ сиз бўла олмайди. Дунё яратилганидан буён ҳеч қачон биронта инсон сиздек бўлмаган ва ҳеч қачон бўлмайди ҳам. Бу сизни қанчалик бетакрор қилишини англаб етганингиздагина ўзингизни бошқалар билан солиштиришдек зарарли одатдан воз кеча оласиз.

Баъзан одамлар нима учун Александр Мень каби ишларни қилмаётганимни мендан сўрашади. Ёки нима учун Владимир Соловьёв каби

таълим бермаётганимни сўрашади. Ёки нима учун Билли Грэм каби гапирмаётганимни сўрашади. Жавоб албатта, оддий. Худо мени Александр Мень, Владимир Соловьёв, Билли Грэм ёки бошқа яна кимдир қилиб яратмаган. У мени мен қилиб яратган. У сизни сиз қилиб яратган. Менинг ҳақиқий бетакрорлигим ва бизнинг ҳақиқий бетакрорлигимиз орамизда рақобат бўлишини бутунлай бартараф қилади.

Шундай қилиб, Худо сиз ҳақингизда айтадиган биринчи ҳақиқат шуки, сиз махсус инсонсиз. Сизнинг қадрингиз баланд, чунки У сизни Ўз суратида яратган ва сиз бутунлай бетакрорсиз.

Ким сизни севишини эсланг

Ҳозирнинг ўзида сизни чин юракдан севадиган биронта инсонни айта оласизми? Ҳатто биронта инсонни айта олмасангиз ҳам, Худо сизни севишини эсланг. Ва биз Унга ишонамиз.

Тадқиқотларнинг кўрсатишича, ёш бола агар уни яхши кўришмаса, яшашни истамай, ўлишни истаб қолади. Ҳаммамиз ҳам ота-оналаримиз, фарзандларимиз, дўстларимиз, ҳамкасбларимиз ёки қўшниларимиз бизни севишлари учун ҳаракат қиламиз.

Яқинда “рок қироли” Марвин Гай отиб ўлдирилди. Мусикалари машҳур бўлган қўшиқчининг дўстлари у истаган барча нарсаларига эришиша оларди, дейишди. Бироқ ўлиmidан бир неча ҳафта олдин Гай дўстларига у истаган ягона нарса – отасининг севгиси эканини айтган.

Мен Мичигандаги кичкина шаҳарчада севиш ва севилиш нима эканини билмасдан катта бўлганман. Ота-онам мен учун илк севги намунаси бўлишмаган. Улар бир-бирларини севишмаган; улар шунчаки бирга яшаган, холос. Отам бирон марта онамни ёки мени бағрига босганини эслай олмайман.

Кўп одамлар менинг биринчи “Инкор қилиб бўлмас гувоҳликлар” китобимни ўқиганларидан кейин мени масиҳийликни ақлий жиҳатдан рад эта олмагани учун масиҳий бўлган, деб ўйлашади. Лекин Худо Ўз севгиси учун қалбим эшикларини очишда ақлий салоҳиятимдан фойдаланганини улар билишмайди. У апологетика – масиҳийликни қўллаб-қувватловчи ишончли ақлий далиллар орқали эътиборимни тортди. Лекин айнан Унинг севгиси охири-оқибат қаршиликларимни синдирди.

Еремиё пайғамбар китобида Худо шундай дейди: “Сени мангу севги билан севдим, сенга содиқ бўлиб келдим” (Еремиё 31:3). Айнан Худонинг севгиси Унга юз буришимга сабаб бўлди. “Зеро, Худо оламни шунчалик севдики, Ўзининг ягона Ўғлини берди” (Юҳанно 3:16).

Бироқ сиз бу қадимда бўлган, дейсиз. “Айни пайт” ҳақида нима дейсиз? Ўша бобда Исо бизга Ота бизларни севишини айтган (бу ҳозирги вақтни билдиради). Римликларга мактубнинг 8-бобида Павлус Худонинг бизга бўлган

севгиси ҳақида гапириб, йўлимизда учрайдиган қийинчиликларга ва синовларга қарамасдан, ҳеч нарса бизни Худонинг севгисида жудо қилишга қодир эмас (38-39 оятлар), дейди.

Кўп одамлар улар ҳали масихий бўлмасларидан аввал Худо уларни севганини тушунмайдилар. Римликларга мактубнинг 5-бобидан биз ҳали Худога душман бўлган вақтимизда ҳам, барчамиз ҳали гуноҳкор бўлган пайтимизда ҳам Худо бизни севганини билиб оламиз (8-оят). Агар Худо бизни ўша аҳволимизда ҳам севган бўлса, энди Унга фарзанд бўлганимиздан кейин бизни қанчалик севар экан!

Худо севгисининг теранлиги Юҳанно 15:9-да Исонинг қуйидаги сўзлари орқали ифода этилган: “Осмондаги Отам Мени қандай севган бўлса, Мен ҳам сизларни шундай севдим. Севгимга содиқ қолинглар”.

Билл ва Глориф Гейсер “Мен суюклиман” номли кўшиқ ёзишган. Бу кўшиқнинг бир ибораси ёдимда: “Мен суюклиман, мен суюклиман... Мени ҳаммадан яхши биладиган Зот мени ҳаммадан кўпроқ севади”. Ва бу ҳақиқат. Забур 138-бобда бирон сўз тилимга келмасдан олдин Худо уни билиши ҳақида айтилган (4-оят). Мени ўз рафиқамдан ёки ер юзидаги бошқа ҳар қандай инсондан кўра яхшироқ биладиган Худо – сизни ҳам мени ҳам ҳаммадан яхшироқ биладиган ва ҳаммадан кўпроқ севадиган худди Ўша Худодир.

Турмуш ўртоғим Дотти ота-онасининг сўзсиз меҳр-муҳаббати остида улғайганидан жуда хурсанд эди; бу нарса у учун Худонинг шартсиз севгиси намунаси бўлиб хизмат қилди. У шундай дейди:

“Ўзимни қабул қилишни ўрганишимнинг сабабларидан бири ота-онам мени шартсиз севганидир. Улар мени севишларини билардим. Улар мени қадрлашларини билардим. Мен ота-онамга қувонч бағишлашимни ва улар мен билан фахрланишларини билардим. Улар табиий равишда мен билан мактанишарди ва мен билан бирга бўлиш учун қулай вақт келишини сабр билан кутишарди. Улар мендаги шахсни қадрлашарди.

Сизни айблайдиган ва сиз нима қилсангиз ажойиб ҳисоблайдиган инсонлар бор бўлса, хато қилганингизда сизни йўналтиради ва ўзингиз ҳақингизда яхши фикрлашни шакллантиришга ёрдам беради. Ота-онам менинг бетакрорлигимни таъкидлаб келишган. Улар мен нима қилишимдан қатъий назар, тўғри ёки нотўғри иш қилиб қўйсам ҳам ҳар доим мени севишларини айтишган. Ахир, мен ҳам хато қилишим мумкин. Уларнинг мени севишларига ҳатто шубҳа ҳам қилмаганман. Ҳозир ҳам шубҳа қилмайман. Уларнинг менга бўлган севгиси йўқолишига сабаб бўладиган нимадир қилишим мумкин эди, деб ўйламайман. Мен шундай севги соясида улғайганман”.

Ўз-ўзини қабул қилиш

Агар қачонлардир сизни рад қилишган бўлса, ишонтириб айтаманки, сизни қабул қилишган. Аслида, сизни “суюкли” деб қабул қилишган.

Ҳаммамиз қандай бўлсак уйда ҳам, ишда ҳам, жамоатда ҳам шундай қабул қилишларини истаймиз. Аслида, кучимизнинг аксарият қисмини бизни қабул қилишлари учун сарфлаймиз. Исо Масиҳнинг хочда қилган ишлари туфайли гуноҳларим учун жазони бекор қилиб, Худо мени қандай бўлсам, шундай қабул қилиши мумкинлигини англаш менга катта ёрдам берди. Агар Унинг марҳаматига эришиш учун бирон нима қила олганимда, менинг нажотим фақат имон орқали амалга ошмаган бўлар эди. Фақатгина Исо Масиҳнинг мўъжизавий хизмати туфайли Худо бизни боримизча қабул қилди. Буни янада яхшилаш имконсиз.

Лекин агар сиз ҳам худди мендек бўлсангиз, Худо сизни чиндан ҳам қабул қилишига ишонишингиз қийин бўлади. Исо Масиҳ хочда менинг фойдамга амалга оширган иши туфайли Худо мени қабул қилишини билсам ҳам мен ўзимни қабул қила олмаганман. Агар мен ўзимни қабул қила олмасам, бошқа кимдир мени қабул қилишига қандай ишонаман? Худо ҳам, турмуш ўртоғим ҳам, ким бўлса ҳам мен рад қилган бўларди. Мен ўзимни қабул қила олмаганимда, ҳақиқий “мен”имнинг атрофида девор пайдо бўлади.

Кенг тарқалган икки нотўғри тушунча менга ўзимни қабул қилишимга ҳалақит бераётганини билиб қолдим. Эҳтимол, улар сизга ҳам ўз қадрингизни билишингизга ҳалақит бераётгандир? Уларнинг биринчиси шуки – мен мукаммал бўлишим керак, деб ўйлаганман. Нафақат мукаммал, балки энг яхшиси бўлишим керак, деб ўйлаганман.

Ҳозир эса бу бемаъниликдай туюлади, лекин мен мукаммалликка эришишга қарор қилдим. Мен ғолиб бўлишга қаттиқ ҳаракат қилдим, ҳатто бутун ҳаётим учун ва мақсадимга етиш учун дақиқаларни ҳам режалаштирган вақтларим бўлган – ундан кам эмас! Нима учун? Чунки қабул қилинишга эришишнинг ягона ишончли йўли ўзимга ва бошқа ҳаммага ўзимни нимагадир арзишимни исботлаш эди. Аслида, қалбимнинг тубида ички кадр-қимматга эга эканлигимга ишонмасдим.

Мен бошдан кечирганларимнинг қайсидир биттаси ўзингизга Худонинг назари билан қарашингизга, мен қилган хатоларни қилмаслигингизга ёрдам беришига умид қилган ҳолда сиз билан очиқчасига гаплашишга ижозат беринг.

Кўп одамлар китобларим ва фильмларимнинг машҳурлигидан ҳамда кўплаб мухлислар олдида маъруза қилиш бошимни айлантирмаганми, деб қизиқишади. Тўғриси айтсам, ундай бўлмаган, чунки бир нарсани аниқ биламан: буларнинг барини Худо мен орқали қилаяпти. Ўтмишимга ташланган биргина назар мен қилаётган ишларни қилиш учун унчалик ҳам муносиб одам эмаслигимни изоҳлайди.

Чапақайнинг меҳрибонлиги

Биласизми, ота-онам иккинчи синфдан кейин ўқишларини давом эттира олмаганлар. Мен Мичигандаги кичкина мактабда ўқирдим, у ерда грамматикани

ўргатишарди, лекин мен мактабда ҳам ота-онамдан ҳам грамматикани ўрганмадим. Грамматика бўйича билимим ачинарли аҳволда эди. Тил бўйича озгина билимни ҳам акам Жимдан ўрганганман. У мендан икки ёш катта, ақлли бола эди. Ёдимда, унинг Мичиган Давлат Университетидан уйга келишини ҳар гал кўрқув билан кутардим, чунки у ҳар гал уйга келганида менга грамматикадан сабоқ берарди.

Мен Жимнинг олдида оғзимни очишга ҳам кўрқардим ва “менга бу эмас керак эмас” деб айтган пайтларим ҳам бўлган. “Иккита инкорни бирдан ишлатма” деганди акам. Мен эса “иккита инкор нималигини ҳам билмайман” деб жавоб берганман.

Иккинчи синфдаги ўқитувчим менга чап қўл ўрнига ўнг қўлда ёзишни ўргатишга уринди, мени эса чапақай бўлишга ҳеч қандай эътирозим йўқ эди. Ҳозир мактабларда чапақайларга қандай муносабатда бўлишаётганини билмайман. Ўша пайтларда синфдошларим кўчада софтбол ёки баскетбол ўйнаётганларида ўнг қўлда машқ қилиш учун ҳафтасига икки марта ўқитувчим билан алоҳида синфда қолишимга тўғри келарди. У менга топшириқ берар ёки нимадир қуришни буюрарди. Ҳар гал чап қўлимни ишлатишни бошлаганимда йигирма дюйм келадиган чизғични силкитиб, қўлимга урарди. Албатта, ўша заҳоти қўлимни тортиб олардим.

Бундан одамлар қулишарди, лекин бундай муносабат оқибатида нутқимда нуқсон ривожланди. Ҳар гал чарчоқни ҳис қилганимда, асабийлашганимда ёки чўчиганимда дудуқланиб қолардим. Бир марта синфда ўрнимдан туриб, Геттисбургдаги мурожаатни ёддан айтиб беришимга тўғри келгани ҳамон ёдимда. Бутун синф олдида дудуқланиб турардим, ўқитувчим эса: “Жавоб бер! Жавоб бер!” деб такрорларди. Охири, дўстларимнинг кўз олдида йиғлаб юбордим ва синфдан қочиб чиқдим. Бу воқеа омма олдида чиқиш қилишнинг ёдда қоларли бошланиши эди. Камига бу воқеадан барча ўқитувчилар хабар топишди.

Бу ердаги ҳақиқий муаммо шунда эдики, менга ёрдам бермоқчи бўлишаётганини ҳеч ким менга айтмаганди. Шунда, чапақай сифатида мен мукамал эмасман, ундан ҳам баттарман, деб ўйлаганман. Шундай деб ўйлашимга қарамай, улар мени ўзгартиришларига йўл қўймасликка қарор қилдим. Ва улар мени ўзгартира олишмади.

Лекин ўз кадр-қимматим билан боғлиқ муаммоларим ўрта мактабда тугамади. Университетнинг биринчи босқичида ўқиётганимда инглиз тили фани бўйича профессор рўйхатни ўқиди ва бир курсдошим ҳақида сўради. Мен ҳаяжонланиб: “У бугун соғ эмас!” дедим. Шу заҳоти профессор менга: “Жаноб Макдауэлл, у бугун соғ эмасми?” деди. Менимча, аудиторияда охирги марта ўшанда гапирган бўлсам керак. Мен ҳозир қилаётган ишларим учун нима учун ўзимни муносиб номзод, деб ҳисобламаслигимни энди тушунгандирсиз.

Коллежда биринчи босқичда ўқиганимда менга маслаҳатчи бўлган доктор Хэмптон ҳужжатларимни кўриб, “Жош, сиз уч баҳога ўқийдиган оддий ўқувчисиз. Лекин сизда бошқа одамларда бўлмаган нимадир бор”, деган.

“У нима экан? – деб сўрадим. – Мен ҳозир ҳар қандай гапни эшитишга тайёрман”.

“Сизда қатъият ва босим бор, - деди у. – Булар сизга бошқа одамларнинг миясидан кўра кўпроқ муваффақият келтириши мумкин. Агар бунинг устида ишлашни истасангиз, сизга ёрдам беришга тайёрман”.

Мен бу имкониятни маҳкам ушладим ва доктор эшитиб, нутқимни тўғрилаши учун соатлаб овозимни ёзиш билан шуғулландим. Ҳар гал хатоимни тўғрилаганда худди “сен ким бўлибсан?” дейишаётгандек ҳис қилган бўлсам ҳам, улар менга ёрдам беришганини биламан. Ва буни қадрлайман.

Ўз кадр-қимматим ҳақидаги паст фикрларим уй жамоатларида, коллежда, талабалар шаҳарчасида бўладиган йиғинларда мунтазам ривожланиб борди. Ишонишга даъват қилувчи чақириқлар тахминан қуйидагича жарангларди: “Ўз қобилиятларингизни, лаёқатингизни олиб келиб, Исога топширинг. У бу қобилиятларингизни Ўзига олиб, сизни ишлатишни истайди”. Мен ҳеч қачон олдинга чиқмаганман. Ҳатто Исо Масихни ўзимнинг Раббим ва Нажоткорим деб қабул қилганимдан кейин ҳам бу даъват менга тегишли, деб ўйламаганман. Биласизми, мен қандайдир қобилият ёки эътиборга эгаман, деб ўйламаганман. Албатта, менда бундай хусусиятлар бор эди, лекин Ҳикматлар китобида “Чунки у кўнглида ўзининг фойдасини ҳисоблайди”, деб айтилганидек, менга ҳеч нима ёрдам бермайди, деб ҳисоблаганман ва шу билан яшаганман.

Худоба ҳеч нарса бермай

Уинтон коллежининг охириги босқичида ўқиб юрган кезларда кузги семестрда АҚШ сенатининг янги руҳонийси доктор Ричард Халверсоннинг мурожаатини эшитиб қолдим. Сўнгги окшомда у Руҳий Ҳаракатлар Ҳафталиги ҳақида гапирди, зал одамлар билан тўлган эди. Таклиф эълон қилинганда, “Мана, яна бошланди” деб ўйладим. “Қобилиятларингизни, лаёқатингизни, инъомларингизни олиб келиб, қурбонгоҳга қўйинг ва “Раббим, мана мен. Мени ишлат” деб айтинг”.

Юзлаб талабалар овоз беришди. Мен эса ўтирган жойимда “нима учун бунга яна тоқат қилишим керак”, деб ўйлардим. Кейин бирдан ҳамманинг кўз олдида ўрнимдан туриб, ён томондаги эшикдан отилиб ташқарига чиқдим. Ётоқхонагача чопиб бориб, ўрнимга ётдим ва ухлашга ҳаракат қилдим, лекин ухлай олмадим. Кейин мен билан унаштирилган қизга кўнғироқ қилдим, бироқ у ҳам менга ёрдам беролмади.

Тонгги соат тўртларда Иллинойс штатининг Уинтон шаҳридаги Уэст Юнион кўчасида юардим. Октябрь ойидаги “овчилар ойи” деб аталувчи тўлин ой тунни ёритиб турарди. Мен “тутқич” деган жойгача етиб бордим ва “Раббим,

жонимга тегди” деб қичқириб юбордим. Сўзларим ва хатти-ҳаракатларим тўғри бўлганми йўқми, билмайман, бироқ мен шундай дедим: “Раббим, қандайдир кучли томоним бор, деб ўйламайман. Қандайдир қобилиятим бор, деб ҳам ўйламайман, мен дудукланаман. Грамматикам ҳам жуда ёмон. Қўлимдан ҳеч нима келмайди. Мана менинг заифликларим. Агар уларни Ўзингга олиб, Ўзингни улуғласанг, умримнинг охиригача ҳар нафасимда Сенга хизмат қиламан”.

Ўша тушкун илтижодан кейин мен ўзгариб қолдим, мен ғайриоддий даражада яшай бошладим. Ичимдаги Муқаддас Рухнинг ҳузури туфайли Худо менинг нуқсонларимни олди ва уларни кучли тарафга ўзгартирди.

Жуда кўп инсонлар ҳаётдаги заиф томонларидан қийналадилар. Улар ўзларидаги шундай заифликлар туфайли Худо уларни ишлатмайди, деб ишонишади. Худо мукаммал бўлмаган одамларни ҳам ишлатишига мен тирик гувоҳман. Худо бизнинг чегараларимиздан юқори. Масиҳийлар ўзларига ачинишдан воз кечиб, ўзларини самимийлик билан Раббийга топширишни бошлаганларида, улар қаерда бўлса, Исо уларни ўша ерда кутиб олади. Ва уларни Ўзига ўхшаш қилиб ривожлантиради.

Ишонаманки, сизнинг “мен”ингиз йирик бўлганда ва сиз ўзингизга Худонинг назари билан қараганингизда – кўп ҳам эмас, кам ҳам эмас – камчиликларингизга виждонан қарай оласиз. Камчиликларингиз устида ишлаши учун уларни Масиҳнинг олдига олиб кела оласиз ва шу билан бир вақтда ҳаётингизда сизни мағрурликка етакламаслиги учун қобилиятларингизни ва кучли тарафларингизни ҳам Унинг олдига қўя оласиз. Ўзингиз ҳақингизда соғлом фикрга эга бўлиш учун сиз мукаммал инсон бўлишингиз шарт эмас; Худо сизда яратган ана шу бетакрор шахсиятдан қувонишингиз керак.

Кўпинча, ўзимни “қурилиш ишлари олиб борилаётган иншоот” деб тасаввур қиламан. Мен ўзимни Худо мени қабул қилган асосга қўра, яъни Исо Масиҳ ва Унинг хочдаги ўлими орқали қабул қилишни ўргандим. Буни англаб етишим учун масиҳий сифатида менга йиллар керак бўлди. Лекин ўзимни қабул қилишим мумкинлигини билишим билан бошқа одамларни ҳам улар қандай бўлсалар ўшандай қабул қилишни, муносабатларда ҳеч қандай шартларсиз қабул қилиш эркинлигига эга бўлдим.

Тушуняпсизми, Худонинг севгиси шартсиз ва У шартларсиз қабул қилади. Сиз қандай бўлсангиз шундайлигингизча ҳозирнинг ўзида қабул қилади. Шунинг учун Юҳанно куйидагича ёзган: “Ҳақиқий севги – бизнинг Худога бўлган севгимиз эмас, балки Худонинг бизга бўлган севгисидир. Зеро, Худо бизни гуноҳларимиздан поклаш учун Ўз Ўғлини қурбон қилди” (1-Юҳанно 4:10). Худо сизни қабул қилади, чунки Исо сиз учун қилган ишлари туфайли У сизни кечирган. Кимдир мени қабул қилиши учун мукаммал инсон бўлишим керак, деган аввалги нотўғри тушунчага мен энди ишонмайман. Мен

Исо Масихда комил инсонман, У мени қабул қилиши ҳамда бунни тасдиқлашининг ўзи мен учун етарли.

Энг аълоси етарли!

Ўз қадрини билиш бўйича мени қийнаб келган иккинчи нотўғри тушунча – мени қабул қилишлари учун ҳаммадан зўр бўлишим керак, деган фикр эди. Мен дунёдаги энг моҳир пазанда, штатдаги энг яхши тадбиркор ёки Миллий Балиқчилар Лигасининг энг моҳир балиқчиси бўлишим керак, деб ўйлайдиган жуда кўп одамларни учратаман. Ўз-ўзини қабул қилишлари ва бошқалар уларни қабул қилишлари учун улар шу эҳтирос билан овора. Албатта, муаммо шуки, агар сиз ўз-ўзингизни қабул қилишингиз учун ўз ишингизнинг устаси бўлишингиз лозим бўлса, унда мамлакат бўйлаб битта мусиқачи, битта талаба ёки битта сотувчи қачондир ўзини қабул қилиши мумкин.

Биринчи бейсбол лигасининг ёш тўп улоқтирувчисидан “Нима бўлди?” деб сўрашди. У шундай жавоб берди: “Бугун мен учратган тўпни уриб қайтарувчи асосий ўйинчи “Red Juice” (қизил шарбат) жамоасида ўйнашни бошлаган вақтда мен тўртинчи синфда ўқир эдим. Биринчи уринишдаёқ мен унга ҳаётимдаги энг тезкор ва кучли зарба билан коптокни улоқтирдим”.

“Кейин нима бўлди?”

“Копток унинг ёнидан учиб ўтаётганида, у коптокка қараб туфлаган эди!”

Янги ўйинчи муаммога дуч келди. Унинг ўзига бўлган ҳурмати вазиятга боғлиқ эди. Ўсмирлар орасида у юқори мавқега эга эди. Тўпни уриб қайтарувчилар уни кучли тўп улоқтирувчи деб ҳисоблашарди. Бироқ, ўсмирлар жамоасидан Биринчи лигага ўтиши биланок унинг кучли улоқтириши унинг ўзи каби омадсизликка учради.

Агар шу тарзда яшамоқчи бўлсангиз (кўпчилик шундай қилади), ўзингиздан мамнун бўлишингиз учун ҳар доим ҳамма нарсаларда энг яхшиси бўлиш талаби сизнинг олдингизда туради. Ҳаммамиз ҳам қайсидир ишни яхши уддаласак-да, қайсидир ишларни яхши уддалай олмаймиз. Шунинг учун, агар биз вазиятларга боғлиқ бўлсак, ўзимиз ҳақимиздаги фикрлар билан курашишимизга тўғри келади.

Шундай яшашимизни Худо хоҳлайдими? Албатта, йўқ! Ҳаворий Павлус шундай деган: “Ҳар ким ўз ишини текшириб кўрсин”. Нима учун? “Шунда у фақат ўзидан фахрланса бўлади, ўзини бошқалар билан солиштиришга ҳожат бўлмайди” (Галатияликлар 6:4). Худонинг севгиси ва бизни қабул қилиши қандайдир алоҳида шартларни талаб қилмайди, У биздан айнан мана шу назар билан ўзимизга қарашимизни истайди.

Агар мен конференцияда маъруза қилган пайтимда Худо менга берган қобилиятларимни ишга солган ҳолда қўлимдан келган ҳамма ишларни қилсам, мендан яхшироқ яна элликта нотиқнинг маъруза қилиши мени ташвишга

солмайди. Мен меҳмонхонадаги ўз хонамга қайтиб, ойнага қараб шундай дейишим мумкин: “Жаноб Макдауэлл, сен зўрсан! Сен менга ёқасан! Сен ўзингга берилганларини олдинг ва Худонинг шуҳрати учун қўлингдан келганини қилдинг”. Ўз қадрингиз бўйича соғлом фикрга эга бўлсангиз, шундай қила оласиз. Лекин муҳим нарсаларга нисбатан қўлимдан келган барча ишларни қилмаган пайтимда, ўзимдан норози бўламан.

Лекин муҳимликни нима билан ўлчаш мумкин? Худо айтаётганлари муҳим ҳисобланадими? Оилангиз айтаётганлари-чи? Дўстларингиз-чи? Ўзингиз-чи? Қўлимиздан келган ҳамма ишларни қилиш жуда муҳим бўлмаган вазиятилар ҳаётда кўп учрашини унутмаслигимиз лозим. Айрим одамлар овқат пишириш учун бор лаёқатини ишга солишади, мен буни қўллаб-қувватлайман, айниқса улар мени тушликка таклиф қилишса. Лекин агар улар ҳар куни нонушта, тушлик ёки бутерброд учун бор кучини сарф қилишса, уни пишираётганларида жуда тез куйиб кетади. Биз ҳақиқатдан зарур бўлган вақтдагина бор кучимизни ишга солишимиз керак.

Мен қандай бўлсам, Худо мени шундайлигимча севишини эслаганимда буни қабул қилишим осон бўлган. Мен Исо Масихга келганимда ва Унга Раббим ва Нажоткорим деб имон келтирганимда, Муқаддас Калом таълимотидан Худо мени севишини ва қандай бўлсам, шундайлигимча қабул қилишини англаб етганман. Худо мени барча нуқсонларим, барча хатоларим билан бирга қабул қилган. Шундай қилиб, ўзимни қабул қилишим мантикий асосга эга.

Қўлингиздан келганича яхши бажарганингизда ҳеч ким билан рақобатлашмайсиз ва Худо сизни қандай яратган бўлса, ўзингизга шундай баҳо бера оласиз. К.С.Льюис “Ғаройиб одамнинг мактублари”да шундай ёзган: “Охир-оқибат, инсон қўшнисининг қобилиятларидан қувонганидек, ўз қобилиятларидан ҳам самимий қувониши – қуёшнинг чиқишидан, фил ёки шаршарадан баҳраманд бўлгандек баҳраманд бўлиши учун Худо инсонни ноаниқликлардан халос бўлишини истайди. Худо ҳар бир инсон охир-оқибатда барча мавжудодларни (ўзини ҳам) улуғвор ва ажойиб, деб қабул қилишини истайди”.

Бу тушунча бошқа инсонларни ҳам қабул қилишим учун эшикларни очди. Улар менга ниманидир исботламоқчи бўлганларида, мен уларни маҳоратлари асосида ҳукм қилмаслигим керак. Худо мени қандай қабул қилган бўлса, мен ҳам бошқаларни шундай қабул қила оламан. Мен ўзимни – Жош Макдауэллни қандай бўлсам, шундайлигимча қабул қила олар эканман, рафиқам Дотти ҳам мени қандай бўлсам, шундайлигимча қабул қилишига умид қилсам бўлади. Шунинг учун унга кўнглимни оча оламан ва суҳбатларимда ҳамда хатти-ҳаракатларимда ҳақиқатда эркин бўла оламан.

Ҳақиқий муҳаббат билан севиш

Ўзингиз ҳақингизда соғлом фикрга эга бўлишнинг яна бир усули (яъни Худо сизни қандай кўрса, шундай кўриш) – севги воситаси бўлишдир. Бугунги кунда жамоатлардаги энг катта муҳтожликлардан бири имонлиларнинг бир-бирларига ҳамда атрофдагиларга илоҳий севгини кўрсатишдир.

Бир марта мен “Плейбой” журнали асосчиларидан бири билан уч ярим соат давом этган телевизион муҳокамада иштирок этганман. У вазиятга қараб иш тутадиган инсон бўлиб, яхши ёки ёмон нарсалар бўлмайди, вазиятнинг ўзи нима қилиш кераклигини кўрсатади, деб ҳисобларди. Бошқача айтганда, сиз маълум бир вазиятга тушиб қолишингиздан олдин яхши ёки ёмон нарсанинг ўзи бўлмайди, лекин ўша вазиятга тушганингизда «севги билан – ўзингиз тўғри деб билган ишни қилишингиз керак”.

Бу фалсафа тарафдорлари Римликларга мактуб 13:8-оятдан иқтибос келтиришади: “Ҳеч кимдан ҳеч нарса қарздор бўлманглар. Фақат меҳр-муҳаббатни ҳам фарз, ҳам қарз деб билинглар, чунки ўзгани яхши кўрган одам Худонинг қонунини бажарган бўлади”. Лекин улар асло 9-оятни ўқиб кўришмайди. У ерда Павлус: “Зино қилманг”, “Қотиллик қилманг”, “Ўғирлик қилманг”, “Бировнинг мулкига кўз олайтирманг”, деган.

Бу нимани англатади? Булар севувчи Худо бизга амрлар берганини англатади. У севгимизни кўрсатадиган хатти-ҳаракатларимиз мустаҳкам асосга эга бўлиши учун Муқаддас Каломда бизга турли огоҳлантиришлар берган ҳамда Худо бизга “Бир-бирингизни севинглар” деганида, қайси ҳаракатлар севгини ифодалашини биламиз. Агар сиз кимнидир чин юракдан севсангиз, сиз уни ўлдирмайсиз ёки унинг нарсасини ўғирламайсиз.

Кимдир менга: “Агар мен кимнидир чин юракдан севсам, у билан жинсий алоқа қилишим шарт эканини айтишди”, деса, виждонан айтишим мумкинки, агар бу нарса эр-хотинлик мажбуриятидан ташқарида бўлса ва сиз ўша инсонни чиндан севсангиз, бунга йўл қўймайсиз. Бу ҳақиқий севги бўлмайди. Худо бизга вазиятга мос келадиган севгини ихтиро қилиб олишимиз учун бир-бирингизни севинглар, деб амр бермаган. У Коринфликларга биринчи мактубда, Ўнта Амрда (Чиқиш 20) ҳамда Каломнинг ҳамма жойларида биз учун севги қандай бўлиши кераклигини кўрсатган.

Ўз-ўзини англашнинг ишончли туйғуси асосида севги воситаси бўлиш нимани англашиши бўйича энг ёдда қоладиган ибратни “Истерн Эйрлайнз” авиакомпаниясининг стюардессаси кўрсатган. Сўнгги ўн саккиз йилда мен деярли 5000 марта парвоз қилдим, шунинг учун самолётда содир бўлиши мумкин бўлган барча ҳодисаларни ўз бошимдан ўтказганман. Атлантадан Чикагога парвоз давомида бўлган ҳодисани ҳеч қачон кўрмагандим. Самолётнинг дум қисмидаги ўз жойимга ўтиш учун биринчи тоифа йўловчилари ўтирган салондан ўтиб кетаётганимда ҳаммани табассум билан

кутиб олаётган, кўлида бир даста атиргул ушлаб олган стюардессага кўзим тушди.

“Бу оддий ҳол эмас, деб ўйладим. Киришимли инсон бўлганим учун ёнидан ўтиб кетаётиб, ундан “Йигитингиз сиз учун гул сотиб олдимиз?”, деб сўрадим. У эса: “Йўқ” деб жавоб берди. “Унда ким сотиб олди?” “Мен ўзим!” Жуда ғалати, тўғрими? Нима дейишни билмасдан, жойимга ўтирдим.

Унинг жавоби хаёлимдан кетмасди. Бу ҳол мени қизиқтириб қўйди ва самолёт терминалдан жўнаши билан унинг ёнига келиб, ўзимни таништирдим. Унинг масиҳий эканини билиб, ундан: “Сизга ўта шахсий савол берсам майлими? Сиз нима учун ўзингизга бир даста атиргул сотиб олдингиз?”, деб сўрадим.

“Чунки мен ўзимни яхши кўраман”, деб жавоб берди у.

Ўйлаб кўринг: ўзига бўлган севги туфайли, у бориб, атиргул дастасини сотиб олибди!

Гулларнинг гўзаллиги

Ижозатингиз билан сиздан сўрасам, бирон марта ўзингиз учун атиргул дастаси сотиб олганмисиз? Кўп йиллар давомида мен бирон марта ҳам тунни уйдан, аёлимдан, учта қизим ва ўғлимдан узоқда ўтказмаганман. Мен “Campus Crusade for Christ”да маърузачи бўлиб ишлаган пайтимда мен учун энг оғир тун Янги Йил арафасида бўлган. Мен Мавлуд байрамини ўтказиш учун уйдан чиқдим ва Қўшма Штатлар бўйлаб сафар қилиб, Мавлуд байрами бўйича конференцияларда бир қанча маърузалар қилдим. Кун бўйи маъруза қилардим, тунда эса йўл юрардим. Кейинги куни яна маъруза қилиб, тунда йўлга чиқардим. Шундай қилиб, Калифорния штатининг Сан-Хосе шаҳрида Янги Йил арафасида маърузаларимни тугатдим.

Сўнгги ўн тўрт йилнинг ўн уч йилида барча маърузаларим тугаганидан кейин Оранж-Каунтидаги Жон Уэйн аэропортига учиб борардим. У ерда мени кутиб олишар ва соҳил бўйидаги ҳар йили мен тўхтайдиган меҳмонхонага олиб бориб қўйишарди. Рафиқам ва фарзандларим Бостонда, рафиқамнинг ота-онасиникида эдилар. Мен жисмонан, руҳан ва ақлан чарчагандим ва дам олдим.

Бир неча йил олдин маърузалар билан боғлиқ сафарим тугаганидан кейин бир нечта китобларни ёзишда ҳамкорлик қилган Дон Стюарт мени Жон Уэйн аэропортида ўзининг кичкина “Хонда Сивик” машинаси билан кутиб олди. Иккаламиз катта йўлда машинада сайр қилдик. Лагуна-Бичга кираверишда олдимиздан гуллар билан тўла юк машинаси чиқиб қолди. Мен Дондан машинани тўхтатишини сўрадим. У йўлнинг ўртасида тўхтади. Ундан машинани четга олишини сўрадим ва машинадан тушиб, юк машинаси олдида бордим ва беш даста гул сотиб олдим.

Бирон марта беш даста гул билан “Хонда Сивик” машинасига ўтиришга уриниб кўрганмисиз? Бу осон эмас, айниқса, ҳеч ким сиз учун эшикни очиб бермаса. Мен кўлимда гул билан йўлнинг ўртасида турардим, Дон эса ҳеч нима демасдан менга қараб турарди. Ўша пайтда у нимани ўйлаганини кейинроқ айтиб берди: “Мана, Campus Crusade for Christнинг ўқитувчиси, масиҳий маърузачи Жош Макдауэллнинг аҳволи, рафиқаси Бостонда, Янги Йил кириб келяпти, у эса беш даста гул билан меҳмонхонага кетяпти. Бу жуда қизиқ!”

Бир қанча вақт у жим кетди, лекин соҳил бўйлаб катта йўлдан кетаётганимизда, ниҳоят сўради: “Гулларни нима учун олдинг?” Мен унга “Ишинг бўлмасин” дегим келди, лекин ундай қилмадим. Унга чарчаганимни, чарчоқни ҳис қилган пайтларимда шайтон ҳаётимга бостириб киришни, мени хафа қилишни, кўзимни Худодан узишимни, муаммоларга енгилишимни ёқтирмаслигимни айтдим.

Унга яна шундай дедим: “Дон, мен бу ерда тўрт кун бўламан. Бу гулларни барча хоналарга қўймоқчиман. Бир дастасини айвонга, бир дастасини телевизор устига, биттасини овқатланадиган столга қўяман. Ҳар гал гулларга қараганимда, Исо менга: “Жош, Мен сени яхши кўраман. Сени қабул қиламан. Сени кечираман, Жош. Ота Мени севганидек, Мен ҳам сени севаман. Жош, сен – аҳамиятлисан” деб айтади. Ҳар бир даста гулга қараганимда, Худонинг менга: “Жош, сен жуда қадрлисан, Мен сени Ўз суратимдек яратганман. Жош, сен бетакрорсан”, деганини эшитаман. Биласизми, ўша Янги Йилдан кейин гулларга аввалгидек қарай олмайдиган бўлиб қолдим.

Шунинг учун сизлардан яна сўрайман, бирон марта ўзингиз учун бир даста гул сотиб олганмисиз? Севги сирини билиш учун никоҳда, жинсий алоқада юқори севгига эришиш учун сиз “исталган” инсон бўлишингиз лозим. Бунга эришишнинг биринчи шартини ўзи ҳақида соғлом фикрга эга бўлишдир. Агар ўзингизда хоҳиш бўлса ва қабул қилишни истасангиз, Худо сиз учун яратган ҳақиқий мавжудлик сизники бўлиши мумкин.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Худо сизда яратганлари орасида нима сизга ёқади?
- Қайси жиҳатлардан сиз бетакрорсиз?
- Худо сизни қабул қилганини қаердан биласиз?
- Севги воситаси бўлиш учун бугун ёки эртага нима қила оласиз?

4 МУНОСАБАТ ПОК БЎЛСИН

Ўзаро муносабатга нима олиб келганингиз ҳақида ҳеч ўйлаб кўрганмисиз? Жуфтингиз нима келтирган?

Икки инсон ўзаро муносабат боғлаганида (айниқса, никоҳда), уларнинг иккиси ҳам ўзлари билан шахсий ўтмишини, маданиятини, мулоқот усулини олиб келади. Икки хил ҳаёт тарзи, икки хил ҳаётий тажриба ва икки тақдир бирлашади. Лекин жуфтликнинг ҳар бири муомала қилиш кўникмасига эга бўлмаса ҳамда жуфтини тушуна олмаса, хурсандчилик келтирадиган яқинлик бўлмайди. Жуфтининг хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда муомала қилиш лаёқати “исталган” инсон бўлишнинг асосий талабларидан биридир.

Муомалага лаёқатсизлик - эр-хотинлар орасида энг кўп учрайдиган муаммо бўлиб, бугунги кунда руҳшунослар ва оилавий шифокорлар ҳам бунга таъкидлашади. Сўров натижасига кўра, оилавий муаммолар бўйича 730 та моҳир маслаҳатчиларнинг аксарияти улар энг кўп дуч келадиган оилавий муаммолар муомалада хатога йўл қўйиш эканини таъкидлашди.

“Аёллар учун оилавий журнал” 30000 аёллар ўртасида сўровнома ўтказди ва пул билан боғлиқ зиддиятлардан кўра, битта муаммо – қониқарсиз мулоқот энг юқори ўринни эгаллаганини аниқлашди. Тадқиқотчи Терри Шульцнинг ёзишича, “кўпгина аёллар ўз жуфтини жисмоний кўринишига қараб танласалар ҳам, уларнинг айримлари мулоқот қилиш лаёқати анча муҳим эканини айтишган”. Бундай ақлли аёллар учун ўзаро муносабатдаги мумулоқот жинсий истак, жисмоний маълумотлар ҳамда шахсиятдан устун туради.

Тадқиқотлар шуни кўрсатадики, ўз ҳисларини бир-бирлари билан баҳам кўрадиган ва турмуш ўртоғига самимий бўлган жуфтликлар ўртасида ҳаётий ва тўлақонли никоҳ ривожланади. Бузилаётган оилаларнинг асосий муаммоси жинсий муносабатларда эмас. Бу муаммо мулоқотдаги нуқсонларга боғлиқ.

Доктор Марк Ли ўн бир мамлакатда олиб борилган тадқиқотларни таҳлил қилиб, “энг бахтли жуфтликлар - бир-бирлари билан кўп гаплашадиган жуфтликлар эканини” айтган. Оилавий муносабатлар бўйича маслаҳатчи сифатида Ли шундай таъкидлаган: “беғоналашиш – никоҳдаги ўсиб бораётган муаммодир. Маълумки, тўйларига бир йил бўлган ўртача эр-хотинлар ҳафтасига ўттиз етти дақиқани мазмунли ва шахсий суҳбатлар учун сарфлашади – бу эса жуда кам”.

28 йиллик тажрибага эга, ажралиш ва оилавий қонунчилик бўйича таниқли мутахассис, адвокат А.Глиберман билан махсус суҳбатда, ундан эр-хотин ажралишининг энг асосий сабабларидан биттасини айтишни сўрашган. Глиберман шундай жавоб берган: “Энг биринчи ўринда бир-бирлари билан самимий гаплашишни билмасликлари – қалбини очиш ва жуфтига қадрдон дўстидек муомала қилишни билмасликдир. Жуда кўп одамлар бир-бирлари билан эмас, балки бир-бирлари орқали гаплашишади, деб ўйлайман.

Лео Баскалья 1000 та одамнинг никоҳдаги ҳаётга оид сўровномасини “USA Today” газетасига юборди ва “85 %га яқин иштирокчилар муносабатни сақлаб қолишдаги энг асосий фазилат, бу муомала – икки инсоннинг ўзаро самимий мулоқоти эканлиги ҳақида фикр билдиришган”ларини маълум қилди.

Сестон Холл Университети социологи Линн Атоутернинг айтишича, аёллар никоҳдан ташқари алоқаларни йўлга қўйишади, чунки улар янада чуқурроқ ҳиссий яқинликни хоҳлашади. У аёлларнинг жисмоний қониқиш ҳамда хилма-хилликни муҳим деб билишини, лекин эркаклардан фарқли равишда, жинсий алоқа қилиш учун имтиёз берадиган романтикага интилмасликларини кўрсатувчи янги тадқиқотга ишора қилади. “Рафиқалари шундай романтик алоқаларни йўлга қўймасликлари учун нима қилиш мумкинлиги ҳақида мендан эркаклар тез-тез сўрашади, дейди Атоутер. – Уларга: “Аёлингиз билан гаплашинг”, деб жавоб бераман”. Атоутернинг таъкидлашича, аёллар ҳиссий мулоқот ҳар қандай романтиканинг энг муҳим мукофоти, деб ҳисоблашади.

Мулоқот - бир-биримизни кўпроқ билиб олишимизга ёрдам берадиган усулдир. Одамда чинакам самимий мулоқот қилиш лаёқати қанчалик катта бўлса, жуфтликнинг иккаласи ҳам ўзаро мулоқотдан шунчалик кўпроқ қониқади. Ёнма-ён яшайдиган икки инсон ўртасида тез орада фарқлар пайдо бўлади. Агар бу фарқлар муҳокама қилинмаса, албатта, чалкашликлар ва зиддиятларга сабаб бўлади. Ҳатто хаворий Павлус ва унинг ҳамкори Барнабо ҳам буни ўз бошларидан ўтказишган. Ажабли томони, улар Марк тахаллусли Юҳаннонинг сафари борасида ўз ҳис-туйғуларини иккинчи саёҳат пайтигача бирон марта муҳокама қилишмаган. Иккинчи саёҳат пайтида ярашиш учун жуда кеч бўлгани маълум бўлди.

Оғзаки мулоқот

Мулоқот қилиш нима? “Рэндом Хаус” луғатига кўра, “ниманидир билдириш ёки фикрлар, ҳис-туйғулар, маълумотларни ёзма ёки оғзаки усулда алмашиш” деган маънони англатади. Оилавий масалалар бўйича маслаҳатчи ҳамда оилавий мулоқот ҳақидаги бир қатор китоблар муаллифи Норман Райт оддийроқ таърифни таклиф қилади: “Мулоқот – бошқа шахс билан у сизнинг сўзларингизни тушунадиган усулда маълумотлар алмашиш жараёнидир (оғзаки ёки оғзаки бўлмаган). “Тапириш”, “тинглаш” ва “тушуниш” – буларнинг бари мулоқот жараёнида содир бўлади”.

Мулоқот қилиш – ўзингизни бошқалар билан самимий бўлишиш демакдир. Бугунги кунда бундай суҳбатлар эр-хотинлар учун жуда муҳим ҳисобланади.

“Икки инсон бир-бирларига ўз ҳаётларининг тўлиқ маъносини маълум қилганида, бир-бирларининг ҳаётларида қўлларидан келганча эътибор билан иштирок этганларида суҳбат содир бўлади”, - деб ёзади Дуайт Смолл.

“Кам гапирадиган (зерикарли) шерикнинг хавфи” мақоласида Синтия Доич шундай дейди:

“Мулоқот қилиш учун иккита шерик зарур. Агар шериклардан бири бунни истамаса, унда фақат гаплашиш мумкин, лекин мулоқот бўлмайди. Муаммолар бўйича мулоқот қилиш – мураккаб фаолият бўлиб, инсонни ўзини ҳимоясиз ҳис қилишга мажбур қилади. Лекин ўзаро муносабатлар муаммоларсиз бўлмайди, бу муаммоларни муҳокама қилиш эса уларни ҳал қилиш усулидир. Агар шериклардан биттаси муҳокамада иштирок этмаса, унда муаммо ҳал бўлмайди ва бу муаммо чуқурлашиб, ўзаро муносабатнинг бошқа соҳаларига ҳам таъсир кўрсатади. Агар турмуш ўртоқлардан бири қатъият билан мунтазам равишда маълум мавзуларни муҳокама қилишдан бош тортса, бу адолатдан бўлгандек туюларди.

Кимдир мулоқот қилишдан бош тортганда, никоҳдаги жуфтликнинг бирида ҳам мулоқотни тўхтатиш учун кучли истак пайдо бўлади. Маълум бир вақт ичида – одатда бу қисқа вақтда содир бўлади – жуфтликлар бир-бирларига нисбатан хафагарчилиқни, ёқимсизлиқни ҳамда бегоналиқни ҳис қилишади. Кўпинча, асосий муаммо ҳал қилингандан кейин ҳам муносабатларнинг бошқа соҳаларини ҳам қайта тиклашга тўғри келади. Инсонларни бир-бирларига нисбатан самимий қиладиган яхши муносабат жуда нозик бўлади ва агар бу муносабат бузилган бўлса, уни қайта тиклаш учун жуда эҳтиёткорлик ҳамда кўп меҳнат талаб этилади”.

Кўп одамлар ўз фикрларини тасдиқлаш учун гаплашишни мулоқот қилиш, деб ҳисоблашади. Лекин муҳим мулоқот икки қисмдан - гапира олиш ва эшита олишдан иборат бўлади. Бугунги кунда кўпгина эр-хотинлар эътиборга олмайдиган ҳолат – тинглаш лаёқатидир.

Худо бизга иккита қулоқ ва битта оғиз берганидан келиб чиқиб, Ирландияликлар гапирганимиздан икки баробар кўпроқ тинглашимиз керак, деган доно хулосага келишган. Ёқуб шундай ёзган: “Ҳар бир одам эшитишда чаққон, гапиришда вазмин бўлсин” (Ёқуб 1:19) ва бу сўзларнинг акс-садоси сифатида Шекспир шундай деган: “Ҳаммани эшит, лекин жуда кам одам билан суҳбатлаш”.

“Эшитишда чаққон” ибораси “эътиборли тингловчи бўлиш” деган маънони билдиради. Кўпчилик одамлар агар ўзлари гапирсалар мулоқотда ўзларини қулай ҳис қилишади. Улар айнан бир хил фикрни бошқалардан эшитишдан кўра, ўз ҳолатлари, ҳис-туйғулари, фикрлари ҳамда ғояларини таъкидлашганида ўзларини ишончли ҳис қилишади. Ҳеч қачон ўз-ўзидан пайдо бўлиб қолмайдиган эшита олиш маҳорати кўпчилик инсонлар учун мулоқотнинг энг мураккаб жиҳати ҳисобланади.

Вайсақилар, эҳтиёт бўлинглар!

Одамларнинг ўзаро муносабатларида кимдир тинглаш лаёқатига эга бўлмаса, норозилик ҳисси пайдо бўлади, агар бу муаммо ўз вақтида бартараф қилинмаса, шахслараро жиддий муаммолар келтириб чиқаради. Вайсақилар (менга ўхшаган) асосан жуда кўп гапиргани ҳамда етарли даржада тингламагани учун айбдор бўладилар. Мен оилавий ҳаётимда бу муаммо билан ҳалигача курашиб келаман.

Дотти билан турмуш қурганимиздан кейин етти ёки саккиз ой ўтиб, хотиним жаҳл билан олдимга келди. Мен ундан нима учун хафа бўлганини сўрадим. “Менимча, сиз мени севмайсиз”, - деди у.

“Нима? – дедим мен, - ҳазиллашяпсанми? Сени ер юзида ҳаммадан кўпроқ севаман”.

“Азизим, - деди у. – Ҳаётимда мен учун қизиқ бўлган айрим “арзимас” жиҳатлар сиз учун умуман аҳамиятсиз, деб ўйлайман”.

Эҳҳе! Юрагимга тиғ санчилгандек бўлди. Дарҳол шундай жавоб бердим: “Йўғ-э, ундай эмас!”

Дотти нима учун шундай хаёлга борганини тушунтирганда, ҳайрон қолдим. “Сиз ҳеч қачон мени эшитмайсиз. Мен нимадир айтишни бошлашим билан гапимни бўласиз ёки мавзунини ўзгартирасиз ёки бошқа нарсалар ҳақида ўйлайсиз. Кўпинча, ўзингизни мени эшитаётгандек кўрсатасиз, лекин ҳаёлингиз Боливия минбарларида бўлади”. Шундай қилиб, хотиним менга: “Азизим, мен сиз билан гаплашаётганимда ҳаёлингиз бошқа ёқда бўлади”, деди.

Фақат эр-хотин учун қандайдир маъно касб этувчи жуда кўплаб майда гапларнинг пайдо бўлиши ўзаро соғлом муносабатни ифодаловчи кўрсаткичлардан бири ҳисобланади. Дотти иккаламизда бўлган барча нарсаларни айтмайман, лекин унга қараб туриб ҳам ҳаёлим бошқа жойда эканини тушунишим учун у менга: Азизим, сиз Боливия минбарларидасиз!”, дейди. (Мен ўз фаолиятимни Лотин Америкасидаги марксистлар билан очик мунозарадан бошлаганман).

Бўлиб ўтган ишлардан нимани англаганимни биласизми? Ҳеч қачон одамларни тинглашни ўрганмаганим сабабли, беихтиёр рафиқамга буларнинг менга аҳамияти йўқлигини айтиб юбордим. Кейин у ҳаммасини ичига юта бошлади.

“Турмуш ўртоғимизнинг сўзларига эътибор беришимиз, - деб ёзади Ричард Остин, - унга ҳурмат кўрсатиш йўлларида биридир. Жуда кўп марта суҳбат сўзларини эшитамиз, лекин аслида нима айтишаётганини эшитмаймиз. Сўзни эшитиш ва айтилган сўзнинг маъносини уқиш – умуман бошқа нарса”.

Доттини эшитишга онгли равишда уриниб кўрмаганим учун (баъзида умуман уринмасдим) у менга айтмоқчи бўлганлари мен учун муҳим эмаслигини билдириб қўйганман. Мана шундай йўл билан жуфтингизни шижоатини

сўндириб қўйишингиз мумкин! Чин юракдан эшитиш – бошқа инсонга: “Сен менга кераксан! Сени қадрлайман!”, деган билан баробар. Ҳурмат – эшитишдан бошланади.

Эшитиш – кимгадир унга нисбатан муносабатингиз жиддий эканини, унга бефарқ эмаслигингизни, унинг фикрларини қадрлашингизни кўрсатишнинг энг яхши йўллари билан биридир. Доктор Огсбургер буни қуйидагича таъкидлайди: “Очиқ кулоқ – юракнинг очиклигидан далолат берадиган ягона ишончли далилдир”. Огсбургер таъсирли эшитиш маҳоратини ўз қадрига етиш билан қуйидагича боғлайди:

“Агар сиз мени эшитаётган бўлсангиз, демак сўзларим эшитишга арзийди.

Агар мени рад қилаётган бўлсангиз, демак мен ярамас одамман.

Агар фикрларимни ва қадримни маъқуллаётган бўлсангиз, демак қандайдир қадрли нарсани таклиф қила оламан.

Агар менинг изоҳларимни ёки кузатишларимни маъқулламасангиз, унда ниманидир айтишга ҳожат йўқ.

Агар сиз учун қанчалик қадрли эканимни билиш учун изоҳларингиздан фойдаланмай туриб сиз билан бирга бўла олмасам, унда бир томонлама мулоқотда бўлишнинг иложи йўқ.

Агар мен ҳақимда нима ўйлаётганингиздан ташвишлансам, сиз билан алоқани узаман”.

Шунчаки эшитиш эмас

Бирон марта: “Йўқ, мен сени эшитяпман” деган жавобни эшитиш учун “Сен мени эшитмаяпсан” дейишингизга, кейин охири гапингизни қайтириб айтишингизга тўғри келганми? Агар шундай бўлган бўлса, қуйидагиларни албатта тушунасиз: “эшитиш” бошқа – уқиш эса мумуман бошқа. Доктор Норман Райт бунинг фарқини шундай изоҳлайди:

“Эшитиш – асосан ўз мақсадиларингиз учун таркиб ёки маълумотлар билан танишишни англатади.

Уқиш эса – сўзлаётган инсонга ҳамдардлик билдиришни англатади... Эшитиш – суҳбат жараёнида ичингизда содир бўлаётган ҳисларга эътибор бериш дегани. Уқиш – сўзлаётган инсоннинг ҳис-туйғуларини тушунишга ҳаракат қилиш ва унинг ҳурмати учун диққат билан тинглашни англатади”.

Каломга кўра, “эшитиш” нафақат овозларни қабул қилишни, балки “диққат қилишни” ҳам англатади. Тинглаётган кулоқнинг аҳамиятини Флорида Университетининг социологлари Жорж Ворхайд ва Чарльз Хольце III ҳам яна бир бор таъкидлашган.

“[Улар] ўтказган тадқиқотлар кўрсатадики, дўстлар ҳамда оила аъзолари билан мулоқот қила олмаслик туфайли тушкунликка тушиш хавфи ҳозир сиз бошингиздан ўтказаятган ташвишли ҳолатларнинг

сонидан ёки туридан ҳам кўпроқ ортади. Кўплаб руҳий зарбаларни бошдан кечирган инсон агарда шахслараро қалин муносабатга эга бўлса, бу зарбаларни яхшироқ бартараф этишга қодир бўлади. Англаб етганингиздек, эри ёки хотини бўлмаган инсонлар руҳий тушкунликка кўпроқ мойил бўлиши тадқиқотлар мобайнида аниқланди”.

Эшита олиш қобилиятининг ҳар хил даражалари мавжуд. Доктор Огсбургер ўзининг “Эшитиш ва сизни эшитишлари учун етарли даражада ҳамдард бўлиш” китобида ҳар бир даражага шундай изоҳ берган:

“Инсон ўз манфаатлари йўлида фойдаланиши учун далиллар, маълумотлар ҳамда тафсилотларга эга бўлиш, иқтибос келтириш ёки бошқа мақсадлар учун сизни тинглаши, шу билан бирга ҳеч қандай ҳамдардлик билдирмаслиги ҳам мумкин.

Ёки сизга ачингани учун сизни тинглаши мумкин. Ўзига ачинишларидан завқланиш – бошқаларнинг ҳамдардлиги ҳисобига мағрурланиш демакдир. Ачинишдан ҳамдардликка ўтиш – умуман бошқа нарса. Оддий хушомад умуман ҳамдардлик бўлмаслиги мумкин.

Ёки кимнингдир йўқолиб қолгани ҳақидаги хабарни тарқатиб юрган одамнинг гапларини эшитиб, йўқолган одам ҳақида миш-миш тарқатиш суҳбат учун яхши мавзу, деб ўйлаб, бошқаларнинг азобини ва уларнинг орасидаги масофани кўпайтириши мумкин. Бу эса умуман ҳамдардлик эмас.

Ёки сизга нисбатан ҳеч қандай ҳамдардликни ҳис қилмасдан мажбурият, касбга оид одат ёки шунчаки яхши кўриниш учун сизни тинглаши мумкин. Ҳамдардлик – шунчаки кулоқ тутишдан афзалроқ. Хуллас, одатга кўра тинглаш умуман ҳамдардлик эмас.

Ёки қизиқувчанлигидан, бошқа инсоннинг ҳаётини сирларига қизиққанидан тинглаши мумкин. Ҳамдардлик – ҳайратдан кўзларни катта очишдан афзал. Ҳасис кулоқлар ёки кўзлар умуман ҳамдардликни ҳис қилмаслиги мумкин.

Ёки бўлмаса, қутқарувчи каби қўлида тиббий қутича билан “ёрдам” беришга тайёрдек эшитиши, ҳар гапда далда бериши, қўллаб-қувватлаши мумкин. Ҳамдардлик – ёрдам бериш ва қўллаб-қувватлаш дегани. Ёрдам бериш истагининг ўзи умуман ёрдам бермаслиги мумкин.

Сизнинг ҳамдардлигингиз юқорида айтиб ўтилганларининг барини ўз ичига олиши керак. Айтилаётган сўзларга диққат қилиш, самимий хайрихоҳлик, ўша инсон тушкунлик туфайли бўрттириб гапирганда ҳам мулоқотни давом эттиришга тайёр бўлиш, объективликка олиб келадиган шахсий манфаатнинг йўқлиги, ўша инсон қандай бўлса шундайлигича кўришга тайёр бўлиш, имконият туғилиши билан чин юракдан ёрдам беришга қарор қилиш – буларнинг бари самимий ҳамдардликни ўз ичига олади, бироқ буларнинг ҳаммаси ҳамдардликнинг марказий элементи орқали тушунилади ёки

аниқланади. Шундай қилиб, агар инсон ўз жуфтини диққат билан тинглай олмаса, албатта сукут сақлаш билан тугамайди. Кўп ҳолларда бу нарса суҳбатнинг жонланишига олиб келиши мумкин. Жойс Лэндорф нима учун айрим инсонлар гапирмасдан тура олмасликларини изоҳлайди. Турмуш ўртоқлари жағи тинмай гапираверадиган эркаларга шундай савол берган:

“Турмуш қурмасдан аввал ҳам аёлингиз шундай эдими? Ёки вақт ўтиши билан шундай қолдими? Айрим аёллар туғилган ондан гапиришни бошлашади ва ҳаётининг ҳар бир лаҳзасида жуда кўп сўзлар уларга ҳамроҳлик қилади, лекин бошқаларда кўп гапириш одати бошқа сабабларга кўра ривожланади.

Одатда, кўп гапирадиган инсонлар бошқалар уни эшитишлари учун бақриб гапиради. Сиз қанчалик зерикарли кўринсангиз, қанчалик кўп эснасангиз, телевизор ёки кучукка қанчалик кўп қарасангиз, у шунчалик баланроқ гапиради. Компенсация сифатида янада кўпроқ гапиради. Эҳтимол, сиз аллақачон унга кулоқ солмай кўйгандирсиз, у эса буни бошқалардан яхшироқ билади.

Сиз билан шундай бўляптими? Қачон охирги марта аёлингиздан “Бу ҳақда нима деб ўйлайсан?” ёки “Бугун уйда аҳвол қандай?” деб сўрагансиз? “Эҳтимол, сен ҳақдирсан, азизам” каби сўзларни қўшасизми? Агар аёлингиз сиз уни эшитишни истамаётганингизни сезса, унда иккита имконият қолади: баландроқ ва кучлироқ гапириш ёки камроқ гапириш ва овозини ўчириш. Ҳар қандай ҳолатда ҳам никоҳда бундай бўлиши яхши эмас”.

Ҳар доим у ёки бу тарзда мулоқот қилишимизни тушунишимиз лозим. Бошқача айтганда, ҳатто сукут сақлаш ҳам мулоқот ҳисобланади. Янада яқинроқ ва ишончли муҳит яратишга эришиш ҳал қилувчи омил ҳисобланади. Лекин тинглаш маҳоратимизни оширувчи айрим усулларни кўриб чиқишдан олдин самарали мулоқотнинг яна бир томонига диққатимизни қаратсак.

Суҳбатлашиш – оз ёки кўп

Суҳбат – мулоқотнинг иккинчи элементи ҳисобланади. Кўпгина инсонлар униси ёки буниси – эшитиш ёки гапиришни ривожлантиришлари керак. Бироқ, менга ўхшаган инсонлар борки, шахсий хусусиятлари туфайли иккаласини ҳам ривожлантиришлари лозим.

Дотти тафсилотларни баҳам кўришни яхши кўради ва барча майда тафсилотларни ҳам эшитиши керак. Менга эса буни кераги йўқ. Менга умумий кўринишнинг ўзи етарли. Натижада, ўзаро муносабатларимизда узок вақт норозилик ҳукм сурди, чунки унга майда тафсилотларигача баён этишим кераклигини тушунмаганман.

Бир куни Дотти менга “Азизим, сиз нотўғри гаплашяпсиз”, деди. “Мен бир умр шундай гапирганман”, деб жавоб бердим. У эса: “Яхши, лекин биз гаплашмаяпмиз” деди. Бу билан нима бўлмоқчи эканини сўраганимда, мен ҳеч

қандай тафсилотларни у билан баҳам кўрмаётганимни, аслида нималар бўлаётганини тушунтирмаётганимни айтди. Жуда муҳим конферециядан кейин у мендан учрашув қандай ўтганини сўради, мен эса “Жуда яхши ўтди” деб жавоб бердим ва бошқа ишга чалғидим. У эса яна нимадир борлигини биларди ва айтиш тафсилотларни эшитишни истарди.

Дўстларимиздан бири фарзандли бўлганини айтганим ҳам бунга яна бир мисол бўлади. “Қачон?” деб сўради аёлим. “Билмайман” – деб жавоб бердим. “Неча кило экан?” Албатта, буни ҳам билмайман. “Ўғилми, қизми?” “Хабарим йўқ”, - дедим. “Исмиди нима қўйишибди?”, - сўради у. Мен учун уларнинг фарзандли бўлганини билишнинг ўзи етарли эди, лекин аёлим билан муносиб гаплашишни билмасдим.

“Тафсилотлар ҳақида ўйла!” – бу ибора менинг шиоримга айланди. Ўзим учун маълумотлар ёзишни бошладим: “Жош, аёлинг билан гаплашганда, майда тафсилотларига айтиш керак”. (Бу усул бошқа муносабатларда ҳам ижобий натижа берибди). Ҳозир эса, дўстларимизнинг фарзанд кўргани ҳақида гаплашишни сабрсизлик билан кутаман. “Қачон?” “Сешанба кунини”. “Вазни қанча?” “Саккиз фунт”. “Жим” ва ҳаказолар. Авваллари ҳеч ўйлаб кўрмаган нарсалар ҳақида эсладим ва бу менга оилавий муносабатларимизда катта ёрдам берди, чунки Доттига тафсилотларни ҳам айта оламан ва албатта, бу билан уни севишимни кўрсатаман.

Кимлар учундир булар арзимаган нарсалар. Кимлар учундир эса қалбида нималар кечаётганини ифода қилиш учун бошқа инсон билан ҳис-туйғуларини баҳам кўриш заруратидир. Бу жиҳат ҳам мени ўйлантириб қўйди. Ўзаро муносабатлар учун очиқ мавзуларнинг аҳамиятини тушунсам ҳам, ҳалигача бундай суҳбатларда қийналаман.

Мана шунинг учун ҳам аслида ҳеч қандай аҳамияти бўлмаган нарсалар - об-ҳаво, жисмоний аҳвол ва бошқа нарсалар ҳақида гапиришга интиламиз. Баъзиларимиз ички ҳиссиётлар ёки ички хаёллар билан боғлиқ бўлган ўз фикрларимиз ёки ғояларимиз билан бўлишамиз. Бироқ, муносабатнинг бундай усулига етакловчи яқинлик соғлом севги ва оилавий муносабатларни ҳис қилиш учун жуда муҳим ҳисобланади.

Эҳтимол, сиз шундай деб сўрарсиз: “Яхши мулоқот қилишни қандай ўрганса бўлади? Дикқат билан қўлоқ солишни, эътибор билан гапиришни қандай ўрганиш мумкин?”

Ўқишда давом этинг.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Турмуш ўртоғингизга бўлган муносабатингизни ифода қилувчи бир нечта махсус ибораларни эсланг.
- Сиз қандай тингловчисиз? Турмуш ўртоғингиздан қандай тингловчи эканингизни ифодалашини сўранг.
- Ўз муносабатларингиз сифатини яхшилаш учун турмуш ўртоғингиз билан биргаликда қачон вақт ажратишингиз мумкин?

5. ҚАНДАЙ ҚИЛИБ МУЛОҚОТ ҚИЛИШНИ ЎРГАНИШ МУМКИН

Эҳтимол, энди сиз шундай айта оларсиз: “Яхши, муаммоларим борлигини тушундим. Айтинг, уларни нима қилай? Ўзаро муносабатни яхшилаш учун мулоқот қилишни қандай ўргансам бўлади?”

Ўн битта тамойил мулоқот қилишни ўрганишда менга кўп йиллар мобайнида ёрдам берган. Дарҳол ҳаётга тадбиқ этиш учун уларнинг ҳаммасини эслаб қолишингизга ишонмайман. Лекин сиз мана шу бобни бир неча маротаба ўқишингиз ёки деворга ёки ювиниш хонасига осиб қўйиш учун ўша тамойилларни кўчириб олишингиз мумкин.

Агар сиз оилали бўлмасангиз, бу тамойиллар дўстларингиз билан муносабатингизни яхшилайти. Агар кимгадир ғамхўрлик қилаётган бўлсангиз, бу тамойилларни дарҳол амалда қўллашингиз керак.

Оилали инсонларга эса бу тамойиллар турмуш ўртоғи ҳамда фарзандлари билан бўлган муносабатларини тубдан яхшилашга ёрдам беради. Кўпгина оилаларда яқинлик эр-хотин мулоқотидан нарига ривожланмайди – бу эса албатта, очиқчасига ва оғзаки мулоқотга қанчалик интилишингизга боғлиқ. Агар сиз ота-она бўлсангиз, бу тамойилларни амалда қўллаш “мени эшитмаяпсан” каби шикоятларни камайтиради (айниқса, ўсмир болаларнинг ота-оналарига қиладиган шикоятларини). Амал қилишга тайёرمىсиз? Бу тамойиллар қуйидагилар:

1. Мулоқот қилиш устида ишланг.
2. Тил топишни ўрганинг.
3. Бошқаларни тушунишга ҳаракат қилинг.
4. Турмуш ўртоғингизнинг қадрини, аҳамиятини, ўрнини таъкидланг.
5. Ижобий ва далда берувчи фикрга эга бўлинг.
6. Ишончли бўлишни машқ қилинг.
7. Қулай фурсатни кутинг.
8. Ҳис-туйғуларингиз билан баҳам кўринг.
9. Бировларнинг фикрини ўқишдан узоқ бўлинг.
10. Ҳар доим саволларга жавоб беринг.
11. Ростгўй бўлинг.

Энди уларни кундалик ҳаётда қандай ишлашини кўриб чиқамиз. Бу тамойилларни ҳаётга тадбиқ этишга қанчалик ҳаракат қилаётганимизни кўришингиз учун Дотти яна менга ҳамроҳлик қилади.

Мулоқот қилиш устида ишланг

Яхши уддалаётган ишларни қилиш маданиятимизнинг шиорига айланган, лекин мулоқот қилиш маҳорати ўз-ўзидан пайдо бўлиб қолмайди. Барчамиз

хаётда худбин бўлиб кетганмиз, шу сабабли мулоқотни яхшилаш учун кўп меҳнат ва қатъий ирода талаб қилинади. Биз Худо билан шахсий муносабатга киришганимиздан кейин У бошимиз узра сеҳрли таёқчани силкитмайди. Бунинг ўрнига У бизга оғриқ ва ҳаракат беради, кейин эса ўйлаганларимизни амалга оширишимизда ёрдам беради.

Менинг фалсафам шундай: агар қон йўқотаётганингизни кимдир билишини истасангиз, сиздан қон оқиб чиқиши керак. Доттини тинглаётганим ва у муҳим деб ўйлаган жиҳатлар мен учун ҳам қизиқ эканини билдиришим учун онгли равишда ҳаракат қилишимга тўғри келган. Бу ўз-ўзидан пайдо бўлиб қолмаган – унинг устида тер тўкишимга тўғри келган.

Менинг одатларимдан бири – нонушта пайтида газета ўқишдир. Уйланганимдан кейин ҳам бу одатимни ташламади. Лекин Дотти менга нонушта дастурхони суҳбатлашиш учун ажойиб жой эканини эслатганидан сўнг бу одатимдан воз кечдим. Дастурхонга борадиган йўлда мен ўзимга сўз беришни ўргандим: “Жош, ёдингда тут: энди рафиқанга қулоқ соласан”.

Дотти хонамга кириб келганида, одатда мен унга: “Азизам, ҳозир эмас. Мен бандман” дердим. Лекин мулоқот қилиш устида ишлаш бошқача жавобни талаб қилади. Энди эса, Дотти хонамга кирганида, нима қилаётганимдан қатъий назар, унга ўгирилиб, унинг сўзларини диққат билан тинглашга ҳаракат қиламан. Бу одатни ривожлантириш учун ўз-ўзимга: “Рафиқамнинг сўзларига қулоқ соламан ва унинг барча гапларига жавоб бераман”, дейишимга ҳам тўғри келган.

Доимо сафарда бўлганим учун уйга қўнғироқ қилиш қанча туришини яхши биламан. Лекин сафарда юрган одамдан кўра, уйда қолган жуфтга кўпроқ қийин эканини ҳам тушунаман. Эҳтимол, Дотти уйда бўлган воқеаларни ва менга айтмоқчи бўлган гапларини айтиш учун кун бўйи мени кутгандир, мен эса гўшакни кўтариб, “Азизам, бу шаҳарлараро қўнғироқ. Уйга борганимда айтарсан”, дейман.

Бундай жавоб Доттининг очиқликка ва мулоқотга бўлган истагини синдирган бўларди. Шунинг учун шундай дейишни ўрганишимга тўғри келди: “Жош, Дотти гўшакни олганида, биринчи ўринга ўз ишларингни қўймайсан. Ундан: “Бугун нималар бўлди?” – деб сўрайсан, кейин ҳамма гапларини, ҳамма муҳтожликларини айтиб бўлгунича, уни диққат билан тинглайсан”. Энди қўнғироқлар қимматга тушяпти, лекин бу пуллар менинг энг яхши сармояларимдан биридир.

Бир марта сафардан қайтиб келиб, остонага қадам қўйишим билан Дотти мен қучиб, “Азизим, сенга катта раҳмат!”, деди. “Нима учун?” деб сўрадим. “Мен тинглаганинг учун”, - деб жавоб берди. Мен чиндан ҳам уни диққат билан тинглашга ҳаракат қилдим ва бу бизнинг муносабатларимизнинг барча соҳаларида ўз самарасини берди. Энди Дотти билади: унинг ҳамма гаплари мен учун муҳим.

Агар сиз турмуш куришга муносиб инсон бўлишни истасангиз, бошқа нарсалар қаторида тинглаш маҳоратини ҳам эгаллашингиз керак, бу эса меҳнат талаб қилади. Қанийди, менга ҳам кимдир кўп йиллар олдин шундай маслаҳат берганида.

Тил топишни ўрганинг

Соғлом оилавий муносабатлар – олиш ва беришни билиш лозим бўлган вазият бўлиб, айниқса, гап мулоқотнинг турли усуллари ҳақида кетганда жуда муҳим. Ҳар бир инсон ўз ҳолича эркин бўлиши, шу билан бирга бошқаларнинг эҳтиёжига ҳам кўникиши керак. Бир усул бошқасидан устун бўлиши шарт эмас, чунки турли инсонлар турли хил мулоқотга муҳтож бўладилар, тажрибали киши эса қачон қўшилишни билади.

Аввал айтиб ўтганимдек, Дотти иккаламизнинг тафсилотлар билан алмашиш эҳтиёжимиз бир-бирига зид. Эҳтимол, кучайиши мумкин бўлган хафагарчилик ҳисси сизга танишдир. Дотти шундай дейди: “Жош дарҳол ишнинг моҳиятига ўтишни ёқтиради. У далилларни билишни яхши кўради. Унга асос керак. Айтишларича, мен кўпроқ назарияга мойил эканман. Шахсий сифатларим туфайли қандайдир ҳикоя айтиб бериш – расм чизишга ўхшаш санъат, деб ўйлайман.

Мольберт уй бўяшда ишлатиладиган ғилдиракли мўйқаламга мос келмайди. Сиз тафсилотларни устма-уст тахлайсиз. Шунинг учун аслида ҳикоя сўзлаётганимда уни драмалаштиришга уринмайман. Шунчаки сахнани аниқлаб олишни, овоз оҳанги ва атмосферани етказиб беришни муҳим, деб ҳисоблайман.

Жош билан янги турмуш қурган пайтимизда, менинг мулоқот усулим унинг жаҳлини чиқарган, деб ўйлайман. Унинг барча хатти-ҳаракатлари “Мақсадга ўт!”, - деб кичқирарди. Ниҳоят, “Бу ҳикоянинг моҳияти нимада?”, деб сўрарди. Мен эса: “Кўряпсанми, мен қандай айтсам, шундай қулоқ солишинг керак. Бу менинг ҳикоям”, - деб жавоб берардим. Вақт ўтиши билан ҳикоядаги барча тафсилотлар мен учун муҳим эканини англашни бошлаган.

Мен никоҳда муросанинг ажралмас ролини англашни бошладим. Ҳозир иккаламиз ҳам бир-биримизнинг муҳтожликларимизни қондириш устида иш олиб боряпмиз. Мен унга батафсил баён қилганимда, кўпроқ тафсилотларни эслаб қолишга ва менга сабрли бўлишга ҳаракат қиляпти. Ўз навбатида мен ҳам уни ташқи тафсилотларни тинглашдан халос қилишга, сўзларимни драматизация қилмасдан умумлаштиришга, ҳисларимни яшириб, дарҳол мақсадга ўтишга ҳаракат қиляпман.

Чиндан ҳам бизда мулоқотнинг турли усуллари мавжуд, бироқ биргаликда биз бир-биримизни тўлдирамиз. Бирининг кучи бошқасининг кучи билан мувозанатлаштирилади. Мен ҳам Жош ҳам мослашишни ўргандик. Бу эса бизнинг дунёқарашимизни кенгайтирди ва ўйлашимча, бу никоҳ билан бир-бирига боғланган икки инсон учун энг муҳим жиҳатлардан биридир. Сизлар

турли нарсаларни турлича қиласизлар; нарсаларни турлича кўрасизлар; турлича мулоқот қиласизлар.

Учинчи фарзандим Кэйтига ҳомиладор бўлганим яхши мисол бўлиши мумкин. Оиламизда Келли билан Шон туғилганидан кейин иккаламиз ҳам яна битта фарзандимиз бўлишини хоҳладик, лекин ўйлаганимдан анча эртароқ ҳомиладор бўлдим. Ҳомиладорлигимни сезган вақтимда Жош сафарда эди. Мен унинг хурсанд бўлишини билардим, бироқ ўша вақтда унинг маърузаларини қатъий жадвалини бузишни истамадим. Шунинг учун бу ҳақда унга телефон орқали айтгандан кўра, ҳомиладорлигимга ишонч ҳосил қилмагунча айтмасликка қарор қилдим. Буларнинг барчасини бир неча кун давомида ичимда сақлашимда тўғри келди.

Бу янгиликни Жошга етказиш учун ҳомиладорлигимни ифода этувчи кичкинагина қувноқ шеър ёздим. Бу шеърни шундай ёздимки, гап нима ҳақида эканини англаш учун шеърни охиригача тинглаши керак бўларди.

Ўша пайтларда биз Техасда яшардик ва аввалгидек, қадимий буюмлар олди-соттиси билан шуғулланар эдик. Бу воқеалар содир бўлганида Жош Калифорнияда эди ва шундай бўлдики, Сан-Бернардинодаги қадимий буюмларнинг арзонлаштирилган катта савдоси бошланишидан беш дақиқа олдин унга қўнғироқ қилдим. Унга: “Сен билан гаплашиб олишим керак”, дедим. У эса: “Жуда яхши, лекин вақтим унчалик кўп эмас. Ҳозир эшикни очишади ва ичкарига кириш учун беш юзта одам кутиб турибди”, - деди. Мен унга нимадир ўқиб беришим кераклигини айтдим. У эса агар тезроқ ўқисам, тинглашга рози бўлди.

Мен шеърни ўқишни бошладим, шеърнинг ўртасида у гапимни бўлиб, “Бир сония, бу шеър кимники?” деб сўради. Мен ундан бир дақиқа жим туришини ва шеърни охиригача тинглашини сўрадим. Кейин яна икки марта гапимни бўлиб, “Шошма, нималар деяпсан? Кимнинг боласи? деб сўради. “Ҳеч нима дема. Шеърни охиригача тинглашинг керак”, деб уни мажбурладим.

Шеър охирлаб қолганда, бизнинг чақалоғимиз бўлиши ҳақида айтаётганимни англаб етди. Агар менинг ўрнимда Жош бўлганида, “Мен ҳомиладорман. Июнь ойида чақалоғимиз бўлади”, деб шунчаки ҳақиқатни айтиб қўя қоларди. Лекин мен айлантириб гапиришим, манзарани тасвирлашим, маълум атмосфера яратишим ҳамда ҳаммасини жуда ажойиб қилишим керак эди. Мен уни хушидан айирдим. (Гарчи, ҳаммаси тугаганида хурсанд бўлган бўлса ҳам). Бу менинг ажойиб нарсаларни айтиш усулимдир ва шу билан бирга мен ўз ҳолимча қолишим керак. Бир неча дақиқа унга қийин бўлди, лекин сабр билан эшитди, мен учун эса бу жуда муҳим эди.

Кўпинча, мен унинг фикрлаш усулига мослашаман ва тез-тез гапираман. Бошқа ҳолатларда эса шундай дейман: “Мени эшитишингга тўғри келади. Бу

хикояни ўз усулим бўйича айтаман!” Бу эса – олиш ва беришни англатади, никоҳ шундай бўлиши керак. Бу – уни бахтиёр қиладиган қисмдир”.

Бошқаларни тушунишга ҳаракат қилинг

Дугонангиз сизни ярим даҳа нарида излаб юрганда, уни беҳуда кутиш учун шаҳар марказидаги маълум бино олдида учрашишга келишганмисиз? Назарингизда, унга ҳаммасини аниқ тушунтиргансиз, лекин у сизни яхши тушунмаган.

Яқинда дўстим рафиқасининг ота-онасини Лос-Анжелес аэропортига олиб борди. Улар аэропортга келишгач, дўстим рафиқасидан: “Уларни кутиш зали олдида туширайми?” деб сўради. У диққатини кўчадаги машина ҳаракатларига қаратгани боис хотинининг автотураргоҳ ҳақида нимадир деганига эътибор бермади, шу сабабдан машинани автотураргоҳга қўйишга қарор қилди.

Автотураргоҳга кираверишда хотини турли терминаллардаги автотураргоҳларни кўрсата бошлади, дўстим бунга аёли машинани автотураргоҳда қолдиришни истаётганининг яна бир тасдиғи, деб қабул қилди. Бироқ, у машинани автотураргоҳ томонга бурганида, рафиқаси таажжубга тушди.

“Энди бу оғир жомадонларни терминалгача судраб боришимиз керак”, - деди у аччиқланиб.

Озроқ тортишувдан кейин дўстим машина билан автотураргоҳни айланиб ўтиб, жўнатиш зали олдида тўхташи, сўнгра эса хотини машинани бошқариб автотураргоҳга қўйиб келгунича, у қарияларни рўйхатдан ўтказиб туриши тўғри эканлигини англади. Фақатгина аэропортдан уйларига қайтаётганларида, аёлининг: “Ота-онамни туширганимиздан кейин мен машинани автотураргоҳга қўйиб келаман” деб айтган сўзларини у энди англади. Аёлининг сўзларини тўлиқ англаб олишга вақт тополмагани учун бу сўзларнинг маъносини нотўғри тушунган эди.

Турли муассасаларда мен кўрган кўпгина кичик плакатларда шундай ёзувлар бор: “Мен айтган сўзларнинг ҳаммасини ўзингизча, тушундим, деб ҳисоблашингизни биламан. Бироқ, эшитганларингиз мен назарда тутган нарса эканлиги ҳақида ишончим комил эмас”. Мулоқот ҳамда яқинликни ривожлантиришнинг калитларидан бири – иккинчи томон сизни нафақат англаётганини, балки чин дилдан ҳамдард бўлаётганини тушунишдир. Бундай ҳайрихоҳлик иккала шахсга ҳам муносабатларда янада очиқроқ бўлишига ёрдам беради.

Бошқа томондан, кимдир сизни эшитишни истамаётганини ёки сизни тушунишга ҳаракат қилмаётганини ҳис қилганингизда, бу ҳис сизнинг ўзингизга бўлган ҳурматингизга таъсир қилади. Тез орада, сиз айтмоқчи бўлган нарсалар муҳим эмаслигини ҳис қилганингиз учун гапирмай қўя қоласиз.

Ўзингизни аҳамиятсиз эканингизни ҳис қиласиз ва муносабатларингиз хавфли ҳудудга яқинлаша бошлайди. Суҳбатларингизга ҳалақит бермаслиги учун эскича қарашлар ҳамда салбий фикрларни яшириш керак. Бизнинг мақсадимиз эътиқодлардаги фарқлар ёки қарама-қарши фикрлардан қатъий назар, бошқа одамни самимий тинглашга ҳаракат қилишдир.

Доктор Норман Райтнинг таъкидлашича, “Суҳбатдошни қабул қилиш – унинг сўзларига қўшилишингизни англатмайди. Аксинча, турмуш ўртоғингизнинг айтаётганларини, унинг нималарни ҳис қилаётганини тушунаётганингизни билдиради”. У яна қўшимча қилиб, “диққат билан тинглаш – суҳбатдошингизнинг айтганларига ва нима демоқчи эканига ҳамдардлик билдираётганингизни кўрсатишдир”, дейди.

Исо Масиҳнинг “ўзгани ўзингни сегандек сев” (Матто 22:39) деган амрига нисбатан айтилган изоҳлар ичидан мен эшитган энг яхши изоҳ Дэйвид Огсбургернинг куйидаги сўзларидир: “Сени ўзимни севгандек севиш – мени қандай тинглашингни истасам, сени шундай тинглашга, мени қандай тушунишингни истасам, сени шундай тушунишга ҳаракат қилиш, деганидир”. Агар бу сўзлар ҳар бир инсоннинг шиори бўлганида эди, никоҳни бекор қилиш бўйича ҳуқуқшуносларимиз ишсиз қолишган бўлар эди.

Ричард Стросснинг таъкидлашича, “Мулоқот – восита бўлиб, бу восита ёрдамида биз жуфтимизни таниб-биламыз ҳамда уни тушуниб етамыз. Бироқ, Худо аллақон жуфтимизни тушунади; уларни Худо яратган. Келинлар, Ундан биз учун шахслараро муносабатга йўл очишини ва Ўзиникидек тушунча беришини сўрайлик, токи кундан-кунга эр-хотинлик муносабатларимизнинг кадри ошиб борсин”.

Турмуш ўртоғингизнинг қадрини, аҳамиятини ва ҳурматга лойиқ эканини таъкидланг

Ҳар бир инсон уни эшитишларини, унга қолоқ солишларини хоҳлайди. Тинглашнинг ўзи инсонга қадр-қиммат, ҳурмат, севги ва муносиблик ҳиссини беради. Бу ҳис инсонга ўзининг аҳамиятли эканини туйишига сабаб бўлади. Ўзаро муносабат одатда, бир-бирларига нисбатан кўрсатиладиган муомала ва ҳурмат даражасидан юқори бўлмайди. Масиҳнинг қиёфасини ўзингизда мустакамлашга ҳаракат қилинг.

Жорж ва Никки Келер диққат билан тинглаш ёрдамида қадр-қиммат ва ҳурматни таъкидлаш заруриятини куйидагича изоҳлашади:

“Биз бошқа бир инсонни тинглаганимизда, унга “шахс сифатида мен учун аҳамиятлисан, сен ҳис қилаётганларни муҳим деб ҳисоблайман. Фикрингга қўшилмасам ҳам сенинг фикрларингни ҳурмат қиламан. Бу фикрлар сен учун аҳамиятли эканини биламан. Нимадир айтмоқчи эканингга ишонаман. Мен сени ўзгартирмоқчи ёки баҳоламоқчи эмасман. Шунчаки сени тушунмоқчиман.

Ўйлашимча, эшитишга арзийсан ва гаплашишинг мумкин бўлган инсон мен эканимни билишингни истайман”.

Ўзига паст ёки носоғлом баҳо берадиган инсон ўзини қандайдир арзирли гап айта оламан, деб ўйламайди. Бундан инсон рад қилинишдан чўчиб, очик гапиришдан қўрқади. Рафиқам Доттининг айтишича, унга бўлган севгим ҳамда ҳурматимни ҳис қилиш йўлларида бири – унинг ақлий салоҳиятини мақташимдир.

“У ҳар доим менинг тез фикрлашимни ва ақлли эканимни айтади, Жошнинг бу сўзлари ҳақиқий мақтов, чунки мен уни жуда ақлли инсон, деб биламан.

Менга бўлган севгисини кўнгилли сифатида бошланғич мактабдаги ишларимда менга ёрдам бериш орқали ҳам кўрсатган. Синфдаги ўқиш дарсида ўқитувчига ёрдамчи бўлиб ишлайман. Бироқ, ўтган йили айрим сабаблар билан икки марта мактабга бора олмадим ва ўрнимга одам топишимга тўғри келди. Жош эса менинг ўрнимга мактабга бориб, иккинчи синф ўқувчиларига ўқишдан сабоқ берди. У бу иши билан: “Қилаётган ишларинг мен учун қизиқ, мен сени севаман ва сенга ёрдам беришни истайман”, дегандек бўлди.

Жош ҳар доим мени севишини ва ҳурмат қилишини айтиб келган ва буни сўзлари ҳамда хатти-ҳаракатлари билан тасдиқлаб келган. У китобларни, фильмларни, маърузаларни таҳрир қилаётганида фикримни сўрайди. У ҳар доим фикрларим учун очик ва уларга норасмий муносабатда бўлади. Маълум нарсаларга қандай қарашимни билишни истайди ва айтган сўзларимни қадрлайди. Агар бирон нимага беихтиёр диққат билан қарасам, у буни жиддий қабул қилади. Унинг барча ҳаракатлари мени ўзгача деб ҳисоблашидан далолат беради”.

Сизларни ишонтириб айтишим мумкинки – бу “табиий” мен эмас. Рафиқамни тушунишга ҳаракат қилишга қарор қилганимдагина бу “ҳосил” пайдо бўлди.

Ижобий ва қўллаб-қувватловчи фикрларга эга бўлинг

Ижобийлик – мулоқотдаги энг ижобий омилдир. Танқид соғлом мулоқотни сусайтиргани каби ижобийлик жуфтингиз билан очиқликни қўллаб-қувватлайди. Ўта танқидий кайфиятдаги иккита инсон мулоқот қилиши мумкин, аммо бу соғлом мулоқот бўлмайди. Табиийки, барчамиз ҳам бўрттириб гапиришга ва нохуш нарсаларни эслаб қолишга мойилмиз.

Санкт-Петербург Университетларидан биридаги уч кунлик маъруза мобайнида “Янги ҳаёт” ташкилоти раҳбарлари ҳамда бир қанча фаол талабалар билан учрашув бўлди. Бир талаба қиз шундай деди: “Мен энди ҳеч қачон тақлифномалар тарқатмайман. Йиғилишларга нисбатан ҳамманинг муносабати жуда ёмон. Эрталаб эшитганларимнинг бари – салбий изоҳлар эди”.

Мен ундан сўрадим: “Бугун сизга нечта инсон нохушлик келтирди? Йигирма бештами?”

“Йўқ”.

“Ўнтами?”

“Йўқ”.

“Балки бештадир?”

У яна “йўқ” деб жавоб берди.

Ўша қиз тарқатган икки ёки уч юзта таклифномага фақат икки кишигина салбий муносабат билдиргани аниқланди. Ўтирганларнинг ҳаммаси, жумладан унинг ўзи ҳам ёмонликни бўрттириб гапирганини англаб етди.

Шахслараро муносабатда биз ўзимизга нисбатан фақат салбий муносабатга эътибор беришга ва эслаб қолишга мойилмиз. Ўнта ижобий фикр билан бирга битта салбий фикр айтилса ҳам биз айнан ўша салбий фикрни бошқа фикрларга қараганда яхшироқ эслаб қоламиз. Суҳбатдаги мақтовлар ва танқидлар ҳисоби 90:10 бўлиши керак.

Сиз инсонларга нисбатан дўстона муносабатдамисиз? Агар муносабатингиз яхши бўлса, одамлар сиз билан учрашишлари ҳамда сиз билан очик гаплашишлари осон бўлади.

Хаворий Павлус қуйидагиларни ёзганда, бизнинг хатти-ҳаракатларимиз ва турмуш тарзимизга оид ажойиб кўрсатмаларни берган: “Энди эса, эй биродаларим, фикри-зикрингиз ҳақиқий, шарафли, тўғри, пок, ёқимли, таҳсинга сазовор нарсаларда бўлсин” (Филиппиликлар 4:8).

Суҳбатдошингизни қўллаб-қуватланг, токи сизларнинг мулоқотингиз ёқимли бўлсин. Қуйида берилган гапларни таққослаб кўрсангиз, улардан қайси бири кўпроқ рағбатлантиришини англаб етишингизга ишонаман.

“Сен менга ҳеч қачон гул совға қилмайсан!”

“Сен менга гул совға қилган онларни жуда қадрлайман”.

Дотти ҳар доим мен рағбатлантиради. Оғир иш жадвалим туфайли кайфиятим бўлмаганда, тушкунликка тушганимда ва нарсаларга салбий кўз билан қараганимда, у шундай дейди: “Азизим, сен чарчагансан, лекин ўзинг ёрдам берган инсонлар ҳақида ўйла”.

У ижобий фикрларга урғу беради.

Ишончли бўлишни машқ қилинг

Мулоқотда энг ижобий омил – “тилингизни тия олишингизни” турмуш ўртоғингиз яхши англаши ҳисобланади. Шунда ўз-ўзидан сиз билан очикчасига мулоқот қилиш истаги туғилади. Агар сиз ғийбат қилсангиз, яъни доимий равишда бошқа одамларни муҳокама қилсангиз, ўзингиз билан бошқалар ўртасига тўсиқ қўйган бўласиз, чунки турмуш ўртоғингиз ўзининг яширин

хисларини ошкор қилиб юборишингиздан чўчиб, сиз билан очикчасига мулоқот қилмайди. Мен ўз фикрларимни тасдиқлаш учун мунтазам равишда ўз ҳаётимдан мисоллар келтираман, бироқ Дотти билан муносабатларим ҳақида гапирганда жуда эҳтиёт бўлишим лозим. Агар жинсий муносабатларимиз ҳақида очикчасига гапирадиган бўлсам, Дотти менга ишонмай қўйишига ва эҳтиёткор бўлишига тўғри келади.

Вера исмли бир қиз мендан Сергей билан ўрталарида юзага келган ҳолатни муҳокама қилишимни сўради. Сергей у қиз билан муносабатлари жиддий томонга мустаҳкамланишини ва унга уйланмоқчи эканини айтиб, Вера ҳам унга нисбатан ўз муносабатини аниқлаб олишини талаб қилган эди. Вера эса ўз ҳисларига тўлиқ ишонмаган. Вера Сергей билан гаплашганда, жавоб олишни истаган бир қанча саволлари туфайли келажакдаги узоқ муддатли мажбурият борасида бир қарорга кела олмаётганини тан олган.

Сергей нима қилишни билмай, маслаҳат (ёки ҳамдардлик) олиш учун одамларга мурожаат қилган. Улардан маслаҳат сўраб, Вера унга айтган гапларни айтиб берган. Бундан хабар топган Веранинг жаҳли чиққан. У бу ҳолатни шахсий ҳаётга тажовуз, деб ҳисоблаб, аниқ сабабга кўра, Сергей билан очикчасига гаплашиши қийин бўлиб қолган.

Сиз сукут сақлай оласизми? Ёки ғийбат қилиб, “яширинча” ҳаммасини бошқаларга айтиб берасизми? Шахсий ҳаёт ҳақида омма олдида гапириш оилада ишончни синдиради. Жуфтликларнинг биттаси унга нисбатан хоинликни ҳис қилганда, келаси сафар очик гапирмайдиган бўлади.

Қулай фурсатни кутинг

“Ўз ўрнида айтилган сўз тилла узукка қўйилган ёкут кўздайдир” – деб ўқиймиз Ҳикматлар китобининг 25 боб 11 оятида. Ҳикматлар 15:23-оят шундай жаранглайди: “Яхши одам жавоби туфайли қувонади, ўз вақтида айтилган сўз қанчалик яхши”. Керакли вақтда керакли сўз айтилса, суҳбат яхшиланади. Қийин масалани ҳал қилганда ёки нохуш хабар айтилган жой ҳамда вақтда севги сизнинг ҳамроҳингиз бўлиши керак.

Онамнинг айтишича, агар у қандайдир жиддий масалада дадам билан гаплашиши керак бўлса, аввалига дадамнинг қорнини тўйдирган экан. Дадамнинг қорни оч пайтда унга нохуш хабарни айтиш – жуда катта қўпол хато эди. Дадам овқатланиб бўлганидан кейин нохуш хабарни ҳам босиқлик билан қабул қилишини у яхши билган. Курсдошларимиз, дўстларимиз, турмуш ўртоғимиз ёки ҳар қандан инсон билан ўзаро муносабатда биз нафақат гапираётган гапимизга эътибор беришимиз, балки суҳбат вақтини ҳам ҳисобга олишимиз керак. “Ёмон янгилик – яхши янгилик” каби ҳазиллар, аслида мана шу тамойилга асослангани учун ҳам кулгили ҳисобланади.

Кўпинча, вазиятдан келиб чиққан ҳолда, турмуш ўртоғимизга қандайдир муаммони айтиш учун тонггача кутиб сабр қилган яхшироқ. Айниқса, агар

турмуш ўртоғимиз учун оғир кун бўлган бўлса, тонггача сабр қилиш адолатдан бўлади. Дотти ўзининг вақт танлаш усулини қуйидагча изоҳлайди: “Мен – жуда хушмуомала одамман ва мен учун бу муҳим. Мен ҳамма вақт ҳамма нарсалар ҳақида гаплаша оладиган муносабатимиз бўлишини ҳар доим истаганман. Лекин турмушимизнинг илк даврида агар бирон муҳим нарса ҳақида – муаммолар ҳақида, мени қийнаётган қарор ҳақида ёки ҳар қандай ёқимсиз мавзу ҳақида Жош билан гаплашиб олишим керак бўлса, нафақат унга буни қандай айтишни, балки қачон айтишни ҳам ҳисобга олишим кераклиги англаб етдим.

Шундай вақтлар бўладики, у ҳеч қандай муаммолар ҳақида эшитишни истамайди, мисол учун, маърузаси бошланишидан ўн дақиқа олдин (эхтимол, банд бўлган пайтлари кун бўйи ҳам). Ҳатто фарзандларимиздан бирида жиддий муаммо бўлса ҳам ёки ўзимни хафа ҳис қилсам ҳам, бундай пайтларда у билан суҳбатни бошламайман. Бирон киши 700 киши билан юзма-юз учрашиши керак пайтда, ҳатто бу нарса ўта жиддий бўлганда ҳам унинг фикрини банд қиладиган, унинг шаштини пасайтирадиган нарсалар ҳақида унга айтмаслигингиз лозим. Қолаверса, кечкурунлари Жошнинг ҳаёлини қандайдир қийин нарсалар билан банд қилмасликка ҳаракат қиламан, чунки бу ҳаёл унинг уйқусини бузади. Унинг мияси ҳақиқатан жуда фаол. Шунинг учун агар ниҳоятда зарур бўлмаса, тонггача сабр қиламан”.

Ҳиссиётларингиз билан бўлишинг

Ҳиссиётлар, қалбдаги ўй-хаёллар, чуқур қайғу ҳамда катта қувончларни баҳам кўришга имкон берувчи ишончсизлик – яқинлик ва яқин муносабатларнинг соғлом муҳити учун зарурдир. Суҳбатлашганда фақат ўйлаётганларингизни эмас, балки нимани ҳис қиладиганингизни ҳам айтишни ўрганинг. Жуфтликлар ўз фикрлари ҳамда ғоялари борасида баҳслашишлари мумкин, бироқ ҳиссиётларни муҳокама қилиб бўлмайди. Уларни фақат тан олиш мумкин. Шунинг учун ҳис-туғуларидан ўзаро бохабар бўлиш – рухий яқинликнинг эшиги ҳисобланади. Агар эр-хотин ўртасида ҳиссиётлар мунтазам равишда ифода этиб турилмаса, уларнинг хазинаси бўлган севги ва яқинликдан йироқлашиб кетишади.

Ҳамкасб терапевтлар, “Эр-хотинлик” китоби муаллифлари бўлган эр-хотин Блудлар қарама-қаршиликлардан қочишга уринадиган жуфтликларни қуйидагича таърифлашади: “Улар душманликдан, очикчасига қаршиликлардан қочиб, кўпинча ғазаб, норозилик ва аччиқланиш ҳисси билан суҳбатларини якунлайдилар. Хафагарчиликларни ичга ютиш келажақда зўравонликка, тушқунликка, ҳатто саломатликнинг бузилишига ҳам сабаб бўлиши мумкин (масалан, астма ҳамда ошқозон ярасига). “Индамасдан азоб чекиш – ишончни, яқинликни ва келгуси мустаҳкамликни барбод қилади”, - деб огоҳлантиради эр-хотинлар.

“Никоҳ - эр-хотинлар ўртасидаги ўзаро тушунишга асосланган яқин муносабат учундир, - дейди никоҳ ва оилавий муаммолар бўйича руҳшунос доктор Аллан Петерсен. – Қалблар бирлашиши учун суҳбат уй ва болалар мавзусидан четга чиқиб, кундалик ҳаётдаги воқеалар ҳақида фикр ва ҳиссиётлар билан алмашишни ўз ичига олиши керак”. Кўпинча, биз ички туйғуларимизни яшириб, фақат хафагарчиликлар ҳақида гаплашамиз. Бироқ, яқин муносабатда бўлиш лаёқати мукамал севги ҳамда эр-хотинлик муносабатлари учун жуда муҳимдир.

Мулоқот қилиш йўллари, айниқса, ҳиссиётлар даражадасида очиқ бўлиши лозим. Дэйвид Мэйс айтганидек, бу – салбий ҳис-туйғулар пайдо бўлиши билан иложи борица, жаҳл қилмасдан ўзаро бўлишишни англатади. Мисол учун, сиз шундай айтишингиз мумкин: “Азизам, менга маъқул келмайдиган иш қилдинг, лекин мен сендан хафа бўлишни истамайман. Агар буни сенга айтсам, нима учун айнан мен шундай ҳис қилганимни англашимга ёрдам бера оласанми?”. Бу ҳар доим ҳам фойда бермайди, лекин аксарият ҳолларда иш беради. Бу ерда тамойил шундан иборатки, бир-бирига нисбатан пайдо бўлган ҳар қандай салбий туйғуларни (одатда, бундай ҳислар сизда етарли бўлади) ичга ютмаслик ва юракда сақламасдан аниқлик киритиб олиш керак. Агар ҳамма жуфтликлар буни ўрганиб олишганида эди, оилавий муаммолар бўйича маслаҳатчиларнинг кўпчилиги ишсиз қолган бўлар эдилар”.

Эркаклар кўпинча, ҳис-туйғулар билан бўлишишга заифлик аломати, деб қарашади. Улар йиғлаш ва хатоларни тан олишни – “эркакларга хос бўлмаган” хусусият деб ҳисоблашади. Эркаклар ҳиссиётларни ифода қилишдан кўра, кўпроқ ақлий баҳсларга мойил бўлишади. Эркаклар “ўзларининг омадсизликлари, ташвишлари ва ҳайратларини бўлишишганда ўзларини ноқулай ҳис қиладиган” вазиятларни Райт қуйидагича изоҳлайди. Бу ерда ҳолат “Буни ўзим қила оламан. Менга ҳеч кимнинг ёрдами керак эмас”, дейишни кўрсатади. Афсуски, бу ҳолат ёрдам жуда зарур пайтда ҳам “менга ёрдам беринг” деб айта олмасликка олиб келади.

Бошқаларнинг фикрини ўқишда ҳоли бўлинг

Огоҳлантириш: бошқалар сизнинг имо-ишораларингизни, овозингиз оҳангини ёки юз ифодангизни тушуниши шарт, деб ҳисобламанг. Никоҳда жуфтликларнинг ҳар бири ўзининг нима ўйлаётганини, нимани ҳис қиляётгани ёки нима қилишни истаганини шериғи яхши билади, деб ҳисоблаши чуқур норозиликка ҳамда аччиқланишга олиб келади. Бошқаларнинг фикрини ўқиш камдан-кам ҳолларда тўғри чиқади ва доим ҳам тўғри бўлавермайди. Сиз ўз хафагарчиликларингизда, эҳтиёжликларингизда, қувончингизда ёки миннатдорчилигингизда турмуш ўртоғингизни жавобгар қилиб қўя олмайсиз, агар уларни сўз билан ифода қилмасангиз. Ҳамма овоз чиқариб айтиши лозим.

“Асал ойимиз пайтида Жош иккимиз орамиздаги келишмовчиликда юз % мен айбдор эдим, - деб тан олади Дотти. – Биз Мексикада эдик ва Акапулькога кетаётган эдик. Машинада бир неча соат юришимизга тўғри келганди. Мен ёш эдим ва шундай ўйладим: “Мен бу кишига турмушга чиқдим, лекин мен ҳақимда ҳамма нарсани билиши кераклигини билмайди. Мени эримдан ҳам яхшироқ биладиган ўртоқларим бор! Биз турмуш қурдикми, демак у мен ҳақимда ҳаммасини билиши керак”. (Бир-биримизни яхши билиб олишимиз учун ҳаётимиз ҳали олдинда экани ҳаёлимга ҳам келмаганди). Шунинг учун, эрим ўз рафиқаси ҳақида ҳаммасини билиб олиши учун бу оламдаги нарсалар ҳақида қандай ҳисларга эга эканимни унга айтиб беришга қарор қилдим.

Илк учрашувимиздан кейин олти ойдан сал кўпроқ вақт ўтиб, биз оила қурганмиз, шунинг учун иккимиз учрашиб юрган бу қисқа вақт ичида Жошга кўп нарсаларни айтиб бера олмаганимни билардим. Мен унга ҳамма нарсалар ҳақида айтишим керак, деб ўйладим ҳамда Жош йўл белгилари ва харита билан банд бўлганда ҳам гапиравердим. Мен нимадир айтганимда, ундан жавоб бўлмади. Яна гапиришда давом этдим ва “Наҳотки, жуда қизиқ”, деган жавобни эшитдим. Ўз фикрларим билан қанчалик кўпроқ бўлишишсам, ундан шунча камроқ жавоб олдим, чунки у бошқа нарсалар билан банд эди. Мени эса тобора жаҳлим чиқар ва “Мени хафа қияпсан, чунки гапларим сенга қизиқ эмасдек туюлаяпти”, деб қандай айтишни билмасдим. Шунчаки, мен гапирганимда, у мени эшитиши шарт, деб ўйлаганман, у мени эшитмагани учун жаҳлим чиқиб, жим бўлганман.

Сукут сақлаганим сайин янада кўпроқ жаҳлим чиқарди. Муаммо шунда эдики, у ҳамон ўз ҳаёллари билан банд бўлиб, менинг ҳаёлимга нималар келаётганини тасаввур ҳам қилмасди. Жошнинг бошқалардан фарқли равишда, бир вақтнинг ўзида диққатини бир жойга қаратиш ва бир қанча нарсаларни баравар ўйлайдиган ажойиб жиҳати бор. Бироқ, тўйимизнинг илк кунларида мен буни билмасдим ва мен гапирган вақтимда фақат менга эътибор беришини кутгандим.

Акапулькога етиб келганимизда мен ғазабдан титрардим. Машинадан тушиб, жаҳлим чиққанини айтдим. “Нима учун?” – деб сўради у. “Чунки бутун йўл бўйи мен билан гаплашмадинг”, дедим. Бечора Жош менинг у билан гаплашгим келганини ва нима учун жаҳлим чиққанини тасаввур ҳам қилмасди. Чунки муносабатимизнинг ўша босқичида ўз ҳисларим ҳақида қандай айтишни билмасдим.

Бу ҳолатда у шунчалик ҳижолат бўлдики, мендан жаҳли чиқди ва биз бир муддат фақат бир-биримизга бақирдик. Ниҳоят, у ўзини қўлга олиб, гапирмагани учун узр сўради ҳамда ҳиссиз бўлганини ва бундан афсусда эканини тан олди. Унинг бу иши менга қаттиқ таъсир қилди, чунки мен ўзимни ёмон тутганимни англаб етгандим.

Бизнинг мана шу илк ҳақиқий жанжалимиз менга ўз туйғуларим ва фикрларимни айтишим қанчалик муҳим эканини англашимга туртки бўлди. Сиз ҳақиқий туйғуларингизни қалбингиз тубига яширмасдан, уларни ифода қилишингиз ва муҳокама қилишингиз лозим. Бўлиб ўтганларни муҳокама қилиш, ўз ҳисларимизни таҳлил қилиш, бир-биримизни тушунишимизга ва уни ҳаётда ижобий тажрибага айлантиришга ёрдам берди”.

Хатарли тахминларга берилманг. Дўстингиз ёки турмуш ўртоғингиз сизни хафа қиладиган нимадир қиганида, унга бу ҳақда айтишингиз керак. Унинг ўзи биринчи бўлиб ёнингизга келишини кутманг ёки умид қилманг. Агар биз тахмин қилишни тўхтатиб, ўз туйғуларимиз ҳақида айтишни бошлаганимизда эди, ҳар бир жуфтлик янада жипсроқ ва мустаҳкамроқ бўлган бўлар эди. Дотти менга ҳеч нима айтмаганда ҳам, кўпинча нима демоқчи эканини билиб оламан, чунки унинг юз ифодасини ўқий оламан (лекин ҳанузгача унинг фикрларини қийинчилик билан ўқийман). Мен эшитишни истамаган пайтимда, одатда у гапиришни истамайди. Ўзгаришга ҳаракат қилмаган пайтимда, унда ҳам ўзгаришга мойиллик бўлмайди.

Ҳис-туйғулар босими остида қолиш қанчалик хавфли экани ҳақида Лео Баскалья тасвирлаганига кулоқ солинг: “Агар биз уларни ичимизда қанчалик узоқ сақласак, айниқса, салбий туйғуларни, биз албатта портлаймиз; улар кутилмаган вақтда отилиб чиқади. Агар уларни ичимизда сақласак, одатда арзимаган хато қилган инсонга дуч келамиз ва бор ғазабимизни унга сочамиз”.

Доттининг айтишича, турмушимизнинг илк босқичида у менинг ҳиссизлигимдан жаҳли чиқаётганини билдира олмаган. У буни шундай изоҳлайди: “Мен хонага кирганимда кимнингдир ўзини ёмон ҳис қилаётганини сезишим мумкин, буни унинг кўзларидан сеза олардим. Бироқ, Жош буни камдан-кам ҳолларда сезарди. Қилишим мумкин бўлган ягона нарса – менга қийин бўлаётганини унга айтиш эди ва шу заҳоти у ҳам қийналарди. Кимдир менга елкасини тутиши ва далда беришига муҳтож эканимни айтмасимдан, у менинг ҳисларимни бир қарашда билиб олади, деб айта оламан.

Бир марта ўзимни ёмон ҳис қилдим, чунки у менга нисбатан эътиборсиздек кўринган эди. Жош минбарда туриб, йиғилганларга Хушхабар айтаётган эди, бирдан унинг рақиблари уни ҳақорат қилиб, айблай бошлашди. Мен эса оломон ортида турган эдим, агар Жош менга ўхшаб ҳис-туйғуларга бериладиган инсон бўлганида, ҳозир қилаётган нарсани қила олмаган бўларди. Кимдир уни ҳақорат қилганида ёки унга нисбатан ноҳақлик қилганида ўзини ёмон ҳис қилмасди. Уни ҳис-туйғуларга берилмайдиган инсон қилиш орқали қайсидир маънода Худо уни ҳимоя қилганди. Мен алоҳида одамлар учун, у эса оломон учун яратилгандек ва биз бир-биримизни қанчалик тўлдиришимизни ва биргаликда қанчалик самарали бўлишимизни Худо менга аниқ қилиб тушунтирди.

Энди турмуш курган пайтингизда жуфтингиз қандай инсонлигини, Худо уни қандай инсон қилиб яратганини билиб олишингиз учун вақт керак. Сиз ўзингизнинг ажойиб хусусиятларингизни жуфтингизнинг хусусиятларидан яхши ҳам ёмон ҳам эмаслигини, шунчаки улар бир-биридан фарқ қилишини тушунишингиз лозим. Мендаги муаммо шу эдики, Жош ўзини мен кутгандан бошқачароқ тутганини айтишга қўрққанман. Яқинда турмуш курганимиз учун нимагадир ишора қилганимдагина Жош ўзгарса, барчаси ўз жозибасини йўқотишидан чўчиганман.

Мисол учун, бошиданоқ ўзимизда бўлган нарсаларга “бизники” деб қарашга келишиб олганмиз ва бу аввалига осон бўлмаган. Менинг яп-янги, ихчамгина “Мэйверик” машинам бор эди ва Жош бу машинага худди отамдек муносабатда бўлади, деб ўйлаган эдим. Ёшлигимда отам машинасини жуда покиза сақларди ва бу менга ёқарди, ойналарда бармоқ излари бўлмасди, салон тоза турарди, ҳар шанба куни ялтиратиб юварди.

Жош эса машинага шунчаки бир восита сифатида қарарди. Машинани ювиш ҳаёлига ҳам келмасди, “Coca-Cola”дан бўшаган идишлар оёқ остида ётар, шанба кунлари машина ювиш одати ҳам йўқ эди.

Асал ойимиздан бир неча ҳафта ўтгач, мен нима қилишни билмасдим, чунки у машинани ювиш ҳақида оғиз очмасди. Мен эса машина ювиш эрнинг вазифаси, деб ҳисоблардим ва аввалига Жошнинг усулига кўника олмадим. “Отам ҳеч қачон машинасини шу аҳволда кўчага ҳайдаб чиқмаган бўларди”, деб ўйлаб, отам ҳар доим машинасини тоза тутганини унга айтиб бердим. Жош мени ўз онаси ёки бошқа ким биландир солиштирмади, лекин мен уни отам билан таққосладим.

Жошдан аввал мени ҳаммадан кўпроқ севган инсон машинасини ўта тоза тутарди ва агар эркак киши шундай қилмаса, демак, у севгидан кўра, бошқа ниманидир афзал кўради, деб ўйлардим. Бу туйғуни ўзимда сақладим ва охири ичимдан қайнаб чиқди. Ниҳоят, Жошга у машинани қандай сақлаши ҳақида ва бундан ўзимни қандай ҳис қилишимни айтганимда, у менга ва туйғуларимга нисбатан эътиборлироқ бўладиган бўлди. Шунда ўз туйғуларимни аввалроқ билдиришим кераклигини англаб етдим. Бундан ташқари, яна бир нарсани билдим: яхши инсон бўлиш учун машинани топ-тоза, ҳеч қандай доғларсиз сақлаш шарт эмас экан.

Инсонлар турмуш курганларида, одатда келажакда муаммо бўлмаслиги учун молиявий масалалар, фарзандлар сони бўйича муҳим масалаларни келишиб оладилар. Аввал ҳеч қачон ҳаёлингизга келмаган майда-чуйда нарсалар ҳақида муҳокама ва қарор қилишни талаб этади. Икки инсон бир тан бўлгандаги улуғ қувончнинг бир қисми — бу муаммоларни биргаликда ҳал қилишдир”.

Шунчаки эрталаб уйғониб, мўъжизавий тарзда ўз ҳис-туйғуларини бўлиша оладиган жуфтликнинг ўзи йўқ. Бу – ўрганиш жараёнидир. Ўз ҳис-туйғуларингизни баҳам кўришга ўрганиш учун сизга ҳам турмуш ўртоғингизга ҳам вақт керак бўлади. Севгининг энг улкан вазифаларидан бири - ҳис-туйғуларни бир-бирига қандай айтишни ўрганишдир.

Ҳар доим саволга жавоб беринг

Агар мулоқотни рағбатлантирадиган нимадир мавжуд бўлса, у ҳам оғзаки ёки имо-ишора билан жавоб қайтариш бўлади. Гапларига ҳеч қандай таъсирни сезмаганидан жаҳли чиққан аёл шундай деган: “Агар мени эшитаётган бўлсанг, жавоб бер! Нимадир айт. Нима бўлса ҳам. Фақат мени эшитаётганингни кўрсат”. Қалбимизни кимгадир очганимизда, бизни эшитаётганини билишимиз керак.

Куйида суҳбатдошингизни эшитаётганингизни кўрсатувчи бир нечта фойдали маслаҳатлар берилган.

Жисмоний хатти-ҳаракатлар билан жавоб билдиринг. Гапираётган одамга қаранг. Озроқ олдинга эгилинг. Унга жавобан бошингизни кимирлатинг. Суҳбатдошингизнинг кўзига қаранг. Ҳеч нарса кўз билан мулоқот қилишдан кўра қизиқроқ бўла олмайди.

Кўпроқ маълумот беришини сўранг. Аниқлик киритиб олиш ёки қўшимча маълумот олиш учун саволлар беринг: “Бу билан нима демоқчисан?” ёки “Бунинг сенга нима аҳамияти бор?” Савол бериш билан сиз “Менга кўпроқ гапир, бу мен учун қизиқ” – деган бўласиз.

“Афтидан, у билан учрашиш сени хурсанд қилган кўринади” ёки “Сенга осон бўлмагандир” каби сўзлар билан суҳбатдошингизнинг сўзларини баҳоланг. Диққат билан қулоқ солиш – мустаҳкам муносабатга олиб келади.

Ибораларни ҳамдардлик билан такрорланг. Суҳбатдаги фикрни ёки ҳисларни такрорлаш – маънони аниқлаштиради ва келгуси мулоқотни рағбатлантиради.

Суҳбатдошингиз ниманидир айтаётганида, унинг гапини бўлманг. Унинг ўрнига гапини охирига етказманг ёки унинг гапини бўлманг. Мен учун бу жуда қийин. Ҳар доим ўзимга “Гапини бўлма, гапини бўлма” деб тураман. Жим турмаслик учун суҳбат ўртасида бўладиган қисқа тўхталишларнинг ўрнини тўлдиришга шошилманг, бу билан суҳбатдошингиз сизга айтмоқчи бўлган муҳим нарсани айтишига ҳалал берган бўласиз.

Дотти шундай дейди: “Жош менинг гапимга аралашганда баъзан жаҳлим чиқади. Шу пайт ўзимни шундай ҳис қиламан: “Мен бу ҳикояни кўнгилдагидек айтиб беролмаётгандек ёки майда тафсилотларига ёки бошқа нарсаларга кўп эътибор бераётгандек ҳис қиламан ўзимни”. Бу нарса шунчаки унинг иштиёқи эканини яхши тушунаман. Мен унга айтмоқчи бўлган гапларга қизиқади ва

шунчаки гапимга “аралашади”, гапимни бўлиб қўяётганини ёки оғзимдаги гапларни тортиб олаётганини билмайди. Биламан, у гапларимга қўшилишни истайди, бироқ ҳисларимни ўзим истагандек ифода қилаётганимда менга ҳалақит бермаса яхшироқ бўлади”. Сабр – бу иноятдир.

Суҳбатдошингиз гапини тугатмасидан олдин жавоб беришга ёки гапини бўлишга шошилманг, бу нарса сизни бесабр қилиб қўяди, чунки сиз тезроқ гапиришни истайсиз. Мунтазам равишда айтган гапингизни оқлаш йўллари кидирсангиз, шунчаки ҳимоя механизмини ишга туширган бўласиз. Натижада, сиз диққат билан эшитмайсиз.

Маргарет Клейн ўзининг “Сиз ростдан эшитаяпсизми?” китобида диққат билан эшитмаслик оқибатида юзага келадиган ноқулай вазият ҳақида шундай ёзади: “Кўп йиллар аввал, коллежни тамомлашим билан шаҳарчадаги таҳририятга ишга кириш учун ўтказилган суҳбатда ўзим учун фойдали сабоқ олганман. Суҳбат кўнглидагидек ўтди, муҳаррир менга ўзининг чанғида қилган саёҳати ҳақида гапира бошлади. Унда яхши таасурот қолдириш учун уни эшитмай, ўзимнинг тоққа қилган сафарим ҳақида гапира бошладим. “Хўш, бу ҳақда фикрингиз қандай?” – кутилмаганда савол берди. Унинг сўзларига эътибор бермаганим учун, беихтиёр ғўлдирадим: “Афтидан, ажойиб ва мароқли таътил бўлган”. У бир лаҳза менга тикилиб қолди. “Мароқли?” – совуқ оҳангда сўради у, - ҳозиргина сизга таътилни кўп қисмини касалхонада оёғим синган ҳолда ўтказганимни айтдим”.

Суҳбатдошингизнинг сўзларини маъқуллашингизни ва қўллаб-қувватлашингизни билдиринг. Униси ҳам буниси ҳам соғлом мулоқотни ривожлантиради. Сулаймон доно инсон бўлгани учун “ёқимли сўз асал кабидир, жонга роҳат, суякларга малҳам” эканини билган (Ҳикматлар 16:24). Сиз унга шундай денг: “Буни мен билан бўлишганинг учун катта раҳмат. Бунинг осон бўлмаганини биламан ва буни қадрлайман”. Ёки “Сен айтган сўзларнинг аҳамияти катта ва фойдаси тегишига ишонаман”.

Бу усуллар – самимий тингловчи бўлишнинг фаол усулларида айримлари, холос. Ёдингизда бўлсин, сизнинг қулоғингиз суҳбатдошингизнинг қалб эшигини очиши мумкин, шунинг учун қулоғингизни ёпманг. Ишонинг, яхши тингловчи бўлишга ҳаракат қилсангиз, мукофотингизни оласиз. Шунчаки, Доттидан сўраб кўринг! Менинг қанчалик ўзгарганимни у яхши билади.

Ростгўй бўлинг

Ҳаворий Павлус “яқинингизга ҳақиқатни айтинглар” деб ундаганда, муаммони яққол кўрганди (Эфесликлар 4:25). Ҳақиқатни севги билан айтиш – бошқаларнинг ҳис-туйғуларига эътиборли бўлиш, демакдир. Ҳақиқий тажрибага эга ва меҳрибон суҳбатдош ўз гаплари ва хатти-ҳаракатларининг оқибатларига эътиборли бўлади.

Сулаймон бизга доно маслаҳат бериб, шундай деган: “Ўйламай гапирадиганни кўрганмисан?! Ундан кўра, нодондан умид кўпроқ” (Ҳикматлар 29:20). “Севги, - деб ёзади Ричард Стросс, - эътирозларимизни мактов сўзлар ёки маъқуллаш орқали ифода этишимизга ёрдам беради ва биз ўз фикрларимизни ёқимли ва ижобий тарзда билдира оламиз. Шунда суҳбатдошимизни хафа қилмасдан, уни қўллаб-қувватлаган бўламиз”.

Ростгўйлик йўлида тўсиқлар кўп учрайди. Бу тўсиқлардан бири хатардир. Райтнинг фикрига кўра, “Чуқур муносабатларнинг бари, айниқса, оилавий муносабатлар очиқликка ва ростгўйликка асосланган бўлиш керак. Бунга эришиш мушкул, чунки ростгўйлик туфайли рад қилиниш хавфи бўлади, лекин эр-хотинлик муносабатлари мустаҳкамланиши учун бу жуда муҳим”.

Бошқаларга оғриқ келтирадиган ҳолатда ҳам ростгўй бўлишга эҳтиёж сезганимизда бу хабарни қандай етказишнигина эмас, балки қандай сўзлар билан ифода этишимизни ҳам аниқлаб олишимиз керак. Жуда кўп оғриқли нарсалар “ростгўйлик” номи билан айтилган.

Тўсиқларнинг яна биттаси шуки, унда ростгўйлик арзимаган нарсасидек кўриниши мумкин. Ростгўйлик инсонга унинг барча шахсий нуқсонлари ёзиб олинаётганини билдириши ҳам мумкин. Севги билан айтиладиган ва севги билан тингланадиган самимий мулоқот “ёмонликдан ҳоли бўлади”. “Севги асосида бўлмаган мулоқот” натижасида сиз ҳақиқий номукаммаллик ва бошқа нарсаларни баҳам кўришингиз мумкин.

Ҳақиқатни севги билан ифода этиш – севгингизни бошқа сўзлар билан кўрсатишингизга боғлиқ:

“Сен шундай инсон бўлганинг учун раҳмат”.

“Сен билан фахрланаман”.

“Мени севганинг учун раҳмат”.

“Сенга уйланганимдан жуда хурсандман”.

“Шунчаки сен билан бўлиш менга ёқади”.

Бундан ташқари, ҳақиқатни севги билан ифода этиш бўрттириб гапирмасликни ҳамда ҳақиқатни яширмасликни талаб қилади. Доктор Райт бойиб кетган ва ўзининг оилавий шажараси ҳақида китобга буюртма беришга қарор қилган аёл ҳақида сўзлаб берган. Ўша аёл ўз мақсади учун ёллаган машҳур муаллиф ўша аёлнинг бобокалонларидан бири Синг-Синг қамокхонасида электр стулда қатл қилинганини билиб қолади. Бу ҳам китобга киритилиши лозим эканини аёлга айтганида, аёл ундан бу ҳақиқатни яширишини сўрайди.

Китоб чоп этилди, унда қуйидагиларни ўқиш мумкин: “Унинг бобокалонларидан бири Америкадаги машҳур муассасалардан бирида электр билан боғлиқ ишда ишлаган. У ўз ишига шу қадар берилганки, том маънода

“ишда ёниб кетган”. Райтнинг таъкидлашича, “эр-хотин орасидаги айрим муносабатларда баъзи сўзларнинг маъноси тушунарсиз ва чалкаш бўлади. Одатда, “қандай бўлса, шундайлигича”, керак бўлса юмшоқроқ, лекин аниқ айтиш керак.

Мулоқотда тажрибали ва самарали бўлиш – “исталган” инсон бўлиш учун асосий восита бўлиб, ҳозирнинг ўзидаёқ бошлашингиз мумкин. Агар ёлғиз яшасангиз, бу тамойилларни ўз дўстларингиз билан ёки учрашувга чиққанингизда машқ қилишни бошланг. Агар оила қурган бўлсангиз, турмуш ўртоғингиздан бошланг. Ўрнак кўрсатиш, севгига тўла самимий сабр-тоқатни кўрсатиш орқали жуфтингизни сиз билан мулоқотда бўлишга унданг.

Чет тилини ўрганишдаги каби, яхши мулоқот қилишни ўрганиш вақт, қатъият, эътибор ва машқ талаб қилади. Кимлардир бошқаларга нисбатан яхшироқ бажаради, шунинг учун улардан ҳам сизлардан ҳам сабр талаб этилади. Аммо ҳар биримиз яхшиланишни давом эттиришимиз мумкин.

Бошланишига самарали мулоқот кўп нарсани ўзгартириши мумкин бўлган ҳаётий вазиятлардан бирини танланг. Кейин тамойиллардан фойдаланган ҳолда ҳаракат режасини ишлаб чиқинг. Режангизни амалга ошириш вақтини белгиланг.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар:

- Мулоқотнинг асосий иккита жиҳати қайсилари?
- Яхши мулоқотнинг калити нимадан иборат?
- Нима учун эшитишни билиш мулоқотнинг муҳим жиҳати ҳисобланади?
- Эшита олишнинг турли даражалари қайсилар?

6. ЗИДДИЯТЛАРНИ БАРТАРАФ ҚИЛИШ

Қандай қилиб, Худо қандай яратган бўлса, шундай шахс бўлиб қолиш ва бир вақтнинг ўзида бошқалар билан ҳамжиҳат бўлиш мумкин? Бу иш ҳамманинг қўлидан келавермайди, айниқса, турмушдаги яқин муносабатларда.

“Мен ўзимни топиб олишим керак, - дейди ўн етти йиллик оилавий ҳаёт тажрибасига эга бўлган киши. – Менинг қадриятларим аёлимнинг қадриятларидан тубдан фарқ қилади, ҳатто иккаламиз масиҳий бўлганимиздан кейин ҳам. Зиддиятлардан қочиш учун мен ўз туйғуларимни, истакларимни жиловладим. Ўзимни хизматкордек ҳис қилсам ҳам ортиқ бундай қила олмайман”.

Ўн тўрт йиллик турмуш тажрибасига эга аёл шундай деб тан олди: “Мен иккинчи эримдан биринчи турмушимда бўлган севгини кутган эдим. Бундай бўлмаганидан кейин ўзим билмаган ҳолда жанжалларсиз бунга эришишга

уриндим. Фақат ажрашганимиздан кейингина у мени енгил табиатли, деб ҳисоблаб келганини билдим, чунки ҳар доим зиддиятлардан қочардим”.

Бундай хатти-ҳаракатлар никоҳ билан чегараланмайди. Жамиятда ҳам, бизнесда ҳам, жамоатда ҳам кўпинча, ўзимизни шундай тутамиз, худди зиддият – ғайриоддий нарсасдек. Бундай эмаслиги ҳаворий Павлусдек эътиборли инсон томонидан тасдиқланган, у Римликларга 12:4-5-оятларида зиддиятларнинг асосий сабабини изоҳлаган: “Ахир, танамиз бир бўлса-да, танамиз аъзолари кўп, танамиз аъзоларининг вазифалари ҳам бир хил эмас. Шунга ўхшаб, биз – Масихга тегишли бўлганлар бир танани ташкил қиламиз. Ҳар биримиз ҳар хил аъзолар бўлиб, бир-биримизга боғлиқмиз”.

Бир-биримиздан фарқли эканимизнинг ўзиёқ зиддиятларни муқаррар қилади. Биз ўзаро муносабатларимизга турлича ўтмишимизни, дунёқарашимизни, туйғуларимизни ва ҳатто маданиятимизни ҳам олиб кирамиз. Ҳар гал иккита тирик инсон бирлашганда, эртами-кечми жанжал келиб чиқади. Шунинг учун, юзага келган келишмовчилик муаммо эмас. Бу муаммони қандай ҳал қилиш – ҳақиқий синов ҳисобланади.

Афсуски, кўпчилигимиз янги ҳаётимизда ҳам зиддиятларга масихий бўлмаган пайтларимиздагидек муносабатда бўламиз. Исо бизга зиддиятларга нисбатан бутунлай янгича муносабатни кўрсатганини ҳалигача англаб етмаймиз. Муқаддас Рух кучи билан ҳаракат қиладиган имонлилар зиддиятларни юзма-юз қарши олишни ва уларни ҳақиқат ҳамда севги асосида ҳал қилишни ўрганиши мумкин.

Бундай бўлмаганда эса, бизнинг Исо Масих ҳақидаги гувоҳлигимиз ноаниқ бўлиб қолади. Олтмишинчи йиллар охири, етмишинчи йиллар бошларида полиция ҳамда ҳукуматга қарши кўплаб норозиликлар ва зўравонлик ҳаракатларини уюштирган қора танлилар ҳаракатининг фаол етакчиларидан бири Элдриж Кливер ёдингизда бўлса керак.

Бир неча йил олдин Элдриж Кливер масихий бўлгани ҳақида хабарлар тарқалган эди. Бироқ, кейинчалик у масихийликдан воз кечиб, мормонга айланди. Суҳбатларнинг бирида у шундай деганди: “Мен масихийлар ўртасидаги зиддиятларни тушунмадим ва изоҳлай олмадим”.

Ўз зарарингизга

Зиддиятларни бартараф қилиш бўйича лаёқатсизлигимиз кундалик ишларимизда ҳам намоён бўлади. Ишда зиддиятга дуч келган одамлар тезда ишини ўзгартириш ҳаракатига тушишлари мени ҳайратга солади. Кўпчилик одамлар муносабатларидаги зиддиятларни ҳал қилиш учун бошқа иш излаш ва иш топиш йўлидаги қийинчиликларни афзал кўришади. Бироқ, бу – шунчаки курашишдан қочишни афзал кўришдир.

Мен Исроилда бўлганимда, Қайсариядаги қадимий қалъалардан бирига бориш имконига эга бўлдим. Ўша ерда бутун тарих мобайнида одамлар

Ўзларини ҳимоя қилишга ҳаракат қилишганини эсладим. Қалъа атрофи “қурук ҳандақ” деб аталувчи кенг ва очик ҳандақ билан ўралган бўлиб, сув билан тўлдирилмаган эди. Бу “ҳандақ”дан юрган одам ҳар томондан кўриниб турарди. Қалъанинг асосий дарвозаси ҳам ҳимоя вазифасини ўтаган. Дарвозалар кириш қисмининг ён томонида жойлашган бўлиб, уни очишга уринган душман осонгина нишонга айланган. Қалъа бўйлаб юрарканман, бир умр ўзларини ҳимоя қилишга ҳаракат қилган миллионлаб инсонлар ҳақида ўйладим. Улар руҳий яқинликка ташна бўлишган, лекин ҳеч қачон бошқалар билан бўлган муносабатда уни топишмаган, чунки узоқ муддатли яқин муносабатларда юзага келадиган зиддиятларни бартараф қила олишмаган. Мана шунинг учун ҳам бугунги кунда узоқ муддатли яқин муносабатлар кам учрайди.

Икки хил кўрқувни бартараф қилиш

Аввалроқ, бугунги кунда одамларни таъқиб қиладиган икки хил кўрқув ҳақида айтган эдим: уларни ҳеч ким севмаслигидан кўрқиш ва ўзлари ҳеч қачон сева олмасликларидан кўрқиш. Худди шу кўрқув масиҳийларнинг Худо билан муносабатларига ҳалақит беради. Биз Худо бизни сева олмаслигидан ҳамда бизнинг Унга бўлган севгимизни муносиб кўрмаслигидан кўрқамиз. Худо бизга бўлган севгисини кўра олишимиз учун, Унга ишонишимиз ва ҳис қилишимиз учун бошқа одамлардан фойдаланади. Биз кўпинча, Худонинг севгисини биз учун ҳақиқатга айлантирадиган инсонга муҳтож бўламиз.

Бироқ, Худо билан муносабатларимиздаги яқинлик ўсгани сайин, зиддиятлар эҳтимоли ортади. Бир-бирини таниб-билишда мустаҳкамланаётган икки шахс манфаатларининг ўзаро тўқнашуви ҳатто иккита буюк давлатнинг ўзаро муносабатларидан ҳам кўпроқ зиддият келтириб чиқариши мумкин. Шахслараро келишувга эришиш учун бир-бирига душман бўлган икки халқ ўртасидаги тинчлик музокараларига эришишдан ҳам кўпроқ ҳаракат талаб қилиши мумкин. Шунинг учун, ҳақиқий яқинликка эришган инсонлар ушбу яқинлик билан боғлиқ муаммоларни қандай ҳал қилишни билмасликлари ажабланарли эмас.

Бартараф қилиш ёки барбод қилиш

Бир нарсани доимо ёдда тутишингизни истайман: муносабатни барбод қилишдан кўра, зиддиятни бартараф қилиш афзалроқдир. Албатта, зиддиятни бартараф қилишдан кўра, ҳаммасидан воз кечиб кетиш анча осон. Лекин қатъий туришнинг мукофоти шуки, ҳар гал зиддиятни бартараф қилганингизда, шахс сифатида ривожланиб борасиз, келажакда учрайдиган муқаррар зиддиятларни бартараф қила оладиган бўласиз.

Баъзан биз муносабатлар Худонинг илк режасининг бир қисми эканини унутиб қўямиз. Ибтидо китобида Худо шундай деган: “Одамнинг ёлғиз бўлиши яхши эмас, унга муносиб шерик яратаман”. Ишончим комилки, Худо бу ерда фақат эр-хотинлик муносабатлари ҳақида гапирмаган. Биз ёлғиз бўлиш учун

эмас, балки бошқа инсонлар билан муносабат қилиш учун яратилганмиз. Муносабатларда Худо биз учун мақсад қилган иноятни ҳис қилиш учун ҳаётимиздаги сохта доноликка қарши туришимиз ва зиддиятларни бартараф қилишимиз керак.

Бугунги кунда сизни ўз ҳуқуқларингизни ҳимоя қилишга ва “ҳаммасини ўзингиз истаганингиздек қилишга” ундашмоқда. “Қандай бўлишни истасанг, шундай бўл!” шиори остида ҳарбий хизматга даъват қилишмоқда; бошқа реклама шиори эса “Сиз бугун дам олишга муносиб” эканингизни ёдингизга солади.

Бизнинг маданиятимиз муносабатларимизга эмас, балки бизга, шахсга қаратилган. Биздаги “мен” бошқалардан устун бўлиши бизга узоқ муддатли муносабатлар ўрнатишни ва зиддиятларни бартараф қилишни ўргатмайдиган “мен биринчман” деган фалсафанинг пайдо бўлишига сабаб бўлади. Агар сиз учун ғалаба биринчи ўринда турса, бир қанча шахсий мақсадларингизга эришишингиз мумкин, лекин бунинг учун муносабатларингизни қурбон қилишингизга тўғри келади, чунки муносабатлар ғалаба билан эмас, ён бериш билан қурилади. Шунинг учун, яқин ва тўлақонли муносабатларга эришишни истасак, маданиятимиздан устунроқ бўлишимиз лозим. Буни Масих орқали қила олишимизга ишончим комил.

Салбий жиҳатларни ижобий жиҳатга ўзгартириш

Бир марта бўлса ҳам зиддиятларни бартараф қилганингиздан кейин ўзингизда қониқиш ҳис қилганмисиз? Агар шундай бўлса, зиддиятлардан ҳам фойда бор, деган фикрга қўшиласиз. Худо менинг бошқа одамлар билан бўлган зиддиятларимдан фойдалангани учун мен Муқаддас Рухнинг қўлида янада ўткирроқ, янада фойдалироқ қуролга айланганимни биламан. Ҳикматлар китоби 27:17-оят бизга “Темир темирни ўткирлайди, инсон эса дўстини” деб ўргатади. Зиддиятлар натижасида мен бошқаларнинг хафагарчиликларига ҳамда ҳис-туйғуларига нисбатан анча кўнгличан инсонга айландим. Римликларга мактубнинг 5 боб 3-4 – оятларига кўра, синовлар сабр-тоқат ва қатъият ҳосил қилади. Бу ҳислатларни ривожлантириш учун Худо ҳаётимдаги зиддиятлардан фойдаланади.

Самарасиз хатти-ҳаракатлар

Биз эса, аксинча, зиддиятларга нисбатан турли салбий жавоблар қайтаришга ҳаракат қиламиз. Буларнинг айримларини ўрганиб чиқиб, зиддиятларни ва уларнинг оқибатларини қандай бартараф қилишни яхшироқ англаб етганимга ишонаман.

1. Муаммо ёки зиддиятни тан олишни билмаслик. Мен буни “ҳаммаси яхши” синдроми деб атадим. Зиддиятнинг объекти бўлган шахс ёки нарсани инкор қилинади ва зиддият шунчаки аҳамиятсиз бўлиб қолади.

2. Қарорнинг фойдаси. Зиддият “тинчгина ўтиб кетади”. Сиз у ҳақда гапирмайсиз ва яширинасиз, зиддиятнинг манбаидан ёки унга сабабчи бўлган одамдан қочасиз. Қизиқ, Адан боғида Одам Ато билан Момо Ҳаво гуноҳ қилганларидан кейин Худога нисбатан қандай ҳаракат қилишган экан?! Каломда айтилишича, улар “яширинишган”. Улар яшинишган, Худо эса уларни қидирган. Зиддиятларга айнан мана шундай муносабатда бўлган инсон билан қанчалик кўп гаплашсам, у шунчалик камгап бўлиб қолишини англаб етдим. Ундан бирон жавоб олиш мақсадида овозимни кўтарганим сайин натижа бунинг акси бўлади ва зиддиятни янада кучлироқ иборалар билан ифода қиламан.

3. Зиддиятнинг аҳамиятини инкор қилиш. “Бизга фарқи йўқ” ибораси шиоримизга айланади. Бундай вазиятда хафа бўлган киши шундай ўйлайди: “Менга фарқи йўқ, чунки ҳар қандай ҳолатда ҳам у менга қулоқ солмайди”. Ёки “Менга фарқи йўқ, чунки у барибир ўзгармайди”. Ёки бўлмаса “Ҳаммаси ўтиб кетади”. Зиддиятга юзаки ёки бепарволик билан қараш уни бартараф этмайди. Аксинча, унга янада кучлироқ портлаши учун жуда яхши имконият яратади.

4. “Руҳий” ёндашув. Тез-тез ишлатиладиган “Шунисига ҳам шукур!” ибораси Римликлар 8:28 – оятдаги “Ҳамма нарсалар яхшилик бўлиб хизмат қилади”, деган сўзлар билан бирга келади. Лекин жуда кўп ҳолларда ҳақиқат самимийликнинг етишмаслиги ва ушбу ёндашув шунчаки қочиш усулининг бир кўриниши ҳисобланади.

5. Гина сақлаш. Зиддият оқибатида юзага келган хафагарчилик ва жаҳл ҳислари юракда ўрнашиб қолади ва бир кун портлайди. Филиппиликларга ёзилган мактуб ўтмишни унутиш учун бунинг ўрнига “руҳий ўт ўчириш мосламаси”дан фойдаланишимизни маслаҳат беради. Менимча, ҳар бир жуфтлик мунозара вақтида аввал бўлиб ўтган воқеаларни тилга олмасликка келишиб олишлари лозим. Бир одам оилавий муаммолар бўйича мутахассис олдига шикоят билан келди: “Ҳар гал рафикам билан жанжаллашганимизда у тарихчига айланади!” Маслаҳатчи унинг гапини бўлиб, “Ваҳимага тушиб қолади, демокчимисиз?”, деди. “Йўқ, тарихчи бўлиб қолади! – деб жавоб берди эркак. – Ҳар гал ўтмишни юзимга солади”. Мана шу нарса гина сақлаш деганидир.

6. Муаммо ўрнига шахсга эътибор қаратиш. Тез-тез учраб турадиган бундай воқеага бир мисол келтираман. Яқинда, Хушхабар тарқатувчи масиҳийлар гуруҳи аъзоси бўлган бир аёл мендан: “Сиз фалон ёзувчининг фалон-фалон деб ёзганини ўқиганмисиз?”, деб сўради. Мен унга буни ўқиганимни айтдим. Аёл ўша заҳоти ёзувчининг ёзганларига эмас, ёзувчининг шахсига ёпишди. “Унинг уч марта ажрашганини ҳам биласизми?” – деб сўради аёл. Муаммога эътибор қаратиш ва зиддиятни бартараф қилиш ўрнига, аёл шахсга эътибор қаратди.

7. Айбни бировга ағдариш. Одатда, бу нарса айбловчи кишининг ўз хатосини тан ололмаслигидан далолат беради. Одам Ато ва Момо Ҳавонинг (Ибтидо 3:9-13) таъқиқланган мевадан еганларидан кейинги хатти-ҳаракати бунга яққол мисол бўлади. Худо ундан: “Сен нима қилиб қўйдинг?” деб сўраганида, Одам Ато шундай жавоб берган: “Ўзинг менга берган хотин ўша дарахтнинг мевасидан менга берди, мен ҳам едим”. Одам Ато аввал Худони айблади, кейин хотинни. Момо Ҳаво эса “Илон мени алдади”, деб жавоб берди. Иккаласи ҳам бошқа бировни айблашди.

8. Ҳар қандай йўл билан бўлса ҳам ғалаба қилиш истаги.

9. Зиддиятдан қочиш учун ҳар нарса қилиш. Бу ҳолатларнинг биронтаси ҳам муаммони ҳал қилмайди. Иккала ҳолатда ҳам жуфтликнинг биттаси нимагадир эришганини ҳис қилади. Қолаверса, иккала усул ҳам хафагарчиликка сабаб бўлади.

10. Бошқа бировга махсус совға сотиб олиш. Бу – эрларнинг энг ёқтирган усули. Зиддиятларни бартараф қилиш ўрнига бу одамлар у учун ҳақ тўлашга ҳаракат қилишади.

Қарор шу ердан бошланади

Зиддиятларни ҳал қилишдаги ёндашувингизни ушбу салбий усуллардан бири ёки бир нечтасида билиб олишингиз мумкин. Агар шундай бўлса, сиз уларни бартараф қилишнинг ижобий ва конструктив усуллари мавжудлигидан хурсанд бўласиз, уларнинг ҳар бири ҳаётингизни Раббимиз Исо Масихга бағишлаш истаги билан бошланади. Руҳий етуклик зиддиятларнинг бўлмаслигида эмас, балки ўзини назорат қилган ҳолда Калом асосида бартараф қилишда намоён бўлади. Зиддиятларни бартараф қилиш истаги сизнинг муносабатларингизга ҳам боғлиқ: ўша инсонга қанчалик яқин бўлсангиз, зиддиятларни бартараф этишга шунчалик кўпроқ ҳаракат қиласиз.

Мен уйланган вақтимда, “Ҳа” деганман, шунинг учун Дотти иккимиз дуч келадиган ҳар қандай зиддиятни бартараф қилишга тайёрман.

Ўғлимиз Шин олти ёшга тўлганида, “Дада, сиз онамни ташлаб кетасизми?”, деб сўраган. Ундан нима учун бундай савол берганини сўраганман. Шунда унинг бир нечта дўстларининг отаси турмуш ўртоғи билан ажрашганлигини айтганди.

Шунда англадимки, яхши оиладаги болалар ҳам бузилиб кетган оилалардаги болалардек қўрқувни ҳис қилар эканлар.

Шунинг учун, Шиннинг кўзларига тик қараб, овозимни бироз кўтариб, дедим: “Ўғлим, мен ойингни севаман ва ҳеч қачон уни ташлаб кетмайман! Тамом!” У енгил тортиб, “Раҳмат, дада!” деди. Ўғлим мен унга содиқ эканлигимни билмоқчи бўлмаган. У шунчаки мен унинг онасига содиқ эканимни билмоқчи эди, чунки бизнинг эр-хотинлик муносабатларимизнинг дахлсизлиги – у ўзини хавфсиз ҳис қилишининг манбаи эди.

Яшашга ундовчи ҳақиқатлар

Мен кундалик ҳаётимда амал қиладиган айрим қоидаларни сизлар билан баҳам кўрмоқчиман. Ҳар доим ҳам уларга амал қила олмайман, бироқ кундалик ҳаётимнинг ҳар бир кунда, айниқса, ўзаро муносабатларда уларга амал қилишни истайман.

Биринчи қоида ўзингизга қандай баҳо беришингиз билан боғлиқ: сиз ҳам хато қилишингиз мумкинлигини тан олинг. Танқидларга сабр қилиш ва ўз хатоларини тан олиш – зиддиятларни бартараф этиш учун биринчи ўринда ривожлантириш лозим бўлган хатти-ҳаракат шаклидир. Муқаддас Калом Ҳикматлар китобида яхши маслаҳат беради: “Насихатга қулоқ солмаганларга қашшоқлик ва уят келади, танбеҳга қулоқ солганлар эса ҳурмат ва иззат топади”. Шунинг учун, ноҳақ бўлганингизда буни тан олинг. Агар ҳақ бўлсангиз, ҳеч нима деманг. Бу – зиддиятни бартараф этишнинг энг соғлом усулидир.

Павлус шундай дейди: “Худо сизларнинг ҳаётингизда бошлаган эзгу ишини Исо Масих келадиган кунгача битиришига ишонаман” (Филиппиликлар 1:6). Сиз қилишингиз мумкин бўлган хатоларнинг биронтаси ҳам тузатиб бўлмас хато эмас. Худо сизнинг энг катта хатоларингизни ҳам кечиради. Конструктив танқид ёрдамида бизни яхшилаш ва Уни ҳамда бошқаларни кўпроқ севишга ўргатиш учун Худо хатоларимиздан фойдаланиши мумкин. Мана шунинг учун ҳам Ҳикматлар 28:13 да шундай ёзилган: “Ўз гуноҳларини яширган ютуққа эришмайди, уларни тан олиб, воз кечган марҳамат топади”.

Римликларга 14:13-оятида Павлус шундай деган: “Бир-биримизни ҳукм қилмайлик. Аксинча, биродарларингизнинг йўлига ғов бўлмасликка, уларни васвасага солмасликка қарор қилинглари”. Мен зиддиятни бартараф қилишга бўлган муносабатимни шундай ифода қиламан: “Худойим, бу зиддиятни Ўзинг ҳал қилишингни истайман, илтимос, буни мендан бошла”.

Мен амал қиладиган иккинчи қоида шуки, мен ўзимнинг ҳиссий хатти-ҳаракатларим учун жавобгарликни ўз зиммамга оламан. Биз ўз табиатимиз ёки ғазабимиз учун бошқа бировни айблай олмаймиз. Ғазаб кимнингдир хатосига эмас, балки ноҳақликка қаратилган бўлиши керак. Ўзининг “Сизни тинглашлари ва сиз бошқаларни тинглашингиз учун етарли даражада илтифотли бўлиш” китобида Дэйвид Огсбургер бу ҳақда шундай дейди: “Камчилигингиз жаҳлимни чиқарганида, сизнинг бу камчилигингиз менинг ҳам камчилигим эканини биламан. Агар мен ичимдаги ғазабни боса олсам, шунда сизга бўлган ғазабим юзага чиқмайди. Лекин мен ўзимдан нафратланишимга сабаб бўладиган нарсани сиздан эшитганимда, ичимда бўрон турганини ҳис қиламан”. Кўпинча, инсонлар ўзларида мавжуд бўлган салбий сифатларни бошқа одамда кўрганларида жаҳли чиқади.

Бундан ташқари, зиддият юзага келганда, ўзимизни ўша инсоннинг ўрнига қўйишимиз муҳимлигини ҳам таъкидламоқчиман. Ҳаворий Павлус Римликлар 10:2-оятда шундай ёзган: “Ахир, ўзим гувоҳман: улар жон-жаҳдлари билан Худога берилганлар, аммо ҳақиқий тушунчага эга эмаслар”. Павлус уларнинг ҳолатини тушунишини айтаяпти, чунки ўзини уларнинг ўрнига қўйиб кўрган. Бундай муносабат “ҳамдардлик” ёки “қониқиш”ни билдиради.

Қадимги ҳиндуларнинг “Ўша одамнинг оёқ кийимида бир чақирим юрмагунча, уни айблама” деган доно маслаҳати ҳақида билсангиз керак. Зиддиятга бошқа бировнинг назари билан қаранг. Кейин, ақл билан уни тушунишга ҳаракат қилиш бошқа, уни ҳақиқатан ҳис қилиш ва туйғуларни ифода этиш эса – бутунлай бошқа нарса. Шунда ўша инсоннинг зиддиятга нисбатан маълум муносабатда бўлиш учун жиддий асоси борлигини англаб етасиз. Бу зиддиятни бартараф этиш учун муаммога ўша инсоннинг назари билан қарашингиз лозим бўлади.

Ҳамдардликнинг бундай кўриниши анча мушкул. Лекин Филиппиликлар 2:3-4-оятларида Павлус шундай деб эслатади: “Ҳеч бир ишни худбин ниятда қилманг, шаҳратпараст бўлманг, аксинча, камтарлик билан бошқаларни ўзингиздан юқори деб билинг. Фақат ўзингизни эмас, балки бошқаларнинг ҳам манфаатини кўзланг”. Бошқача қилиб айтганда, бошқаларнинг азобларини кўра олиш учун ўз ҳафачилигингиздан юқорироқ бўлишингиз керак. Буни қила олиш учун биз Худодан мадад сўрашимиз лозим.

Бир фикр менга бошқа одам мени тушунишини қанчалик истасам, ўша одамни тушуниш учун шунчалик ҳаракат қилишимга ёрдам берди. Авлиё Франциск Ассиз шундай деган: “Худойим, шундай қилгинки, бошқалар мени тушунганидан кўра, мен уларни кўпроқ тушунишга ҳаракат қилай”. Агар барчамиз худди шундай йўл тутсак, муносабатларимиз қай даражада бўлишини тасаввур қила оласизми? Кўплаб зиддиятлар барҳам топган бўларди, чунки зиддиятларнинг аксарияти ҳар биримизнинг ўз фикримизга қатъий ёпишиб олишимиз натижасидир.

Агар зиддиятни Калом асосида бартараф қилишни хоҳласангиз, ўзингизга шундай савол беришингиз лозим: “Бу зиддиятда Худо менга нимани ўргатмоқчи?” Нима бўлишидан қатъий назар, мен бу зиддиятдан нимадир ўрганаман.

Ғалаба келтирувчи формула

Ижозатингиз билан зиддиятларни бартараф қилиш учун ажойиб режани таклиф қилсам. Бу режа Матто Хушхабарининг еттинчи бобида берилган биринчи бешта оятдан олинган бўлиб, тўртта бўлимдан иборат. Биринчи ва иккинчи оятда шундай ёзилган: “Бошқаларни ҳукм қилишни бас қилинглار, шунда Худо ҳам сизларни ҳукм қилмайди. Сизлар бошқаларни қандай ҳукм қилсангизлар, Худо ҳам сизларни худди шундай ҳукм қилади. Сизлар

бошқаларни ҳукм қилганда қандай ўлчовдан фойдалансангизлар, Худо ҳам сизларни ҳукм қилганда худди ўшандай ўлчовдан фойдаланади”. Бу оятлар бизга ярашиш ҳақида гапиреди. Учинчи оятда шундай давом этади: “Нега сен биродарингнинг кўзидаги зирапчани кўрасан-у, ўз кўзингдаги ходани сезмайсан?”. Бу оят бизга эътиборли бўлишимиз кераклигини айтмоқда. Мен дуч келган зиддиятларга кўзимда хода бўлмай туриб тушиб қолганман, деб айта олмайман.

Кейин тўртинчи оятдан қуйидагиларни ўқиймиз: “Ўз кўзингда хода бўла туриб, қандай қилиб биродарингга: “Кел, кўзингдаги зирапчани олиб ташлай”, деб айтсан?”. Бу оятнинг моҳияти – ростгўйликдир. Ниҳоят, бешинчи оятда зиддиятни меҳр билан бартараф қилишни насиҳат қилган: “Ҳой, иккиюзламачи! Олдин кўзингдаги ходани чиқариб ол, шунда кўзинг тиниқ кўради ва биродарингнинг кўзидаги зирапчани чиқара оласан”. Исо бизни камтар, ҳалол, ростгўй бўлишга ва севги кўрсатишга даъват қилган.

Бу ерда хавф бор. Бу вазият орқали Худо сизга нимани ўргатмоқчи эканига эътибор бермасдан, зиддиятларда осонгина қасос олишга ҳамда орани очик қилишга ҳаракат қилишингиз мумкин. Аслида бу вазиятда Худо бизга нима демоқчи эканига диққат қилишимиз лозим. Бу эса мукаммал инсон эмаслигингизни тан олишга тайёр бўлишингизни талаб қилади. Бизнинг ибодатимиз шундай бўлиши керак: “Худойим, камчиликларимни тан олишим учун куч бер”. Тан олиш – ожизлик белгиси эмас. Аксинча, ноҳақ эканингизни тан олиш учун жасорат керак. Нуқсонларингизни тан олишингиз билан бошқа инсоннинг ҳаётдаги камчиликларини қабул қилишингиз осонлашади”.

Хатоларни тўғрилашга тайёр бўлиш – Худо бизга ўргатаётган сабоқларни ўзлаштиришимиз учун шартлардан биридир. Биз кўпинча ўзимизнинг камчиликларимизга бошқаларнинг камчиликларига қараганда анча юмшоқрок муносабатда бўламиз.

Вазиятга тўғри муносабатда бўлиш ва ўзгаришга тайёр бўлиш ҳаётда жуда муҳим ўрин тутди. Ҳар бир вазиятдан энг яхши инсон, энг яхши хизматчи, энг яхши дўст сифатида чиқиш истаги бўлиши керак. Бундай муносабатда Муқаддас Рухга Ўз ишини қилишга имкон берасиз.

Ёдингизда тутинг, айнан зиддиятлар кўп гуноҳларни ювади. Ҳаворий Бутрус бу ҳақда эслатган: “Авваламбор, бир-бирингизни чин юракдан яхши кўринглар. Чунки севги кўп гуноҳларни ювади” (1 Бутрус 4:8). Исо Масих Танасининг виждони бўлиш ҳақида кўп ўйлайдиган масихийларни кўрганман. Нима учундир улар ўзлари кўрган ҳар бир камчилик ёки хатони кўрсатишни руҳий деб ҳисоблайдилар. Павлус Римликларга 15:1-оятда қандай ҳаракат қилиш кераклигини белгилаб берган: “Биз, имони кучлилар, ўзимизни мамнун қилишни кўзламасдан, имони суст бўлган биродарларнинг ожизлигига сабр-

бардош қилишимиз керак”. Биз эса кўпинча, Муқаддас Рухнинг ишини қилишга уринамиз.

Агар сиз ўша инсонни чиндан ҳам севсангиз, унинг заифликларига тоқат қиласиз ёки уларни ўзингизга оласиз. Мен шундай одамларни учратганманки, мабодо менинг кинога борганимни билишса, уларнинг имони заифлашган бўларди. Улар шунчаки кинога бориш ёқимли эканини тушунишмайди. Бундай вазиятларда мен уларнинг заифликларини кўрсатишга ва кино томоша қилишга бўлган ҳуқуқимни айтишга шошилмайман. Бунинг ўрнига ўша инсон билан қанчадир вақтни бирга ўтказаман ва Худо ўша инсонни “Сизни энди англаяпман”, деган фикрга олиб келишидан ҳайратланаман.

Севги кўплаб гуноҳларни ювади ва заифликларни ёпиб кетади. Эфесликлар 4:2 да Павлус буни “меҳр-муҳаббат билан бир-бирига нисбатан сабр-тоқатли бўлиш”, деб атайди. Бошқа инсоннинг фойдаси учун сиз тил топишга ҳаракат қилишингиз керак. Буни ахлоқий масалаларга эмас, балки индивидуал хусусиятга алоқадор эканига эътибор беринг. Ўзаро муносабатнинг бу жиҳатида севги – амалдаги меҳр-шафқат эканини билдиради.

Фаол қарорлар

Мен ҳозиргина юқорида айтиб ўтган хатти-ҳаракат шакллари устида ишлаш билан бир қаторда, зиддиятларни бартараф қилишда ёрдам берадиган муайян ҳаракатлар мавжуд.

Ўрганишни икки нарсадан бошланг.

Биринчидан, Каломга қаранг, сиз дуч келган вазиятга ўхшаш ҳолатларни изланг. Мен кўпинча, ўзим дуч келган вазиятларга мос ҳолатларни топганман.

Иккинчидан, иккинчи одамга ва мазкур ҳолатга тегишли далилларни изланг. Мен Ҳикматлар 18:13 да ёзилган: “Охиригача тингламай жавоб берган аҳмоқдир, у шарманда бўлади”, деган оятга тўлиқ қўшиламан. Кўп зиддиятлар тушуниб етмаслик ҳамда айтилган гапни нотўғри талқин қилиш сабабли юзага келади.

Анча вақт олдин Дотти бир яқин дугонасини меҳмонга таклиф қилди. Дугонаси эса фарзандларимизнинг биттаси ҳақида нимадир деди. Дотти унинг гапларини ҳукм қилиш, деб тушунди. У бу гапдан ҳайратга тушди ва узр сўраб, ётоқхонага кириб кетди. Кейинроқ, ўша ҳафтанинг ўзида Дотти қарама қаршилиқ ҳақида маъруза қилишига тўғри келди. Маърузага тайёргарлик кўриш жараёнида ўз эътиқодларини амалда қўллаши ҳамда ўша аёл билан гаплашиб олиши кераклигини англади. Бу осон эмасди, чунки Дотти муносабатлардаги ноқулайликларни ёқтирмасди. Лекин бу муаммо ҳал бўлмагунича дўстлик муносабатлари тикланмас эди. Суҳбат чоғида Дотти дугонасининг сўзларини нотўғри тушунганини англаб етди ва оддий далиллар билан муаммо жуда тез ҳал бўлди.

Ибодат - хатти-ҳаракатнинг яна бир усулидир. Аввалига донолик сўраб ибодат қилинг. Ёқуб бизга шундай ваъда бермоқда: “Агар бирортангизга донолик етишмаса, Худодан сўранг, У беради. Чунки сўраганларнинг ҳаммасига Худо сахийлик билан, беминнат беради” (Ёқуб 1:5). Бироқ донолик ва билимни адаштирманг. Донолик бизга ўз билимларимизни тўғри ишлатишимизга ёрдам беради.

Аниқ бир инсон учун, унинг исмини айтиб ибодат қилинг. Ўша инсонга бўлган муносабатингизни Худо ўзгартиради ва муаммони яхши йўл билан бартараф қилишингизга ёрдам беради. “Бир-бирингиз учун ибодат қилинг” – бу оятлар Ёқубнинг яхши маслаҳатларидан биридир.

Ибодат имон билан қилиниши лозим. Ёқуб 1:6 – оятда қуйидагиларни ўқиймиз: “Шу боис умидингизни фақатгина Худога боғлаб, имон билан сўранг, иккиланманг”. Кўпинча, менинг ибодатим тахминан шундай бўлади: “Ота, инсоний нуқтаи назардан бу зиддиятни қандай бартараф қилиш мумкинлигини билмайман, лекин муносабатни узиб қўйиш – Сенга нисбатан тўғри эмаслигини биламан. Шунинг учун, бу зиддиятни бартараф этиш учун мени, Ўз Каломингни ва бошқа инсонларни ишлатишингга ишонаман”.

Ниҳоят, бошқа одамнинг муваффақияти учун ибодат қилинг. Бутрус бизга шундай эслатади: “Ёмонликка ёмонлик, ҳақоратга ҳақорат билан жавоб қайтарманглар, аксинча, ҳаммани дуо қилинглар” (1 Бутрус 3:9).

Учинчидан, оқилона маслаҳат сўранглар. Бу борада Ҳикматлар 12:15 – оятда эслатилган: “Нодон ўз йўлини тўғри деб ўйлайди, доно эса маслаҳатга қулоқ солади”. Бироқ, маслаҳат кидирганда ҳушёр бўлинглар. Одатда, зиддиятли вазиятларда ҳис-туйғуларимиз жунбушга келади ва бизни ўз камчиликларимизни кўришга ҳамда зиддиятдаги ролимизни баҳолашга ҳалақит беради.

Бу огоҳлантириш ўзимнинг шахсий тажрибамга асосланган. Афсуски, менинг сўзларимни маъқуллашига ва мени қўллаб-қувватлашига ишонадиган, ўзим билган инсонлардан маслаҳат олишга мойилман. Шунинг учун, ҳолиб чиқиш учун эмас, балки зиддиятни бартараф қилиш учун маслаҳат сўрашим кераклигини ёдда сақлашим керак.

Аввал ҳис-туйғуларни жиловлаб олиш – амалга оширилиши лозим бўлган энг муҳим қадамлардан биридир. Эфесликларга мактубнинг 4:26 ояти бизга шундай кўрсатма беради: “Қуёш ботгунча жаҳлдан тушинглар”. Бу оят ғазабланишни таъқиқламайди, аксинча, унинг сабабларини дарҳол тушунишга ундайди. Агар сиз ўз ғазабингизни бошқара олмасангиз, у сизни бошқаради. Бартараф этилмаган ғазаб ва хафагарчилик ҳислари сизнинг тасаввурингизга таъсир қилади ва вақт ўтиши билан далиллар тобора бузилиб, ғазаб ҳисси кучаяди. Агар туйғуларингизни дарҳол жиловламасангиз, сиздан фойдаланиши учун шайтонга яхши имконият берган бўласиз.

Покликни сақланг

Яқинда эшитган хабар мени қаттиқ хавотирга солди. Хабарга кўра, юқори лавозимда хизмат қиладиган кўплаб масихийлар турмуш ўртоқларига хиёнат қилишган ёки ажралишган эди. Бу хавотирли хабарни яқин дўстимга ва Доттига айтдим. Ўзаро соғлом муносабатни сақлаб қолиш учун биз нима қилганимиз ҳақидаги суҳбатимиз давомида Дотти қизиқ мавзунини ўртага ташлади. У биргаликдаги турмушимиз давомида зиддиятга дуч келганимизда бирон марта ҳам бу муаммони ҳал қилмай туриб уйдан чиқмаганимни таъкидлади.

Шундай ҳолатлар бўлганки, мен машинага бориб, кейин ундан узр сўраш учун ортга қайтганман, яна бир марта қорда уч даҳа йўл юриб, яна уйга қайтиб келганман. Кейин Дотти шундай деган, менимча бунинг аҳамияти катта: “Муносабатларимиз яхши бўлганда уч ойга кетсангиз ҳам майли, бунга сабр қиламан. Лекин муносабатларимиздаги муаммони ҳал қилмасдан кетганингизда, мен бунга тоқат қила олмасдим. У ҳолда ғазаб ва хафагарчиликлар кучайган ҳамда туфлининг ичига кириб қолган тошдек, мунтазам азоб берган бўларди”.

Менимча, зиддиятни бартараф қилмай туриб, ишга кетиш яхши эмас. Рафиқам иккимиз бу қоидага қатъий амал қиламиз. Қолаверса, ҳал қилиш керак бўлган қандайдир муаммо бўлса, уйқуга ётишдан аввал уни ҳал қилишга ҳаракат қиламиз.

Яқинда рафиқам ҳақида аввал мен билмаган бир нарсани билдим. Сочим тўкила бошлади, шунинг учун соч учун махсус суюқликдан фойдаландим. Бир куни тонгда иккимиз ҳам ювиниш хонасида турганимизда, мен сув пуркагични олиб, сочимга махсус суюқлик сепа бошладим. Дотти менга: “Азизим, бундай қилманг”, деди. Маълум бўлдики, ўн тўрт йиллик турмушимиз давомида биз бирон марта ҳам соч учун махсус суюқлик ҳақида гаплашмаган эканмиз ва рафиқам бундай нарсаларни нафақат ёқтирмаслигини, балки ҳеч кимга уйда улардан фойдаланишга рухсат бермаслигини билмаган эканман.

Шунинг учун, нарироқ кетсам, тўғри бўлади деб ўйлаб, нарироққа бориб, сув пуркагични ишлатишда давом этдим. Шунда рафиқам: “Сизга айтдим-ку, бу менга ёқмайди, деб” деди. Жаҳлим чиқиб, четга ўтдим ва сув пуркагичнинг симини қаттиқ тордим ва ўқдек уйдан чиқиб кетдим. Симни қаттиқ тортганимда рафиқамнинг қимматбаҳо атири ерга тушиб синди.

Нонушта қилиш учун ресторанга бораётганимда ўзимни қанчалик номуносиб тутганимни англаб етдим ва Худодан кечирим сўрадим. Ресторанга етиб боришим билан телефонга ёпишдим. Уйдаги телефон жиринглаганида, Дотти ўғлимга қараб, “Тўшакни ол. Бу даданг” дебди. Биз бўлиб ўтган ҳодасини муҳокама қилдик ва қилган ишимиз учун бир-биримизни кечирдик.

Зиддиятни бартараф қилишни бошлашдан аввал ўз туйғуларингизни жиловлашингиз керак бўлса ҳам бу зиддият баъзан ўзини тўлиқ намоён

қилишига имкон беришингиз кераклигини тушундингиз, деб ўйлайман. Ғазаб ҳамда хафагарчилик тарқаша учун бироз вақт керак бўлиши мумкин ва сиз ўз туйғуларингизга берилмасдан зиддиятни бартараф эта оласиз.

Бир куни Колорадо штатидаги жамоат чўпонидан матуб олдим, унда менинг маърузамни бекор қилиш ҳақида гаплашиб олиш учун чўпон мени чақираётгани ёзилган эди. У жамоат оқсоқоллари ҳамда хизматчилари билан маслаҳатлашиб, мени жуда қиммат ҳақ сўраяпти, деб ўйлашган. Шунинг учун уларнинг жамоатида маъруза қилмаслигимни сўрашган эди. Уларга жавоб ёзганимча тўрт ҳафта ўтди. Хафагарчилигим ҳамда ташвишларим тарқалиши, қолаверса, жамоат хизматчилари ҳам ўзларини босиб олишлари учун ҳам вақт керак эди. Уларга ёзган жавобим қирқ саҳифадан иборат эди ва уларни саккиз нусхада хизматчилар учун белгиланган тезкор почта орқали жўнатдим.

Орадан кўп ўтмай, мен ўша чўпоннинг олдига бордим. Унинг менга айтган биринчи гапи “Қачондир мени кечира оласизми?” деган савол бўлди. Кейин менинг мактубим уларнинг хизмат йўналишига катта таъсир қилганини айтиб берди, чунки бир неча йиллар давомида улар одамларга ёмон муносабатда бўлаётганликларини англаб етган эдилар. Агар мен уларга ўша заҳотиёқ, яъни ҳисларим жунбушга келган пайтда жавоб ёзганимда, Масиҳнинг Танаси бўлмиш жамоатнинг шифо топиши ҳамда гуллаб-яшнашидек қувончдан бебаҳра қолган бўлар эдик.

Ҳикматлар китобининг 15 боб 23 оятида “Ўз вақтида айтилган сўз қанчалик яхши!”, деган гапни эсланг. Шу бобдаги 28 – оят ҳам менга ёқади: “Солиҳ ўйлаб жавоб беради, фосикнинг оғзидан эса ёмонлик чиқаверади”. Шифокоримнинг айтишича, менда ошқозон яраси йўқлигининг сабаби – кўп қулишим ва нимани ўйласам, ўшани гапиришим экан. Мен унисини ҳам бунисини ҳам қиламан, лекин одамларга ўз фикримни айтишда қулай фурсатни танлашга, тўғри бажаришга ва хотиржам бўлишга ҳаракат қиламан.

Салбий жиҳатларингизни текширинг

Зиддиятли вазиятда ҳар доим яхши томонга эътибор бериш лозим. Дикқатингизни зиддиятнинг ижобий томонига қаратинг. Филиппиликлар 4:8 ояти бизга шундай ўргатади: “Энди эса, эй биродарларим, фикр-зикрингиз ҳақиқий, шарафли, тўғри, пок, ёқимли, таҳсинга сазовор нарсаларда бўлсин. Ҳа, олқишга лойиқ, аъло нарсалар ҳақида фикр юритинглар”.

Қуйидаги саволларни диққат билан ўйлаб кўринг:

1. Кўп вақтингиз нимага сарфланади: одамларни танқид қилишгами ёки уларнинг яхши томонини ўрганишгами?
2. Бошқаларни уларнинг кўзлари учун ҳукм қиласизми?
3. Бошқаларни ўзингиз ҳам мос келмайдиган талаблар бўйича баҳолайсизми?

4. Уларни осонроқ қабул қилишингиз учун одамлар сизнинг талабингизга мос келиши керакми?

Бу саволларга берган жавобингиз зиддиятни бартараф қилиш вақтида ўзингизни қандай тутишингиз ҳақида кўп нарсалар ошкор қилади.

Ҳаётимда мен қандай бўлсам, шундайлигимча қабул қиладиган инсонлар бор. Улар мени янада яхшироқ бўлишга даъват қилгани билан агар мен ҳеч қачон яхшироқ бўлолмасам ҳам уларнинг менга бўлган муҳаббати камаймайди. Улар салбий томонларимга эмас, ижобий томонларимга қарашади. Эҳтимол, сиз ижобий томонни кўра олишингиз учун янада кўпроқ ҳаракат қилишингиз керак бўлар, айниқса, зиддиятли вазиятларда.

Муқаддас Рух ҳаётингизни бошқараётганига ишонинг – бу менинг энг сўнгги, лекин энг муҳим маслаҳатим. Агар сиз Муқаддас Рухга тўлмаган бўлсангиз, буни амалда қўллаш имконсиз бўлмаса ҳам, жуда қийин бўлади. У – ўрганганларингизни аста-секин ҳаётда тадбиқ қилишингиз учун куч берувчи манба бўлиб, сизни ҳали ўрганишингиз лозим бўлган янги очиқликлар сари етаклайди.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Муносабатни узишдан кўра, зиддиятни бартараф қилиш нима учун яхшироқ?
- Зиддиятларга нисбатан салбий ҳаракатлар қайсилар?
- Зиддиятни бартараф қилишда ёрдам бериш учун қандай одоб-ахлоқ шакллари ривожлантириш керак?
- Зиддиятни бартараф қилиш учун қандай ҳаракатларни амалга оширишингиз мумкин?

7. КЕЧИРИШНИ ЎРГАНИНГ

Яқинда Гавайида басавлат бир олийжаноб инсон ва унинг рафиқаси билан танишдим. Биз анча суҳбатлашдик ва мен ундан нима иш қилиши ҳақида сўрадим. У бир ташкилотда кадрлар малакасини ошириш ва муаммоли масалаларни ҳал қилиш бўйича маслаҳатчи бўлиб ишларкан. Ундан қайси муаммоларга энг кўп дуч келишини сўраганимда, ўйлаб ҳам ўтирмай “Зиддият” деб жавоб берди.

Кейин мен унга бошқа савол бердим: “Зиддиятларни бартараф қилишда сиз учун қайси усул “биринчи ўринда” туради?” У кўзларини ҳам пирпиратмасдан “Кечириш” деб жавоб берди. У дуч келадиган энг катта қийинчилик одамларни хафагарчилик туйғуларидан воз кечишга, кечирим

бериш ва кечиримни қабул қилишга ишонтириш экан. Масиҳий бўлмаган бу инсон кечиримнинг яраштириш қудратини яхши англаб эди.

Билли Грэм хизмат сафари билан Гонолулуга борганида, унинг маърузаларини эшитиш ва газетага ҳисобот ёзишлари учун йигирмата руҳшунос унинг ҳузурига келишган эди. Уларнинг бари ўз ҳисоботларида бир нарсани таъкидлашган: доктор Грэм одамларни тавба қилишга ва Худонинг кечиримини қабул қилишга даъват қилганида, унинг даъватлари руҳий жиҳатдан тўғри эди.

Биз кечиримга муҳтожмиз. Тенесси штатининг Ноксвилл шаҳридаги руҳий касалликлар шифохонаси раҳбарининг айтишича, беморларнинг 50 % агар улар кечирилганликларини англаб етганларида ва бунга ишонганларида, бемалол уйларига кетишлари мумкин эди.

Биз йиғилиб қолган хафагарчиликлар, норозиликлар, қайғу ҳамда парчаланган юраклар билан тўлиб-тошган оламда яшамоқдамиз. Агар биз буларга эътибор бермасак ва уларни бартараф қилмасак, бу муаммолар Масиҳнинг Танаси бўлган жамоатнинг бирлигига таъсир кўрсатади, муносабатларни бузади, Муқаддас Рухнинг инсонлар ҳаётига таъсирини камайтиради ва уларни оиладан ажратиб, талабалик ҳаракатларига айлантириб кўяди. Биз кечиримга муҳтожмиз!

Яқин муносабатлар учун малҳам

Кечирим – яқин муносабатлар учун малҳамдир. У зиддиятларни камайтиради ва одамларни бир-бирига яқинлаштиради. Агар сиз кимнидир кечиритишга қодир, деб ҳисобламасангиз, ҳеч қачон унга нисбатан очиқ ва самимий бўла олмайсиз.

Кечирмайдиган инсон узоқ давом этадиган яқин муносабат яратишга қодир эмас. Сизнинг қанчалик ақлли ёки тажрибали эканингизнинг аҳамияти йўқ: агар кечира олмасангиз, яқин муносабат ярата олмайсиз – улар унутилмаган зиддиятлар туфайли барбод бўлади, чунки бу зиддиятлар бартараф қилинмаган.

Бундан ташқари, агар сиз кечира олмасангиз, ёлғиз қолишингиз аниқ, чунки одамлар сизнинг ҳузурингизда очиқ бўлишга кўрқишади. Ўз атрофингизни баланд девор билан ўраб оласиз. Кечиримсиз дўстлик узоққа бормайди. Дўстлик мустаҳкамланиши ва ривожланиши учун дўстингиз кўз олдида қайта-қайта қоқилишингиз ҳамда аввалгидек севимли инсон бўлиб қолишга ва бутунлай кечирилишга ишонч ҳосил бўлиши керак.

Оилада кечирмайдиган турмуш ўртоқ муносабатлардаги, айниқса мулоқотдаги яқинликни барбод қилади. Унинг жуфти мунтазам равишда уни хафа қилиб қўйишдан чўчиб яшайди, шунинг учун у кечирмайдиган умр йўлдоши унинг ҳимоясизлигидан фойдаланишидан кўрқиб, самимий мулоқот

килишга ҳаракат қилмайди. Оқибатда эса, бундай муносабатларда хафагарчилик ва норозиликлар ҳукмрон бўлади.

Бошқа томондан, эр-хотинлик муносабатларида мунтазам равишда қўлланиб келинадиган кечирим янада яқинликка олиб келади, чунки бу очик мулоқотга сабаб бўлади. Агар камчиликларингизга қарамасдан кимдир сизни севса ва уни хафа қилганингиздан кейин ҳам сизни қабул қилса, сиз ўша инсонга янада кўпроқ севги билан жавоб қайтаришдан бошқа чорангиз қолмайди.

Кечирим – катталаштирувчи ойна

Кечирим ҳамда кейинги ҳаракатлар борасидаги қарашларингиз зиддиятни қандай бартараф қилишингизни белгилайди. Ўзингиздан сўранг:

1. Кечирим талаб қиладиган ҳар бир вазиятда муносабатларимизни мустаҳкамлаш ҳамда ўз феъл-атворимни яхшилаш учун имконият кўраманми?
2. Мени хафа қилган инсоннинг эҳтиёжлари мени қизиқтирадими ва мен уни тушунишга ҳаракат қиляпманми?
3. Мени хафа қилган инсонга нисбатан Худо адолатли йўл тутишини, агар жазолаш керак бўлса, қасос олиш менинг ишим эмаслигини тушунаманми?
4. Мен билан содир бўлаётган ҳодисалар учун Худога шукр айтаманми ва шу орқали Унинг севгиси ва раҳм-шафқати менда униб-ўсишига имкон берайпманми?

Муносабатлар ва никоҳ камдан-кам ҳолларда биргина сабаб билан барбод бўлади. Ҳар қандай портлаш – одатда бартараф қилинмасдан тўпланиб қолган ва кечирилмаган зиддиятларнинг сўнггиси бўлади.

Доктор Тим Лахэйи шундай ёзади:

“Қайси биримиз ёмон кайфият, асабийлашиш, рад қилиниш ҳамда танқидий қарашларга дуч келмаймиз? Умуман олганда, бундай нарсалар масиҳий оилаларда бўлмаслиги лозим, бироқ улар мавжуд. Кундалик турмушларида кўплаб “шикоятлари” бўлмаган жуфтлик йўқ. Бироқ, кўпгина бундай жуфтликлар муносабатларидаги муҳаббатдан, ҳамжиҳатликдан ва тинчликдан завқ олаётганини кўраемиз. Бунинг сири кечиримда”.

Ҳақиқатга тик қарайлик – Каломда кечирим ҳақида иккиланиб айтилмаган. Бизга кечириб буюрилган. Марк 11:25 – оятда Исо айтганки, ибодат қилган пайтимизда бизга қарши бўлганларни кечириб беришимиз керак. Матто 6:14, 15 – оятлардаги “Бизнинг Осмондаги Отамиз”дан кейин, У шундай деган: “Агар сизларга ёмонлик қилганларни кечирсангизлар, осмондаги Отангиз ҳам сизларни кечиради. Борди-ю, сизлар бошқаларнинг гуноҳларини кечирмасангизлар, Отангиз ҳам сизларни кечирмайди”.

Бир қарашда, бизнинг кечирилишимиз Масихда намоён бўлган Худонинг иноятига эмас, балки бошқаларни кечиришимизга асосолангандек кўринади. Лекин бу Масихнинг бошқа таълимотларига зид келади. Бироқ, Исо бу ерда айтмоқдаки, агар бизни хафа қилган одамни кечиришдан бош тортсак, бизнинг ҳар қандай икромларимиз ҳамда ўзимизнинг қилган гуноҳларимиз учун қилган тавбаларимиз самимий эмаслигини ва аслида У бизга таклиф қилган кечиримни олмаганимизни Худо яхши билади.

Ричард Тушкунлик шундай ёзади: “Ўз гуноҳининг асосини тан олган ва Худонинг кечирим иноятини ўз бошидан ўтказган киши бошқаларга ҳам кечирим бера олади”. Худди Худонинг севгиси ва меҳр-шафқати бизни тавба қилишган ундаганидек, кечирим орқали бошқаларга нисбатан намоён бўладиган севгимиз ва меҳр-шафқатимиз ҳам уларни тавба қилишга ундаши мумкинми?

Бизнинг кечирим ўлчовимиз Масихнинг кечиримидек – мутлақ ва дарҳол бўлиши лозим. Бироқ, кўпчилигимиз У кечирган инсонларни кечиришни орзу ҳам қила олмаймиз. Луқа Хушхабарининг 7-бобида Исо гуноҳкор аёлни кечиргани ҳақида ўқиймиз; Юҳанно Хушхабарининг 8-бобида Исо фоҳиша аёлни кечирган; У ҳатто Уни хочга михлаганларни ҳам кечирган! Сиз билан биз ўша заҳотиёқ бошқалардан юз ўтириб кетадиган ёки уларни шарманда қиладиган вазиятларда ҳам Исо уларни кечирган.

Кечирим нима ўзи?

Кечиримни қандай аниқлаш мумкин? Мен бир нечта усуллари билан ва ҳеч бўлмаганда биттаси сизга мос келишига ишонаман.

1. Қарзларни бекор қилиш, ўчириб ташлаш; хафагарчиликлардан воз кечиш; ёзувларни ўчириш, қарзлардан кечиш, жазони бекор қилиш; ярашишни ўз қўлига олиш; сизни хафа қилган инсонга нисбатан барча шикоятлардан ҳамда бу хафагарчиликнинг ҳиссий оқибатларидан воз кечиш. Бу нарса шунчаки “сени кечирдим” деб айтиш эмас, балки хафагарчиликнинг ҳиссий оқибатларидан ҳам воз кечишдир. Бу нарса хафагарчиликни ичингизда сақлашни қанчалик яхши кўришингиздан қатъий назар, ҳар қандай хафагарчилик ҳисларидан воз кечишдир.

Кечириш – ҳаракат бўлиб, қўл қовуштириб, бошқа одамнинг тавба қилишини кутиб ўтиришимизга йўл қўймайди. Биз гуноҳкор пайтимизда Исо бизларнинг барчамиз учун қурбон бўлгани каби, кечирим – муносабатларнинг тикланиши йўлида қўйилган илк қадам ҳисобланади.

2. Воз кечиш ёки бериш. Агар кимдир сизнинг ҳуқуқларингизни поймол қилса, кечириш – ундан қасос олиш истаги қанчалик тўғри бўлса ҳам, унга нисбатан кескин муносабатда бўлиш ҳамда ўч олиш имтиёзидан воз кечишни билдиради. Кечириш - меҳр-шафқат кўрсатиш, адолат талаб қилмаслик, яъни жамият бизга ўргатганларига қарши ҳаракат қилиш демакдир.

Биз гуноҳ қилган пайтимизда Худо ҳар гал ҳисоб-китобни талаб қилганда нима бўларди? Ҳаммамиз аллақачон йўқ бўлиб кетган бўлардик. Мен ўз ибодатларимда ўзаро муносабатларимизда адолатли бўлишини ҳеч қачон сўрамаганман. Ҳар доим Унинг меҳр-шафқатини сўраганман. Бир неча йиллар олдин ўз муаммоларимни англаб етдим, яъни мен Худодан меҳр-шафқат сўраб эканман-у, лекин бошқа инсонлар билан муносабатларим учун адолат талаб қилган эканман.

Дунё бизга нафратни ўргатади, Худо эса севишни. Дунё бизга қасос олишимиз кераклигини айтади, Худо эса кечиришимиз кераклигини. Нима учун? Чунки кечиримимизнинг асоси – Исо Масиҳнинг барчамиз учун хочда амалга оширган ишидир. Колосаликларга ёзган мактубида Павлус шундай деган: “Ўз Ўғли орқали бизни кечириб, гуноҳларимиздан озод қилди” (1:14). Бу ҳақда Ибронийлар 10:10-12-оятларда батафсилроқ берилган: “Масиҳ Худонинг хоҳишини бажариб, Ўз танасини биз учун қурбон қилди. Бу ягона қурбонлиги орқали бизни гуноҳдан поклади. Руҳонийлар ҳар куни Худога хизмат қиладилар. Бир хил қурбонликларни қайта-қайта келтирадилар. Аммо бу қурбонликлар ҳеч қачон гуноҳни юва олмайди. Масиҳ эса гуноҳларни абадий ювиб ташлайдиган ягона қурбонликни келтириб, Худонинг ўнг томнонида ўтирди”. У бизни бутунлай кечириш учун бир марта қурбонлик келтирди.

Бизнинг кечирилишимиз асоси 1Бутрус 1:18, 19 оятларида берилган: “Зотан, сизлар ота-боболарингиздан ўрганган бемаъни турмуш тарзингиздан қумуш ёки олтинга ўхшаш ўткинчи нарсалар эвазига эмас, балки Масиҳнинг қимматбаҳо қони эвазига қутулгансизлар. Ахир, Масиҳ Худонинг бенуқсон қурбонлик Қўзисидир”. Худо бизни кечиришининг асоси биз қилган қандайдир ишлар эмас, балки Исо Масиҳ ҳамда Унинг биз учун хочда қилган ишидир. Бу – бошқаларни кечиришда биз учун намунадир.

Мен ҳамми?

Худо кечиримининг чинакам инқилобий лаҳзаси ҳамда бизнинг кечиримимизнинг қандай бўлиши – Унинг кечиримининг қамрови ҳисобланади. Забур 102:12-оятида айтилганидек, “Шарқ ғарбдан қанчалик узоқ бўлса”, У бизнинг гуноҳларимизни шунчалик узоқлаштирди. Шимол билан жанубнинг оралиқ масофасини ўлчаш мумкин, бироқ шарқ билан ғарбнинг оралиқ масофасини ўлчаб бўлмайди.

Бу ибора аниқ абадийлик ҳақида айтилган. Худонинг кечирими абадий давом этади.

Зиддиятларни шахслараро даражада бартараф этиш Худо билан муносабатларингиздаги зиддиятларни ҳал қилишдан, Унинг кечиримини олишдан бошланади. Лекин узоқ йиллар давомида мен бу нарса ўзимни кечиришимни ҳам ўз ичига олишини англаб етмаганман. Худо мени Исо Масиҳ қилган иши тугайли кечиришини билардим, лекин мен буни бас қилиб, ўзимни

кечира олишим учун керакли ишларни қилишим керак эди. Ўзимни кечиришим қилган ишимга эмас, балки Масих мен учун хочда қилган ишига боғлиқ экани жуда узоқ вақт хаёлимга келмаган. Масихийлар ўзларини кечиришлари лозим, масихий инсон ҳар гал ўзини кечирмаганида, Худога нисбатан ҳурматсизлик қилган бўлади.

Мен узоқ йиллар кўплаб масихийлар томонидан қабул қилинган қоидалар бўйича яшаганман. Бурча гуноҳларимни Худо олдида тан олганман, Унинг кечиримини қабул қилганман ва ўзимни айблай бошлаганман. Бундай қилиш билан Исо Масихнинг хочдаги ўлими барча гуноҳларимни ювиш учун етарли бўлмаганини кўрсатганман.

Тушуняпсизми, ҳаётимиздаги ҳақиқий муаммо қанчалик кўп ёки кам қоқилишимизда эмас, балки гуноҳ қилган пайтимизда ўзимизни қандай тутишимизда. Мисол учун, бир марта мен яшайдиган кичкинагина шаҳарчадаги ресторанда бир неча киши йиғилиб, суҳбатлашиб ўтирдик. Шунда мен айтишим лозим бўлмаган гапни айтиб юбордим, чунки бир танишим дўстларимдан бирини хафа қилган эди. Ўша пайтда менинг танбеҳим нимани англатиши тушунмаганман, аммо бу мени оқламайди.

Уй томон ярим йўлда

Бу муаммони англамаган ҳолда, тушликдан кейин дўстларим билан ҳайрлашиб, уйга йўл олдим. Ва бирдан... Бутун умрим мобайнида Муқаддас Руҳ мени бунчалик айбламаган эди. Тушлик пайтида айтган гапим нотўғри экани мени ларзага солди. Ўша заҳоти Худонинг олдида буни тан олдим, бироқ уйга кетолмасдим. Ортга қайтишим ва дўстларим олдида гуноҳимни тан олишим кераклигини англаб етдим.

Шундай қилиб, ортга қайтдим. Уни топиб, шундай дедим: “Сенга айтган гапларим нотўғри эди, сени хафа қилиб қўйганимни ва бунинг гуноҳ эканини биламан. Буни Худо олдида тан олдим ва сендан кечирим сўраш учун қайтиб келдим. Мени кечира оласанми?”.

У эса мени ҳайратга солиб, “Йўқ!”, деб жавоб берди.

Уни нотўғри тушундим, деб ўйлаб, яна бир бор узр сўрадим.

“Сен ҳеч қачон бундай демаслигинг керак эди”, деди у.

Албатта, агар буни англаб етмаганимда, ресторанга қайтиб келмаган бўлардим! Шунинг учун унга яна бир тушунтиришга ҳаракат қилдим, у эса: “Сендай инсон ҳеч қачон бундай сўзларни айтмаслиги керак эди”, деди. (Менга ҳар доим “Сендай инсон...” дейишади, ахир мен ҳам ҳамма қатори инсонман-ку).

Бундан ташқари, мени кечирмаган бошқа инсонлар ҳам борлигини биламан, лекин улар ҳеч қачон буни очикчасига айтишмаган. Улар: “Сени кечирдим” дейишгани билан, ҳозиргача менга қарши тиш қайраб юришибди.

Лекин бу одам кўзимга тик қараб туриб, “Сени кечирмайман” деб айтган биринчи инсон эди.

Бунга қандай жавоб қайтаришим керак? Нима дейишни ҳам билмасдим, бунга ҳатто изох ҳам топа олмасдим. Машинага ўтириб, ўзимни жирканч ҳис қилган ҳолда уйга кетдим. Ўзим ҳақимда шундай куйлай бошладим: “Қандай қилиб сен, Campus Crusade For Christ аъзоси бундай дейишинг мумкин? Ўзингни ким деб ўйлаяпсан? Худо сени қандай ишлатиши мумкин?” Мен йўл-йўлакай “Ҳолимга вой!” деб номланадиган бир мадҳияни тўқидимки, буни барчамиз жамоатда куйлашимиз ҳам мумкин эди. Уйга кетарканман ўзимга шундай деб такрорлар эдим: “Худо сени ишлата олмайди!”

Кейин бирданига нима бўлаётганини англадим. Ўзимга шундай дедим: “Ҳозироқ бас қилгинчи! (мен ҳар доим ўзим билан гаплашаман). Сенда танлаш ҳуқуқи бор. Исо ва хочдан юз ўгириб, ўзингга ачиниб юришинг ёки қилган хатоингни очиқчасига тан олиб, Худо ҳамда ўзинг хафа қилган инсон олдида буни эътироф этишинг (мен буни қилдим) ва қилган ишингдан сабоқ олиб, бу ишни такрорламасдан яшашда давом этишинг мумкин”.

Қилган қарорим ўша пайтдаёқ, ўша жойнинг ўзидаёқ ўз таъсирини кўрсатди, деб айтишни истардим, лекин ундай бўлмади. Бир қанча вақт пушаймон бўлиб юрдим.

Нима қилганимни кўрдингизми? Ўзимни кечиришим учун ўша инсоннинг кечиримига муҳтожман, деб ўйладим. Ўша инсонга ҳаётимни ҳамда Осмондаги Отам билан муносабатимни бошқаришига йўл қўйдим.

Ниҳоят, тахминан ярим соатлик кечирилмаслик туйғусидан сўнг, “Жош, бу тентаклик! Буни ўзинг яхши биласан!”, дедим. Шу пайт ўз-ўзимни кечиришимнинг асоси – Исо Масиҳнинг хочдаги ўлими эканини тушуниб етдим. Кейин ҳаммасини Худонинг олдида яна бир бор тан олиб, қўшиб қўйдим: “Ҳа Жош, мен сени кечираман”. Ана шундан кейин “ҳамду-сано” айтиб, яна имон билан яшашни бошладим.

Хуллас, менинг ички қувончим ўша биродарнинг тинчлигига жиддий таъсир кўрсатган эди. Бу ҳолат тахминан бир йилча давом этди. Бу вақт мобайнида унга ўз муҳаббатимни кўрсатиш учун қўлимдан келган барча ишларни қилдим, аввал ҳеч қачон бундай қилмаганман. Бир куни вазиятни тарозига солиб, Доттига шундай дедим: “Биласанми, муносабатимиз яхшиланди. Тўғрироғи, аввалгидан ҳам яхшироқ” дедим. Ва шундай бўлди. Бир куни аэропортга бориш учун шаҳардан чиқиб кетаётганимда, ўша биродар дўкондан чопиб чиқиб, мени тўхтатди. Биз йўлнинг ўртасида турардик... ва бизни машина уриб кетишига оз қолди.

Кўп бор самолётда учишимга тўғри келгани учун самолёт учишидан бир неча дақиқа олдин кун давомида бўлган ҳодисаларни ва Худо нималар қилганини ўйлаб олишни одат қилганман. Лекин бу гал агар ўз-ўзимни

кечиришга ва имон билан яшашда давом этишга қарор қилмаганимда, бу муносабат ҳеч қачон тикланмаслиги мумкинлигини ўйлаб, совуқ терга ботдим.

Ўйлаб кўринг. Бугунги кунда жуда кўплаб муносабатлар қайта тикланмаяпти, чунки имонлилар ўзлари кечиришни истамаяптилар. Агар сиз ўзингизни кечирмасангиз, муносабатлардаги узоқ давом этадиган зиддиятларга дуч келасиз. Исонинг хочдаги ўлими ўз-ўзимизни кечиришимизни ҳам билдиради. Бутун диққатимизни ўзимизнинг қилган ишларимизга эмас, балки Унинг қилган ишларига қаратишимиз лозим.

Кечирим бошқа инсонларга ҳам тегишли. “Ер сайёрасининг озод қилиниши” китобида Хэл Линдси шундай ёзган: “Агар Худо бизнинг барча гуноҳларимизни кечирган бўлса, ўзимиздаги ёки бошқа одамлардаги гуноҳга бизнинг муносабатимиз қандай бўлиш керак? Ўз-ўзимни ёки мени хафа қилган одамларни кечира олмаслигим кечириш учун менинг талабим Худонинг талабидан юқори эканини кўрсатади, чунки мен кечира олмаган нарсани Худо аллақачон кечирган”. Ибронийларга 10:14-оятда Худо шундай ўргатади: “Дарвоқе, Масих биттагина қурбонлик орқали гуноҳдан поклаган одамларини то абад баркамол қилади”. Бунга ҳеч нарсани қўшимча қилиб бўлмайди.

Хоҳ ўзимизни, хоҳ бошқа бировни кечириш бўлсин, Исонинг хочдаги ўлими - ҳар қандай кечиримнинг асосидир. Бошқаларни кечиришни рад қиладиган киши аслида ўзини Худонинг кечиримидан махрум қиладиган бўлади.

Сиз бирон марта “Осмондаги Отамиз” ибодати ҳақида ўйлаб кўрганмисиз? Эркин таржимада Исо бизга шундай ибодат қилишни ўргатган: “Худойим, мен бошқаларни кечирганимдек, Сен ҳам мени кечиргин”. Мен ҳаммамиз учун намуна бўлган “Осмондаги Отамиз” ибодатини йигирма йил давомида такрорлаб келганман, лекин Худодан биз бошқаларни кечирадиган даражада бизни кечиришини сўраётганимизни англамаган эканман.

Кўприкларни ёндириб юборманг

Қуйидаги иборани онгингизга муҳрлаб олишингизни истардим: “Кечиришдан бош тортган пайтимда, бир кун келиб ўтишим учун керак бўладиган кўприкни ёкиб юборган бўламан”. Ким бўлишингиздан қатъий назар, бошқаларнинг кечиримига ўзингиз тасаввур қилгандан ҳам кўпроқ муҳтож бўласиз.

Кимни кечишингиз керак? Сизни хафа қилган, жаҳлингизни чиқарган, сизни хўрлаган ёки ҳақорат қилган ҳар қандай инсонни кечиришингиз керак. Буни ўз турмуш ўртоғингиздан бошлашингиз лозим. Хўшея пайғамбар китобидан унинг хотини фоҳиша бўлиб кетганида, уни ким ошди савдосида сотиб олиб, уйига олиб келгани ва уни кечиргани ҳақида ўқиймиз. Биз ўз жуфтимизни нафақат кечиришимиз, балки аввалги жуфтимизни ҳам кечиришимиз лозим. Қанчадан-қанча ажрашган инсонлар барбод бўлган

муносабатлардан азият чекишади ва кечиришни истамайдилар. Бундай ҳиссий азоблардан нафақат уларнинг ўзлари, балки фарзандлари ҳам қаттиқ азоб чекишади.

Фарзандларингиз сизни қаттиқ ранжитганларида ҳам уларни кечиришингиз ва бу ёқимсиз воқеани хотирангиздан ўчириб ташлашингиз керак.

Кўп одамлар жинсий зўравонлик, ажралиш, қўполлик ёки ичкиликбозлик учун отаси ёки онасидан нафратланишади. Сиз бу ота-онадан тасодиф туфайли туғилиб қолмагансиз – Худо уларни сиз учун танлаган. Вазият қанчалик ёмон бўлмасин, Худо вазиятни сиз учун яхшиликка ишлата олади, сиз эса ота-онангизни кечиришингиз керак. Бу нарса Муқаддас Каломга шунчаки мос келмайди, бунинг баҳосини ўз тажрибамдан биламан.

Оилангизнинг бошқа аъзоларини ҳам кечиришингиз керак. Менинг катта акам Уилмот ота-онамнинг арзандаси эди, лекин фермадан кетганидан кейин у ота-онамни судга бериб, уларнинг мол-мулкини 50 %ни талаб қилган. Онамни қаттиқ хафа қилгани ҳамда оиламизда ўзи юзага келтирган муаммони ҳамманинг олдида ошкор қилиб, шарманда қилгани учун бир неча йиллар уни кўришни ҳам истамаганман.

Масихий бўлганимдан кейин кўп ўтмай, Худо мени Уилмотга нисбатан нафратим учун айблай бошлади. Кейин акамга атаб кимнидир кечириш орқали рад қилишнинг ажойиб намунаси бўлган мактубни ёздим. Мактуб беш саҳифадан иборат бўлиб, 4,9 саҳифада унинг қилган нотўғри ишлари ва кечирилиши лозим бўлган ишлари рўйхати ёзилганди. Мен ҳатто кичкина ёзувни ҳам қўшиб қўйдим: “Сен онамни ўлдирдинг”, чунки шундай бўлганини билардим: отамнинг маст ҳолдаги қўполликлари ҳамда Уилмотнинг суд жараёни ўртасида онамнинг яшашдан ҳам кўнгли қолган эди.

Тўртинча саҳифанинг охирида шундай ёздим: “Мен Исо Масихни шахсан таниб билдим ва сени кечирганимни билишингни истадим”. Мактубга измо қўйиб, қўшимча киритдим: “Ортиқ сени кўришни истамайман”.

Хуллас, кимнидир кечирганда инсон қандайдир енгилликни ҳис қилади, деб ўйлагандим, бироқ мен ўзимни жуда жирканчли ҳис қилдим. Охир оқибатда, тан олишим керак, ҳаммасини барбод қилдим, деб ўйлагандим, лекин акамни бу усул билан кечирганим учун кечирим сўрашим кераклигини англаб етдим (камдан-кам одамлар шундай қилишади). Мен кўп ёзмаслик учун ёрлик сотиб олдим. Унга оддийгина қилиб, “Уилмот, мен сени кечираман ва сени яхши кўраман. Жош”, деб ёздим. Ҳаворийлар китобининг 7-бобида, Стефанни тошбўрон қилишаётганида, у “Раббим, бу гуноҳни уларга юкламагин!”, деганини ўқиймиз (60 оят). Бизга қарши гуноҳ қилганларни кечиришни ўрганишимиз керак.

Мураккаб кечиримлар

Голди Бристол 21 ёшли қизининг зўрлангани ва шафқатсизларча ўлдирилгани ҳақида терговчидан келган қисқагина телеграммадан билди. Унда шундай ёзилганди: “Қизингиз Диананинг мурдаси бизда. Уни нима қилган бўлар эдингиз?” Дафн маросимидан сўнг Худо бу оилани қотил учун ибодат қилишга илҳомлантирди. Қотил қўлга тушди ва Голди федерал қамоқхонага келишга рухсат олди. У ерда қотилнинг кўзига тик қараб: “Мен сени кечираман”, деди.

Биз ҳатто энг азиз ва суюкли инсонимизга азоб берганларни ҳам кечиришимиз лозим. Мен учун кадрли биродарларимдан бирига турмушга чиққан қизни олти ойдан кейин маст ҳайдовчи уриб кетди. Чарли ўша одамнинг олдига бориб, рафикасини ўлдиргани учун уни кечирди, мен эса ўша одамни чин юракдан кечиришим учун бор иродамни тўплашимга тўғри келди.

Баъзиларимизни бизнинг кечиримимизни олмасдан бу дунёдан ўтиб кетганларнинг қиёфаси таъқиб қилади. Биз ўтмишдаги инсонларни ҳам кечиришимиз лозим. Атрофимиздагиларни, бизни таъқиб қилаётган, қўрқитаётган, безовта қиладиган, тажовуз қиладиган ва ғазаблантирадиган инсонларни ҳам кечиришимиз керак. Ундан олдин муаммо биз қиладиган ишларда эмас, балки бошқа одамда эканлигига ишонч ҳосил қилишимиз лозим. Биз билан нотўғри муомала қилишаётганини билган заҳотимиз ҳамда бунда ким айбдор эканини аниқлаб олганимизда биз ўзимизни кечири оламиз ва Худодан уларни кечиришини сўраб ибодат қила оламиз. Бизнинг маданиятимиз “Сенинг ҳақкинг бор. Ҳуқуқингни талаб қил!”, дейди. Лекин Худо бизни ҳақ-ҳуқуқларимизни поймол қиладиганларни, қайси соҳада бўлишидан қатъий назар, уларни кечиришга чақиради. Бу эса ҳаммасини - ҳақоратдан танбеҳгача, барчасини ўз ичига олади. Қоида: “Мен ҳаммасини кечираман, фақат...” – бу ҳақиқий кечирим эмас. Кечирим Ота Худо билан бизнинг муносабатларимизга, ўзимизга ва бошқаларга тегишли. У ҳар томонлама ва абадийдир.

Дарҳол ярашинглар

Эҳтимол, сиз “Қачон кечиришим керак?”, деб сўрарсиз. Павлус Эфесликлар 4:26-оятида шундай деган: “Қуёш ботгунча жаҳлдан тушинглар”. Калом бизга ғазабланишни таъқиқламайди, аксинча, ғазабимизни жиловлашни ўргатади. Агар “жаҳл билан” уйқуга ётсангиз, жаҳл сизни бошқаради, деб ҳисоблайман. Асосан, кечирим зудлик билан берилиши, таклиф қилиниши ва қабул этилиши лозим. Хафагарчилик ва кечирим ўртасидаги вақт сизнинг Худога бўлган ишончингизни ифода қилади.

Бошқалар билан мулоқот қилганда, сиз уларни кечиришингиз ёки агар уларга ёрдам берса, марҳамат келтирса ёки далда берса, ҳар гал улардан кечирим сўрашингиз керак. Мэтр исмли бир йигит ўз дўстига маҳаллий руҳонийнинг баъзи шубҳали ҳаракатлари ҳақида айтади. Мэтр уйга келганида дўстига айтган гаплари ноўрин эканини англайди ва унга қўнғирок қилиб,

“Менинг энг катта ташвишларимдан бири Масихнинг Танаси бўлган жамоатнинг ичидан емирилишидир ва мен сенга ихтилофга олиб келадиган нарсаларни айтдим. Гапларимни эшитишга сени мажбур қилганимдан афсусдаман ва умид қиламанки, сен мени кечирасан”. Дўсти шундай жавоб берди: “Биласанми, мен ҳатто бу ҳақда ўйлаганим ҳам йўқ, лекин сен ҳақсан, бундай демаслигинг керак эди. Албатта, мен сени кечираман. Буни айтганинг учун раҳмат”.

Бироқ, дарҳол тан олиш баъзан бошқа инсон учун далда бўлмаслиги мумкин, чунки у ҳали бунга руҳан тайёр эмас. Буни ўзингизда синаб кўришингиз учун эҳтимол бир неча кун керак бўлар, шундагина бошқа инсон билан муаммони ҳал қилиш керак.

Асосий натижаларни сарҳисоб қилиш

Кечириш учун сизда учта манба мавжуд. Биринчиси – бизнинг намунамиз Исо Масих ва кечириш учун Унинг шартлари. Иккинчиси – Муқаддас Рух, кечириш учун У бизга куч беради, чунки биз ўз кучимиз билан кечира олмаймиз. Муқаддас Рухга қанчалик тўлсак, шунча кўп кечира оламиз. Учинчи манба – Худо Каломининг бошқаруви.

Кечиримни англаб етишимиз ва кундалик ҳаётимизда қўллашда ёрдам бериш учун эътиборимизни қаратишимиз лозим бўлган яна учта жиҳат бор. Биринчиси – Масихнинг кечиримини чуқур англаб етишимиз лозим. У барча гуноҳлар учун бир умрлик қурбонлик келтирди. Иккинчиси, қанчалик уринмайлик, кечирим олиш учун қўлимиздан ҳеч нима келмайди. Агар биз кечирим олишимизнинг асоси бўлган Масихга эътибор қаратсак, ўз кучимиз билан унга эриша олмаслигимизни англаймиз. Римликлар 1:17-оятда айтилишича, биз “имон орқали” юрамиз ва менимча, масихийча ҳаётни имон орқали бошлаймиз ва имон орқали яшаймиз.

Учинчи муҳим жиҳат – бизнинг кечиримга бўлган эҳтиёжимиздир. Баъзан ўз-ўзимдан ҳайратланаман. Кимдир мени хафа қилса, қачондир кимдир мени кечирганини бутунлай унутаман. Қайсар ва ўжар бўлиб қоламан ва шу темперамент билан кечиришдан кўра кўпроқ кечирим олишга муҳтож бўламан. Кечиримга бўлган эҳтиёжим ҳақида ўйлаганимда, бошқаларни кечиришим кераклигини англашим осонроқ бўлади.

Бу кечирим эмас

Кечириш – шунчаки “Кечир” дейиш эмас. Шундай қилганингизда, сиз шунчаки муаммони тан олган бўласиз, бироқ бу муаммо учун ўз жавобгарлигингизни тан олмаган бўласиз. Кечириш эса “Узр. Мени кечирасанми?” – дейишдир. Қолаверса, нима учун кечирим сўраётганини ҳам айтиш керак, деб ҳисоблайман.

Кечириш – шартсиз бўлади ва унга лойиқ бўлиш мумкин эмас. Сиз ҳеч кимдан ўзгаришини талаб қила олмайсиз. “Агар ҳаётиңгни тартибга солсанг, эҳтимол сени кечирарман”. Ҳақиқий кечирим ҳеч қандай шарт қўймайди.

Кечириш - ҳис-туйғу эмас. Мен ҳам кечиришни хоҳламаган ва фақат имонга суянишимга тўғри келган пайтларим бўлган. Бироқ, бирон марта ҳам кейинчалик ҳис-туйғу пайдо бўлмасдан, фақат имон орқали кечирилиш ҳолатини эслай олмайман. Кечириш – ирода кучи ҳисобланади.

Кечириш - ҳисоб-китоб қилмайди. Ҳар гал нимадир содир бўлганда ва сиз кечирдим, деб ўйлаганиңизда, юрагиңизга ниманидир туғиб қўя олмайсиз. Коринфликларга ёзган биринчи мактубида (13:5) Павлус бизга севги “кек сақламайди”, деб эслатган ва бу сўзлар биз бошқаларни севишимиз кераклиги ва улар билан аввалгидек муомала қилишимиз кераклигини билдиради.

Кечириш – ҳеч нарса бўлмагандек ўзини кўрсатмайди. Жуда кўп ҳолларда одамлар худди ҳеч нима бўлмагандек яшашда давом этишади ва ҳеч қандай муаммо бўлмагандек юришади. Агар бу вазиятни айнан шундай қабул қилсангиз, бу ҳол қайта содир бўлганда ажабланманг.

Кечириш – бефарқлик эмас. Агар сиз вазиятга “ҳечқиси йўқ” деган нуқтаи назар билан қарасангиз, бартараф қилиш зарур бўлган зиддиятни инкор қилган бўласиз. Бу эса юзаки бефарқлик бўлади.

Кечириш – ноҳақликка кўнмайди. Кечириш орқали ҳақорат қилинишга йўл қўйишиңиз – ноҳақликка тоқат қилишиңизни англатмайди.

Кечирим бериш – шунчаки “Кел, бунини унутамиз” дейиш эмас. Сиз бунини унутолмайсиз. Бу эса кўп ўтмай хафагарчилик ҳамда норозилик манбаига айланади. Унутиш кечиримга олиб келмайди. Аслида, бунинг акси бўлади: кечириш – унутишга олиб келади.

Кечириш – сабр-тоқат эмас. Сиз ҳар гал тоқат қиладиган ва муаммога чидайдиган вазиятлар ҳеч нимани ҳал қилмайди ва муносабатларни яхшилаш олмайди.

Кечириш – хафа қилган инсонга сабоқ беришга уринмайди.

Кечириш – «ҳеч қандай оқибатлар бўлмайди», дегани эмас. Унинг ортидан обрўсизланиш, маблағдан айрилиш, уйқу йўқолиши ёки ҳар қандай кўнглисизликлар бўлиши мумкин. Нотўғри йўл тутатган одамнинг зиммасида шахсий ва юридик жавобгарлик мавжудлигини тушунишиңиз керак. Агар сиз кимнидир кечирсангиз, шахслараро муаммони бартараф қилганиңизни билдиради, бироқ бу одам ҳали Худонинг олдида ҳам жавоб бериши керак. Сиз машинаниңизни пачоқ қилган, суғуртаси йўқ ҳайдовчини кечиришиңиз мумкин, лекин бу одам ҳали қонун олдида ҳам жавоб беради.

Кечириш – сиз кечирган одамнинг ўзгаришини англатмайди. Бу одам ўзгарадими ёки йўқми – Худо сизга уни кечиришингизни амр қилган; сиз бошқалар учун жавобгар эмассиз.

Нихоят, кечириш – жароҳатлар учун фойдали малҳам, лекин келгусида бўладиган хафагарчиликлардан сизни сақлай олмайди. Бироқ, агар сиз ҳозир кечира олсангиз, келажақда содир бўладиган зиддиятлар ҳамда хафагарчиликларни осонгина бартараф қила оласиз.

Никоҳдаги яқинлик жуфтингиздан ҳеч қачон хафа бўлмаслигингизга боғлиқ эмас. Агар шундай бўлганида эди, биронта ҳам оила сақлаб қолинмаган бўлар эди. Аксинча, яқинлик - кечиришга тайёр бўлишингиз ҳамда кечирим олиш йўллариини излашингизга боғлиқ. “Муҳаббат қиссаси” кўшиғидан “Севги – ҳеч қачон “кечир” деб айтишингга ҳожат қолмаслигини англатади”, деган сатрларни мисол қилиб келтирадиган инсонлар яқин муносабатнинг моҳиятини яхши англаб етмайдилар. Муҳаббат риштаси билан боғланган икки инсон зиддиятларга дуч келиши муқаррар, лекин ҳақиқий севги кечиришга доим тайёр бўлади. Етукликка эришган муносабатларда кечирим сўраш сизни зулм олдида ҳимоясиз қилиб қўймайди. Аксинча, мисол учун мен Доттидан кечирим сўраганимда, у менинг ҳимоясизлигимдан фойдаланмаслигига ишончим комил.

Бу – кечириш

Биз юқорида қайси нарсалар кечириш эмаслигини кўриб чикдик, келинг, энди кечириш нима эканини кўриб чиқсак. Биринчидан, кечириш – ожизликни эмас, балки қудратни ифода этади. Аёлларга қараганда эркаклар кечирим сўрашдан кўпроқ кўркишади, чунки кечирим сўраш уларнинг заифликларини ошкор қилиб қўяётгандек туюлади, бу эса “ҳақиқий эркак” номига тўғри келмайди. Лекин кечирим сўраш орқали муносабатларни яхшилашга интилиш аслида ўша инсон кучли табиатга эга эканлигини кўрсатади.

Кечириш – ташаббусни талаб қилувчи муҳаббатнинг ифодасидир. Бирон марта “Нима учун мен уни кечиришим керак, унинг ўзи бунга ҳаракат қилмаяпти-ку”, - деб ўйлаганмисиз? Лекин Худонинг Каломи бизни биринчи қадамни ташлашга даъват қилади. Юҳаннонинг биринчи мактубида (4:10) шундай ёзилган: “Ҳақиқий севги – бизнинг Худога бўлган севгимиз эмас, балки Худонинг бизга кўрсатган севгисидир. Зеро, Худо бизни гуноҳларимиздан поклаш учун Ўз Ўғлини қурбон қилди”. Агар Худо бизни тавба қилишимизни ва Ундан кечирим сўрашимизни кутганида эди, биз ҳалигача гумроҳлигимизча қолган бўлар эдик. Агар сиз бошқа одам биринчи бўлиб тавба қилишини ва сиздан кечирим сўрашини кутаётган бўлсангиз, ўша одам ҳаётингизни бошқаришига йўл қўйган бўласиз.

Исо шундай деган: “Шундай экан, сиз эҳсонингизни қурбонгоҳга олиб келганингизда, яқинингиз нимадандир сиздан хафа эканлиги ёдингизга тушса, эҳсонингизни қурбонгоҳ олдида қолдиринг. Биринчи навбатда бориб, яқинингиз

билан ярашинг, кейин келиб, эҳсонингизни назр қилинг” (Матто 5:23-24). Худо бу ерда кечиримга ким муҳтож эканлигидан қатъий назар, ташаббусни ўз қўлингизга олишингизни исташи, агар сиз тўғрилашга ҳаракат қилмаган қандайдир бузилган муносабат мавжуд бўлса, У сизнинг саждангизни ҳам истамаслиги аниқ қилиб айтилган. Агар барча инсонлар Каломнинг бу кўрсатмаларига амал қилганларида ва кечирим сўрамаганлари ёки кечирмаганлари учун жамоатга бормаганларида, келаси якшанба куни қанча одам жамоатга келган бўлар эди?

Кечиришда учта мақсад бор. Биринчиси, биз ҳозиргина тилган олган Исонинг сўзларидан иборат. Яъни, икки шахс ўртасидаги ўзаро ярашув. Иккинчи мақсад Колосаликларга 3:15-оятида берилган: “Масих ато қиладиган тинчлик юракларингизда ҳукмрон бўлсин, ахир, сизлар бир тананинг аъзосисизлар, тинчликка даъват қилингансизлар”. Кечириш – Масихнинг Танаси бўлган жамоатни бирлаштиради. Учинчи мақсад – ҳиссий шифо топиш – бизни кузатиб турган бу оламга Исо Масихнинг шифо берувчи севгисини намоён қилишнинг энг яхши йўлидир.

Нима учун биз кечирмаймиз?

Кечирим беришни ҳаётимизда қандай қўллашни яхши билиб олишимиз учун келинг, аввал, нима учун кечирмаслигимизнинг айрим сабабларини кўриб чиқайлик.

Албатта, сабабларнинг биттаси - ишончсизлик. Агар ўз қадримизга ёки Худо билан муносабатимизга ишонмасак, ўзимизни ишонтириш учун ҳар қандай имкониятларни излаймиз. Биз кечирмаётган инсон устидан қилган “ғалабамиз” қандайдир даражада сохта ишонч ҳиссини келтириши мумин.

Кимгадир нисбатан қилинган яширин ёмонлик – бу кечирмаслигимизнинг бошқа бир сабабидир. Эфесликларга мактубда (4:30, 32) ёзилишича, биз бировга нисбатан ранж-аламни ичимизда сақлаб юрмаслигимиз керак, бироқ, бундай туйғу бизга мамнунлик ҳам беришини барчамиз биламиз.

Бир неча йиллар олдин мен Кал-Полида, Калифорния штатидаги Помона шаҳрида севги инкилоби ҳақида маъруза қилганман. Маъруза сўнгида олдимга қора танли аёл келди. (Унинг қора танли аёл бўлганини таъкидлайман, чунки бизнинг жамиятимизда қора танли инсонларда бошқа ҳар қандай одамлардан ҳам кўпроқ норозиликлар ва ғзаблар бўлишига сабаблар бор. Оқ танли инсонларнинг жуда кўпчилиги қора танли инсонлар дуч келаётган тушкунлик ҳамда адолатсизликни тасаввур ҳам қила олмайдилар). У менга шундай деди: “Биласизми, жаноб Макдауэлл, бугун айтганларингиз менга жуда ёқди, лекин мен инсонларни сиз мени севгандек севишни истамасдим”.

Бу ҳақиқий зарба эди!

“Нима учун?” – сўрадим ундан.

“Чунки, - деди у, - мендан нафратланганлардан нафратланиш менга завқ бағишлайди!”

Баъзи одамлар бутун умр азоблардан қийналиб яшашади. Ғазаб туфайли бир қатор машҳур тарихий воқеалар содир бўлган. Кечиришни истамаслигимизнинг сабабларидан яна бири “хафа бўлиш ҳуқуқимизни” сақлашни ёқтиришимиздир.

Кечирмаслигимизнинг яна бир кенг тарқалган сабаби – ҳасад. Шох Шоулнинг Довудга нафрати ҳасад туфайли келиб чиққан, чунки бизда бўлиши лозим, деб ҳисоблаган нарсаларимизга эга бўлган одамни кечиришни истамаймиз. Кимдир биздан ўзиб кетса, ўз-ўзидан у одам бизнинг кечиримимизга муносиб эмас, деб ҳисоблаймиз.

Қўрқув ҳам одамларни кечирмасликнинг асосий сабабларидан бири. Тушуняпсизми, сиз кимнидир кечирганингизда, қалбингизни очасиз. Аввал панд еганингиз ҳамда яна жароҳат олишдан қўрққанингиз учун бошқаларни кечира олмайсиз. Айнан мана шу жойдан ўзингиз ҳақингиздаги соғлом тасаввур ишга тушади. Ўзингизга Худонинг назари билан қарамагунингизча, – кўп ҳам эмас, кам ҳам эмас, - сизда қалбингизни очиш истаги пайдо бўлмайди. Лекин муносабатларни тўғрилашни таклиф қилганингизда, бу инсон сизнинг таклифингизни қабул қилиш ёки қилмаслигидан қатъий назар, сиз Худонинг назарида тўғри иш қилган бўласиз.

Ўзимизга ачиниш ҳам бизни кечиришдан тўхтатиши мумкин. Бундай одам “Мени ҳаммадан кўра кўпроқ хафа қилишди, энди кечира олмайман!” – дейди. Аммо Римликлар (8:28) мактубда Худо ҳамма нарсаларни Ўзини севганлар учун яхшиликка айлантириши ҳақида айтилган, ўзимизга ачиниш орқали эса, биз ўз ҳукмимизни Худонинг ҳукмидан юқори қўямиз. Аслида, биз шундай айтган бўламиз: “Худойим, бу нарса яхшиликка хизмат қила олмайди, бу ерда бирон нима қилишга Сен ожизсан”.

Айбни бировга ағдариш – кечиришни истамасликнинг тез-тез учрайдиган ва унчалик ишончли бўлмаган изоҳидир. “Мен ҳақ эдим ва нима қилган бўлсам, ўшани қилишга ҳаққим бор эди”, деган ҳиссиёт жуда кўп инсонларнинг кечиримни англаб етишларига ҳалақит беради ва сон-саноксиз муносабатларни бузади.

Бошқаларга нисбатан бўладиган оддий ғазаб кечиришингизга ҳалақит бериши мумкин. Аслида эса, кимдир сизга қилган ишини бошқа бировга ҳам қилишига қарши эмассиз, лекин сизга қилган ишини қандай ҳадди сиғди! Эфесликларга (4:26) ёзилган мактубда “Қуёш ботгунча жаҳлдан тушинглар”, дейилган. Илтимос, бу сўзлар шунчаки маълумот эмас, амр эканига диққат қилинглар.

Мағрурлик – кечиримга йўл қўймайдиган яна бир қаршилиқдир. Мағрурлик айтади: “Бу муносабат менга керак эмас; менга бу инсон керак эмас”.

Унута олмаслик – бу ҳам кечирмаслик учун бир сабаб. Унутиш – вазиятни ёдда сақлаб қолмаслик, дегани эмас. Менимча, унутиш дегани эътибор бермаслик, бирон воқеани бир четга суриб қўйиш, бугунги қувонч ўрнини кечаги хафагарчилик эгаллаб олишига йўл қўймаслик, деганидир.

Агар сиз машиналарга қизиқсангиз, кафолатланган масофани унутиб қўйиш нима эканини ўйлаб кўринг. Ёки менга ўхшаб фермада ўсган бўлсангиз, хафагарчиликни унутишга сутни ҳаммасини топширмаслик сифатида қаранг. Унутиш - ҳисоб-китоб қилиш фикрига эга бўлмасликни билдиради. Унутиш – ўша нарсани тоқчага олиш қўйишни ва чанг босиб кетишига йўл қўйиш дегани. Яна шунга ўхшаш вазият бўлганда, тоқчага назар ташлаб, нима қилмаслик кераклигини ёдга олиш ва яна бу нарсани ҳаёлдан чиқариш керак. Унутиш – истакларга берилмаслик ва хафагарчилик сизни бошқаришига йўл қўймаслик демакдир.

Мен бирон мавзунини ўрганаётганимда, одатда Худо бу фурсатдан У билан бўлган муносабатимни ўзгартиришда фойдаланади. Унутишни ўрганиш орқали, нимани нотўғри қилаётганимни ва нимани тўғри қилаётганимни кўрдим. Тўғри қилган ишларимда Худо мени руҳлантирди ва нимани тўғрилашим кераклигини кўрсатди.

Энди, нимадир юз берганда, бирон нима ўрганиш учун ўтмишдаги хафагарчиликлар сақланадиган тоқчага қарайман ва шундай дейман: “Бу нотўғри бўлган экан, лекин Масиҳ бу учун қурбон бўлган”. Кейин уни яна тоқчага қўйиб, келгуси хафагарчиликларни енгишга қодир бўлган имон билан яшашда давом этаман. Мен янада яхшироқ инсон бўлишим учун Худо мана шундай ишлайди.

Генри Уорд Бихер “Мен кечиришим мумкин, лекин унута олмайман” ибораси “Мен кечира олмайман” дейишнинг яна бир усулидир”, деб айтади.

Кимнидир кечиришга муносиб эмас, деб ҳисоблаш ҳам кечирмасликнинг бир сабабидир. Кимнидир кечиришга муносиб эмас, деймиз. Бироқ, Муқаддас Калом бизга бундай ҳукм қилишга имкон қолирмаган. У “Кечиринглар”, дейди. Тамом! Масиҳнинг кечиримини олиш учун сиз нима қилдингиз?

Такрорланадиган хафагарчилик – кечирмасликнинг классик сабаби ҳисобланади. “Мен сени беш марта кечирдим, шунинг учун энди кечиришни истамайман. Агар яна кечирсам, яна шундай қиласан ва бу бутун вазиятни бемаъниликка айлантиради”. Битта биродарга нисбатан худди шундай туйғуни ҳис қилганман, уни кечиришдан олдин унга сабоқ бериш керак, деб ўйлаганман. Қайта-қайта кечириш билан Исо Масиҳ орқали Худо бизга таклиф қилаётган кечиримни тасдиқлаймиз. Лекин Худо бизни кечиради, дегани атайлаб гуноҳ

қилишимиз мумкинлигини англатмайди. Бу шунчаки биз қачондир гуноҳ қилиб қўйсақ, Худо бизни кечиришини ва ҳеч қандай тўсиқларсиз бизни яна қабул қилишини билдиради.

Масихнинг даврида раввинлар орасида инсонни тўрт мартагача кечириш мумкин, деган фикр бор эди. Айрим сахий устозлар ҳатто етти марта ҳам кечиришлари мумкин эди, аммо бундай фикр радикал ҳисобланарди. Бутрус Исодан биродарини неча марта кечириш кераклигини сўраган вазиятни тасаввур қила оласизми? Бутрус ўзининг яхши инсон эканини ва “Етти марта кечир” деган диний армлардан ҳамда қоидалардан ҳам кўпроқ кечиришига тайёр эканини чин юракдан кўрсатмоқчи бўлганми?

Бу ерда Бутрус фахр билан кўкрагини кERGанини ва Исо унинг елкасига қўлини қўйиб, “Йўқ, Бутрус! Сенинг яхши инсон эканингни биламан, лекин икки ёки уч марта кечирсанг бўлди!”, дейишини кутганини кўришимиз мумкин.

Бунинг ўрнига Исо Бутрусга қайрилиб, шундай деди: “Етти марта эмас, балки етмиш карра етии марта” (Матто 18:22). Бутрус оёғи чалкашиб, “Раббим, яна бир марта қайтара оласизми? 490 марта дедингизми?”, деганини эшитишимиз мумкин. Бироқ Исони рақамлар қизиқтирмайди. Уни кечиришга тайёр бўлиш ва муносабатни яхшилаш истаги қизиқтиради. Бу эса дунё ўргатганларига зид бўлиб, икки ёки уч марта хафагарчиликдан кейин ўз ҳуқуқларимизни талаб қилиш имтиёзини бермайди. Биз бир неча уринишдан кейин кимдандир воз кечиб кетишимиз табиий. Лекин биз ҳатто ўзимиз истамасак ҳам имон орқали кечирим беришимиз керак.

Баъзан кечиришни истамаганимизда, мақсадимиз қасос олиш бўлади. Ўша инсонни қайсидир муҳим ишда ёки қандайдир муносабатда муваффақиятсизликка учрашини кўришни хоҳлаймиз. Ўша инсонга бизнинг ҳаётимизга келтирган азобдан ҳам кўпроқ азоблар келтиришни истаймиз. Лекин Калом бизга шундай ўргатади: “Ҳеч кимга ёмонлик эвазига ёмонлик қайтарманглар, одамлар яхшилик деб билганларни қилишга интилинглар. Агар иложи бўлса, қўлингиздан келганча, барча одамлар билан тинч-тотув ҳаёт кечиринглар” (Римликлар 12:17-18). Ибронийларга ёзилган мактубда Худо шундай дейди: “Мен қасос оламан, жазосини бераман” (10:30).

Кечирмаслигимизнинг охирги сабаби — ожизликдир. Қаттиқ хафагарчиликдан кейин “Сени кечираман”, дея олмайдиган даражада ўзимизни ҳиссий тарафдан етарлича кучли эмаслигимизни ҳис қилишимиз мумкин.

Йўқолмас куч

Кори Бум ҳамда унинг суюкли синглиси Рапенсбрукдаги концлагерда маҳбус эди. Соқчилардан бири айниқса, унга нисбатан ўта шафқатсизларча муносабатда бўлган. Кори ўзига қилинган ёмон муносабатга чидаши мумкин эди, лекин соқчининг синглисига қилган шафқатсиз муносабатини ва охири

калтаклар зарбидан ҳалок бўлганига чидай олмади. Йиллар давомида бу немис соқчисига нисбатан чексиз нафрат Корининг юрагида кучайиб борди.

Урушдан кейин Кори Германияга нафақат кечирим ҳақидаги Хушхабарни етказиш учун, балки кечирим хабари сифатида ҳам борди. Немис халқининг қалбида айбдорлик ҳисси бор эди ва улар Берлиндаги Кори маъруза қилган жамоатга индамасдан кириб чиқар эдилар. Хизматдан кейин у билан танишган одамлардан бири унинг синглисини калтаклаган соқчи эди. Соқчи Корининг олдига бориб, деди: “Бугунги маърузангиз менга қаттиқ таъсир қилди. Мен Исо Масиҳни ўзимнинг Нажоткорим деб қабул қилдим ва концлагердаги шафқатсизлигим учун сиздан кечирим сўрашга келдим”.

У пайтда Кори эндиgina кечирим ҳақида маъруза қилган эди. Бироқ, синглисига қаттиқ азоб берган бу инсонни кўрганида, юраги ғазабга тўлди. Соқчи унинг қаршисида қўлини узатиб турарди, лекин Кори унинг қўлини сиқиб қўйиш учун ўз қўлини узата олмасди. Соқчи гапини такрорлади: “Кори, мени кечирасизми?” Кори “Эй Худо, Ўзинг мадад бер!”, деб қичкириб юборди ва ўзининг ғазаби ва нафратидан ҳам кучли бўлган Илоҳий севгиси учун Худога раҳмат айта бошлади. Муқаддас Рух унинг қалбини Худонинг севгиси билан тўлдириши билан танаси бўйлаб тарқалаётган илиқликни ҳис қилди. У нима қилаётганини англашидан олдин соқчининг қўлини ушлади ва унинг кўзига қараб: “Мен ҳаммангизни кечирдим”, деди.

Имон билан биринчи қадамни ташлашим ҳамда кечиришим керак бўлган вақтда, Худо менга Корининг ҳаётидаги шу воқеани эслатиб туради. Бунини тушунириб бера олмайман, лекин агар ўзингизда истак бўлса, кечириш учун куч ҳар доим пайдо бўлади. Биз ожиз бўлган вақтимизда ҳар қандай хафагарчиликларни кечиришимизга куч бериши учун Муқаддас Рух ҳар доим ёнимизда бўлади.

Кечирим бериш ва кечирим олиш – бугунги кундаги зиддиятларни бартараф қилиш учун ихтиёримиздаги энг катта кучдир. Бу дунё ҳам шунга муҳтож. Кечиришга тайёр инсон сифатида бу дунёга Масиҳнинг табиатини кўрсатиш – бу оламга кўрсатишингиз мумкин бўлган энг кучли гувоҳликлардан биридир.

Мен кечиримлироқ бўлишимни сўраб, Худога тез-тез ибодат қилардим. Бу ибодатим тахминан қуйидагича эди: “Эй, Осмондаги Ота, берган кечириминг учун раҳмат. Мен бутунлай кечирилишим учун хочда қурбон бўлган Исо Масиҳ учун Сендан миннатдорман. Масиҳга имон келтирганим учун Сендан миннатдорман. Гуноҳларим мен қилган савоб ишларим туфайли эмас, балки Унинг қилган иши туфайли кечирилган. Ота, ўзимни ҳамда атрофимдаги инсонларни қандай кечиришим кераклигини кўрсат. Мен ҳам худди Сендек кечиришни ва биринчи бўлиб кечирим таклиф қилишни истаيمان.

Мағрурлигимни бостиришим ҳамда ноҳақ бўлганимда кечирим сўрашим учун куч бер. Мени хафагарчилик ҳиссидан халос қил.

Худойим, муҳтож бўлганимда ишонч беришингни, керак бўлганида шифо беришингни, зарур вақтида тасалли беришингни сўрайман. Кечиримингни бутун оламга ёйиш учун воситачи бўлишимга ёрдам бер. Исо Масих номи билан, омин”.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Нима учун кечирим узоқ муддатли ва яқин муносабатларнинг асоси ҳисобланади?
- Кечиримни англашимиз ва ҳаётимизда қўллаш учун нима қилишимиз мумкин?
- Кечирмаслигимизнинг айрим сабаблари қайсилар?
- Кечирим ҳақида Калом нима дейди?

8. ИШОНЧЛИ БЎЛИШ

Сизнинг-ча, ҳаётда эркак ёки аёл кишининг асосий вазифаси нима?

Статистика шуни кўрсатадики, эркак киши қадриятлари бўйича биринчи ўринга ўз обрўсини қўяди. Агар хотин қандайдир йўл билан эрини камситса ва унинг обрўсини ерга урса, эр ё аразлайди ёки бўлмаса жаҳл отига минади.

Бошқа томондан эса, аёл киши ишонч туйғусини қадрлайди: етарли миқдордаги пулни, атрофидагиларнинг беҳатарлигини, бироқ ҳаммасидан кўпроқ эрига бўлган ишончни қадрлайди. У эрига ишонган пайтида кўплаб бошқа соҳаларнинг таъсири камаяди.

Ажабли томони шундаки, ишончли бўлиш – бугунги кунда эътибордан четда қолиб кетган. Бироқ ишонч – узоқ муддатли ва яқин муносабатнинг, эр-хотинлик ва жинсий алоқанинг асоси ҳисобланади.

Умумий “мен”

Яқин муносабатга эришиш мақсадида эр-хотинлар “биз” деган муносабатни шакллантириш учун шахсиятларини бирлаштиришлари лозим. Эр-хотин бир-бирига нисбатан ҳалоллик ва очиқликка интилиши керак. Ишонч омилисиз ҳалоллик ва яқинлик бўлиши мумкин эмас.

Бир дўстимнинг ҳис қилишича, унинг рафиқаси билан бирга ишлайдиган эркак ҳам жисмоний, ҳам ҳиссий тарафдан аёлини ўзига жалб этарди. Эр унга ўз муҳаббатини кўрсатиш мақсадида қийин вазиятларда ёрдам бериш орқали у учун қадрли эканини билдириш учун қўлидан келган барча ишларни қила бошлади. Эрининг шартсиз севгиси ҳамда ўз рафиқасига бўлган садоқати туфайли аёл эрига ишонди ва ўз ички кечинмаларини эри билан бўлишди. Эри

эса хотинини айблаш ўрнига, рафиқаси ўз ҳиссиётларини босиб олиши учун ибодат қилиш ва уни қўллаб-қувватлаш орқали унга ишонди. Орадан бир неча ҳафта ўтгач, улар ишонч ва муҳаббатнинг янги, кимдир уларнинг орасига сукилиб кириши мумкин бўлган эҳтимолни йўқ қиладиган муносабатларни ўрнатишга муваффақ бўлишди.

Агар турмуш ўртоғингизнинг содиқлигига, ишончга муносиб эканлигига, сиз ҳақингизда ва сиз учун яхши нарсаларни ўйлашига ишонмасангиз, у билан самимий ва узоқ давом этадиган яқин муносабатда бўла олмайсиз. Сизлар бир уйда яшашингиз мумкин, лекин иккалангиз ҳам ёлғиз бўласизлар.

Бундай ёлғизликка изоҳ бериб, Ричард Стросс шундай ёзган: “Ёлғизлик – даҳшатли бўлиб, бўшлиқ, камчилик, мулоқотнинг етишмаслиги, шахсий боғлиқликнинг етишмаслигидир. Ёлғизлик – сизни тушунадиган, ўзаро мажбуриятлар ва ишончни баҳам кўрадиган кишига қалбини очиш имкониятининг етишмаслигидир”.

Худди феъл-атвор каби, ишонч ҳам бир кечалик танишиш натижаси эмас. Ишонч узоқ вақт давомида пайдо бўлади. Тобора кўпроқ инсонлар муносабатларга бўлган ишончни, айниқса, жиддий муносабат ўрнатишга умид қилганларида, ривожлантириш зарурлигини англаб етишмоқда.

Бир талаба шундай дейди: “Кўпинча, кимдир билан ётганимда бу муносабатлар узоққа чўзилмаслигини хоҳлайман. У билан ўтказадиган бу оқшом тугашини англаганимдан кейин ҳаммаси жойига тушади. Мен шунчаки тана ҳаракатларини амалга оширдим, холос. Шундай вақтлар бўлганки, бу иш тезроқ тугашини истаганман. Охир-оқибатда, унга нисбатан ишонч ва муҳаббат бўлмаса, жинсий яқинликдан маъни йўқлигини тушуниб етдим ва бундай кўнгилхушликдан воз кечдим. Муҳаббатсиз бунинг кераги йўқ”.

Социолог ва руҳшунос Лонни Барбах ҳамда психотерапевт Линда Левин маслаҳатчилик ишлари давомида ишонч – боғланишни кучайтирадиган ва яқинликка олиб келадиган омил эканини сезганларини таъкидлагандлар. “Муносабатларида ишонч ва муҳаббатни ҳис қиладиган аёллар жуфтларига ишонганлари ва бу эркаklar уларни қабул қилишларини билганлари учун камроқ уялишларини ва кўпроқ ҳиссиётларга берилишларини айтишган”.

Ўйлайманки, ишонч – аслида ким эканимизни ва ўзимизни қандай тасаввур қилишимизни ифода этади. Қалбимизда бундай сифатни ривожлантириш учун вақт керак.

Эркинлик ишончни талаб қилади

Шубҳа йўқки, ишонч омили жисмоний муносабатларда жуда муҳим роль ўйнайди. Агар сиз никоҳгача жинсий ҳаётингизни назорат қила олсангиз, никоҳда ҳам уни назорат қила оласиз. Тўйдан олдин жинсий алоқадан сақланиш ўзаро ишончни оширади. Жинсий алоқалар учун Худонинг режаси фақат жуфтига юз % ўзини бағишлашдан иборат. Агар муносабатларда қандайдир

ишончсизлик бўлса, яқин алоқада бўлиш ва ўзини тўлиқ бағишлаш жуда қийин бўлишини тушуниш учун бироз вақт керак бўлади.

Бир киши автоҳалокат натижасида рафиқасидан айрилади ва бир неча йил ўтгач, бир аёл билан учраша бошлайди. У ўша аёлни севиб қолганди ва иккинчи марта уйланишга қарор қилди. Бироқ, уларга боғлиқ бўлмаган сабабларга кўра, улар деярли икки йил кутишларига тўғри келди. Бу инсон никоҳдаги жинсий алоқанинг лаззатини билса ҳам, шу икки йил ичида ўша аёлни ўпиб хайрлашишдан у ёғига ўтмади.

Турмуш курганларидан кейин аёл ўша инсоннинг ўзини шундай тутганидан фахрланди. У шундай деди: “Шундай вақтлар бўлганки, у таббий равишда ўзига эрк бериши мумкин эди, лекин у ҳеч қачон ҳушёрлигини йўқотмади. Мен учун бу оламда эримдан ҳам кўпроқ ишонадиган нарсаси йўқ. У иш билан кўп сафарларда бўлади, лекин у кимсасиз оролда беш юзта яланғоч аёллар билан қолган ягона эркак бўлса ҳам, унга ишонаман”. Унинг ўзини назорат қила олиши никоҳда ҳам ўз самарасини кўрсатди.

Пойдевор куриш

Ёлғиз пайтимда бўйдоқликдаги ҳаётим вақт ўтиб рафиқам билан муносабатларимизга қанчалик таъсир кўрсатиши хаёлимга ҳам келмаганди. Ўсмирлик давридаги учрашувлар турмушимдаги бахт ва хурсандчиликка бевосита таъсир қилишини ҳеч ким ва ҳеч қачон айтмаганди. Аспирантурада ўқиб юрган вақтимда Паула исмли қиз билан танишгандим. У билан уч ярим йил учрашиб юрдик ва турмуш курадиган даражага бордик. Бир-биримиздан мамнун бўлсак ҳам ва бир-биримизни ҳурмат қилсак ҳам бу севги Худо берган севги эмасди. Охир-оқибатда, биз муносабатларимизни тўхтатдик ва яқин дўст бўлиб қолдик.

Орадан уч йил ўтиб, мен Доттини учратдим ва кўп ўтмай турмуш қурдик. Дотти Паула билан танишди. Улар дўстлашиб қолишди ва кўп вақтларини бирга ўтказишди. Паула Калифорниядаги уйимизга яқин жойга кўчиб ўтди, унинг ота-онаси ва синглиси ҳам ўша жойда яшар эдилар.

Бир куни эрталаб сафардан келсам, Дотти уйда эмас экан. У уйга қайтиб келганида, Пауланинг уйига борганини айтди. У ёнимга келиб, мени қучди ва шундай деди: “**Азизим, уч ярим йил давомида** ўзингни муносиб тутганингдан жуда хурсандман”.

Мен чуқур нафас олиб, “Нима учун?”, деб сўрадим. Дотти шундай жавоб берди: “Бугун эрталаб Паула сени севганини, сен учун ҳамма нарсаси тайёр бўлган вақтлари бўлганини, лекин сен бу имкониятдан фойдаланмаганингни айтиб берди”. Енгил нафас олганимни ва бир марта ҳам Паулага жисмоний яқинлашмаганим учун хурсанд бўлганимни айтишим шарт бўлмаса керак.

Ажойиб рўйхат

Паула билан бўлган суҳбат рафикам учун қанчалик аҳамиятли бўлганини тасаввур қила оласизми? У: “Мен эримга ишонишим мумкин!”, деди. Яқинда бўлиб ўтган бир суҳбатда Дотти шундай деди: “Сизлар ўз муносабатларингизни ишонч асосида қуришинглар керак. Жош фарзандларимизни етарли даражада таъминлашига ишонаман. Мен билан ҳам самимий эканига ишонаман. У бизнинг руҳий устозимиз бўлишини ва Масих билан шахсий муносабати бўлишини истайман. Ва мен унга бизнинг молиявий муаммоларимиз ҳақида ғамхўрлик қиладиган инсон сифатида ишонаман.

У уйда бўлмаган чоғларда ташвишланмайди, чунки менинг яхши она эканимни билади. Фарзандларимизга тўғри ва фойдали овқат беришимга ишонади. У сафарда бўлган пайтларда беҳуда пул сарфламаслигимни ёки бемаъни зиёфатлар уюштирмаслигимни билади. Сизлар қиладиган ишлар, муносабатларда биргаликда қўядиган ҳар бир қадамингиз ишончга асосланган бўлиши лозим. Бу – никоҳингизнинг асосидир. Агар кимгадир ишонсангиз, унга суянишингиз осон бўлади.

Агар менда қандайдир жиддий муаммо туғилса, мен кимга мурожаат қилишим керак? Албатта, ўзим ишонган, қандай бўлсам, шундайлигимча севадиган, қилган ишим учун мен ҳақимдаги фикрини ўзгартирмайдиган инсоннинг ёнига бораман. Бу инсон – Жош, чунки мен унга тўлиқ ишонаман. Бунинг сабаби – унинг ишончга сазоворлигидир. Баъзан унинг танлови мураккаб бўлган, лекин ҳатто масиҳий бўлмаганида ҳам у яхши йўлни танлаган бўлар эди. У ҳар доим юқори ахлоқий меъёрларга амал қилган.

Менимча, ўтмишида муаммолари бўлган ҳар қандай инсон учун мулоқот – муҳим қадам ҳисобланади. “Ўтмишлари қандай бўлганидан қатъий назар” ўрталарида ишонч борлигини эр-хотинлар бир-бирларига тушунтиришлари лозим.

Ишончга сазовор бўлганингизда, ўзингиз ҳам бошқаларга янада кўпроқ ишонаётганингизни кўрасиз. Бундай севгини таъкидлаб, Павлус шундай ёзган: “Севги ҳар нарсани кўтаради, ҳеч қачон ишончини йўқотмайди” (1 Коринфликлар 13:7).

Мукамал севгида йўқолмайдиган ишонч бўлади. Севги доим хато қиладиган инсонни қайта-қайта кечиришга тайёр бўлади. Масиҳ биз учун мана шундай севгининг олий намунасидир. У бизни яна ва яна севишга доим тайёр. Масиҳ ҳар доим яхшиликка ишонади ва агар Уни минг маротаба уялтириб қўйсақ ҳам, бизни кечиришга ҳамда бир минг биринчи бор ишонишга тайёр.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Қандай қилиб, ишонч узоқ муддатли оилавий муносабатларнинг асоси ҳисобланади?
- Жисмоний муносабатларда ишонч нима учун муҳим роль ўйнайди?

9. ҲУКМРОНЛИККА НИСБАТАН ҲАРАКАТ

Агар сиз турмуш қуришдан олдин ҳукмронликка табиий ва тўғри муносабатда бўлсангиз, никоҳдаги энг яхши жуфт ва “исталган” инсон бўласиз. Омадли эр-хотинлик муносабатлари учун ҳукмронликка нисбатан ижобий муносабат ҳаётингиз учун зарур.

Агар сиз ҳар доим ўзи истаганига эришиши керак бўлган, ота-онаси, бошлиғи ёки ўқитувчисига қарши исён қиладиган инсон бўлсангиз, яқин ва мустаҳкам муносабат қуришингиз анча қийин бўлади. Бировнинг ҳукмронлик қилишини инкор қиладиган инсон ўз турмуш ўртоғига ижобий муносабатда бўлиши жуда қийин бўлади.

Турмушда икки инсон бирлашиб, оилавий ҳаётга ўзлари билан ўтмишини ҳамда одатларини ҳам олиб киради. Иккисининг ҳам ёқтирадиган ва ёқтирмайдиган нарсалари бор. Уларнинг мақсади – аввалига мустаҳкам никоҳ иттифоқи, кейин мустаҳкам оила қуришдир. Айрим ҳаётий вазифалар никоҳга қараганда кўпроқ мослашувчанликни, ҳокимиятга тўғри муносабатни талаб қилади. Агар жуфтликларнинг биттаси бундай муносабатга ўрганмаган бўлса, зиддиятлар кучаяди. Бир неча йиллар олдин, Лотин Америкасида яшаган пайтимда, ҳукмронлик бўйича бир неча муҳим сабоқларни олганман. Баъзан мен билан бирга ишлаган инсонларнинг маълум қарорлари ё шахсий фикримга кўра ёки маданий сабабларга кўра, мени қониктирмас эди. Лекин кейинроқ (айрим нарсалар мен айтгандек бўлиши керак деб ҳисобласам ҳам) Аргентина ҳукуматига кулоқ солишимга ва уларнинг фикрларига кўра, ҳаракат қилишимга тўғри келди. Худо менга сабоқ берди, яъни ҳатто ғояларимни яхшироқ деб ҳисобласам ҳам ёки бошқалар қиладигандек ишлашни хоҳламасам ҳам, менга бегона одамларнинг истагини бажаришни ўргатди. Турмуш қуриш учун нақадар ажойиб тайёрлов! Агар ўз сўзингизни доимо ҳам устун қўймасликка ўргансангиз, турмушда умр йўлдошингиз билан яхши муносабатда бўла оласиз.

Сариқ ошхона

Ижозатингиз билан бу сабоқлар рафиқамга бўлган муносабатимга қандай самаралар келтирганини кўрсатсам. Испанча услубда қурилган ажойиб уйга кўчиб ўтганимизда шахсий уй ҳақидаги орзуимиз амалга ошди. Бу уй унчалик қиммат эмасди, лекин биз бу уй учун бор пулимизни сарфладик. Мен бу уйни мукамал деб ҳисоблардим. Биз бу уйга кўчиб ўтдик, нарсаларимизни олиб келдик, бироқ уйнинг чангини артмасимиздан олдин рафиқам менга: “Азизим, ошхонани бўясак қандай бўларкин?”, деди. Шахсан мен ошхонанинг кўриниши ажойиб деб ҳисоблардим. Унинг ранги тўқ хантал ва сариқ рангларнинг аралашмасидан иборат бўлиб, бўёқ ҳали жилосини йўқотмаган эди. Мен унга ошхонани бўяшнинг кераклиги йўқлиги айтдим, лекин у яна такрорлади: “Хўп денг, мен бошқачароқ сариқ бўлишини хоҳлайман”.

Ўшанда бу ҳақда ўйлаб қолдим. Ошхонанинг ранги мен учун умуман аҳамиятсиз бўлса ҳам рафиқам учун муҳим эди. Нима бўлганда ҳам у мендан кўра кўпроқ ошхонада вақт ўтказади. Ўшанда бошқа бировнинг истаклари билан ҳисоблашишимга тўғри келди. Ўша пайтда пулимиз жуда кам қолган бўлса ҳам, бу пулларни ошхона учун сарфлаш энг тўғри бўлишини англадим. Бу эса унинг истаклари ва интилишлари мен учун аҳамиятли эканини кўрсатиш учун имкон эди, шунинг учун бўяшга қарор қилдим.

Бироқ, рафиқамга: “Хўп яхши, сен айтгандек қиламан, шунда кутуламан!”, демадим. Агар шундай деганимда иккаламиз ҳам қувончдан маҳрум бўлар эдик. Бунинг ўрнига мен унга: “Хўп, азизам, унда бўяймиз”, дедим ва ишга киришдим. Бўёқнинг биринчи қаватини суртганимдан кейин, аввалги ранг чиндан ҳам ёқимсиз эканини англадим.

Рафиқам ошхонага кириб, мени мақтади – мен ўзимни қиролдек ҳис қилдим, - ва у мени мақтаб бўлганида, ўзимни худди Сикстин ибодатхонасида сурат чизаётгандек ҳис қилдим. Кейин у мендан: “Азизим, оқ рангли чизик тортиб қўя оласанми?” деб сўради. Бир пайтлар бўёқчилик қилганим учун унинг нима демоқчи эканини ва бунинг қанчалик қийин эканини аниқ тушундим. Лекин эртаси куни эртароқ туриб, яна бир қават бўёқ суртдим ва чизик тортдим. Рафиқам буни кўришини сабрсизлик билан кутдим. Ишни тугатганимдан кейинги бу ошхонадаги илк тушлик хануз ёдимда. Дотти мени қучиб, “Азизим, бўяшни истамаганингни биламан, лекин бу мен учун жуда муҳим эди. Сенга катта раҳмат”.

Дотти буни қандай қабул қилганини кўрдингизми? “Унга фарқи йўқ! Менинг истакларим, фикрим ёки муҳтожлигим билан иши йўқ!”, деган хаёлга бормади. Мана шу ҳаётий тажриба бизга жуда катта фойда келтирди. Иккинчисини бир тан бўлганингизда, ўзаро яқин муносабат ўрнатиш учун олиш ва бериш ҳамда бир-бирининг талабига қулоқ солиш жуда муҳим.

Эммопз ва Стипнетт – иккаласи ҳам омадли турмушларни тадқиқ қилган инсонлардир. Бундай турмушдаги эр-хотинларнинг асосий хусусияти шундаки, улар “бошқаларга эътиборли, бошқаларнинг муҳтожликларини сезишади, ўрталаридаги фарқларни ҳурмат қилишади, ҳис-туйғуларига эътиборли, ўзини ўша одамнинг ўрнига қўйиб кўришади”. 2500 та жуфтликни ўрганиб чиққан доктор Льюис Терманн, турмушда бахтли бўлиши мумкин бўлган инсонни шундай таърифлайди:

“У бошқалар билан ҳамкорлик қилишга тайёр. Унга раҳбарлик қиладиган инсонлар билан яхши келишади. У ўзидан паст лавозимда ишлайдиганларга меҳрибон ва ҳамдард бўлиб, муаммога дуч келган ҳар қандай инсонга ёрдам беришга доим тайёр”.

Бу ерда эса, аксинча, турмушда бахтсиз бўлиши мумкин бўлган инсоннинг таърифи келтирилган: у ўзига ва жамият билан муносабатига

ишонмайди, одатда, ўзини бошқалардан паст ҳис қилади. Лекин раҳбарлик лавозимида “хўжайин” бўлишга ва бошқалар устидан ҳукмронлик қилишга мойил бўлади. У бошқалардан буйруқ олишни ёқтирмайди ва мусобақаларда қатнашишдан нафратланади, чунки ютқазишни кўтара олмайди. У рад қилишга, доимо шикоят қилишга ва ҳар қандай ҳокимиятга қарши чиқишга мойилдир”.

Суюкли бўлиш ҳуқуқи

Севги ҳақида ёзилган энг улуғ матнлардан бири севган инсоннинг истақларига эътиборли бўлиш ҳақида айтади: “Севги худбинлик қилмайди” (1 Коринфликлар 13:5).

Бугунги кунда кўпчилик “ҳақ-ҳуқуқлар” ҳақида гапирди. “Менинг ҳуқуқларим бор ва мен ўз ҳуқуқимни талаб қиламан” – бу сўзлар ҳозирги кунда оддий ҳолга айланган. Бундай муносабат севги ҳамда яқинликни бузади, чунки биринчи ўринда бошқа инсоннинг эҳтиёжини ҳисобга олиш қийин бўлади. Ҳаворий Павлус ҳуқуқ ва мажбуриятлар муаммоси ҳақида Коринфликларга ёзган мактубида шундай деган: “Эр ўз хотинига нисбатан ва хотин ўз эрига нисбатан эр-хотинлик вазифасини бажарсин. Хотиннинг бадани устидан хотин эмас, балки эр ҳокимлик қилади. Худди шу сингари, эрнинг бадани устидан эр эмас, балки хотини ҳокимлик қилади” (1 Коринфликлар 7:3-4).

Павлус буни яна бир бор таъкидлаган: “Фақат ўзингизнинг эмас, балки бошқаларнинг ҳам манфаатини кўзланг” (Филиппиликлар 2:4).

“Романтик севги тузоқлари” китобида ёзувчи Х.Г.Зироф шундай савол қўйган: “Ҳақ бўлиш сиз учун қанчалик муҳим? Жуфтингиз ҳам ўз ҳис-туйғуларига эга бўлишига, унинг фикрига умуман қўшилмасангиз ҳам ўз фикрини айтишига қаршилиқ қилмаслиқка ўрганганмисиз?”

Ҳар бир инсоннинг севган кишисини истақлари ҳамда эҳтиёжларига жавоб берувчи ички гўзаллиги севги, никоҳ ва жинсий муносабатлардан қониқиши учун зарур бўлган “олиш – бериш” каби соғлом муносабат натижасида намоён бўлади. Эътибор ва муроасага тайёр туриш - бундай муносабатлар яратишнинг калити ҳисобланади.

Мексикада, асал ойимизни ўтказаетган вақтимизда, менда кино кўриш истаги пайдо бўлганини Дотти ҳамон эслайди. Бу гапимдан у ҳайрон қолди, чунки у испан тилини билмасди. Бундан ташқари, кино ҳашоратларга тўла очик кинотеатрда намоёиш этилди, Дотти эса ҳашоратларни ёқтирмасди. Лекин мен шунчалик хоҳлаганим учун у рози бўлди. Эҳтимол, ўшанда у турмушда муроасага интилишимиз ва доим ҳам ўз сўзимизни ўтказмаслигимиз кераклигини биринчи марта англаб етгандир. Баъзан фикрлар турлича бўлади, шунда жуфтликнинг биттаси четга чиқиб, жуфтининг қувончини ўзиникидан устун қўйиши керак.

Ўйин-кулги - бир-биримизга мослашиш ва эътибор беришни ўрганишга тўғри келган соҳа эди. Дидимиз бутунлай бошқа-бошқа. Дотти буни шундай

изоҳлайди: “Жошга ғарб фильмлари – жосуслар, сирли қотилликлар ҳақидаги фильмлар ва теледастурлар ёқади. Менга эса, севги қиссалари, одамлар ҳақидаги ҳикоялар, хуллас, муносабатга доир барча дастурлар ёқади. Кўпинча, мен бир нарсани томоша қилишни истаганимда, у мени ўзи танлаган фильмни томоша қилишга кўндиради. Лекин бир неча марта мени балет томоша қилиш учун Сан-Францискога олиб борган ва бу Жош томонидан қилинган ажойиб иш эди, чунки унинг ўзи ҳеч қачон балет томоша қилишга бормади.

Турмушда олишни ҳам беришни ҳам билиш керак. Баъзан худди фақат сиз бераётгандек, баъзан эса сиз фақат олаётгандек туюлади. Одатда, бири иккинчисини мувозанатлаштириб туради.

Дидимизни фарқ қиладиган яна бир жиҳат – спорт. Дотти жуда яхши кўрадиган ва кузатиб борадиган ягона спорт тури – бейсбол эди. У – Red Sox жамоасининг мухлиси эди. Энди эса, бейсболдан бошқа барча спорт ўйинларини томоша қиладиган эркакка турмушга чиқди. Мен “Dallas Cowboys” жамоаси мухлисман. Рафиқам футболга қизиқмайдиган оилада катта бўлган. Лекин у футболга қизиқишга қарор қилди, мен эса бейсболга қизиқиб қолдим. Биз гапимизни ичимизга ютмасликка ҳамда ҳар ким ўз йўлидан кетмасликка, балки иккаламизга ҳам фойда келтирадиган умумий ечим топишга келишиб олдик.

Муросадаги тенглик

Қирқ етти йиллик турмуш тажрибасига эга бўлган Дэвид Богарт шундай ёзган:

“Мен бир дарахтни кўрганман. Узоқдан қараганда, битта дарахтга ўхшайди, лекин яқинроқ бориб қараганимда, диаметри бир хил иккита танани кўрдим. Иккаласи ҳам бир-бирига мослашиб, бири иккинчисига ён бериб, битта дарахтга ўхшаб кетган, лекин аслида иккита турли дарахтлар эди. Никоҳ орқали бирлашган икки инсон ҳам худди шундай бир-бирига мослашиб кетиши мумкин, улардан ҳеч бири ҳаётий муҳим жиҳатидан маҳрум бўлмайди, шу билан ҳар бири ўзига хос бўлган иккала шахс ҳам жуфтига нисбатан зўравонликсиз камол топиш имтиёзига эга бўлиши керак. Жуфтликнинг ҳар бири ўз шахсий хусусиятларини сақлаган ҳолда бир-бирларига мослашиш учун олиши ва бериши керак. Агар кимдир буни осон деб ўйласа, қаттиқ адашади”.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- “Ҳукмронликка ижобий ёндашиш” нима дегани?
- Эр-хотинлик муносабатларида бу нима учун муҳим?
- Ҳукмронликка тўғри муносабатда бўлишни қандай ўрганишингиз мумкин?

10. ОИЛАВИЙ СИРЛАР ҲАҚИДА

Бугунги кунда тоза виждон ҳақида гапириш кулгили туюлиши мумкин. Лекин агар сиз севги ҳамда турмуш муносабатларида “исталган” инсон бўлишни хоҳласангиз, ўтмиш борасида тоза виждонга эга бўлиш ҳал қилувчи бўлади. Ҳозирнинг ўзида ҳаётингизда ва шахсий муносабатларингизда бундай сифатнинг шаклланиши севги ва турмушда ўта самарали ҳосил олишингизга имкон беради. Ҳаётингизда Худога итоат қилиб яшаганингизни, ўз роҳатингиз учун бошқа одамлардан фойдаланмаганингизни билиб, севги, эр-хотинлик ҳамда жинсий муносабатга тоза виждон билан киришни ҳис қилиш жуда ажойиб.

Ўсиш ва муносабатларни қандай куриш кераклигини англаб етиш учун йиллар керак бўлади ва ҳар биримизда муайян одоб-ахлоқ шакллари ривожланади. Улар сизнинг одатий хатти-ҳаракатларингизни ҳамда бошқа инсонларга қандай муносабатда бўлишингизни белгилайди. Шунинг учун, ҳаётингиздаги яхши севги – асосан, ўзаро яхши муносабат занжирининг натижасидир. Махсус аралашувларсиз, ўтмишда инсонларга қандай муомала қилган бўлсангиз, ҳозир ҳам шундай муомала қилишда давом этасиз. Мана шунинг учун ҳам учрашувлар даврида одоб-ахлоқ ҳамда муносабатнинг соғлом шаклини амалда машқ қилиш жуда муҳим. Бу билан бир умрлик никоҳ муносабатларига пойдевор қўйган бўласиз. Агар ҳаётингизда ўз шахсий қониқишингиз учун одамлардан фойдаланишга ўрганиб қолган бўлсангиз, севгингиз қанчалик ҳақиқий бўлмасин, никоҳда тўлиқ ўзгара олмайсиз. Бўйдоқлик ҳаётингиздаги тажриба сиз билан бирга никоҳингизга кириб келади. Никоҳ маросими мўъжизавий тарзда ҳеч нимани ўзгартирмайди. Ҳаётингиздаги севгининг сифати феъл-атворингизнинг сифатини акс эттиради. Сизнинг феъл-атворингиз эса шаклланмаган ва бир кунда шаклланиб қолмайди.

Иккита асосий тамойил

Учрашувлар даври учун Олтин Қоида деб нимани атаган бўлар эдингиз? Мен уни шундай шакллантирган бўлардим: қачондир сиз турмуш қурадиган инсон билан бошқалар қандай муносабатда бўлишини истасангиз, учрашувлар вақтида сиз ҳам учрашаётган инсонингиз билан шундай муносабатда бўлишингиз шарт. Масиҳий бўлганимдан кейин бу тамойил мен учун асосий тамойилга айланди.

Сиз учрашувга чиққан инсон билан қандай муносабатда бўласиз? Бўлғуси турмуш ўртоғингиз билан кимдир шундай муносабатда бўлишни хоҳлармидингиз? Ёки сиз учрашган инсон билан самимий муносабатда бўлмаганингиздек, бўлғуси турмуш ўртоғингиз билан бошқалар ҳам самимий муносабатда бўлмаслигини истармидингиз? Сиз учрашган инсонни ўзингиз истаган ишни қилишга мажбур қилганингиздек, келажакда умр йўлдошингиз

бўлиши мумкин бўлган инсонга кимдир ўзи истаган нарсани қилдиришга мажбур қилишини хоҳлаган бўлармидингиз?

Бугунги кунда жуда кўпчилик одамлар ўзларининг никоҳгача бўлган жисмоний алоқаларни оқлашини кўраман. Бироқ Херберт Майлз ўзининг “Никоҳгача бўлган жинсий тушунча” китобида шундай ёзган:

“Эркак киши никоҳдан олдинги жинсий алоқани мантиқий асослаш учун ўзининг онаси турмушга чиқишидан олдин ҳар қандай эркак у билан жинсий алоқа қилишга ҳаққи борлигини оқлаши керак. Ўзининг синглиси турмушга чиқишидан олдин ҳар қандай эркак у билан жинсий алоқа қилишга ҳаққи борлигини оқлаши керак. Ўзининг қизи турмушга чиқишидан олдин ҳар қандай эркак у билан жинсий алоқа қилишга ҳаққи борлигини тан олиши керак”.

Агар биз никоҳгача бўлган жинсий алоқанинг бир турини оқлай олмасак, қандай қилиб бошқа турларини таббий ҳол деб қабул қилишимиз мумкин? Бу мантиққа тўғри келмайди ва виждонимиз буни билади. “Агар севсанг, бунинг ёмон жойи йўқ” деб, никоҳгача бўлган жинсий алоқани оқлайдиган инсонлар севгининг нима эканини яхши англамасликларини кўрсатган бўладилар. Сиз кимнидир чин юракдан севиб, уни нопок виждон билан умрбод турмуш қуришга мажбур қила оласизми? Мен ҳар доим қизларимнинг кўзига тик қараб, улар учрашиб юрган ва турмушга чиқмоқчи бўлган йигитлар қизларимга худди мен рафиқамга қилгандек муомала қилишларини исташимни айтгим келади.

Менинг яна бир асосий тамойилим – учрашув вақтида ўзимни шундай тутайки, бўлғуси турмуш ўртоғимни мен аввал учрашган аёллар билан бемалол таништира олай. Бу фикрга амал қилганимдан бугун жуда хурсандман. Уч йил учрашиб юрган ва уйланишимга сал қолган аёл ҳозирда рафиқамнинг энг яқин дугонасига айланган.

Эҳтимол, сиз айта оларсиз, лекин мен ҳақиқий яхши инсон сифатида намуна бўла олмайман. Энди мен нима қилай? Қийналайми? Никоҳ ҳақида унутайми? Йўқ, кечирувчи Худо сиздан кутаётгани бу эмас. Янги муносабатларга айбдорлик ҳиссини олиб кириш керак эмас. Баъзан, виждонни поклашнинг ягона йўли – ортга қайтиб, қилган хатоларингиз учун кечирим сўрашдир.

“Биргаликдаги ҳаётингиз” китобида Элоф Нельсон айбдорлик ҳисси туфайли келиб чиқадиган муаммоларни муҳокама қилади:

“Ўзларининг катта муаммолари билан менга мурожаат қиладиган инсонлар ўтмишдаги хатолари ва айбдорлик ҳисси уларни қийнашини қайта-қайта айтадилар. Улар Худо уларни кечирганини билишса ҳам, ҳиссий жароҳатларни кесиб олиб ташлайдиган хирург мавжуд эмаслигини хаёлларига келтирмайдилар. Шунинг учун, Худога бўлган имон туфайли, раҳм-шафқат орқали оқланишимизни англаб, ҳар куни кечирим билан яшаётганимизни ўзимизга эслатишимиз лозим. Ўтмишдаги хатолар Худонинг раҳм-шафқати

туфайли кечирилган ва қабул қилинган кечирим орқали янги ишонч ҳосил бўлади. Масиҳийча ҳаёт кечирим ҳақиқатини таъкидлайди, зеро кечиримнинг ҳақиқати масиҳий ҳаётнинг асосидир”.

Ўтмиш учун Худодан кечирим сўраш ва Унинг кечиримини қабул қилишдан ташқари, сиз чин дилдан ўзингизни кечиришингиз ва қабул қилишингиз керак. Ўтмишни ўзгартира олмаганингиз учун ҳам ҳаётингизнинг бу қисми туггани ва Худо қудратли бўлгани учун ҳамда сизнинг масиҳий ҳаётингизни янгилашни истагани учун Ундан миннатдор бўлинг. Аввалги ҳаётингиз ҳозирда сизга қанчалик ёмон кўринмасин, сиз тоза виждонга эга бўлишингиз мумкин.

Сирларни фош қилиш

Бир-бирига кўнгил қўйган кўплаб жуфтликлар маслаҳат олиш учун ёнимга келишади ва кўпинча, “Севган инсонимга ўз ўтмишимни қай даражада айтишими керак?”, деб сўрашади. Бу муаммо кўпчилик инсонларда катта ташвиш келтириб чиқаради. Менинг маслаҳатим қуйидагича – “ҳамма сирларни” айтиб беришга мажбурман, деб ўйламамлар. Сизни ҳозирги ҳолингизча севишларини ва қабул қилишларини билсангиз, севгингиз хавфдан ҳоли. Бироқ, ўтмишингизда содир бўлган ҳодисалар ўзаро муносабатингизни қайта кўриб чиқишга мажбур қилса, унда ташвишланиш керак.

Крис исмли йигит бу муаммони ҳал қилиши кереалигини англаб етди. Унинг гапларини эшитиб, агар ўтмишни айтмаслик муҳаббатига ва унга бўлган муносабатларига салбий таъсир қилишидан чўчимаса, буни айтмасликни маслаҳат бердим. Агар ўтмишини айтиш уни чўчитганида эди, қизга бу ҳақда айтишини ва муҳаббатини синаб кўришни маслаҳат берган бўлардим. Агар у қизга қалбини тўлиқ оча олмаса, бу қўрқув уни бутун умр таъкиб қилган бўлар эди.

“Турмушга тайёрланиш” китобида Дэйвид Мэйс бу борада бир қанча фикрларни айтиб ўтган:

“Эътироф этишга оид бир нечта қоидаларни сизларга таклиф қиламан. Агар буни қилишингиз керак деб ҳисобласангиз ва жуфтингизни умидсизликка тушириб қўймайдиган тарзда амалга оширишингизга ишонсангиз – унда олға! Лекин, агар шубҳа қилаётган бўлсангиз, қуйидаги режага амал қилинг. Аввалига, ўзингиз ишонган, ҳурмат қилган инсоннинг олдига бориб, ҳаммасини эътироф этинг ва турмуш қурмоқчи бўлган инсонингизга буларни тан олишингиз тўғри бўлиш ёки бўлмаслигини у билан муҳокама қилинг. Агар иккалангиз ҳам бундай қилмаслик керак, деган қарорга келсангиз, бу муаммо сизни бошқа безовта қилмаслиги керак, деган хулосага келишингиз лозим. Энг муҳими, сиз тан олишга тайёр эканлигингизни исботладингиз. Лекин вақт ўтиб, сир ошкор бўлса ва жуфтингиз сиздан нима учун бу ҳақда унга айтмаганингизни сўраса, буни айтишга тайёр бўлганлигингизни ва аллақачон

кимгадир айтганингизни айтишингиз мумкин (исмини айтишингиз ҳам мумкин). Кейин, ўша пайтда айтмасликни тўғри деб ҳисоблаганингизни тушунтиринг”.

Қуйидагиларни ёдда сақланг: тоза виждон – Худо сизнинг ҳаётингизни ўзгартиришни хоҳлайдиган асарни ёзиши лозим бўлган тоза ва муносиб қоғоздир. Агар бу қоғознинг усти ифлос бўлса ёки аввалги рассомдан қолган чизиклар ўчирилмаган бўлса, суратда Бош Рассом назарда тутган манзара ҳосил бўлиши қийин бўлади.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Ҳаётингиздаги қайси сирдан шайтон сизга зулм ўтказиш учун фойдаланади?
- Бу сирдан қандай халос бўлишингиз мумкин?

11. ҚАЛБИНГИЗНИ ТАРБИЯЛАНГ

Худо билан шахсий муносабатларингиз ҳақиқий севги, никоҳ ва жинсий муносабатга эришиш ҳамда уларни сақлаб қолишингизга бевосита таъсир қилади. Шунинг учун, “исталган” инсон бўлиш учун энг муҳим талаблардан бири – ривожланиб борадиган маънавий ҳаёт бўлиши керак.

Бир куни ғазабланган эр мендан: “Омадли турмушнинг энг муҳим омили нима?”, деб сўради. Мен унга Дотти билан ўзаро муносабатимизнинг муҳим омили – Исо Масиҳ билан шахсий муносабатим эканини айтдим. У бундай жавобдан ҳайрон қолди. Шунда муносабатларга тўғри назар билан қарайдиган, руҳан яқин бўлган ҳар қандай эркак ёки аёл кўнгилдагидек жинсий ҳаётга эга бўлишларини сездим. Бу нарса масиҳийларга ҳам масиҳий бўлмаганларга ҳам бирдек тегишли, чунки руҳий яқинлик билан жинсий лаззат ўртасида катта ўхшашлик мавжуд.

Масиҳ юрагингизда ишлаганида, сиз одамларга Худонинг назари билан қарашни бошлайсиз. Худо инсонларнинг гуноҳи туфайли Ўз Ўғлини хочга юбориш учун инсониятни муҳим деб ҳисоблади. Жуфтимизнинг кадрига мана шундай назар билан қарашни ўрганганимизда, ҳаётимиз тубдан ўзгаради: масиҳийлар ҳар бир инсон асл кадр-қимматга эга эканига ишонишади. Мана шу йўл билан инсон биринчи навбатда, жинсий алоқа объекти эмас, ҳурмат ва эътибор билан муомала қилиши керак бўлган киши сифатида қабул қилади, чунки Худо бу инсонга мангу кадрийат берган. Бу фикр онгизга муҳрланиб, ушбу ишонч энг муҳим жинсий орган – миянгизни қайта дастурлаши мумкин.

Руҳиятни ўрганиш

Қатъий илмий тадқиқотлар менинг ҳолатимни қўллаб-қувватлайдими? Келинг, бир қанча тадқиқотлар натижасини кўриб чиқамиз.

Икки социолог, Жоржия штати Университетининг ижтимоий тадқиқотлар ва болалик ҳамда оилани ривожлантириш факультети профессори ассистенти доктор Пол Эммонз, ҳамда Небраска Университети қошидаги Оилавий иқтисодиёт Коллежининг инсон ва оилани ривожлантириш факультети декани ҳамда профессори доктор Пик Стиннст бахтли никоҳдаги энг яхши оилавий муносабатларга эга бўлган инсонларни ўрганишди. Бундай оилаларга хос бўлган асосий хусусиятлардан бири – “уларнинг руҳан етукликлари” эди.

Йель Университети қошидаги Тиббиёт мактаби ўқитувчилари ва сексологлари доктор Лорна ва Филип Саррел аёл кишининг жозибадорлиги бўйича ҳисобот учун 26000 эркак ва аёллар ўртасида тадқиқот олиб боришди. Натижалар «аёлларнинг диний туйғулари кучи ҳамда жинсий алоқадан оладиган ҳислари ўртасида» яқин муносабат мавжудлигини кўрсатди. Уларнинг хулосаларига кўра, кучли диний туйғуларга эга бўлган аёллар одатда фаол жинсий ҳаёт кечирадилар». Худди шундай, «динга қарши кучли қарашларга эга аёллар кўпроқ бахтсиз жинсий муносабатларга эга эканлар».

Эркаклар ва аёллар ўртасидаги жинсий муносабатлар ҳақида “Макколз” журнали обуначилар билан ўтказилган суриштирув натижасида “ҳаётида Худо мавжуд эканлигига ишонадиган имонли аёллар бошқа аёлларга нисбатан камроқ руҳан эзиладиган, илиқроқ ва очикроқ” эканлиги аниқланди.

Кейин Политехника институти ва Виржиния штати Университети профессорлари Майкл Спаровский ва Жорж Хьюстон эллик йил ва ундан ортиқ бирга яшаган жуфтликлар орасида изланишлар олиб боришиб, улар омадли турмуш учун нималар муҳим омил, деб ўйлашларини аниқладилар. Суриштирувда иштирок этганларга берилган топшириқлардан бири “омадли турмуш учун нималар муҳим”лигини ёзиш эди. Эркаклар ҳам аёллар ҳам динни энг муҳим бўлган бешта омилга киритишган, аёллар динни бахтли турмуш учун ҳатто севгидан ҳам устун қўйишган.

Оилавий тиббиёт мутахассиси, доктор Роберт Тейлор билан бўлган махсус суҳбатда, ундан эр-хотинлик муносабатларини ривожлантиришда диннинг аҳамияти ҳақида сўрашган. Доктор Тейлор “фаол диний жуфтликлар одатда, барқарор турмуш кечирадилар”, деб жавоб берган.

Оилавий тузилишни ўрганган икки олим доктор Ника Стилиста ва доктор Жон Деферсоннинг (иккаласи ҳам Небраска штати Университетида ишлашади) ишлари ҳақидаги ҳисобот бўйича “Редбук” журналида Дэйвид Милофский шундай ёзган:

“Оилавий тузилишларни миллий ўрганишнинг ажойиб жиҳатларидан бири – суриштирувда иштирок этган оилалар орасида диний йўналишнинг юқори эканлиги эди. Уларнинг кўпчилиги (ҳаммаси бўлмаса ҳам) мунтазам равишда жамоатларга ёки синагогаларга боришган, жамоатнинг турли

маросимларида иштирок этишган ҳамда бутун оила биргаликда ибодат қилишган ва Калом ўқишган”.

Доктор Стиннетнинг таъкидлашича, сўнгги эллик йил давомида ўтказилган тадқиқотлар нафақат оилавий ҳаётда, балки ҳаётнинг барча соҳаларида дин билан муваффақият ҳамда бахт ўртасида мустаҳкам муносабат мавжудлигини кўрсатган. Шунинг учун мужассам диний ҳаёт оилада умумий қадриятлар ҳамда бирдамлик туйғуси учун асос яратиши ажабланарли эмас. Стиннет яна шуни айтадики, оила асосларини ўрганиш – Худога бўлган имон оилавий бахтнинг шарти эмаслигини ҳамда динга берилмаган оилалар бахтли бўла олмайди, дегани эмаслигини кўрсатади, лекин дин оила учун ҳам алоҳида шахс учун ҳам асосий куч манбаи бўлиши мумкин”.

“Тадқиқотлар кўрсатганидек, фуқаролик никоҳдан ўтган жуфтликларга нисбатан жамоатда никоҳдан ўтган жуфтликларнинг кўпчилиги умрининг охиригача бирга бўлишлари тасодиф эмас; улар умумий қадриятлари ҳамда ўз эътиқодларини биргаликда баҳам кўришади”.

“Чикаго Трибьюн” жозибадорликнинг афзаллиги бўйича изланишлар натижалари ҳақида ҳисобот ўтказди. “Редбук” журналининг юз минг обуначилари шундай дейди: “Кузатувлар орқали аниқланишича, аёлларнинг диний эътиқодлари қанчалик юқори бўлса, турмушнинг жинсий қувончидан шунчалик тўла қониқиш олади”. Кейин, “диндор аёлларнинг юқори даражали жинсий қониқиши шунчаки, ҳаётдаги барча муносабатларда умумий бахтиёрлик кўпроқ намоён бўлишига боғлиқлиги” ҳисоботда таъкидланган.

Рухийлик ва жозибадорлик

Чуқур диний эътиқод нима учун севги, никоҳ ҳамда жинсий муносабатларга бунчалик ижобий таъсир кўрсатади? Социолог доктор Херберт Малз “Никоҳдан олдинги жинсий тушунча” китобида шундай жавоб беради:

“Бу саволга жавоб бўлиши мумкин бўлган назариянинг учта йўналиши мавжуд. Биринчиси, масиҳийликнинг асосий тамойиллари яхши жинсий ҳаётга ҳисса қўшади, деб ҳисоблаймиз. Масиҳийлик таълимотига кўра, шахслараро муносабатларда (1) кадр-қиммат ҳамда қадриятлар шахснинг ўзида бўлади; (2) биз барча инсонларнинг ҳуқуқини ҳурмат қилишимиз керак; (3) фидоий бўлишимиз керак; (4) бир-биримизда меҳрибон бўлишимиз ва бир-биримизни тушунишимиз лозим; (5) бошқаларга нисбатан сабрли бўлишимиз ҳамда бошқаларни танқид қилишга шошилмаслигимиз ва бошқаларни ҳукм қилмаслигимиз керак; (6) бошқаларнинг бахти ва фаровонлиги ҳақида қайғуришимиз лозим; (7) бир-биримизга ёрдам беришимиз керак; (8) ўз-ўзимизни тарбиялашимиз ва ўзимизни назорат қилишни машқ қилишимиз керак. Масиҳийликнинг ушбу қоидалари яхши жинсий мослашиш учун асосий қоидалар эканлиги дарҳол маълум бўлади.

Бошқа томондан эса, бахтиёр жинсий ҳаёт кечиришга ҳалал берадиган айрим инсоний хусусиятлар ҳам бор, масалан, (1) худбинлик, (2) сабрсизлик, (3) бошқаларнинг эҳтиёжи ҳамда ҳуқуқларига эътиборсизлик, (4) айблаш ва ҳукм қилишга шошилиш, (5) ўрганишни истамаслик, (6) лаҳзали истакларни қондиришга уриниш. Бу нарсалар масиҳийликка оид бўлмаган хусусият эканлиги маълум. Ишонч билан айтиш мумкинки, масиҳийча идеаллар бахтли турмуш ва қониқарли жинсий ҳаётнинг калити ҳисобланади.

Иккинчидан, тадқиқотларимиз шуни кўрсатадики, масиҳийлик турмушда жинсий мослашув учун имкон яратади.

Тадқиқотимизда иштирок этган 151 та жуфтликдан 98% жамоат аъзолари бўлиб, эрларнинг 83%, аёлларнинг 96% ёшлигида мунтазам равишда якшанба мактабларига боришган, эрларнинг 76% ҳамда аёлларнинг 79% якшанба мактаблари муаллимлари эди, 73% мунтазам равишда ушр бериб келишган, 86% никоҳ кечасида Калом ўқишган ва овоз чиқариб ибодат қилишган, 90% ҳар доим оилавий хизматларда қатнашишган, 90% овқатдан олдин ибодат қилишган, 96% эрлар ҳамда 93% аёллар жамоат тадбирларида оммавий ибодатларни олиб боришган.

Ишонч билан айтиш мумкинки, қатнашчиларнинг 90-95% масиҳий фаоллар эдилар. Тасаввур қияпсизми, жинсий муносабатларга бу масиҳий жуфтликларнинг 78% бир ҳафтадаёқ, 12% – икки ой мобайнида, 6% эса ўттизинчи ойнинг охирида мослашишган. Жуфтликлар турмуш қурганларидан кейин олти ойдан бир йилгача бўлган даврда, жинсий кўникма ҳосил қилган 96% аёллар ҳар доим ёки аксарият ҳолатларда оргазм қабул қилганларини таъкидлашган.

Бундан ташқари, ўша давр мобайнида 41% жуфтликлар кўп ҳолларда эр-хотин бир пайтда оргазм қабул қилишганини, 38% эса баъзан бир пайтда қабул қилишганини айтишган. Мослашувнинг бу даражаси бошқа изланишларда ҳам мослашиш даражасини оширади. Агар масиҳийча ҳаёт нормал жинсий мослашишга тўсқинлик қилса, тадқиқот иштирокчиларининг юқори даражадаги мослашишини қандай изоҳлаш мумкин? Гарча биз буни қатъий таъкидлай олмасак ҳам изланишларимиз масиҳий қадриятлар, хатти-ҳаракатлар ҳамда турмушдаги жинсий мослашув ўртасидаги боғлиқликни излайди. Унда масиҳий қадриятлар ҳамда хатти-ҳаракатларнинг жинсий мослашишга тўсқинлик қилиши ҳақида аниқ далиллар мавжуд эмас.

Масиҳийликни танқид қиладиган айрим муаллифлар ўзларини етук масиҳий деб ҳисоблайдиган ёшларни никоҳни режалаштираётган пайтларида жинсий алоқа ҳақида гапира олмасликларини таъкидлашади. Бироқ бизнинг изланишларимиз бу назариянинг нотўғри эканини кўрсатди. Эр-хотинларнинг 91% турмуш қуришларидан аввал шахсий муносабатлари ҳамда жинсий алоқа

ҳақида жиддий гаплашиб олганларини айтишди. 97% эса турмуш қуришларидан бир ой аввал жинсий алоқа ҳақида мана шундай гаплашиб олганлар.

Учинчидан, масиҳийликда ҳам жинсий алоқага оид кўплаб нотўғри тушунчалар бўлиб, бу тушунчалар жинсий алоқалар ҳақидаги яҳудий-наصريонийлик таълимотига зиддир. Бунга келиша олмасдан ажрашиш арафасида турган, уч фарзанднинг ота-онаси, ўттиз ёшли эр-хотинларни мисол қилиб келтириш мумкин. Хотиннинг онаси Н хоним ажралишни олдини олиш учун ёрдам сўраб, чўпоннинг олдига келади. Чўпон эр-хотин орасидаги келишмовчиликнинг эҳтимолий сабабларини ўрганиб, охирида, эр-хотиннинг жинсий муносабатлари қониқарли бўлган ёки бўлмагани билан қизиқди. Н хоним жаҳл билан чўпонга деди: “Жаноб, бу эр-хотин масиҳийлар эканини билишингиз керак. Фарзандларим туғилганидан кейин, мен эрим билан бирга ётмай қўйганман (жинсий алоқани назарда тутмоқда). Қизимнинг учинчи фарзанди туғилганидан кейин мен унга эри билан ётмасликни тайинлаганман. Мана, беш йилдан бери у эри билан ётмайди. Жаноб, жинсий алоқа ҳақида гапириш масиҳийликка тўғри келмаслигини билишингиз лозим”. Эр-хотин ажрашиб кетишди.

Ҳар қандай ақли расо инсон Н хонимнинг фикри нотўғри эканини, масиҳийликка тўғри келмаслигини яхши билади. Н хонимнинг фикрларига нисбатан масиҳийликдан жавоб талаб қилиш – инсонларнинг касаллик сабаблари ҳамда даволанишига оида кўплаб оддий тушунчалар учун тиббиёт фанидан жавоб талаб қилиш билан баробар”.

Мени жанубий-ғарбий университетларнинг бирида, инсонларнинг жозибадорлигини ўрганувчи талабалар ҳузурида маъруза қилишга таклиф қилишди. Ўша талабалардан бирининг китобини сўраб олдим. Китобни ўрганар эканман, ўша талаба тагига чизиб қўйган иборага дуч келдим. Ўқиганларимга ишонгим келмасди: “Диний эътиқодга эга бўлган ҳар қандай инсоннинг жинсий ҳаёти тўлақонли бўлмайди”. Бу фикрга қарши бир дунё илмий далиллар мавжуд бўлса ҳам дунёвий муаллифлар ҳалигача мана шундай афсоналарни тарқатиб юришибди.

Менинг фикрларимни текшириб кўринг

Мана шу пайтда сиз эҳтимол, шундай айтарсиз: “Шошманг. Мени статистика билан чалғитманг. Мен турмуш ўртоғим билан мурса қилиб яшашим лозим бўлган ҳақиқий оламда яшаяпман”.

Мен тилга олган статистика маълумотларини мувозанатлаш учун бир нечта шахсий фикрларимни айтай. Турмушда эр билан хотин Масиҳга яқинлашгандек бир-бирларига яқин бўлишади. Ижозатингиз билан буни ён томонлари тенг бўлган учбурчакка таққосласам. Эр ва хотин – иккита пастки бурчак, Масиҳ эса юқори бурчак ҳисобланади. Агар иккала пастки бурчак бир-бирига яқин бўлишни истаса, иккаласи ҳам юқorigа қараб ҳаракат қилишлари

лозим. (Буни яхшироқ тушуниш учун сизларга Уолтер Торшибанинг “Мен сенга уйландим” китобини ўқишни маслаҳат бераман). Исо Масих орқали Худо билан шахсий муносабатим Доттини кўпроқ севишга, унга яхши эр ҳамда яхши дўст бўлишимга ёрдам берди.

ИСО МАСИХ

ЭР ВА ХОТИН

Кўп йиллар аввал, Доттини учратмасимдан олдин, ҳаётимда баъзи қийин саволларга жавоб топишга ҳаракат қилишни бошлаганман. Мен яшаган жойдаги одамларнинг кўпчилиги ўзларини “хўжакўрсинга” диндор қилиб кўрсатганликлари учун саволларимнинг жавоби дин деб ўйладим ва диндан бошладим. Мен эрталаб ҳам, кундузи ҳам, кечкурун ҳам дин билан шуғулландим. Бироқ, мен “нотўғри” жамоатга борганман, шунинг учун ўзимни аввалгидан ҳам ёмонроқ ҳис қилдим.

Кейин ўйлаб қолдим: “Майли, балки таълим бу саволга жавоб берар”. Фермадан чиққан йигит сифатида, қаймоқ сутнинг юзига чиқиб қолишини билардим. Айнан таълим олган инсонларгина ички қувонч, бахт, аҳамият ва ҳатто озод бўлиш учун кучга эга бўлишади. Мана шундай фикрлар билан мен университетга ўқишга кирдим. Бу эса ҳаётда ҳақиқат ва ўз мақсадини топишга интилаётган инсон учун умид бахш эта олмайди!

Мен ўқишга кирган биринчи университет Мичиган штатида бўлиб, талабалар шаҳарчасидаги энг аҳамиятсиз талаба бўлганман. Менга жавоб керак эди. Мен ўқитувчиларни ўз хоналарида ушлаб олардим. Улар менинг келаётганимни кўрганларида, хонасининг чироғини ўчириб, пардаларни тортиб қўйишарди. Ўқитувчилар ҳамда факультетимиз талабаларининг муаммолари меникидан кўп эканини, улар мендан ҳам баттар тушкунликда эканликларини англаб етишим учун анча вақт керак бўлди. Аслида, иқтисодиёт назарияси бўйича устозим менга ҳаётда қандай қилиб кўпроқ пул топиш мумкинлигини ўргатиши мумкин эди, лекин қандай қилиб яхши ҳаёт кечириш мумкинлигини айта олмасди.

Ўшанда мен ўйлаб қолдим: “Эҳтимол, обрў-эътибор саволимга жавоб бўлар? Ўзимга “унвон” ўйлаб топиб, ҳаётимда тадбиқ этарман!”. Университетдаги ҳаммани кўлга олган, ҳаммага гапи ўтадиган, талабаларга етакчилик қиладиган талабалар ҳақида ўйладим, шунинг учун турли хил сиёсий лавозимларга ўз номзодимни қўйдим ва мен сайландим.

Талабалар шаҳарчасидаги барча талабаларни таниш, қарорлар қилиш, ўзимга керак бўлган мақсадлар учун бошқаларнинг пулларини ишлатиш жуда ажойиб эди. Бундан роҳатланар эдим. Лекин ҳар душанба куни худди аввалгидек инсон бўлиб уйғонардим. Одатда, душанба кунлар бошим оғрирди ва ҳар доим бир нарсани ўйлардим: “Мана, кейинги беш кун яна бошланди”. Мен душанбадан жумагача амаллаб чидардим; менинг хаёлларим жума, шанба

ва якшанба оқшомлари бўладиган базм билан банд эди. Базмлар яна душанбага уланарди.

Аста-секин асабийлаша бошладим. Мамлакатимиздаги кўплаб университет талабалари мен каби ҳаётдан маъно, ҳақиқат, куч ва мақсад излаганларига ишонмайман, қолаверса, мен ўзим ҳам уларни топа олмадим.

Абадий умид манбаи

Ўша пайтда мен талабалар шаҳарчасида бир гуруҳ одамларни кўрдим. Улар кўпчилик эмасди – саккизта талаба ва иккита ўқитувчи эди, лекин уларнинг ҳаёти бошқаларнинг ҳаётидан фарқ қилишини кўрсатиб турадиган нимадир бор эди. Кейинроқ маълум бўлишича, улар бу ҳаёт қаёққа олиб боришини билишарди, бу эса ноодатий эди. Бизнинг жамиятимизда кўплаб одамлар мен Чикаго университетида учратган инсонга ўхшайди. У орқасига “Ортимдан юрманглар, мен адашиб қолдим” деб ёзилган катта плакат осиб олиб, бутун ҳудуд бўйлаб айланиб чиққанди (ўшанда рўйхатга олиш ҳафтаси эди).

Бу одамларнинг нафақат йўналиши, балки эътиқодлари ҳам бор эди. Сизлар қандай ўйлайсизлар билмадим-у, лекин эътиқодлари меники билан мос келмаса ҳам, менга уларнинг ёнида бўлиш ёқарди. Айрим дўстларим мен ишонган нарсаларга ишонишмасди. Мен ўзлари ишонган нарсаларга нима учун ишонаётганликларини билмаса ҳам, ўзлари ишонмайдиган нарсаларга нима учун ишонмасликларини биладиган инсонлар билан фахрланаман. Мана шуниси жуда муҳим ва бу гуруҳдаги одамлар буларнинг барини билишарди.

Бундан ташқари, бу одамлар бошқаларга нисбатан меҳрибон эдилар. Кўп одамлар муҳаббат ҳақида гапириб юрганларида бу инсонлар бошқалар билан муносабатда қандайдир ўзига хос бир нарсани ифода этишларини пайқадим. Уларда менда бўлмаган ва мен истаган нимадир бор эди, шунинг учун улар билан дўстлашдим.

Бир неча ҳафтадан кейин биз талабалар йиғилишида учрашдик. Ўша талабаларнинг олтитаси иккита ўқитувчи билан бирга келишгани, ўқитувчиларнинг биттаси рафиқасини ҳам олиб келгани ёдимда. Сухбат Худо ҳақида бўлди. Ҳақиқатга тик қарайлик: агар ўзингизга ишонмасангиз, ким бўлсангиз ҳам – талабами, ўқитувчими, ишбилармонми, официантми – Худо ҳақида гап кетганда, ёмон ўйинда ҳам ўзингизни яхши тутишингиз лозим. Ҳар бир университетда, мактабда, ҳар бир идорада ва ҳар бир ошхонада “Масиҳийлик ақлли кишилар учун эмас, балки заифлар учундир”, дейдиганлар топилади.

Мен нимани билиб олганимни биласизми? Ҳеч қандай истисносиз қоидани: инсон ўзига бўлган ишончни кўрсатишга қанчалик уринса, унинг қалби шунчалик бўш бўлади. Мен ҳам уларга ўзимни шундай кўрсатишга ҳаракат қилдим. Уларнинг гаплари менинг жаҳлимни чиқарди. Уларда бор

бўлган нарса менда ҳам бўлишини истардим, лекин буни уларга билдиришни истамасам ҳам улар буни яхши билишарди. (Қандай муаммога учраганимни кўряпсизми?)

Мен стулга суяниб, жилмайишга ҳаракат қилдим. Ёнимдаги жувонларнинг бирига қарадим. (У жуда чиройли эди. Мен ҳамма масиҳийлар хунук бўлади, деб ўйлардим. Мен “агар сен омадсиз бўлсанг ва ҳеч қачон муваффақиятга эришмасанг, масиҳий бўласан”, деб ўйлардим). Мен ундан: “Сизлар талабалар шаҳарчасидаги бошқа талабалардан қандай фарқ қиласизлар?”, деб сўрадим. У менга жилмайиб қаради-да, “жавоб” тариқасида, университетда мен кутмаган, кайфиятингиз бўлмаса, жаҳлингизни чиқарадиган иккита сўз айтди. “Исо Масих”. “Фақат бу эмас, дедим мен, - дин, жамоат, Калом ҳақида кўп эшитганман. Менга дин ҳақида бундай сафсаталарни гапирманг”. Унда жасорат ҳамда қатъий ишонч бор эди, шунинг учун кўзимга тик қаради, лекин бу гал жилмаймади. “Қулоқ солинг, - қатъий жавоб берди у, мен сизга “дин” ҳақида ҳеч нима демадим; мен сизга “Исо Масих” дедим”. Менга қўпол муомала қилишни ўргатишмаган, шунинг учун ундан узр сўрадим. Унга: “Ўзимни ёмон тутганим учун мени кечиринг, лекин тўғриси айтсам, бу нарсалар аллақачон жонимга теккан. Мен шунчаки бунга боғланиб қолишни истайман”.

Кейин содир бўлганларга ишонгим келмайди. Ўша жойнинг ўзида, яъни университетда бу талабалар ҳамда ўқитувчилар Исо Масиҳнинг кимлигини ўрганишимни таклиф қилишди. Мен буни ҳазил, деб ўйладим. Улар менга Худо қандай қилиб инсон қиёфасига кириб, Исо Масиҳга айлангани, инсоният учун Унинг хочда қурбон бўлгани, дафн қилиниши ва учинчи куни тирилгани ҳамда йигирманчи асрда ҳам У инсонларнинг ҳаётини ўзгартиришга қодир эканини айтиб беришди.

Кутилмаган ҳулоса

Бемаънилик! Мен ҳар доим масиҳийларда иккита ярим шар бўлади, улардан биттаси йўқолган, иккинчиси эса ўша йўқолганини беҳуда излайди, деб ўйлаганман. Ёдимда, ўша масиҳий талабани янчиб ташлашим учун ҳамманинг олдида гапиришини кутиб тургандим. Одатда, бу масалада ўқитувчилардан ҳам олдинда эдим. Масиҳий бериши мумкин бўлган саволларнинг барчасига жавоб бера олардим, лекин бу одамлар мени қайта-қайта синашда давом этишди, мен ҳам уларнинг даъватини қабул қилдим.

Тан олишим керак-ки, мен буни ёмон мақсадда қилгандим. Яъни, ниманидир уларга исботлаш учун эмас, балки уларни рад қилиш мақсадида қилгандим. Аслида, мақсадим уларнинг барча эътиқодларини зиёлилар учун ҳазилга айлантирадиган “Инкор қилиб бўлмас ҳақиқатлар” деб номланган китоб ёзиш эди.

Мен масиҳийликнинг беъамнилигини кўрсатмоқчи бўлдим, бироқ икки йиллик изланишлар ҳамда анча-мунча харажатлардан сўнг бу ташаббус ўзимга қарши чиқди. Мен Масиҳ Ўзини Ким деб атаган бўлса, У чиндан ҳам шундай бўлган, деган хулосага келдим. Бундай хулосага келишимга имоннинг алоқаси йўқ; У жуда доно бўлган. Кейин шундай қарорга келдим: агар мен масиҳийликнинг иккита асосий йўналишларидан ҳеч бўлмаса биттасини ҳақиқий эмаслиги ёки тарихан ишончсиз эканини кўрсата олсам, масиҳийлар билан баҳсда ғолиб чиқаман.

Биринчи вазифа – Янги Аҳд тарихан ишончсиз эканини кўрсатиш эди. Бу бўйича саволлар бўлиши мумкин эмас, деб ўйлагандим. Бу китоб воқеалар содир бўлганидан бир неча йиллар ўтиб ёзилган ва бошқа хатоликлар ҳамда номувофиқликлар билан бирга кўплаб афсоналар ҳам кўшиб ёзилган, деб ўйлаганман. Мен исботлашим лозим бўлган нарсалар шулар эди. Лекин уларнинг бари ўзимга қарши чиқди!

Иккинчи мақсад – тирилиш бўлиб, буни инкор қилиш янада осонроқ, деб ўйлагандим. Исо Масиҳ таълимотларининг бари, нима учун яшагани ва ўлгани – Унинг қабрдан қайта тирилишига асосланган эди ва менинг вазифам ҳеч қачон бундай бўлмаганини исботлашдан иборат эди. Бу жуда осон деб ўйлаганман, чунки ўликдан тирилган одамни ҳеч қачон кўрмаганман. Бу ҳам ўзимга қарши чиқди. Аслида, далиллар шунчалик ҳайротомуз эдики, яна бир китоб, “Тирилиш омили” китоби учун материал бўлди.

Ажралмас куч

Мен жуда қийин вазиятга тушиб қолдим. Онгим буни тан олган бўлса ҳам, ўзим тан олгим келмасди. Масиҳий бўлиш (“имонли” деб аташни афзал кўраман) “мен” учун зарарли эканини билдим. Мен ўзимнинг мустақил инсон эканимдан ғурурланардим. Исо Масиҳ Унга Нажоткорим ва Раббим деб ишонишимни талаб қилди. Исо ҳаётимни Унга ишонишиб топширишимни сўраб, иродамни синади, чунки У менинг гуноҳларим учун хочда қурбон бўлган эди. Унинг таклифи тахминан шундай эди: “Қара! Мен эшик олдида туриб, тақиллатаяпман. Ким овозимни эшитиб эшикни очса, Мен у билан ва у Мен билан овқатни баҳам кўраимиз” (Ваҳий 3:20). Мен “Уни қабул қилганларнинг ҳаммасига, Унга имон келтирганларга, У Худонинг фарзанди бўлиш ҳуқуқини берганини” тан олишим керак эди (Юҳанно 1:12).

Унинг сув устида юргани, сувни шаробга айлантиргани мени ташвишга солмасди, қанақадир “ёқимсиз” кимса ҳаётимга кириб келишини истамасдим. Ўйин-кулгидан маҳрум бўлиш, ақлий изланишларни йўқ қилиш ёки ёши катта ҳамкасблар орасида илмий тан олинишдан воз кечишнинг Исо Масиҳни ҳаётимга қабул қилишдан ҳам тезроқ амалга ошадиган йўлини тасаввур қила олмадим. Онгим менга масиҳийлик ҳақиқат эканини айтарди, бироқ иродам эса: “Буни тан олма”, дерди. Содда қилиб айтганда, мен мушкул аҳволда қолдим.

Ҳар гал бу шижоатли масиҳийларнинг ёнига борганимда, зиддият кучайиб борарди. Агар ўзингизни жирканчли ҳис қилган вақтингизда бахтли инсонлар ёнида турган бўлсангиз, улар сизни қанчалик жаҳлингизни чиқаришини яхши тушунасиз. Улар жуда бахтиёр эдилар, мен эса шу қадар жирканчли эдимки, ўрнимдан сакраб туриб, талабалар йиғилишидан чиқиб кетдим. Шунчалик хафа бўлганимдан соат ўнда уйқуга ётган бўлсам ҳам, тонги тўртгача ухлай олмадим. Мен ё Исони ҳаёлимдан чиқариб ташлашим ёки бўлмаса, Уни қабул қилишим керак эди.

1959 йил, 19 декабрь куни 20:30 да, университетнинг иккинчи босқичида мен масиҳий бўлдим. Кейинроқ кимдир мендан “Қаердан биласан?”, деб сўради. Мен унга “Мен ўша ерда эдим”, деб жавоб бердим. Ўша тунда мен ибодат қилдим. Худо билан, Унинг Ўғли билан, ўликдан тирилган, барҳаёт Масиҳ билан муносабат ўрнатиш мақсадида тўрт босқичдан иборат ибодат қилдим. Вақт ўтгани сайин бу муносабат ҳаётимни ўзгартирди.

Аввалига шундай ибодат қилдим: “Раббим Исо, менинг ўрнимга хочда бўлганингдан миннатдорман”. Кейин шундай дедим: “Ҳаётимдаги Сенга маъқул бўлмаган нарсаларна тан оламан ва мени кечиришнгни ҳамда мен поклашингни сўрайман” (Калом шундай дейди: “Туноҳларингиз қизил рангга ўхшаса ҳам, сизлар қордай оппоқ бўласизлар” – Ишаё 1:18). Учинчиси, “Ҳозирнинг ўзида қўлимдан келганча ҳаётим ва қалбимнинг эшикларини очаман ва Сени ўзимнинг Нажоткорим ҳамда Раббим деб қабул қиламан. Мени тўлиқ ва бутанлай ўзгартир. Мени қандай кўришни истасанг, ўшандай қилиб ўзгартир”, дедим.

Энг охирида, “Ҳаётимга кирганинг учун миннатдорман”, дедим. Муқаддас Рух Худонинг Каломига асосланган, далиллар ҳамда тарихий асослар билан мустаҳкамланган имонимни фаоллаштирди.

Албатта, диндор инсонларнинг “чақмоқ уриши” ҳақида айтганларини эшитгансизлар. Мен ибодат қилганимда ҳеч нима содир бўлмади. Ҳеч нима. Аслида, бу қарорга келганимдан кейин ўзимни янада ёмонроқ ҳис қилдим. Ўзимни аҳмоқдай ҳис қилдим. “Фақат бу эмас, Макдауэлл, бу гал нимага аралашиб қолдинг”, - деб ўзимга савол бердим. Тўғриси, ўзимни ақлдан озгандек ҳис қилдим, баъзи дўстларим ҳам буни сезишди. Ўшанда қароримнинг тўғрилигига шубҳа қилгандим, лекин бир неча ойдан сўнг ақлдан озмаганимни англаб етдим. Ҳаётим ўзгарган эди.

Яхши тарафга ўзгариш

Ўзим сезган ўзгаришлардан бири – безовталанишим эди. Мен ҳар доим нимадир билан банд бўлиши керак бўлган одам эдим. Талабалар шаҳарчасини айланиб юрарканман, бошим муаммолар гирдобига айланганди. Ўриндиққа ўтириб, бирон нима билан банд бўлишга ёки ўйлашга ҳаракат қилдим, лекин

қўлимдан келмади. Бироқ, Масихга ишонишга қарор қилганимдан бир неча ой ўтиб, ўзимда қандай ақлий хотиржамликни сездим.

Менда зиддиятлар йўқ эди, демоқчи эмасман. Исо билан ўзаро муносабатимда сезган нарсам – зиддиятлар билан курашиш маҳоратим қанча бўлса, зиддиятлар шунчалик кам эди. Буни ер юзидаги ҳеч нарсага алмашмаган бўлардим, чунки Масихнинг қуйидаги ваъдасини аниқ ҳис қилдим: “Мен сизларга тинчликни қолдирипман. Ўз тинчлигимни сизларга берибман. Мен бераётган тинчлик дунё берадиган тинчликка ўхшамайди. Юрагингиз сиқилмасин, қўрқманглар” (Юҳанно 14:27).

Яхши томонга ўзгараётган яна бир жиҳатим – менинг табиатим эди. Кимдир менга сал бошқачароқ қараса ҳам портлаб кетардим. Университетда биринчи босқичда ўқиб юрган пайтимда бир одамни ўлдириб қўйишимга оз қолганди, ўша онларни эсласам, ҳамон қийналаман. Табиатим мен учун ажралмас бир қисмдай, буни ўзгартиришга ҳатто ҳаракат ҳам қилмаганман. Масихга ишонишга қарор қилганимдан кейин бир марта қалтис вазиятга тушиб қолдим ва ғазабим йўқолганини сезиб қолдим! 1959 йилнинг ўша декабрь ойидан кейин фақат бир марта ўзимни йўқотганман. Исо ҳаётимни ўзгартиради.

Масихнинг ўзгартириш қудрати ҳаётимда ўзгартирган учинчи жиҳат – отам билан муносабатим эди. Отамга, оиламизга шафқатсизлик қиладиган, бизни шарманда қиладиган шаҳарлик пиёнистага бўлган нафратим севгига ҳамда уни қабул қилиш лаёқатига айланди. Ўзгаришлар шу қадар ҳайратомуз эдики, ҳатто отам ҳам Исони ўз ҳаётига қабул қилди.

Калом айтадики, агар сиз Масихда яшасангиз, янги ижодга айланасиз. Кўз олдимда отамнинг қайта туғилганини кўрдим. У қайтиб ароқ ичмади. Кейин шундай хулосага келдим: Исо Масих билан муносабат ҳаётни ўзгартиради. Сиз масихийликнинг устидан кулишингиз, масҳара қилишингиз мумкин, бироқ у ўз таъсирини кўрсатади. Масихга ишонганингизда ўз хатти-ҳаракатларингизни назорат қилишни бошлайсиз, чунки Масих ҳаётларни ўзгартиради, гуноҳларни кечиради ва айбдорлик ҳиссидан халос қиладди. Агар бу нарса эр-хотинлик муносабатларини ўзгартира олмаса, унда ҳеч бир нарса ўзгартира олмайди.

Сизнинг хулосангиз қандай?

Мен Масихнинг даъватига қандай жавоб берганимни сизлар билан бўлишдим. Сизлар ҳам ўзларингизга мантикий савол беришингиз лозим: “Бу далилларнинг бари айнан мен учун нимани ўзгартиради? Масих менинг гуноҳларим учун хочда ўлгани ва ўликдан тирилганига ишонаманми ёки йўқми, бунинг нима фарқи бор?” Шубҳа қилган Тўма исмли одамга Исонинг айтган гапи энг яхши жавоб бўлади: “Мен йўл, ҳақиқат ва ҳаётдирман. Отанинг олдига олиб борадиган Мендан бошқа йўл йўқ” (Юҳанно 14:6).

Сиз ҳозирнинг ўзида имон орқали, ибодат орқали Худога ишонишингиз мумкин. Ибодат – Худо билан суҳбатлашишдир. Худо

калбингизни билади, У сўзларингизга эмас, юрагингизнинг ҳолатига қарайди. Агар ҳеч қачон Масих сизнинг гуноҳларингизни кечиришига ва сизга абадий ҳаёт беришига ишонмаган бўлсангиз, буни ҳозироқ қилишингиз мумкин. Тахминан шундай ибодат қилишингиз мумкин: “Раббим Исо, мен Сенга муҳтожман. Менинг гуноҳларим учун хочда қурбон бўлганинг учун миннатдорман. Ҳаётимнинг эшикларини очаман ва Сени Нажоткорим деб қабул қиламан. Гуноҳларимни кечирганинг учун ва абадий ҳаёт берганинг учун раҳмат. Мени қандай бўлишимни истасанг, шундай қилиб ўзгартир. Сенга ишона олганим учун раҳмат”.

Масихни Нажоткорим ва Раббим деб қабул қилганингиздан кейин Калом таълимотларини амалда қўллаш ва муносабатлардаги руҳий ўлчамлар ҳайротомуз бўлади. Менинг Худо билан муносабатим ҳаётимнинг барча соҳаларига таъсир қилади. Шубҳасиз, турмушимга ҳам таъсир кўрсатади.

Турмушдаги афзалликлар ва камчиликлар

Шимолий-шарқий университетларнинг бирида руҳшунослик бўлимида севги, жинсий алоқа ва никоҳ борасида масихийча қарашлар ҳақида маъруза ўқиётганимда, мендан: “Яхши турмушнинг шаклланишига қандай омиллар ёрдам беради?”, деб сўрашди. Уларга ҳам салбий ҳам ижобий омилларни айтиб бериб, гуруҳдан уларнинг фикрича, мен бу рўйхатни қаердан олганимни сўрадим. Уларнинг кўпчилиги никоҳ масалалари ҳақидаги китобдан ёки руҳшунослик ёки социология китобларидан олганимни айтишди. Жинсий алоқанинг ижобий ва салбий омиллари ҳақидаги бу рўйхатни Каломдан олганимни айтганимда, уларнинг ҳолатини ўз кўзингиз билан кўришингиз керак эди. Баъзилари ишонмасдан бошларини қимирлатишди. Бу талабалар умрларида биринчи маротаба Каломга севги, никоҳ ҳамда жинсий алоқага тегишли китоб сифатида қарашни бошлашди.

ИЖОБИЙ	САЛБИЙ
Сабр: Ибр. 10:16; 1 Кор. 13:4; Ёқуб 1:2-4; Кол. 3:12, 13	Сабрсизлик
Бошқаларга яхшилик қилишга интилиш: 1 Кор. 13:5; Филип. 2:4; Гал 6:2	Ўз манфаатини кўзлаш
Бериш истаги: Луқо 6:38; 1 Юҳан. 4:10	Олиш истаги
Сахийлик: Филип. 2:3-8	Худбинлик
Ростгўйлик Кол.3:9; Эфес. 4:25; Закариё 8:16; 1 Кор. 13:6	Ёлғон
Камтарлик: Филип. 2:38; Ҳик. 16:18; Ёқуб 4:6; Кол. 3:12	Мағрурлик

Меҳр: 1 Кор 13:3; Матто 5:21, 22; Кол. 3:12; Гал 5:22	Нафрат
Ишонч: Ҳик. 27:4; 1 Кор. 13:4, 7	Ишончсизлик
Ўзига ҳаққоний қараш: 1 Кор. 4:6, 7; 8:1; 13:4; Кол. 2:18; Гал 6:4	Кибр
Масъулиятлилик: Луко 16:10-2	Масъулиятсизлик
Бошқаларнинг фойдасини ҳимоя қилиш: 1 Кор. 13:5, 6	Фақат ўзини ўйлаш
Кечирим: Кол. 3:13; Матто 11:25; 6:14	Кечирмаслик
Ўз қадрини билиш: Матто 7:1, 2; Юҳ. 8:9; Луко 6:37	Бошқаларни ҳукм қилиш
Қаноат: Яҳудо 1:15-18; Ибр. 13:5	Шикоят
Миннатдорлик: Ҳик. 19:3;	Ношукурлик
Ўз-ўзини назорат қилиш/мулойим табиат: Ҳик. 16:32; Рим. 5:3, 4; 1 Кор. 13:5; Гал 5:23	Аҳлоқсизлик
Меҳнатсеварлик: Ёқуб 4:17; Кол. 3:23	Ялқовлик
Сир сақлай олиш: 1 Кор. 13:7; 1 Бутрус 2:9; 1 Тим. 5:13	Миш-миш тарқатиш
Мулойимлик: Гал. 5:23; Кол. 3:12	Шафқатсизлик
Ҳамдардлик: Луко 6:28; Гал 6:2	Бераҳмлик
Эътиборлилик, хушмуомалалик: 1 Кор. 13:5	Қўполлик
Содиқлик: Гал 5:23	Садоқатсизлик

Эҳтимол, сиз ҳам худди мендек, бу рўйхатни биринчи марта кўрганингизда ҳайрон бўлгандирсиз. Эҳтимол, сиз бошламасдан олдин таслим бўлишга тайёрдирсиз, чунки бу ижобий хусусиятларнинг барчасини ўзингизда мужассам этиш учун Худо бўлиш ёки баҳайбат руҳга эга бўлиш керакдек туюлади. Бироқ, соғлом фикр шундан далолат берадики, бу омилларнинг барчаси яқин муносабат қуриш учун фойдалидир. Уларни ўз кучингиз билан қура олмаслигингизни билганингиз сабабли умидсиз ҳолга тушиб, жаҳлингиз чиқиши мумкин.

Тинчланинг, сиз учун яхши хабар бор! “Енгиллик” - Мукаддас Рух деб талаффуз қилинади. Худо бизга нафақат ҳаётнинг юқори стандартларини берган, балки У истаганидек яшашимиз учун куч ҳам берган. Юқорида тилга олинган ижобий омиллар Худони Ўз сифатлари бўйича намоён бўлишини ифода этади. Бошқача айтганда, Худо – биз яшашимиз лозим бўлган стандарт

эмас, балки Унинг табиати бизнинг ҳаётимиз, турмушимиз ва жинсий муносабатларимиздан иборат бўлиши керак.

Бизни севувчи самовий Отамиз бизга Ўз табиатини (Ўзининг ким экалигини) Муқаддас Каломда кўрсатган. Ўз ҳаётини яшаш учун У Муқаддас Рух орқали имонли кишининг қалбидан жой олади. Масиҳийча ҳаёт кечиришимиз учун Муқаддас Рух шахсида Худо бизга барча нарсаларни берган. Муқаддас Рух орқали Худонинг қалбимизда бўлиши - эр-хотинлик муносабатларида “исталган” инсон бўлишимиз учун бизга куч берадиган манбадир.

Ўрнини босадиган воситалардан фойдаланманг

Қалбимизда Муқаддас Рухнинг мавжуд бўлиши жуда муҳим бўлгани сабабли “Унинг қиёфаси – менинг қиёфам” китобимда “ишончнинг янги ҳисси” борасида тилга олган сўзларимни шу ерда яна айтмоқчиман:

“Муқаддас Рух сизга берадиган ўзингизга бўлган ишончни англаб етишнинг энг самарали усули – Рухнинг мавжудлиги туфайли ҳар бир имонли киши эга бўлиши мумкин бўлган манбаларни тушунишдир.

Ҳосил байрами куни Раббимизнинг шогирдлари билан ҳам ажойиб воқеа юз берган. Улар Муқаддас Рухга тўлиб, Унинг қудрати билан тарихни ўзгартиришни бошладилар. Шогирдларга муқаддас яшашлари, кучли ва самарали гувоҳ бўлишлари учун куч берган ўша Муқаддас Рух ҳозирда биз орқали ҳам Ўз ишини амалга оширишни истайди. Исо Масиҳнинг қалбимизда яшаши, биз орқали Ўз севгисини намоён қилиши ҳайратга солади, лекин бу чин ва Худо Каломининг муҳим ҳақиқатларидан бири ҳисобланади.

Ўз кучимиз билан масиҳийча ҳаёт стандартлари бўйича яшашга уриниш – барчамиз учун муқаррар бўлган ва ўзимизга бўлган ишонч ҳиссини заифлаштирадиган муваффақиятсизликдир. Аслида, иложи борича (ғайритабиий идеал) Масиҳга ўхшаш бўлишга ҳаракат қилаётган масиҳий одам масиҳий бўлмаган ва инсоний идеалга ўхшашга қарор қилган кишига нисбатан камроқ ишонч ҳиссига эга бўлиши ҳам мумкин. Масиҳийча ҳаёт стандартлари биз ўз кучимиз билан эриша олмайдиган даражада юқори. Худонинг Каломига биноан, фақат бир инсон – Исо Масиҳгина бунга эриша олган. Фақат Муқаддас Рух кучи билангина масиҳийча ҳаёт кечириш мумкин.

Муқаддас Рух имонли кишига нафақат Худонинг оиласида қайта туғилиш имконини беради, балки руҳан ўсишда ва Рухнинг ҳосилларини етиштиришда ҳам ёрдам беради.

Айнан Муқаддас Рух бизга самарали гувоҳ бўлишимиз учун куч беради. Исо бизга “Қуддусда, Яҳудия ва Самарияда, ер юзининг ҳамма бурчакларида Унинг шохидлари” бўлишимиз кераклигини айтганида, У бу сўзларни “Муқаддас Рух сизларни қамраб олганда, куч-қудратга тўласизлар” (Ҳав. 1:8) деб бошлаган. Муқаддас Рухсиз масиҳий бўлишнинг имкони йўқ бўлганидек,

Усиз ҳаётда Рухнинг ҳосилини келтириш ҳамда бошқаларни Исо билан таништиришнинг ҳам имкони йўқ.

Исони қабул қилган вақтимиздан, Муқаддас Рух қалбимиздан жой олган ондан бошлаб, биз Худонинг одамлари бўламиз ва Масихда ҳосил келтиришимиз учун барча имкониятларга эга бўламиз. Муҳими, ихтиёримиздаги барча нарсалардан тўлиқ фойдалана олишимиз учун ҳаётимизни тўлдириши ва мустаҳкамлаши учун Муқаддас Рухга имкон беришимиз керак. “Тўлдириш” сўзи ташқаридан келадиган нарсани эмас, аксинча, ичимизда аллақачон мавжуд бўлган ва бизни тўлдирадиган нарса эканини англаш жуда муҳим. Шунинг учун мен “қамраб олиш”, ёки “куч бериш” деган сўзларни ишлатишни афзал кўраман.

Бизни севадиган қудратли Худога ишониш орқали биз Муқаддас Рухга тўламиз. Сиз банкда пулингиз борлигини билиб, чекни кўтариб борганингизда, банк сизга нақд пул беришига шубҳа қилмайсиз. Ғазначидан сизга пул бериш ёки бермасликларини сўрашингиз шарт эмас. Шунчаки, ишонч билан чекни ғазначига берасиз ва аввалдан ўзингизга тегишли бўлган пулни оласиз. Худодан ҳаётимизда мавжуд бўлган Муқаддас Рухга тўлдиришини сўраганимизда, биз шунчаки Худонинг фарзандларига тегишли бўлган ҳуқуққа кўра, аллақачон ўзимизга тегишли бўлган нарсани сўраган бўламиз.

Чек орқали пул олишга ишонганингиздек, битта ишонч асосида Муқаддас Рухга тўласиз, фақат буларни олишда юзага келадиган омилларнинг англашингиз керак. Қўлингизда керакли тарзда тўлдирилган ва имзо қўйилган чек билан ёки харажат ордери билан банкка борганингиздагина пул оласиз. Агар банк қоидаларига риоя қилмасдан ўзбошимчалик билан пул олиш учун банкка борсангиз, у ердан пул олишингиз даргумон. Сиз йўлакда туриб: “Мен пулларимни олмоқчиман!”, деб қичқиришингиз мумкин, бироқ бу сизга кутилган натижа келтирмайди.

Тайёр туринг

Худди шундай, бир нечта нарсалар сизни Муқаддас Рухга тўлиш учун тайёрлайди. Биринчидан, сиз Худони қидиришингиз ва Унинг Рухига тўлишни чин дилдан хоҳлашингиз лозим. Исо шундай ваъда берган: “Адолатга ташна бўлганлар бахтлидир, чунки Худо уларни қондиради” (Матто 5:6).

Иккинчидан, ҳаётингизни назорат қилишни ва бошқаришни Исога беришга тайёр бўлишингиз лозим. Павлус шундай деган: “Шундай қилиб, эй биродарларим, Худонинг марҳамати ҳақи сизларга ёлвораман. Ўз танангизни тирик, муқаддас ва Худога манзур бўладиган қурбонлик сифатида бағишланг. Худога лойиқ бўлган асл хизмат мана шудир” (Римликлар 12:1). Сиз учун нималар қилингани ҳақида ўйлаб кўрсангиз, бу илтимос арзимас ўтинч эканини тушунасиз.

Учинчидан, Муқаддас Рух ёдингизга солган барча гуноҳларингизни эътироф этинг ва Худо ваъда қилган кечирим ва покланишни қабул қилинг. “Борди-ю, гуноҳларимизни эътироф этсак, содиқ ва адолатли бўлган Худо гуноҳларимизни кечириб, бизни ҳар қандай ёмонликдан фориғ қилади” (1 Юҳанно 1:9). Худо буни биз учун қилишга қодир, чунки Масиҳ бизни гуноҳларимиздан поклаш учун қурбон бўлган.

Муқаддас Рухга тўлиш – масиҳий инсон учун қўшимча ҳаёт тарзи эмас. Худо бизга Унинг Рухига тўлишимизни буюрган. “Шароб ичиб маст бўлманглар, чунки бу бузуқликка олиб боради. Аксинча, Муқаддас Рухга тўлиб-тошинглар” (Эфесликлар 5:18). Лекин Худо Унинг талабларига итоат қилиш йўлларини кўрсатмасдан туриб, бизга амр бермайди. Худо бизга шундай ваъда берган: “Унинг иродасига кўра, нимани сўрасак, У бизга кулоқ тутишини биламиз. Худо ибодатларимизга кулоқ тутар экан, демак, ибодатларимизга жавоб олганимизга тўлиқ ишонч ҳосил қиламиз” (1 Юҳанно 5:14-15).

Масиҳийнинг қалбида яшаётган Муқаддас Рух бор, шунинг учун Муқаддас Рухнинг уларнинг ҳаётига кириб келишини сўрашларига ҳожат йўқ. Улар фақат Ундан ҳамма нарсаларни – ҳар бир бурчакни, ҳар бир қисмни, ҳар бир қатламни тўлдиришини ва бошқаришини сўрашлари керак холос.

Муқаддас Рух имонли кишининг ҳаётига бир марта кириб келади (Исо Масиҳдан ҳаётимизга Муқаддас Рух орқали кириб келишини сўраган вақтимизда), бироқ биз кўп бора Муқаддас Рухга тўлаамиз. Аслида, юнон тилидан таржима қилинган “тўлиб-тошинглар” сўзи инсон ҳаётини бошқариш ва куч бериш учун доимий ва мунтазам равишда Муқаддас Рухга тўлишни англатади.

Муқаддас Рухнинг кучи билан яшашни бошлаганимизда, беҳуда уринишларимиз ўз-ўзидан йўқолади. Фақат У бизга ўзимиз истагандек муқаддас ва мазмунли ҳаёт кечиришимизга ёрдам бера олади.

Агар сиз Муқаддас Рухга тўла ҳаёт кечирмоқчи бўлсангиз, буни Отадан сўрашингиз керак. Шу пайтгача ҳаётингизни ўзингиз бошқариб келганингизни ва бундай бошқарув ҳаётингизнинг ҳақиқий Эгаси бўлган Худога қарши гуноҳ эканини эътироф этинг. Исо Масиҳнинг хочда сиз учун қилган қурбонлиги туфайли гуноҳларингиз кечирилгани учун Унга миннатдорчилик билдиринг. Исо Масиҳ ҳаётингизнинг бошқарувини Ўз қўлига олишини, ҳар бир қилган ишингиз билан Масиҳни улуғлашингиз учун Муқаддас Рух Ўз қудрати билан сизни қамраб олишини сўранг.

Кейин имон билан сўраганларингизни бажаргани учун Унга миннатдорчилик билдиринг. Ундан миннатдор бўлиш – мағрурлик эмас, балки Унинг иродасига кўра, биз сўраган барча нарсаларни бериш ҳақидаги ваъдасини бажаришига ишонишни ифода этади. Бизнинг Муқаддас Рухга тўлишимиз

хақидаги ваъдаси ҳам Унинг иродасидир. У барча масиҳийларни мана шундай ғайритабiiй ҳаёт кечиришларини истайди.

Худонинг кучими ёки сизнинг кучингизми?

Муқаддас Рух билан муносабатда бўлиш тажрибасига эга бўлган Павлус ўз кучига таяниб шундай деган: “Менга куч-қувват берадиган Исо Масиҳнинг мадади билан ҳар нарсани қила оламан” (Филиппиликлар 4:13). Павлуснинг бу ишончи ўзидан эмас, балки ҳаётининг ажралмас қисми бўлган Худодан эди. “Ахир, биз ўз кучимиз билан бирон нарса қила олмаймиз-ку! Ҳамма қобилиятимиз бизга Худо томонидан берилган” (1 Коринфликлар 3:5).

Ҳаётида Худо ишлатаётган инсонларни кузатсангиз, улар ўзларини Худога топширганларида, Худо уларнинг камчиликларини олиб, яхшиликка айлантираётганини кўрасиз.

Одамлар тез-тез: “Воҳ, Андрей (ёки Аля) қандайдир махсус масиҳийча ишлар билан шуғулланыпти, шекилли. У бу соҳада жуда истеъдодли, ўзига ишонган ва қобилиятли”, дейишади. Бироқ, Худо ҳаётимиз устидан назоратни тўлиқ Ўз қўлига олган, деган ишончимиз заифлашиши мумкин. Биз Муқаддас Рух ҳаётимизда бошқа кучларни яратишига онгли равишда имкон беришимиздан олдин ўзимизда бўлган кучли томонларимизга суянишга мойилмиз. Муқаддас Рухга беришимиздан олдин ўзимизда мавжуд бўлган бу кучли томонларимиз баъзида мағрурликка, худбинликка ва манманликка етаклайдиган васваса бўлади.

Бошқа томондан эса, ҳалос бўлишда Худонинг ёрдамига муҳтож эканлигимиз ўзимизга маълум бўлган заифликларимиз ўзгариши учун Муқаддас Рухга бўлган ишончимизни мустаҳкамлайди. Бу заифликлар бизнинг кучли жиҳатимизга айланиши мумкин.

Ташқи фазилатлар мағрурликка олиб борувчи васваса эканини ёдда тутган ҳолда, ўзингизнинг кучли ва муносиб томонларингизни, камчилик ва хатоларингизни англаб етиш – ўзингизнинг ким эканлигингизга тўғри баҳо бериш ҳисобланади. Ўзингиз ҳақингизда яхши таассуротга эга бўлиш нуқсонлардан ҳоли эканлингизни билдирмайди. Агар Масиҳда ўзингизнинг ким эканлингизни билсангиз, ҳеч қандай таҳдидга эътибор бермай, ўз заифликларингизни, омадсизликларингизни ҳамда хатоларингизни тан оласиз. Мукамаллик меъёрларига тўғри келмаслик васвасасига тушмасдан бу муаммоларни сабр-тоқат ва умид билан енга оласиз.

Кимдир ушбу аксиомани ишонч билан тасдиқлаши мумкин: “Мен бўлиши лозим бўлган (ёки яратилган) одам эмасман, лекин аввалги одам ҳам эмасман, Худонинг марҳамати билан, ўзим бўлишни истаган одам ҳам эмасман”. Биз “Худо сизларнинг ҳаётингизда бошлаган эзгу ишини Исо Масиҳ келадиган кунгача битиришига” амин бўлишимиз мумкин (Филиппиликлар 1:6).

Масиҳийча ҳаёт кечириш кийин, деб ўйласангиз, хато қиласиз. Ҳаётингизни ўзингиз истагандек яшамоқчи бўлсангиз, “имконсиз” деган сўз бунинг аниқ таърифи бўлади. Фақат Муқаддас Рух Ўз ҳузурини сиз орқали намоён қилиши мумкин. Худо сизнинг ҳаётингизда Ўз хусусиятларини намоён қилувчи манба бўлишни истайди. Ҳаворий Павлус Рух томонидан бошқариладиган инсоннинг ўзига хос хусусиятларини таъкидлаб, шундай деган: “Рухнинг самараси эса қуйидагилардир: муҳаббат, секинч, хотиржамлик, сабр-тоқат, меҳрибонлик, эзгулик, ишонч, мулойимлик ва ўзини тута билиш. Бу хислатларга қарши бирон қонун йўқ” (Галатияликлар 5:22-23). Муқаддас Калом нуқтаи назаридан, фақат Муқаддас Рух орқали Худо Ўз ҳаётини сиз орқали ва сизда яшагандагина “исталган” инсон бўлиш мумкин.

Ижозатингиз билан, Дотти билан турмушимнинг ягона муҳим жиҳати – Исо Масиҳ билан шахсий муносабат эканини яна бир бор таъкидлайман. Масиҳга нафақат ўз ҳаётингизни бағишлашингиз, балки руҳан ўсишга ва етук бўлишга ҳаракат қилишингиз ҳам керак. Кўпинча, эр ёки хотин ўз жуфтнинг руҳий мавзуларга эътиборсизлигидан ёки бепарволигидан нолишади. “Турмуш курганимиздан кейин уни ўзгаради, деб ўйлагандим”.

Сизларга тўртта муҳим қоидаларни айтиш билан сўзимни якунлайман. Бу қоидалар сизда руҳий ўсиш бор ёки йўқлигини аниқлашда ёрдам беради. Бу қоидалар доктор Ж.Аллан Петерсоннинг “Турмуш қуришдан аввал” китобида берилган бўлиб, эр-хотинлар қуйида берилган соҳаларда доимий равишда ўсиб боришлари кераклигини кўрсатади. Агар бу қоидаларга амал қилсангиз, “исталган” инсонга айланасиз:

1. Худо билан кундалик муносабатингизни биринчи ўринга қўйиш.
2. Бошқа одамларга Масиҳ ҳақида тортинмасдан айтиш.
3. Ҳаётда гуноҳингизга эътибор қаратиш ва уни йўқ қилишга ҳаракат қилиш.
4. Худонинг Каломига амал қилиб, руҳий ўсиш.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Нима учун руҳий яқинлик жисмоний яқинликни мустаҳкамлайди?
- Муқаддас Каломдан эр-хотинликнинг ижобий фазилатларини акс эттирувчи оятларни диққат билан ўқинг.
- Сизнинг ҳаётингизда Муқаддас Рух қандай роль ўйнайди?

12. ҚАТТИҚ ҲАЯЖОН (ТУШКУНЛИК) ОМИЛИ

Сиз руҳий тушкунликдамисиз? Бу тушкунлик муҳаббатингизга таъсир кўрсатяптими? Сиз ёлғиз эмассиз!

Англия Миллий Руҳий соғлиқни сақлаш институти директори Кўшма Штатларда қилган маърузасида шундай деган: “Бутун дунё тушкунликда

қолган. Бу ер юзидаги энг тез тарқаладиган касалликдир”. Умуман олганда, тушкунлик эр-хотинлар ўртасидаги ҳамда шахслараро муаммоларнинг энг асосий сабабидир. Бу ҳар биримизга ўз таъсирини ўтказади ва у билан курашиш қобилиятимиз кундалик муносабатларимиздаги “исталган” инсон бўлишимизга таъсир қилади.

1978–1979 йилларда Женерал Миллз томонидан 15000 ишчилар орасида ўтказилган “тушкунлик даврида соғлом оила” деб номланган сўровномада 82% ишчилар тушкунлик билан курашишни ўрганишга муҳтож эканликлари аниқланди. Ўн йил давомида олиб борилган изланишларга кўра, Америка оилавий шифокорлар академиясига мурожаат қилган ҳар учта бемордан иккитаси тушкунлик билан боғлиқ муаммолардан шикоят қилишган.

Шу ва шунга ўхшаш статистикалар кўплаб ташкилот раҳбарлари ҳамда ишлаб чиқарувчи корхона бошлиқларини хавотирга солди, чунки ўтган йили ишдан бўшатиш, тушкунлик билан боғлиқ касалликлар туфайли корхоналарнинг тиббий харажатлари кўпайиб, меҳнат унумдорлиги пасайиши натижасида уларнинг корхоналари 50 миллиард доллар зарар кўрди. Ва уларнинг фикрича, икки йил ичида тушкунлик харажатлари 75 миллиард долларгача кўтарилади, яъни Қўшма Штатлардаги ҳар бир ишчига 750 доллар миқдорда тўғри келади. Оилалар руҳий тушкунлик туфайли каттик жароҳатланганлар. Умуман олганда тушкунлик – шахслараро ҳамда эр-хотинлик муаммоларининг манбаидир.

IBM компанияси ходими Дон Осгуд тушкунлик, унинг сабаблари ҳамда уни даволаш билан боғлиқ айрим изланишлар олиб борди. Қуйидаги бўлим ажойиб мазмунга ва аҳамиятга эга бўлгани учун уни сизларга тўлиқ тақдим этмоқчиман, бу бўлим тушкунлик билан боғлиқ айрим саволларга жавоб бўла олади.

Сабаб ва оқибатлар

Қандайдир ёмон иш қилаётганингизда кимдир уни билиб қолиши мумкин бўлганида қандай тушкунликка тушишингизни ҳис қиляпсизми? Бу турдаги тушкунлик бизларнинг барчамиз дуч келадиган тушкунлик бўлиб, омборхонада яширинча ширинлик ейиш ёки қонунни бузиш ҳамда бир зумда полициячига дуч келиш билан боғлиқ. Лекин бошқа сабаблари ҳам бор.

Кўчага чиққанингизда шамоллашни юқтириб олгандек, баъзан “тушкунликни ҳам юқтириб оласиз”. Бунинг учун ҳеч ким шовқин солмайди, чунки озгина тушкунлик сизга зарар қилмайди. Баъзан тушкунлик чиндан ҳам фойда беради. Бироқ, бир куни сиз “ортиқча тушкунлик” деб аталадиган касалликка чалинганингизни билиб қоласиз, лекин у қачон бошланганини била олмайсиз. Энди сиз бу касалликдан қутулиш чорасини – сизни аста-секин ҳолдан тойдирадиган касалликка қарши курашдан дам олиш йўллариини излайсиз. Ўз йўлингиздан воз кечганингизда Худо сизга шифо бериши мумкин.

Яқин муносабат тушкунликни даволашда асосий омил ҳисобланади. Қандайдир нотўғри иш қилганимизда ёки кимnidир хафа қиладиган нимадир қилганимизда тушкунликларимиз кучаяди. Бунинг сабабларидан бири – муносабатимиз бузилишидан кўрқисдир. Вашингтон университети қошидаги Тиббиёт мактабининг иккита шифокори Холмс ва Рэйи тушкунликнинг даражасини кўрсатувчи қирқ учта ҳаётий вазиятлар рўйхатини тузиб чиқисди. Бу ҳаётий вазиятларнинг ўнтаси кўпроқ тушкунликка сабаб бўлади. Ана шу ўнта вазиятнинг еттитаси яқин муносабатларнинг бузилиши, масалан, ажралиш, умр йўлдошининг вафоти, никоҳ алоқаларининг узилиши ёки нафақага чиқиш билан тўғридан-тўғри боғлиқ. Лекин бу ерда бир нарса – Худо билан ишончли муносабат унутиб қолдирилган бўлиб, Худони биз учун нотўғри бўлган нарсаларни қилишга ҳеч ким мажбур қила олмайди, кўндиролмайди ёки алдов йўли билан ўзига жалб қила олмайди.

Ибронийларга ёзилган мактубнинг тўртинчи бобида тушкунликдан кутулиш йўли сифатида бундай ишончли муносабатлар эслатиб ўтилган бўлиб, биз бунга осонгина қарашимиз мумкин: “Худонинг фароғат диёрига кирганлар, Худо каби ўз ишларидан дам оладилар” (10 – оят). Шахсий ишларни бас қилиш тўғрисидаги бу мактуб исроилликларга шаббат куни ҳамда ваъда қилинган ер ҳақида эслатиб қўйиш учун ёзилган эди. Аммо бу тушкунликка қарши курашда ҳар куни шифо топишимиз учун Худо томонидан берилган рецепт ҳамдир.

Касаллик илдизи

Биринчи ўринда ўзимизнинг “мен”имизни қайта кўриб чиқишимиз лозим. Машҳур руҳшунос доктор Гарри Левинсон биздаги охир-оқибатда ким бўлишимиз ҳақидаги аниқ ва яққол тасаввуримиз борасида “эго идеал” деб аталган ҳодисанинг намоён бўлиш ҳақида гапирган. Биз қанчалик яхши ёки бетакрор эканимизни кўриш учун деярли ҳамма нарса қиламиз. Бироқ, одатда ҳозир ким эканимиз ва ким бўлишни исташимиз орасида фарқ бўлади ва бу фарқ бизни тушкунликка тушириши мумкин. Мен буни “эго тушкунлик” деб атаган бўлар эдим, чунки бизнинг “мен”имиз (Лотинча “ego”) муаммонинг асосий сабабчиси ҳисобланади. Шунинг учун ҳам садоқатли масихий сифатида ҳар куни турмуш тарзингизга эътибор беришингиз лозим.

Бундай тушкунликни бошимдан ўтказганим менга катта сабоқ берди. Мендан Япониядаги лавозимимга қандай муносабатда эканимни сўрашди. Бу лавозим мендаги “мен”имни кучайтирган бўлар эди, бироқ агар мен бу лавозимга рози бўлсам, оилавий муаммолар юзага келишини билардим. Мен аллақачон оилам билан бир қанча шаҳарларга кўчиб ўтганман, бундай кўчишларнинг бирида, ўша вақт ўн беш яшар бўлган катта ўғлим бир неча кунга уйдан қочиб кетган. Иккинчи ўғлим ўн беш ёш бўлганида яна бир бор кўчишга ҳаққим йўқлигини билишим керак эди. Лекин мен раҳбариятга узоқ кутилган олти ҳафта давомида менинг номзодимни ҳам бошқа номзодлар қаторида кўриб чиқишига рухсат бердим. “Худойим, мен ўзимни сотишга уринмайман.

Шунчаки қарор қилишлари учун уларга имкон бераман”. Турмуш ўртоғим Жоан: “Дон, Худо бизга йўл кўрсатиши учун ибодат қиляпман”, деди. У бу гапни айтганида, унинг кўчишни истамаётганини англаб етдим. Ўн беш ёшли ўғлим эса қатъий оҳангда: “Дада, мен кўчишни хоҳламайман”, деди.

Бир ярим ойдан кейин бошқа одамни танлаганларини эълон қилишди. “Ҳаммаси жойида”, дедим. Аммо орадан икки кун ўтиб, ичакларимда оғрик пайдо бўлиб, ҳеч ўтиб кетмади. Ўшандагина мендаги кураш қанчалик кучли эканини англай бошладим. Тўрт кунлик ноқулайликдан кейин ярим тунда қалбимдаги безовталиқдан уйғониб кетдим ва бу чарчоқ учун чин дилдан секин ибодат қилдим: “Раббим, мен қанчалик қаттиқ курашганимни тушунаман. Ўз орзу-истакларимга берилганим учун мени кечир. Оилам билан муносабатимни яхшилагин, илтимос, жисмоний касаллигимга шифо бергин”.

Ўша тунда яна ўрнимдан туришимга ҳожат қолмади, чунки гуноҳларим кечирилганди ва безовталиқ ҳам мени босиб турган юк билан бирга йўқолган эди. Ниҳоят, мен жиддий сабоқ олдим. Инсон ҳаётда ўз ўрнини топишга берилиб кетиб, бунинг оқибатида оиласини ҳамда муносабатларини хатарга қўйиши мумкин. Ва бу йўлда биз тўғри деб ўйлаган тушунчаларимизни кўмиб ташлаймиз.

Барбод қилувчи орзулар

Агар сиз қачон воз кечишни ўрганмай туриб ҳаёт кечиришга ҳаракат қилсангиз ёки ўзингизнинг “мен”ингиз учун Худо билан курашаётган бўлсангиз, унда сиз ўз шоҳлигингизда яшаяпсиз ва Унинг йўлидан юрмаяпсиз.

Бирон нарса учун кураш – бизнинг оламимизда муҳим жиҳат бўлиб, бизнинг “мен”имиз бу жиҳатнинг таркибий қисми ҳисобланади. Худо бизга мукамаллик қобилятини бериш учун бизни ўзимизнинг “мен”имиз билан бирга яратган. Бироқ, Худо истакларимизга қарши, чунки у бизни ўзимизга боғлиқ қилиб қўяди. Вақтимизнинг тахминан 90% ўзимизни ўйлашга ва “худбин идеал” ортидан чопишга сарфланади. Биз ҳаддан ташқари тушқунликни бошдан кечираётган вазиятда Худонинг режаси бўйича ташвишланишдан тўхтаб, яна Унга мурожаат қилишимиз керак. Қадимги испанларнинг бир мақоли бор: “Ҳайвонни юк эмас, ҳаддан ташқари оғир юк хароб қилади”. Бошқача айтганда, айнан кундалик тушқунликларга қўшилган ўзимиз ҳақимиздаги ташвишлар бизни хароб қилади. Исо буни билган ва шундай деган: “Эй ҳолдан тойганлар, оғир юк остида қолганлар, ҳаммаларингиз Менинг олдимга келинглари! Мен сизларга ором бераман” (Матто 11:28).

Аммо тушқунликнинг таслим бўлиш ва беқарорликдан келиб чиқадиган яна бир тури бор. Канзас-Ситида яшаган пайтимда компанияни қайта ташкил қилиш борасида қаерга боришни танлашни қарор қилмоқчи бўлганимда, менга Чикаго ҳамда Нью-Йоркдан иш таклиф қилишди. Мен Канзас-Ситида қолишни хоҳладим, лекин Жоан буни истамади. Мени Хушхабар тарқатиш хизматида

чакиришди, деб ўйлагандим, бироқ бизга: “Сизнинг ҳам аёлингизнинг ҳам унвони бўлиши керак” дейишди. Жоан эса бунга эътибор бермади. Бир неча ҳафталик ташвишлардан кейин мен бир масиҳий биродар билан маслаҳатлашдим ва у менга кўпроқ қизиққан одамлар ўртасида келишмовчилик келтириб чиқарадиган тушунмовчиликни ҳал қилиш йўлини таклиф қилди.

“Сиз учта нарсани қилишингиз лозим, - деди у. – Ҳаётингизда бўлган барча гуноҳларни эътироф этинг ва Худо билан пок муносабатингиз йўлида турган барча тўсиқларни олиб ташланг. Кейин, иложи борида самимий бўлиб, Унга муаммоларингизни айтинг. Охирида, У сизга жавоб бериш учун ҳаракатга тушишига ишонинг, яъни У жавоб бериш учун ҳаракат қилишига эмас, балки жавоб бериш учун ҳаракат қилаётганига ишонинг. Сўнгга, ҳаммасини Унга қолдиринг”. Бу “умид” деб аталади. Мен илк икки қадамни қўйдим, лекин энг муҳим бўлган учинчи қадамни қўя олмадим. У менга жавоб бериш учун ҳаракат қилаётганига ишонишимни Худога айтганимда, бор-йўғи бир неча дақиқадан кейин У мени қаерга юборишини билдим.

Бир тадбиркор Миннесота штатининг Рочестер шаҳридаги маърузага кеч қолди. У тушлик ҳам қилмасдан, маъруза қилишидан атиги бир ярим соат аввал учрашув бўладиган жойдан саксон мил узоқликдаги Миннеаполисдан йўлга чиққан. Одатда, у соатига эллик мил тезликдан юрса ҳам, бу гал йўл патрулига дуч келгунича трассада соатига саксон беш мил тезликда юрди. Йўл патрули ёнидан ўтаётганида, полициячи унга қараб турганини кўрди ва “Худойим, тезроқ Рочестерга боришим кераклигини биласан. У мени тўхтатмасин”, деб ибодат қилди. Лекин нимадир унга таъсир қилиб, “Агар ҳаммаси жойида деб ҳисобласанг”, деб қўшиб қўйди. Аслида ҳаммаси жойида эмасди, чунки патрул хизматчиси уни тўхтатиб, ундан қаёққа кетаётганини сўради. У эса “Тушкунлик ҳақида маъруза қилгани” деб жавоб берди. Кейин хижолат билан қўшиб қўйди: “Мен ҳозирнинг ўзида кучли тушкунликни ҳис қиляпман”.

Биз қандайдир нотўғри иш қилаётганимизда одамларга дуч келишни истамаймиз, айинқса, ўша одамлар ҳокимиятга эга бўлишса. Бироқ, ноҳақликни тан олиш тушкунликни камайтиради. Бу ёқимсиз бўлсада ёки қанчалик ғалати бўлсада, айбдорлик ҳисси билан яшагандан кўра, қўлга тушиш афзалроқ. Эртами-кечми айбдорлик ҳиссидан озод бўлишимизга ёки ҳақиқий руҳий муносабатлар яратишга имкон берадиган самимийликни йўқотишимизга тўғри келади.

Имконсиз кутишлар

Ўз-ўзидан шубҳа қилишдан келадиган тушкунлик билан худди шундай бўлади. Фалсафа доктори бўлган бир дўстим, ўзи ишлаётган компанияда унинг янги техник ечимларни топиш қобилиятига ўта таяниб қолишганини ва ундан кутишган даражада лозим бўлган маҳоратини ривожлантира олмагандек ўзини ҳис қилди. Ундан кутган натижаларга эриша олмаглигидан қаттиқ

ташвишланиш оқибатида касалхонага тушиб қолди. Шунда ишончли муносабатлар бошқалар бизни қандай кўришни исташлари эмас, балки бизнинг ким эканимиз асосида қурилишини англаб етди. Ниҳоят, шифокор бир йиллик маслаҳатлардан сўнг дўстимдан: “Нима учун ўзингизга бунча шафқатсизлик қиласиз? Худо сизни севади”, деганидан кейин, дўстим тузала бошлади.

Агар биз аввалгидек, Худо биздан яхши инсон бўлишимизни кутади, деган тахмин билан яшасак, бу бўйича ўзимизга ҳисоб бериш ёки бермаслигимиздан қатъий назар эго-тушқунлик тарзида ҳаёт кечирамиз. Худо бизни севишини англаб етганимизда ва У сиз яхши инсон бўла олмаслигимизни билганимизда, биз озодликка яқинлашамиз. Масиҳнинг ҳақиқий шифоси қуйидагича: “Қаттиқ ҳаракат қилиш керак эмас. Ҳатто ўйлаганда ҳам ташвишланмаслик керак. Ўз кучингиз билан ҳаракат қилиш ўрнига, кўпроқ ўзингизни топширишга ҳаракат қилинг”. У тоғдаги ваъзида буни сал бошқачароқ ифода этган: “Нилуфар гулига қаранг” (Матто 6:28). Лекин қанчалик кўп муваффақиятга эришсак, нилуфар гули ҳақида ўйлаш у ёқда турсин, уни кўришимиз ҳам қийинлашади. Нилуфар гулига чинакамига қараганимизда, унинг ажойиблигини, нима бўла олиши ёки нима бўла олмаслигидан қатъий назар, Худо уни шундай кўришни хоҳлаганини англаб етамиз.

Сиз Раббимизни режасига қайта ишонишни ўрганмайсиз, эҳтимол, йўлингизнинг қаеридадир ташвиш билан курашишингизга тўғри келиши мумкин. Масиҳ буни жуда яхши билган. У “Ташвишланманглар”, деган. Вазифа қанчалик катта бўлса, сиз унинг охирини кўрмайсиз, лекин уни бир ой ичида бажаришингиз кераклигини биласиз ва бугун қанчасини бажаришингизни ҳал қилинг. Икки ҳафтадан кейин қанча иш қила олган бўлишингизни ўйламанг. Бу Масиҳнинг эртанги кун ҳақида қайғурмаслигимиз ҳақидаги сўзларига риоя қилишнинг амалий усулидир.

Ташвишлардан халос қилиш ўрнига, Масиҳ сизни ўша ташвишларга олиб борадиган вазиятлардан халос қилишни хоҳлайди. Агар сиз нилуфар гулига қарай олмайдиган даражага етган бўлсангиз ва бу нарса ҳар куни давом этаётган бўлса, сиз тушқунлик ҳолатида эканлигингизнинг эҳтимоли юқори. Биз билишимиз лозим бўлган кундалик тушқунлик аломатларининг бир нечтасини келтириб ўтаман.

Иш қобилятингиздаги тушунарсиз ўзгаришлар. Авваллари кўнгилдагидек қилган ишларингизни қониқарли даражада қила олмаётганингизни сезасиз.

Нотекис иш қобиляти. Ўтган ҳафтада жуда самарали ишлагансиз, бироқ бу ҳафта негадир ўшандай ишлай олмаяпсиз.

Ишга чиқмаслик усули. Қандайдир маълум ишни бажаришингиз ёки ким биландир учрашишингиз керак бўлганда, ишга чиқмаётганингизни ёки ўз

вактингизни бошқа “муҳим нарсалар” билан тўлдираётганингизни сезиб қоласиз.

Совиб қолган муносабат. Авваллари яхши муносабатда бўлган одамлар билан муносабатингиз аввалгидек илиқ эмасдек туюлади.

Шу ёки бошқа аломатлар тушкунликка тушаётганингизни кўрсатади ва сиз нимадир қилишингиз керак.

Ўзимиз билан банд бўлиб қолишимизнинг кундалик сабабларидан қайсилари ишончсизлик ҳамда исён натижасида келиб чиқади?

Кутилмаган ўзгаришлар. Бу ўзгаришларга ўзимиз ёки бошқалар сабаб бўлишининг аҳамияти йўқ. Ҳаёт сизга сиз ҳали тайёр бўлмаган ёки кучли томонингиз ўрнига заиф томонингизни талаб қиладиган янги масъулият юклаганми? Эҳтимол, сиз яқинда бошқа уйга кўчгандирсиз ёки кўчмоқчидирсиз?

Эришилмаган ютуқлар. Қачонлардир эришишга ҳаракат қилган ҳаётий мақсадингизга эришмай туриб ҳамда энди ўша мақсадга эришиш имконияти кам бўлса ҳам нимагадир эришдингизми?

Йиллар ўтиб қобилятингиз заифлашишидан кўрқиш. Одатда, бу асоссиз кўрқув. Сизнинг қобилятингиз ёш ўтгани сайин ўзгариб боради, лекин заифлашган томонингизни тўлдириб борувчи бошқа янги қобилятлар ривожланиб боради.

Шахсий зиддиятлар. Одатда, бу ҳол кимдир ҳаётингизни ўзининг қарашларига мос келадиган қилиб ўзгартиришга уринганида ёки сиз бошқа кимнингдир ҳаётини сиз истаган томонга ўзгартиришга уринганингизда содир бўлади. Ҳар қандай ҳолатда ҳам, одамлар кимдир уларни ўзгартиришларини ёқтирмайдилар, агар шундай қилишса, тушкунлик юзага келади. Баъзи пайтларда, масалан, ота-онанинг тарбияси жараёнида бўлиши керак. Бироқ, кимnidир Раббимизнинг руҳида тарбиялаш ёки мажбур қилиш – бутунлай бошқа нарсa. Сиз руҳоний бўласизми, раҳбарми ёки онами, интизомни тарбиялашингиз лозим, мажбурлашингиз керак эмас.

Виждонингизга қарши бўлган амаллар. Ишончда мустаҳкам туриш ва дўстингизга ёки бошлиғингизга: “Мен бу ишни қилмайман”, дея олиш учун жасоратли ва ақлли бўлиш керак. Бу нарсa сизга қимматга тушиши мумкин, лекин бу бошқача садоқат бўлиб, кўнглингиз хотиржам бўлишига ёрдам беради. Масиҳий инсон сифатида, сиз ҳаддан ортиқ ўзингиз билан банд бўлиб қолмаслигингиз учун хотиржам бўлишни ўрганишингиз лозим. Бу осон эмас, бироқ жуда муҳим.

Заифлик қудрати

Кўнгилдагидек ҳаёт тарзини тиклашга уринишда юзага келадиган ташвишлардан халос бўлишга ёрдам берадиган баъзи амалий маслаҳатларни

келтираман. Сиз Худо билан ишончли муносабатни тиклаганингиздан ҳамда У сизда Ўз ишини бажараётганига ишонч ҳосил қилганингиздан кейингина бу маслаҳатларга амал қилишингиз мумкин.

Муаммоларингизни вақтинчалик бир четга суриб қўйишни ўрганинг. Тушкунликли вазиятга тушиб қолганингизда, уни вақтинчалик хаёлингиздан чиқариб туриш маҳоратини ривожлантиринг. Белгиланган вақт давомида унинг акси бўлган нарсаларга эътибор қаратинг, кейин бу муаммога қайтинг. Ўзингизга айтинг: “Агар мен бир неча соат ичида бу муаммони ҳал қилмасам, ҳеч нима бўлмайди, чунки ҳозирнинг ўзида бу муаммони ҳал қила олмайман”. Ҳикматлар китобидаги “Ўз ақли-идрокинга суянма, бутун қалбинг билан Эгамизга ишон” (3:5) деган маслаҳат аслида бирон муаммони ҳал қилишдаги имон ҳақида гапирди.

Ноанъанавий усулга амал қилинг. Қийин муаммолар устида эрталаблари бош қотиринг, бу пайтда тушкунлик келтирадиган нарсалар сизга ҳалақит бермайди. Исонинг намунасига амал қилиб, эрталаблари ибодат қилишни, шу кун учун Раббимизнинг бошқарувини сўрашни ўрганинг.

Худога “ёдда сақлаш учун изоҳлар” ёзинг. Агар тушкунли вазиятга тушиб қолсангиз, қийинчиликларингизни кучли ифодалайдиган, куч берадиган изоҳлар ёзинг. Сизни нима безовта қилаётганини аниқ ёзинг. Сизга нохушлик келтираётган одамлар ёки ишларни аниқ ёзинг. Ҳис-туйғуларингизни ташқарига чиқаринг. Оддий ёзувлар уларга янгича назар билан қарашга, муаммони осонроқ бошқаришга ва тушкунликни енгиллаштиришга ёрдам беради. Ўзингизни ёмон ҳис қилаётганингизда ёлғондан “ўзимни ёмон ҳис қилмаяпман”, деб айтманг. Самимий бўлиб, Худога ростини айтинг. Муҳтожлигингизни эътироф этинг ва ёзган нарсаларингиздан халос бўлишингиз учун Ундан ёрдам сўранг.

Вазиятни ўзгартиринг. Югуриш учун йигирма дақиқа вақт ажратинг, кейин душ қабул қилинг ёки сузинг. Шошмасдан бир ўзингиз тушлик қилинг. Ёки тушкунлик кучайганда, сайр қилиш орқали муаммоингизни “совутинг”. Ҳаракат йўналишини ўзгартириш жуда муҳим. Масалан, турмуш ўртоғингиз билан дам олиш кунлари болаларсиз сафарга чиқинг ва муносабатларингиздаги қувонч ва аҳамиятни қайта кашф этинг. Буларнинг барчаси Худо билан суҳбатни тиклаш учун яхши имкониятдир.

Тақлид қилиш учун намуна топинг. Масиҳнинг инсоний табиати ҳамда нима учун У сизникидан ҳам кучлироқ бўлган тушкунликни енгиллаштиришга муваффақ бўлгани ҳақида ўйланг. У фақат Худо бўлгани учун енгиллаштиришга муваффақ бўлмади, балки инсон сифатида нимадир қилди. Масалан, У бутун ҳаёти давомида ёлғизликка интилаган ва бунга амал қилган.

Сизга ёрдам бериши мумкин бўлган “махсус” одамни топинг. Ўзингиз фахрланадиган, ишонадиган, сизга содиқ, муаммоларингиз ҳақида бемалол айта

оладиган одамларни танланг (сиздан мавқеи юқори бўлиши ёки сизни фалокатдан кутқара олишига ишонган инсон бўлиши муҳим эмас). Сиз билан бирга ибодат қилиши ёки бирга сукут сақлаши мумкин бўлган инсонни танланг. Ҳар қандай ҳолатда ҳам, сизни самимий бўлишга ундайдиган дўст билан биргаликда қилинган ибодат, айниқса, тушкунликни енгиллаштиради. Ибодат қилаётганингизда, Худо муаммоларингизнинг асл моҳиятига безътибор эмаслигини ёдда тутинг. Бизнинг келишувга келишимиз учун Худо хоҳлаган ягона сабаб мана шудир.

Исроил ўғиллари итоатсизликлари, Худога ишонмаганликлари ва ўз кучларига суянганликлари учун ваъда қилинган юртга кира олишмаган. Бу ҳақиқат бизга ҳам тегишли. Кўп йиллик маслаҳатлашувларсиз ва шахсий курашларсиз ваъда қилинган юрт исроилликлар учун мавжуд бўлганидек, бизнинг замонавий дам олиш масканимиз ҳам мавжуд. Аммо агар шифо топишнинг фақат амалий усулига ишонсак, энг яхши ҳолатда улар биз учун биринчи ёрдам воситаси бўлиб чиқади.

Иброинларга ёзилган мактубнинг тўртинчи боб, тўққизинчи ва ўнинчи оятларига диққат билан қаранг. Бу оятлар аслида Худо фойдаланган дам олиш намунасини таклиф қилади. “Хуллас, Худонинг халқини Шаббат кунига ўхшаган фароғат кутмоқда. Худонинг фароғат диёрига кирганлар, Худо каби ўз ишларидан дам оладилар”. Бу – кучли тушкунлик саҳросидан чиқиш учун Худо томонидан аввалдан синалган усулдир. У тушкунликни фароғат билан алмаштиради. Унинг Ўғли Исо Масихнинг таълимотларига ишонганингизда, яъни итоат қилишимиз керак бўлган амрларига, ишонишимиз лозим бўлган ваъдаларига ва ҳар куни амал қилишимиз керак бўлган намуналарига ишонганингизда, тушкунлик келтирувчи эҳтиросларингиз билан курашни камайтиришни бошлайсиз.

Маҳорат сирлари

Дои Осгуд “ДПД Дайжест” (IBM босма органи) билан бўлган суҳбатида, ишдаги тушкунликни қандай енгил мумкинлиги ҳақида айрим фикрларни айтган. Бу жуда муҳим, чунки оиладаги қийинчиликлар ва босимлар кўпинча тўғридан-тўғри ишдаги тушкунликлар билан боғлиқ бўлади. “Ҳеч ким тушкунликни ёлғиз ўзи енгил ўтмаслиги керак, бироқ кўпчилигимиз ишда ўзимизни хотиржам тутишга ҳаракат қиламиз ва муаммоларимизни бўлиша оладиган одам тополмай, ўз ёғимизга ўзимиз қовуриламиз. Қайсидир маънода, биз буғли қозонга айланамиз ва ичимизда қайнаётган туйғулар охир-оқибат ошқор бўлади. Ўрнатилган муносабатларга зарар келтирмасдан, яна ўзингиз ҳамда бошқалар билан самимий бўлишни ўрганишингиз керак.

Сизни борингизча, барча заифликларингиз ҳамда фазилатларингиз билан қабул қиладиган инсонни топинг. Етук муносабатлар мана шундай асосда курилади. Бир марта бошлиғим билан ишлаб чиқаришни режалаштиришни

муҳокама қилаётганимда унга шундай деганман: “Мен сизга ўзимнинг баъзи заифликларим ҳақида айтмоқчи эдим. Агар сиз менга ўз заифликларингиз ҳақида айтсангиз, биргаликда янада яхшироқ ишлашимиз мумкин”. Бу менинг карьерамдаги энг самарали кунлардан бири эди ва кейинчалик иш билан боғлиқ тушкунли вазиятда у менга ёрдам берди.

Ҳеч кимни ҳукм қилмасдан самимий ғамхўрлик кўрсатишни ўрганинг. Кейинга сафар, ҳамкасбларингиздан бири сизнинг жаҳлингизни чиқарганида, “Буни айтганингизда бу билан мени хафа қилдингиз”, дейиш ўрнига, “Буни сиз айтганингизни эшитганимда, хафа бўлдим”, деб айтинг. Сўнгги ҳолатда биз айтадиган нарса – ҳукм қилишдир ва бу нарса “Сиз менга буни қилдингиз. Бу сизнинг айбингиз”, деганидир.

Чин дилдан қўллаб-қувватлашингизни ифода қилишни ўрганинг. Самимий фахр, қизиқиш ва миннатдорлик туйғуларини яширманг.

Ўзингизга завқ бағишлаш қобилиятини ривожлантиринг

Ишда ёки бўш вақтингизда ўзингиз қилишни жуда хоҳлаган нарсани қилинг – ҳатто бу тентаклик бўлиб туюлса ҳам. Мамлакат бўйлаб саёҳат қилинг ёки қайиқда дарёда сузинг. Кўнглингиз тусаган нарсани сотиб олинг, албатта бу харидингиз жамғармангизга жиддий зарар келтирмаса. Ҳеч бўлмаганда, муносабатларингизга зарар бермаган ҳолда қилишни истаган ишингизни қилиш имкониятини изланг.

Бошқа инсонларга муаммоларини ҳал қилишида ёрдам беринг. Бошқаларга ёрдам бериш жараёнида ўз муаммоларингизга янада ижобий назар билан қарашни ўрганишингиз мумкин.

Албатта, сизни тушкунликка эътибор қилмасликка кўндира олмайман. Агар муаммо ҳал қилинмаса, умидсизликка, саломатликнинг йўқолишига, руҳий жароҳатларга ва муносабатларнинг бузилишига олиб келади. Бироқ, агар тушкунликка қарши туришни ҳозир ўргансангиз, шахслараро муносабатларингизда, айниқса, муҳаббат, никоҳ ва жинсий муносабатларда жуда кўп нарсаларга эришасиз. Ҳаётингизда тушкунликка нима сабаб бўлишидан қатъий назар, худди мендек, унга қарши курашишни ўрганишингиз мумкин. Аслида, инсонлар билан, айниқса, умр йўлдоши билан яхши муносабатларни ўрнатиш – тушкунлик учун энг яхши даво воситаси ҳисобланади. Ҳар биримиз суянишимиз ва ташвиш ҳамда чалкашлик пайтларида ишонишимиз мумкин бўлган инсонга муҳтожмиз.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Ҳаётингизда тушкунликка энг кўп сабаб бўладиган нарса нима?
- Ҳаётингизда кўришингиз мумкин бўлган тушкунлик аломатларини айтинг.

- Тушкунликни камайтириш учун ҳозирнинг ўзида нима қилишингиз мумкин?

13. МОЛИЯВИЙ ҚУЛЛИКДАН ҚОЧИНГ

Жуфтингиз билан охирги марта келиша олмаганингиз сабаби нима? Эҳтимол, бунинг сабаби қанча пул топаётганингизда ёки пулни қандай сарфлашингиз билан боғлиқдир. Икки инсон турмуш кураётганида, пул ишлатиш келишмовчиликнинг асосий сабабига айланади ва кўпинча, ўзаро муносабатдаги энг баҳсли мавзуга айланади. Агар сиз тўлақонли севгига, никоҳга ва жинсий муносабатларга эга бўлишни истасангиз, пулни самарали бошқариш маҳорати муҳим аҳамият касб этади.

Ҳеч қандай муаммо пулни нотўғри сарфлашдек муносабатларни тез буза олмайди. Бунинг сабабини Исо Матто 6:21 да тушунтирган: “Ҳазинангиз қаерда бўлса, юрагингиз ҳам ўша ерда бўлади”. Пул ишлатиш инсоннинг юрагини бошқа ҳамма нарсалардан ҳам кўпроқ синайди. Шу сабабли, бугунги кундаги молиявий келишмовчиликлар ажралишларнинг асосий сабабларидан бири ҳисобланади.

Аввалроқ, мен 30000 аёл иштирок этган сўровнома натижаси ҳақида “Макколлз” журнали берган хулоса ҳақида айтган эдим. Унда айтилишича, “деярли ҳар уч аёлдан биттаси турмуш ўртоғи билан жиддий келишмовчиликларининг сабаби пулнинг етишмаслиги эканини айтган”. Ҳақиқатан ҳам, “пул муаммолари рўйхатдаги бошқа муаммолардан юқори ўринда туради, фақат “ёмон муаомала” бундан мустасно”. Тадқиқотлар шуни кўрсатадики, молиявий мослашиш жинсий алоқалардан ташқари бошқа барча соҳаларга қараганда кўпроқ вақт талаб қилади.

Ўртача ишлайдиган америкаликлар вақтининг 80% ни бевосита ёки билвосита, пул ҳақида ўйлашга сарф қилишади. “Буни сотиб олишим керакми? Юқори лавозимга кўтариламанми? Бунга сармоя киритишим керакми? Кийим олишга қанча пул сарфлашим керак? Мавлуд байрамида уйимга самолётда боришга имконим етадими? Қизик, Фред йилига қанча топар экан? Янги машина олайми ёки эскироғиними? Худога қанчасини қайтаришим керак?”

Ўз хўжайинингизни танланг

Бунинг сабабини Матто 6:24 да Исо шундай изоҳлаган: “Ҳеч ким икки хўжайинга хизмат қилолмайди. У ё бирини ёмон кўриб, бошқасини яхши кўради, ёки бирига бағишланиб, бошқасини менсимайди. Сизлар ҳам Худога, ҳам бойликка бирдек хизмат қила олмайсизлар”. Ё сиз пулни ўзингизга бўйсундирасиз, ёки пул сизни ўзига бўйсундиради.

Турмуш қурганингизда пул сарфлаш одатларингизни ўзингиз билан турмушга олиб киришингиз лозим бўлгани учун ҳали турмуш қурмасингиздан

аввал соғлом молиявий амалиётни ривожлантиришингиз муҳим роль ўйнайди. Пулни беҳуда сарфлаш ёки суистеъмол қилиш ҳар қандай оилада келишмовчилик манбаи бўлиши мумкин. Калта ўйлайдиган ёки пул ишлатишни билмайдиган биргина шерикнинг пул ишлатишга қодир эмаслиги сабабли турмуш бузилиб кетиши мумкин. Албатта, ўз уйингизда ёки сиз яхши билган уйда буни кузатиш имконингиз бор эди.

Биз, масиҳийлар учун ягона ҳақиқий имконият – пулга эмас, Худога хизмат қилиш ҳисобланади. Оилаларни ва жамоатларни кузатган ҳаворий Павлус шундай ёзган: “Пулпарастлик ҳар қандай ёмонликнинг негизидир” (1 Тимўтий 6:10). Энди, диққат билан қаранг: у “пулпарастлик”, деб ёзган. Пулнинг ўзи “ёмонликнинг негизи” эмас. Пул – бетараф, яхши ҳам эмас, ёмон ҳам эмас. Бизнинг пулга бўлган муносабатимиз ва у билан қиладиган ишларимизгина ёмонлик бўлиши мумкин.

Пулга бўлган муносабатингиз Худо билан ҳамда бошқа инсонлар билан муносабатингиз ҳақида кўп нарсаларни очиб беради. Ёзувчи Лэрри Беркетт ўзининг “Ўзгаришлар вақтида сизнинг пуллариңиз” номли китобида пул ва мол-мулк мавзусида Муқаддас Каломда етти юздан ортиқ оятлар мавжудлигини ва Исо айтган маталларнинг 2/3 қисми ҳам пул ва мол-мулк ҳақида эканини кўрсатиб ўтган. Исо одамларнинг юраги қандай бузилишини яхши билган.

Одамлар Худога ёки пулга хизмат қилишни танлашлари, қолаверса, ўзларида бор бўлган пулга ҳам масъулият билан муносабатда бўлишлари кераклигини аниқ тушунтирган.

Юқорида айтиб ўтилганларни ёдда тутган ҳолда, пулнинг аҳамиятини ўзимизнинг нуқтаи назаримиз билан ҳам, Худонинг нуқтаи назари билан ҳам кўриб чиқишни истардим. Келинг, шахсий маблағимизга амалий даражада қарайлик. Мен бу ерда сизлар билан бўлишмоқчи бўлган маълумотларимнинг аксарияти шахсий тажрибамга ҳамда “Кэмпус Крусэйд Фо Крайст” ходими ва молиявий режалаштириш масалалари бўйича тез-тез ёзиб турадиган ва маъруза қиладиган кадрдон дўстим Эфан Поупнинг маълумотларига асосланади.

1. Молиявий мақсадларни аниқланг. Пул туфайли кўплаб оилаларда юзага келадиган баҳсларнинг (жанжалларнинг) сабабларидан бири – улар ҳеч қачон ўз оилавий молиявий мақсадларини муҳокама қилишмаганидир. Баҳсларнинг аксарияти турлича ёндашишлар натижасида келиб чиқади. Эр қайиқ сотиб олишни муҳим деб ҳисоблайди, худди шу пайтда хотин уйнинг тўлови учун пул ажратишни муҳимроқ деб ўйлайди.

Агар қуйидаги икки нарсага амал қилсангиз, оиладаги кўплаб молиявий зиддиятларни олдини олишингиз мумкин:

- Бюджетнинг молиявий мақсадларини аниқланг.
- Ўз молиявий мақсадларингизни мунтазам равишда муҳокама қилиб боринг.

Ҳикматлар китоби 21: 5 – оятда “Меҳнаткашнинг режаси фақат мўл-кўлчилик келтиради”, деб ёзилган ва бу оддий тамойилларга амал қилиш маблағингиз сизни эмас, балки сиз маблағингизни бошқаришингизга ёрдам беради.

Яна бир сабаби – ҳаётда аниқ молиявий мақсадимизнинг йўқлигидир, чунки биз бу мақсадларни қандай ёзишни ёки уларга эришишни билмаймиз. Буни ҳал қилиш учун мақсадларни белгилашга ёрдам берадиган қуйидаги бешта босқичдан фойдаланишингиз лозим: ибодат, ёзув, масъулият, сана ва ўлчов. Келинг, ҳар бир қадамни кўриб чиқамиз.

Мақсадни аниқлашнинг энг муҳим жиҳати ибодат ҳисобланади. У сизга берган ҳаёт ва пулларни нима қилишингизни исташини Худодан сўранг. Ёқуб 1:5 да шундай таъкидланган: “Агар бирортангизда донолик етишмаса, Худодан сўранг, У беради. Чунки сўраганларнинг ҳаммасига Худо сахийлик билан, беминнат беради”. Шунинг учун, биринчи ўринда, агар Худодан сўрасангиз, У сизга донолик беришига ишонишингиз керак.

Ёдда сақлаш лозим бўлган иккинчи жиҳат - мақсадингизни қоғозга ёзиш ҳисобланади. Орзулар қоғозга ёзилмай туриб, мақсадга ёки ҳақиқатга айланмайди. Бу эса Худо билан ҳар кунлик, ҳар лаҳзалик муносабатни талаб қилади, чунки мақсадларингизни ёзишга ўтиришингиздан аввал ҳаётингиздаги барча нарсалар Худонинг назарида тўғри эканлигига, юрагингиз пок эканлигига ҳамда ўзингизга маълум гуноҳларингизнинг биронтаси эътироф этилмай қолиб кетмаганига ишонч ҳосил қилишингиз лозим. Агар ҳаммасини тўғри бажарсангиз, сиз муҳтож бўлган доноликни Худо сизга албатта беради. Лекин ҳаётингизда гуноҳ бўлса ва сиз унинг чорасини кўрмасангиз, онгли равишда ўзингизни Худонинг оиласидан чиқариб ташлайсиз ҳамда Худонинг иродасига эмас, балки ўз истакларингиздан келиб чиқиб, мақсадларни кўясиз.

Учинчидан, олдингизга аниқ ва эришиш мумкин бўлган мақсадларни кўйинг. Масалан, агар инсон миллион долларни бошқаларга улашиб беришни истаса-ю, аслида 30000 доллар маош олса, юмшоқ қилиб айтганда, унинг бу мақсади ҳақиқатдан анча йироқ. Албатта, биз ҳаётимизда буюк мўъжизалар яратишга қодир бўлган Худонинг қудратини чеклаб қўйишни истамаймиз, лекин эриша олмайдиган мақсадларни қўйсақ, тушкунликка тушиб қолишимиз мумкин. Агар биз ҳаётимизда эришиш мумкин бўлган мақсадларни ёзишимизда Худо ёрдам беришига ишонсак, келажақда янада улкан мақсадларни белгилаш ва уларга эришиш учун ишончга эга бўламиз.

Мақсадимизга эришиш учун аниқ саналарни белгилаш – тўртинчи қадам ҳисобланади. Муддатсиз мақсад ёки якуний сана худди шиширилмаган копток каби бефойдадир.

Мақсадларимизни амалга ошириш учун саналарни белгилаш билан бир қаторда, бешинчи қадам – уларнинг ўзгарувчанлиги ҳам муҳим аҳамият касб

этади. “Бу йили мен одамларга кўп пул улашмоқчиман” ибораси унчалик ҳам аниқ эмас. Йилнинг охирида бу мақсадга қанчалик эриша олганингизни қандай биласиз? “Кўп пул” нима? Эҳтимол, даромадингиздан 20% бериш – сиз учун кўпдек туюлар, бироқ бошқа кимдир учун 30% бериш – ҳасисликдек туюлиши мумкин. Агар мақсадни аниқ қўйсангиз, бу мақсадга эришган ёки эришмаганингизни аниқ билишингиз мумкин бўлади. Менимча, аслида, мақсадларни белгилашда эр етакчи ролда бўлиши, лекин хотин қарорлар қабул қилишда фаол иштирок этиши керак. Яқдиллик бўлиши лозим, акс ҳолда кимдир хафа бўлиб қолади.

2. Бюджетни белгиланг. Бу ҳам молиявий мақсадаларингизнинг бири бўлади. Бир дақиқа! Биламан, бу бўлимни ўқишни хоҳламайсизлар, бироқ ундай қилманглар. Бу бўлим ниҳоятда муҳим. Қуйида бюджет нима экани ва у сизга қандай ёрдам бериши мумкинлиги ёзилган. Бюджет:

- даромадни таъминлайди;
- харажатларни белгилайди;
- ҳаракатларнинг ёзма режаси ҳисобланади;
- эр ва хотин иштирокида тайёрланиши лозим;
- молиявий ҳолатга ишонч беради;
- сизни озод қилади;
- Худо сизга ишониб топширган ишни яхши бошқарувчиси бўлишингизга ёрдам беради;
- Лозим бўлганда ўзгартиришлар киритиш учун қалам билан ёзилади, ручка билан эмас.

Лэрри Беркетт бюджет тузиш учун қуйидаги усулларни таклиф қилади.

Ҳафтада бир марта молиявий аҳволингизни баҳолашдан бошланг. Бюджетингизни аниқлаб олганингиздан кейин бир ҳафталик киримлар ва чиқимларни текширинг, яъни ишлар қандай кетаётганини аниқлаш учун бюджетга бир қараб қўйинг. Эр-хотинлар буни биргаликда қилишлари керак. Бунинг учун ўн дақиқадан кўп вақт кетмайди. Бундан мақсад шуки, бир ойлик харажатлардан кўра бир ҳафталик харажатларга тузатиш киритиш осонроқ. Беркетт шундай изоҳлайди:

“Одатда, маблағни режалаштиришда иккита қийинчилик юзага келади. Жуфтликнинг биттаси ўта талабчан, иккинчиси эса жуда суст бўлади. Ўн йиллик ёқимсиз молиявий одатларни бир ой ичида тузатишга уриниш ортиқча талабларга олиб келади. Эр ҳам хотин ҳам ён беришга тайёр бўлишлари керак. Кимнингдир харажатларини қисқартириш учун қилинган бир томонлама режа тез орада келишмовчилик юзага келишига сабаб бўлади.

Одатда, бюджет тузилгандан кейин уни тортмага солиб қўйиб, ҳеч қачон текширмасликдан ишсизлик келиб чиқади. Режалаштириш жараёни кимнидир

Ўзини яхшироқ ҳис қилишига турки бўлиши мумкин, бироқ ҳеч қандай режа агар унга амал қилинмаса, ҳеч қандай қимматга эга эмас”.

“Келажақда сотиб олинадиган” ва “хайр-эхсон” қилинадиган нарсалар рўйхатини тузинг. Уларни бюджет ҳақидаги кундалик суҳбат вақтида муҳокама қилишингиз мумкин. Сизга зарур бўлган ёки сотиб олишни истайдиган ҳамда дўстларингиз ёки жамоатингиз муҳтож бўлган нарсалар рўйхатини тузинг. Кейин ҳар бир рўйхатни аҳамиятига қараб қайта ёзиб чиқинг. Сиз орзуларингизни, муаммоларингизни, эҳтиёжларингизни, умидларингизни ва сизга зарур бўлган нарсаларни муҳокама қилаётганингизда турмушда мулоқот қилиш учун янги канал очаётганингизни ва молиявий режалаштиришда “олиш – бериш” тамойилига асосланган ҳолда эр-хотин сифатида бир-бирингизга яқинлашаётганингизни сезасиз.

Агар сиз оилавий бюджетга молиявий мақсадлар қўйсангиз, ҳаётингиз аввалгига нисбата анча енгиллашади. Мен ўзим ҳам кўпгина молиявий муаммолар аллақачон ҳал бўлганини сездим. Сизнинг молиявий чегарангиз ўрнатилди. Агар биронтангиз нимадир сотиб олмоқчи бўлсангиз, масалан, видеомагнитофон ёки чанғи ботинкасини сотиб олмоқчи бўлсангиз, бу ҳақда бериладиган савол жуда оддий бўлади: бюджетда бу учун пул борми? Бу маҳсулот “келажақдаги харидлар” рўйхатида борми? Агар йўқ бўлса, муаммо ҳал. Жавоб – сотиб олмаслик! Агар бу нарса сиз учун чиндан ҳам жуда муҳим бўлса, унда қандай ўзгартиришлар киритиш мумкинлиги кўриш учун ҳафталик муҳокамада рўйхатингизни кўриб чиқинг.

Гап сармоя киритишга ҳамда ноодатий харидлар ҳақида кетганида, Калом бу борада аниқ ва фойдали кўрсатмалар беради. Беркетт шундай ёзади: “Камдан-кам бўладиган истиснолар туфайли ҳам Каломнинг бир нечта оддий қоидаларига риоя қилиб, Худонинг пулларини йўқолишини кескин камайитириш мумкин:

- Сизга соғлом фикр беришини сўраб, Худога ибодат қилинг (Ҳикматлар 3:13).
- Эр-хотин ўзаро яқин муносабатда бўлишлари керак ва қайсидир ишда фикрлари мос келмаса, улар бу ишни қилмасликлари керак (Ҳикматлар 12:14).
- Бошлашдан олдин биров кутинг. Қанча узоқ кутсангиз, молиявий фикрингиз шунча яхшиланади (Забур 36:7).
- Ўзингиз билганларга амал қилинг, тажрибангиздан ўтмаган нарсалардан йироқ бўлинг (Ҳикматлар 22:12).
- Юрагингизда тинчлик бўлмаса – тўхтанг (Ҳикматлар 10:22).

Ёдингизда бўлсин: бюджет фойда бериши учун хотин ҳам эр ҳам бир-бири билан келишиб, бир жамоа бўлиб ишлашга қарор қилишлари лозим. Бюджет ўзи самарасини кўрсатиши – аслида ўз-ўзини тарбиялаш демакдир.

Яъни, ихтиёрий ҳаракат қилиш. Оилавий бюджетини яратган, унга амал қилган ва лозим бўлганда унга ўзгартиришлар киритадиган кишиларнинг молиявий аҳволи қониқарли бўлиши тасодиф эмас. Бу одамлар ойнанинг охирида умидсизлик билан қўлларини силтаб, “Шунча пул қаерга кетди?”, деб бақиришларига тўғри келмайди.

3. *Кредитга ниманидир олишдан йироқ бўлинг.* Қўлингизда бориға қаноат қилинг! Кўп одамлар қўлларида нақд пул бўлмаса ҳам ўзларига ёқмайдиган одамларға кўз-кўз қилиш учун кераксиз нарсаларни сотиб олишади. Аслида, кредит ҳам пул ҳам яхши ёки ёмон эмас, бироқ улардан қандай фойдаланишингизға қараб, яхши ёки ёмонға айланади.

Ҳозирги кунда кредит карталарға қўшимча равишда жуда катта молиявий босимлар мавжуд бўлиб, улар сизни қарзға гирифтор қилади: кам миқдордаги бошланғич бадаллар, чегирмалар, имтиёли қарз ҳисоб варақалари, муддатли тўлов. Шунинг ёдда тутингки, деярли барча кредит шакллари келажакдаги даромадларға асосланган бўлса ҳам, кўпинча, келажакдаги даромадларни кафолатламайди. Ишдан ҳайдалиш, жиддий шикастланиш ёки касаллик, бозорнинг ўзгариши қарзларингизни тўлаш имкониятидан маҳрум қилиш мумкин.

Ёш оилалар кредит таклиф қилувчилар, айниқса, кредит карталарни таклиф қилувчи компанияларнинг сеvimли ўлжалари ҳисобланади. Эндигина коллежни тамомлаган, янги турмуш қурган ва ишға жойлашган ёшлар одатда, кўп нарсалар – кийимлар, уй жиҳозлари, маиший техникалар ҳамда машина сотиб олишлари лозим бўлади. Улар ҳаммасини осонгина кредитға сотиб олиш васвасасига енгилишади. Жуда қисқа муддатда сиз уларсиз яшашингиз мумкин бўлган жуда кўп нарсаларға эға бўлишингиз мумкин ва албатта, бўйнингизға олишингиз шарт бўлган даҳшатли молиявий юк остида қолганингизни кўрасиз. Сизға маслаҳатим шуки, турмушнинг дастлабки икки йили давомида иложи борича, кредитға нарса харид қилишдан қочинг. Ҳеч бўлмаганда, молиявий қулликдан йироқ бўлишингиз керак.

Америка жамияти “Бугуноқ сотиб олинг”, дейди ва кўплаб ёш оилалар уларға қулоқ солишади. Уларнинг ота-оналари сотиб олиш учун йигирма йил кутган нарсаларға улар бугуннинг ўзида эға бўлишни иташади. Қийин вазиятға тушиб қолганингизда, масалан, зудлик билан тиш шифокорига бориш ёки машинана тезроқ таъмирлаш зарурати туғилганда, банк карточкалари фойда бериши мумкин, лекин агар бу карточкалардан тўғри фойдаланмасангиз, улар сизни қулликка тушириши мумкин. Кредит картасидан мутлақо кераксиз нарсани олиш учун фойдаланганингизда, ўзингизға ваъда беринг: уйингизға почта орқали тўлов қоғози келганида, қарзни тўлиқ тўлай олмасангиз ва фақат бир қисмини тўласангиз, шунчаки қарзингизни иккига ажратган бўласиз, холос. Кўп жуфтликлар “америка даҳшатлари” қурбонига айланиш учун вақтинчалик хурсандчилик берувчи қарзға ботадилар. Кредитдан нотўғри ва ўйламасдан

фойдаланиш молиявий қулликка тушиб қолишнинг энг осон йўлидир. Ҳикматлар китобда шундай ёзилган: “Бойлар камбағаллар устидан ҳукмронлик қилади, қарздор қарз берганнинг қулидир” (22:7).

Сиздаги “нарса ўлчагич”

Бизнинг маданиятимиз буюмларга эга бўлиш зарурлигини ўргатади. Доктор кичик Жон Маккартурнинг харид қилишга бўлган иштиёқ масаласидаги фикри менга ёқади:

“Жаноб Нарса ва Нарса хоним – жуда ёқимли ва омадли жуфтлик. Одамни “нарса ўлчагич” билан ўлчайдиган кўпчилик одамларнинг хулосаси шундай. “Нарса ўлчагич” жаноб Нарса ва Нарса хонимнинг ҳаётига тадбиқ этилса, натижа ҳайротомуз бўлади.

Мана жуда қиммат ва ҳашаматли нарса устида ўтирибди у, жуда кўп нарсалар орасида деярли кўринмайди, улар устида ўтирган нарсалар, улар ортида ўтирган нарсалар, улар тайёрлаётган нарсалар, улар еяётган нарсалар, хуллас барча нарсалар ажойиб ва янги. Нрсалар, нарсалар, нарсалар.

Улар тозалаётган нарсалар, юваётган нарсалар – тозалайдиган ва ювадиган нарсалардир. Кўнгил очадиган нарсалар, завқ бағишлайдиган нарсалар, қараш мумкин бўлган нарсалар, ўйнаш мумкин бўлган нарсалар. Узоқ ва жазирама ёзга мўлжалланган нарсалар, қисқа ва аёзли қишга мўлжалланган нарсалар. Улар яшаётган катта нарсалар учун нарсалар, боғ учун нарсалар, айвонлар учун нарсалар, ошхона учун нарсалар ва ётоқхона учун нарсалар. Тўрт ғилдиракли нарсалар, икки ғилдиракли нарсалар, тўрт ғилдиракка уланадиган нарсалар, тўрт ғилдиракка уланган нарса учун қўшимча безак берадиган нарсалар.

Нрсалар, нарсалар, нарсалар ва уларнинг қоқ марказида – жаноб Нарса ва Нарса хоним жилмайиб, ўзидан мамнун қулиб, ўз коллекцияларига қўшиш мумкин бўлган бошқа нарсалар ҳақида, нарсалар қасрига ишонч қўшиш ҳақида ўйлаб ўтиришибди!

Бироқ, жаноб Нарса, сиз учун ёмон хабарим бор. Нима гап? Мени эшитяпсизми? Нрсалар ҳалақит беряптими? Демак, муаммо – нарсаларда. Уйингиз ташқарисида турган анави нарсага қаранг. Ишлатилган нарсаларнинг нархи сотувчи учун қанча бўлишидан қатъий назар, у сиз учун қадрли. Лекин бир лаҳза эътиборсизлик билан қилинган ҳисоб-китоб туфайли бу нарса темир-терсақлар ташланадиган ахлатхонага ташлаб юбориладиган бир уюм занглаган темирга айланади.

Уйингиз ичидаги нарсалар-чи? Улар биров бўлса ҳам ишончлими? Ҳа, ухлайдиган вақт бўлди. Мушукни ҳайданг, лекин эшикни ёпганингизга ишонч ҳосил қилинг, деразани ёпишни ҳам унутманг. Дикқат! Ўғри яқинлашиб қолди...

Ҳаёт мана шундай ўтиб кетаверади. Оламдан ўтганингизда одамлар тобутга фақат битта нарсани – сизни солишади. Кимдир айтганидек, “Кафанинг чўнтаги йўқ”. Қанчалик аҳмоқона кўринмасин, биз нарсалар сотиб олишга мойилмиз”.

Нарсалар ва бахт

Кўп миқдордаги моддий бойликка эга бўлиш – мукаммал оилавий муносабатларнинг калити ҳисобланмайди. Агар шундай бўлганида эди, камбағал инсонлар ҳеч қачон бахтли бўлолмас эдилар! Аксинча, кўп одамлар “руҳий” бўлиш учун мол-мулкларидан воз кечадилар. Бу ҳам қарама-қарши йўл каби, материализмга мойилликни билдиради. Нарсалар – пул ёки моддий бойлик – турмушни яхши қилиб қўймайди; турмушни инсонлар яхшилайти. Муҳаббатга, тинчликка, сабр-тоқатга, яхшиликка, мулойимлик, юмшоқлик, садоқат ва ўзини тута олишга интиладиган инсонлар ўз ҳаётларини зангламайдиган ва ўғирлаб бўлмайдиган фазилатлар билан тўлдирадилар. Ҳалоллик ва раҳм-шафқатни сотиб олиб бўлмайди, аммо шунга ўхшаш моддий бўлмаган нарсалар ҳаётни қадрли қилади ва бизни бирлаштиради.

Сизнинг моддий нарсаларингиз тортнинг кремли беағи бўлсин. Худо атрофингизга қўйган баракалардан шодланинг, бироқ улар устингиздан ҳукмронлик қилишига йўл қўйманг. Исо айтганидек: “Сизлар аввало Худонинг Шохлиги ва Унинг иродаси пайдан бўлинглар, шунда қолган ҳамма нарса сизга берилади” (Матто 6:33).

4. Шахсий маблағингизни тартибга солинг. Молиявий мақсаднинг яна бири – молиявий ёзувлар юритиш бўлиши керак. Сиз ўз жуфтингиз билан куйида берилган оддий рўйхатни кўриб чиқишдан бошлашингиз мумкин. Бундан мақсад муносабатни рағбатлантириш ва муҳим ҳужжатлар қаерда сақланиши ҳақида турмуш ўртоғингизни хабардор қилишдир.

ҲУЖЖАТЛАР

УЛАРНИНГ ЖОЙИ

Бюджет дафтарчаси

Кирим-чиқим рўйхати

Машинанинг ҳужжатлари

Туғилганлик ҳақида гувоҳномалар

Уй олди-сотти шартномаси

Киритилган сармоялар рўйхати

Акциялар

Қимматбаҳо қоғозлар

Омонат дафтарчаси

Мерос

Суғурталар

Машина суғуртаси	_____
Ҳаёт суғуртаси	_____
Саломатлик суғуртаси	_____
Мол-мулк суғуртаси	_____
Жорий йил солиқ маълумотномаси	_____
Ўтган йилги солиқ маълумотномаси	_____
Омонат сейфи ва калити	_____

Молиявий масалалар анъанавий тарзда эрнинг зиммасига тушган. Агар сизда шундай бўлса, молиявий масалаларни иложи борида кўпроқ ҳал қилишга рафиқангизни ҳам жалб қилишга ҳаракат қилинг. У бир ой мобайнида тўловларни тўлаш ёки бюджет ҳамда чек дафтарчасидаги балансларни ечиш каби ишларни қилсин. (Буларнинг ҳаммаси эрнинг назорати остида ва унинг ёрдамида амалга оширилиши мумкин). Агар кимдир сиз учун солиқларингизни ҳисоблаб берадиган бўлса, ўша одам билан учрашувга рафиқангизни ҳам олиб бординг, рафиқангиз ҳеч нимани тушунмаса ҳам, ўзини иштирокчи сифатида ҳис қилади (сиз ҳам шундай ўргангансиз!). Мабодо вафот этсангиз, аёлингиз нарсалар қаерда эканини, молиявий ишларингиз қандай кетаётганини ва кимдан ёрдам сўраши мумкинлигини билиши керак. У сизларни яхши танийдиган биронтасини олдида бориб, худди сиздек қарор чиқарсин.

5. *Доимий ушр режасини тузинг.* Молиявий ишларингизнинг энг муҳим жиҳати бу ушрдир; у сизнинг энг олий молиявий устиворлигингиз бўлиши лозим. Ҳеч бир нарсаси инсоннинг Худога бўлган садоқатини бойликчалик синовдан ўтказмайди.

Ижозатингиз билан майда тафсилотларига тўхталмасдан, ушрлик қилишнинг айрим асосий тамойилларини айтиб ўтсам.

Биринчи навбатда Худога беринг. Ҳикматлар 3:9 да шундай ёзилган: “Ўз бойлигинг, биринчи ҳосилинг билан Эгамизни улуғла”.

Сиз бойсиз. Кўплаб ахборот воситалари агарда сиз “Роллс-Ройс”да юрмасангиз ва ҳашамат ичида яшамасангиз, сизни камбағал эканингизга ишонтиради. Ҳақиқат шуки, америкаликларнинг ҳатто энг қашшоғи ҳам Учинчи Дунёда яшаётган миллионлаб оч ва уйсиз одамлардан бойроқ. Атрофингиздаги нарсаларнинг қийматига очик кўз билан қарасангиз, уларда мавжуд бўлган бойликни кўрасиз.

Илк ҳосилингизни беринг. Бошқача айтганда, даромадингизни тақсимлаётганингизда, аввало Худога беринг. Чиқимларингиздан ортганини Худога берманг, чунки одатда Унинг улушини ажратишга келганда пулингиз

қолмайди. Биринчи навбатда Унга бериш орқали сиз учун “Худо биринчи ўринда” эканини ифода қилган бўласиз.

Худо ҳамма нарсаларнинг Эгаси эканини ёдда тутинг. Сиз шунчаки, Худо сизга берганларини бошқарасиз, холос. Худонинг пулларини бошқараётганингизни англаб етиш сизга ўз маблағингизга яна бир бор назар ташлашингизга имкон беради. Сиз тафтишга тайёرمىсиз?

Қўлингизда бориға содиқ бўлинг. Исо шундай деган: “Кичик ишда садоқатли бўлган одам катта ишда ҳам садоқатли бўлади. Кичик ишда садоқатсиз бўлган эса катта ишда ҳам садоқатсиз бўлади” (Луқо 16:10). Худо сизга берган пулларнинг ёмон бошқарувчиси сифатида, сиз солиҳ бўлишга умид қилишингиз мумкин эмас.

Қурбонлик қилиш ҳақида ўйлаганингизда, “қулай вазият” ни кутмаслигингиз керак. Яхшиси ҳозирнинг ўзида қўлингизда борини беринг. Худо каттароқ ҳадя олиш учун пул тўплашингизни истамайди. Катта рақамлар Худода катта таассурот қолдирмайди – У каттароқ юракларни излайди.

Сармоя киритиш орқали келадиган даромадлар ҳақида ўйланг. Худога қурбонлик қилиш – акциялар, қўшма фондлар, солиқсиз қимматбаҳо қоғозлар ёки кўчмас мулклар орасида сиз киритишингиз мумкин бўлган энг яхши сармоя бўлиб, ундан келадиган даромад абадийдир. Қурбонлик қилишни ўрганишингиз учун молиявий режалаштиришга ҳақ тўлашингиз ҳам шарт эмас. Исо шундай деган: “Бу дунёда ўзларингиз учун бойлик ғамламанглар. Ахир, бундай бойликни куя ейди, занг босади, ўғри тушиб ўғирлайди. Аксинча, ўзларингиз учун самода хазина йиғинглар. Бундай бойликни куя емайди, занг босмайди, ўғри ҳам ўғирлай олмайди” (Матто 6:19-20).

Ўрим-йиғимга тайёрланинг. Ҳамма ишларда бўлгани каби, ҳаётда нима эксангиз, шуни оласиз. “Шуни унутмангки, оз эккан оз ўриб олади, мўл эккан эса мўл ўриб олади”, дейди Павлус (2 Коринфликлар 9:6).

Хурсанд бўлиб беринг. Муқаддас Калом бизга ўргатадиган нарсалардан биттаси – Худо нимани ёқтиради-ю, нимани ёқтирмайди. 2 Коринфликлар 9:7 оятда шундай ёзилган: “Ҳар ким норози бўлиб ёки мажбурият билан эмас, балки кўнглида ният этганини берсин. Ахир, Худо мамнуният билан берадиган инсонни яхши кўради”.

Фақат севги билан беринг. “Бор мулкимни муҳтожларга тақсимлаб берсам, менга шараф келтирсин деб, ҳатто қийноқларга рози бўлсам-да, лекин севгим бўлмаса, буларнинг менга фойдаси йўқ” (1 Коринфликлар 13:3).

Бир марта бир дўстим менга шундай фикрни айтди: “Американинг ҳар бир тангасида ёки қоғоз пулида “Биз Худога ишонамиз” деган сўзлар борлиги қизиқ. Бу пулларга “Биз шу пулларга ишонамиз!” деб ёзилмаган. Дўстим ҳар доим инсонлар пул сарфлаганларида ёки чек ёзиб берганларида, уларнинг онгида “Биз Худога ишонамиз” деган сўзлар порлаши учун ибодат қилади.

Мукаммал севги, никоҳ ва жинсий муносабатлар молиявий жавобгарликсиз кундалик ҳаётий ишларда тўғри шаклланмайди. Ибодатда Худонинг иродасини изланг ва У сизга ишониб топширганларини яхши бошқарувчиси бўлишга интилинг. Бизнинг асосий мақсадимиз – Худони улуғлаш ҳамда асосий умидимиз - молиявий эркинликка, берувчи юракка, пулпарастлик устидан ғалабага ва бахтли турмушга эришишда Унга ишонишдир!

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Молиявий мақсадларни қандай аниқлайсиз?
- Муқаддас Каломнинг бойликка боғлиқ айрим тавсиялари қайсилар?
- Ушрнинг (даромаднинг ўндан бири) аҳамияти қандай – бу ҳақда Калом нима деган?
- Бюджетнинг мақсади нима?

14. СЕНИКИ, МЕНИКИ ВА БИЗНИКИ

Севги, никоҳ ва жинсий муносабатларда камроқ учрайдиган зиддиятлардан бири бу эғалик масаласидир. Эр-хотинлар ишонч, дўстлик ва севги каби моддий бўлмаган нарсаларга кўпроқ эътибор қаратишлари туфайли кўпинча, муносабатларнинг жуда муҳим ва амалий томонини эътибордан четда қолдирадилар. Ушбу моддий бўлмаган жиҳатлар ўзаро муносабатларнинг марказида бўлиши муҳим бўлса ҳам, эғалик масаласида ўзаро тушунчага эришишлари керак.

Никоҳдан олдин қанча кўп масалалар ҳал қилинса ва келишиб олинса, шунча яхши бўлади. Кучли ҳиссий боғлиқлик, ёқтириш ва ёқтирмаслик билан боғлиқ бўлган жиҳатларда алоҳида тушунчаларга эришиш керак. Кўп одамлар моддий нарсалар, масалан, мебеллар, баданга санчилган зирапчадек, эр-хотинлик муносабатларига шикаст беришига йўл қўйишлари мени ҳайратга солади.

Дотти иккимиз турмуш қурмасларидан аввал ҳеч қачон эғалик масаласини муҳокама қилмаган жуфтликларга маслаҳатлар берганмиз. Турмуш қурганларидан кейин келин ҳам куёв ҳам ўзларининг шахсий нарсалари бўлишига қарор қилишган. Улар билан суҳбатда тез-тез “меники”, “сеники” деган жумлалар эшитиларди.

Тез орада улар муаммога йўлиқишди. Эғалик масаласи уларнинг муносабатида бурбод қилувчи кучга айланди ва кўп ўтмай, улар ажралишди.

Муносабатни ифодалаганда ёки мукаммал севги, никоҳ ҳамда жинсий муносабатлар ҳақида гапирганда ишлатиладиган эғалик сўзларига аҳамият беринг. “Исталган” инсон бўлишга қанчалик яқин эканингиз ҳақида жуда кўп нарсаларни билиб оласиз. Муваффақиятга эришиш имконияти кўп одам “мен”,

“менга”, “меники” деган сўзлар ўрнига “биз”, “бизга” ёки “бизники” деган сўзларни кўпроқ ишлатади.

Буларнинг бари нимада мужассамланади

Биз масъулиятни ўз зиммасига олишни, севги, никоҳ ҳамда жинсий муносабатларда “исталган” инсон бўлиш орқали келадиган иноят ва қувончни англаб етишни истаган инсон учун зарур бўлган ўн битта шахсий сифатларни биргаликда ўрганиб чиқдик. Шунинг учун сизга ноодатий савол бераман: мен никоҳ учун “исталган” инсонманми?

Қалбингизнинг тубида жавобни биласиз. Ўзингизни алдай олсангиз ҳам, бошқа кўпчиликни алдай олмайсиз. Сизда мавжуд бўлган сифатларнинг фарқи сиз “исталган” инсон ёки ундай инсон эмаслигингиз, сизнинг жуфтингиз “исталган” инсон ёки унинг акси эканлигини ифодалайди. Бу эса ўз навбатида, якуний хулосага олиб келади: биз бир-биримизга мос келамизми?

Мукаммал севги, никоҳ ҳамда жинсий муносабатлар асоси сиз турмуш қурмоқчи бўлган инсон билан учрашишингиздан анча аввалроқ қўйилган бўлиши лозим. Бу жараён сиздан бошланади.

Ҳозиргача, бу турдаги муносабат ўрнатиш орқали, сизнинг нуқтаи назарингиз – шахс сифатидаги фикрингиз бўйича ҳаракат қилдик. Энди эса, улар ҳис қилаётган севги мукаммал севгими ёки йўқми, ҳар икки томон бuni қандай аниқлашини кўриб чиқамиз. Лекин сўзимизни давом эттиришдан олдин сизни огоҳлантирмоқчиман.

Мукаммал эмас, бироқ ривожланиб боровчи

Сиз ҳам, жуфтингиз ҳам мукаммал инсон эмассизлар ва ҳеч қачон мукаммал бўла олмайсизлар. Биз кўриб чиққан ва “исталган” инсон бўлиш учун талаб қилинган сифатлар худди эришиб бўлмайдигандек кўриниши мумкин. Лекин шуни ёдда тутинг, буларнинг ҳар бир жиҳати ҳар доим ҳам мавжуд бўлмайди ёки фаол бўлмайди.

Агар сиз “мен ҳеч қачон пул билан муомала қилишни билмаганман, мен шундай яратилганман”, десангиз, унда турмушингиз хатарда қолади. Лекин агар сиз “Мен ҳеч қачон пул билан муомала қилишни билмаганман, аммо шу вақтдан бошлаб, бuni ўзгартиришга ҳаракат қиламан”, десангиз, тўғри йўл тутган бўласиз. Ва албатта, бу фикр нафақат пул билан қандай муомала қилишга, балки биз кўриб чиққан бошқа барча сифатларга ҳам тегишли.

Агар ақлли инсон бўлсангиз, Худо ёки жуфтингиз сизга ҳаётингиздаги ўзгартиришингиз лозим бўлган жиҳатларни кўрсатганида миннатдор бўласиз. Сиз алоҳида эътибор бераётган, тўғрилашга уринаётган ҳар бир фазилат келажакда келадиган фойданинг миқдорини оширади.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Эгалик ҳақида гапирганингизда қайси сўзларни ишлатасиз?

- Агар турмуш куриш ҳақида ўйлаётган бўлсангиз, юқорида айтиб ўтилган ўн битта сифатдан қайсилар сизда мавжуд?
- “Исталган” инсон бўла олишингиз учун ҳаётингизнинг қайси томонларини ривожлантиришингиз лозим?

2 БЎЛИМ

МУКАММАЛ СЕВГИ АСОСИ

Сиз ҳис қилаётган севги сақланиб қолишини қандай билиш мумкин?

Кириш: МУКАММАЛ СЕВГИНИ ҚАНДАЙ БИЛИШ МУМКИН

Ҳар куни омадсиз турмушдан кўрқадиган кўпгина одамлар билан учрашаман. Улар қачонлардир бу борада ҳаммасини биламан, деб ўйлашган, ҳозир эса бунга ишончлари комил эмас. Улар “Севги аслида нима?”, деган саволга аниқроқ жавоб излашади.

Агар сиз ҳали “ошиқ бўлиш” борасида ҳаяжонли ҳамда мураккаб муаммога дуч келмаган бўлсангиз, албатта дуч келасиз. Эҳтимол, аллақачон қандайдир муносабатларингиз бўлиб, ўша инсонга нисбатан бу муносабатингиз ҳақиқий севгими, деб ўзингиздан сўраётгандирсиз. Сиз бу инсонга нисбатан айрим нарсаларда шубҳа қилишингиз мумкин, лекин шу билан бирга у ажойиб инсон бўлиши мумкин.

Агар бирон бир олим биз севиб қолган, қолмаганимизни ёки ҳеч бўлмаса, бизнинг бу севги муносабатимиз қанча давом этишини аниқ айтиб берадиган “суперкомпьютер” яратса, жуда ажойиб иш бўларди, тўғрими? Афсуски, биз ҳис қилаётган севгининг теранлиги ёки сифатини кўрсатадиган бундай “севги ҳисобгичи” мавжуд эмас. Ўзаро таъсир қилувчи кўплаб кучлар ҳамда муносабатлардаги инсонлар ўртасидаги фарқ графикалар ёки статистикалар ёрдамида севги муносабатларининг давомийлигини айтиб беролмайди.

Шундай қилиб, муаммо ҳал бўлмайди. Севгини қандай синаш мумкин? Турли инсонларга бўлган муносабатингизда маълум бир инсонга бўлган туйғуларингиз чин эканини била оласизми? Бунинг “ҳақиқий севги” эканини қандай биласиз?

Тахмин қилиш керак эмас

Кўп одамлар “қалбингга кулоқ сол” деб маслаҳат беришади. Эҳтимол, бу маслаҳатга кулоқ солиш қалбларни вайрон қилувчи вазиятга олиб келиши мумкинлиги биларсиз. Ҳис-туйғулари кучли бир талаба шундай деган эди: “Мен кўнглимдаги қизни учратганимни биламан, лекин ухлай олмаяпман, еганим ичимга тушмаяпти, барча имтиҳонлардан йиқияпман!” Менимча, бу кўпроқ тумов касаллигига ўхшайди.

Келинг, ўзингизга берадиган саволни ўзгартирайлик. “Мен севиб қолдимми?” дейиш ўрнига “Менинг севгим самарали муносабат, никоҳ ҳамда жинсий муносабатга асос бўла оладиган даражада мукамалми?”, деб сўранг. Мен севгини “мукамаллик” атамаси билан белгилашни афзал кўраман, чунки биз ҳар доим “ошиқмиз”, деб ҳисоблайман. Ўткинчи севги ҳам ўзига хос севгининг бир туридир, лекин мукамал севгидан даражаси ҳамда махсуслиги бўйича фарқ қилади. Ўткинчи севгининг муаммоси шуки, агар сиз унга ёпишиб қолсангиз, умрингизнинг охиригача “кўппакларча ҳаёт кечирасиз”.

Албатта, ўткинчи севги ҳам ҳақиқий бўлиб, инсонлар ҳаёти давомида ҳис қиладиган бошқа туйғулар каби ҳурматга лойиқ. Бола уйга келиб, “Мен севиб қолдим” деса, унинг устидан кулиш керак эмас. Ўсмирларча севги ҳисси маълум даражада ҳақиқий ва ажойиб бўлади. Бу туйғуларни ҳис қиладиган ёш йигит-қизлар учун улар ҳақиқий бўлиб, бунга жиддий эътибор бермаслик керак.

Шундай қилиб, савол сиз севиб қолган ёки қолмаганингиз ҳақида эмас. Ҳақиқий савол қуйидагича қолаверади: “Менинг севгим масъулиятли қарор қилиш ҳамда узоқ муддатли муносабатларга яратиш учун етарли даражада мукамалми?” Севги учун сонларнинг аҳамияти йўқ. Туйғуларни жиддий текшириш керак эмас. Аммо, уларда етук сифатлар намоён бўлиш ёки бўлмаслигига қараб, севги муносабатларини шахсан баҳолашингиз мумкинлигига ишонаман. Никоҳ масалалари бўйича мутахассис Сильванус Дюваллнинг таъкидлашича, “агар турмуш қурмоқчи бўлган ёшлар никоҳдан аввал муҳаббатлари қанчалик асоссиз эканлигини аниқласалар, улар бахтли бўлишади”.

Муҳаббат тилсими нафақат “исталган” инсон бўлишдан, балки “исталган” севгини ҳис қилишдан ҳам иборат.

Китобимнинг қолган қисмида мукамал севги хусусиятларини муҳокама қилмоқчиман. Севгингизнинг мукамаллигини баҳолаш учун улардан мезон сифатида фойдаланинг. Лекин жуда эҳтиёт бўлинг. Рўйхатда келтирилган сифатлар мукамал эмас. Улар ўзаро муносабатларингизга янада оқилона қарашга ёрдам бериш учун тақдим этилган, холос.

Ошиқлик - бу субъектив ҳолатнинг энг юқори чўққисидир. Унинг ўлчами шахсий танловга боғлиқ. Бироқ, ўтмишингиз, маълумотингиз ҳамда диний тарбиянгиздан қатъий назар, қуйида берилган хусусиятлар сизнинг фикрлаш тарзингизга ижобий ва қимматли таъсир кўрсатиши ҳамда бошқа инсонга бўлган туйғуларингизни баҳолашда фойдали восита бўлиши мумкин.

15 БУТУН ШАХСИЯТГА ЙЎНАЛТИРИЛГАН СЕВГИ

Никоҳ икки кишининг бир-бирларига, шунингдек бутунлай шахсиятга нисбатан ўзаро мажбурият сифатида қабул қилиниши лозим. Лекин кўпчилигимиз ўз севгимизни ёки никоҳимизни бошқа инсоннинг бир ёки иккита яхши хислатларини тан олишимизга асослаймиз.

Оила ва таълимни ўрганиш Институтининг директори ҳамда руҳшуноси Сола Гордоннинг қилган маърузасида, бир гуруҳ ота-оналар унга шундай савол билан мурожаат қилишди: “Ўзаро муносабатда жинсий алоқанинг аҳамияти қандай?” У ўз изланишларига кўра, ўзаро муносабатларнинг ўнта энг муҳим жиҳатлари орасида жинсий алоқа тўққизинчи ўринда туришини айтди, яъни биринчи ўринда ўринда ғамхўрлик ва севги (биринчи ўринда), ҳазил туйғуси (иккинчи ўринда), мулоқот (учинчи ўринда) туришини айтди.

Келинлар, Гордоннинг турмушдаги ўнта энг муҳим жиҳатлар бўйича тузган рўйхатидаги ҳар бир жиҳатни оилавий маслаҳатчи доктор Норман Райт қандай изоҳлаганини кўриб чиқайлик.

1. Кулги. Кулишни билиш ва ривожланган ҳазил туйғуси кундалик ҳаётни мувозанатлаштириши мумкин. Сизни бўлақларга бўлиб ташлашига йўл қўйиш ўрнига, вазиятга мос ҳазил қилинг.

2. Дўстлик. Жуфтлик сифатида вақтингизни биргаликда завқ билан ўтказадиган бир қанча дўстларингиз бўлади, лекин бир нечта бошқа дўстларингиз ҳам бўлиб, ҳар бирингиз улар билан алоҳида гаплашасизлар. Бу ёмон эмас, ҳатто зарурдир. Жуфтингиз сизнинг айрим эҳтиёжингизни қондириши мумкин, лекин сизнинг севимли машғулотингизга, сиз ёқтирадиган спортга қизиқадиганлар топилади ва улар билан биргаликда бу машғулотлар билан шуғулланиш учун сарфланган вақт соғлом хусусиятга эга.

3. Иштирок этиш. Эр-хотин сифатида, турмушингиздан ва уйингиздан ташқарида ҳар қандай нарсада умумий мақсадни шакллантиришга интиласиз. Муҳим лойиҳа ёки тадбир устида биргаликда ишлаганингизда иштирок этиш ҳисси пайдо бўлади. Бир қанча жуфтликлар биргаликда якшанба мактабларида дарс беришмоқда ёки қандайдир бошқа кўмитада бирга ишламоқда. Мен ҳаётим давомида жуда кўп коллежларда, жамоатларда ва мамлакат бўйлаб семинарларда сабоқ бераман. Мен – олдиндаман, мен сабоқ бераман ва маъруза қиламан. Рафиқам Жойс ҳеч қачон олдинга ўринда бўлмайди, у менинг хизматимда бевосита иштирок этади. Мен маъруза пайтида фойдаланадиган проектор учун юзлаб шаффоф қоғозларни у тайёрлайди. У ҳар бир нутқимнинг мазмунини яхши билади ва худди ўзи маъруза қилгандек, иштирок этади.

4. Жинсий алоқа. Жинсий қониқиш ажратилган яқинликни ифодалайди. Қониқиш бўлиши учун жинсий алоқа севги билан уйғунликда бўлиши лозим. Жуда кўп жуфтликлар жинсий алоқаларига катта эътибор беришади ва жинсий алоқа одатий ҳолга айланади. Жинсий алоқа никоҳнинг

бир қисми ҳисобланади, бироқ айрим жуфтликлар уни турмушнинг энг яхши томони сифатида бўрттириб юборишади.

5. Якдиллик. Якдиллик – фикрлар, маълумотлар, ишлар ва режалар билан бўлишиш деганидир. Бу китобни ёзаётган вақтимда биз шелти зотли итни уйимиз шароитига мослашишига ёрдам бераётган эдик. Ҳар гал Жойс ёки мен ошхонадан ўтаётганимизда Эмбернинг уйғонганини ва атрофни айланиб юрганини билдирувчи изларни қидирамиз. Агар полда ҳўл жойни кўрсак, ўша жойни артиб, ювиб қўямиз. Буни қилиш учун кимнидир чақирмаймиз. Уйда эркак ва аёл роли тузилмасининг сунъийлиги аста-секин ўзгариб боради ва бу ўзгариш қатъий тузилмага қараганда истеъдодлар, иноятлар ва қўшма фаолиятга асосланган бўлишишлар учун кўпроқ имкониятлар яратмоқда.

6. Тартиблилик. Ўз эътиқоди ва меъёрларини бузмаган ҳолда ишониш ва суяниш мумкин бўлган инсон бўлиш – тартиблиликни ифодалайди.

7. Суҳбат. Қизиқ ва маълумотларга бой, янгиликлар ва ҳис-туйғуларни ўз ичига олган суҳбат никоҳга киритилган қимматли сармоя ҳисобланади. Ўз туйғуларини кўрсатиш ёки бошқаларнинг туйғусига аралаштириш кўркувидан ҳоли бўлган очиқ ва самимий мулоқот катта аҳамиятга эга.

8. Севги ғамхўрлик, яқинлик, ишонч ва масъулиятни ўз ичига олади. Катта ва кичик нарсаларда эътиборлик билан ҳаракат қилиш худди сўзлардек севгини ифодалайди. Севилиш – бошқа инсонга ҳамдард бўлиш ва у билан бирга бўлишга интилиш, демакдир.

9. Мослаштириш қобилияти бошқа инсоннинг ўзига хослигини тушунишни англатади. Мослаштириш дегани – бошқа одамга ўз таъсирини ўтказишга уринмасдан, қандай бўлса, шундайлигича қабул қилишдир. Бу эса бошқа инсонга сиздан бошқачароқ ҳаракат қилиш ва сиздан ажралиб туришга имкон беришни англатади.

10. Бардошлилик бошқа инсонни борича қабул қилишингизни англатади. Бошқа инсоннинг инжиқликларини, баъзида унутувчанлигини ёки ёмон кайфиятини қабул қилиш орқали сиз ўша инсонга худди сиздек инсон бўлишига имкон берган бўласиз. Керак пайтда, сизга ноқулай бўлаётганини ёки хавотирингизни билдиринг, токи бу нарсалар муносабатларга ҳалақит бермасдан, кўпроқ ёрдам берсин.

Қисмларнинг йиғиндисидан кўпроқ

Севги муносабатлари кўп қиррали бўлиб, икки севишганнинг шахсий хусусиятларини – жисмоний, ижтимоий, ақлий ва руҳий хусусиятларини бутунлай ўз ичига олади. Соғлом ва етук инсон бўлиш учун ҳар бир инсон бу соҳаларда ривожланиши лозим бўлганидек, эр-хотинлар ҳам ушбу соҳаларда биргаликда ривожланишлари керак.

Ўсишнинг бундай жараёнини Исо Ўз ҳаётида кўрсатган. Луқа 2:52 оятдан қуйидагиларни ўқиймиз: “Исо улғайиб (жисмоний жиҳати), йиллар ўтгани сари доно бўлиб борарди (ўсишнинг ақлий жиҳати). У Худонинг ҳам (руҳий жиҳат),

одамларнинг ҳам (ижтимоий жихат) меҳрини қозонарди”. У ҳам худди сиздек яхлит шахс эди. Ўзаро муносабатлар тилида “инсон ўзининг бутун вужуди билан қаттиқ севишга ва севилишга тайёр бўлганда, турмуш қуришга етарли даражада етук бўлади”.

Мукаммал бўлмаган севги шахснинг бир ёки иккита хусусиятига қартилган бўлади. Агар муносабат шахсиятнинг фақат бир қисмига йўналтирилган бўлса, демак, уларнинг жисмоний хусусиятлари бор. Бу хусусият шунчалик кучли бўлиши мумкинки, у севилган инсоннинг бошқа хусусиятларини яширади. Севги жинсий истак билан бошланиши мумкин, аммо агар икки инсон мустаҳкам ва яқин муносабатлар ўрнатмоқчи бўлса, улар бир бутун инсон сифатида кўплаб хатти-ҳаракатлар ва ўзаро фаолият олиб боришлари керак.

Жинсий алоқа омили ёрдам бермайди

Севги жисмоний жозибага ва жинсий алоқага асосланган бўлса, бундай севги узоққа бормайди. Жинсий жозиба қанчалик эҳтиросли бўлмасин, у ўзини ҳимоя қила олмайдиган даражада тор омил ҳисобланади. Тез орада нимадир етишмаётганини англаб етасиз. Жинсий эътиборга асосланган никоҳларда кимдир янада жозибадор кўринганида муносабатлар хавф остида қолади.

Доктор Оуэн Морган жинсий жозиба ёки жинсий қониқиш асосига қурилган муносабатларнинг хавфли эканлиги ҳақида гапириб, “эр-хотинлар вақтларининг ўндан биридан ҳам камроғини бевосита жинсий алоқага сарфлашини” таъкидлаган. У яна “эр ва хотиннинг биргаликдаги ҳаётининг барча соҳаларида бир-бирларига бўлган аҳамияти никоҳнинг маваффақиятини таъминлайди”, деб айтган. Одамлар ўзлари истаганидек мустаҳкам турмуш ва муносабатларни қандайдир оз вақт оладиган нарсалар асосида қуришлари қалати.

Кучли ҳаяжонли ёки жинсий туйғулар бир муддатга муносабатларнинг чуқурлигини тўсиб қўйиши ёки хиралаштириши мумкин. Муаммо шундаки, вақт ўтиши билан кучли ҳис-туйғулар совийди. К.С.Льюис бунини машинани ўт олдиришга ўхшатади – двигатель ишга тушиши учун калитни тўлиқ бураш керак, бироқ агар сиз газ тепкисини бир маромда ушламасангиз, ёқилғи тез тугайди. Романтик умидларга асосланган турмуш умидсизликка олиб келади. Лекин Миннесота Университети талабалари томонидан ўтказилган тадқиқотда руҳшунос Эллин Бершилд “агар никоҳдаги эҳтирос тугаса, бундай оилаларнинг ярмидан кўпроғи ажралишни хоҳлаб қолишини” тушунган.

Мукаддас Каломда севги – сабрли бўлиши ҳақида айтилган. Никоҳдан олдин жинсий алоқа қилиш истаги туғилиши табиий, лекин чинакам севишганлар никоҳгача сабр қилишади. Ҳақиқий севги ҳирсени қондиришни ортга суради ва бунинг ўрнига ўша инсонни тўлиқ севишга эътибор беради. Севгининг исботи сифатида жинсий алоқани талаб қиладиган инсон

худбинликни ва мажбурий севгини кўрсатади. Ўз истакларига енгиладиган қизлар ёш болаларга хос ёки невротик заифликни намоёни этишади. Доимий талаблар ва исталмаган ён беришлар – мукаммал бўлмаган севгидан, бутун шахсни инкор қилувчи севгидан далолат беради.

Руҳоний Жон Павлус II айтганки, “хотинларига шунчаки шахват билан қарайдиган эрлар ўз юракларида зино қилишади”. Бу изоҳ кўплаб танқидларга сабаб бўлган бўлса ҳам, унинг фикрини тўғри деб ўйлайман. У мукаммал севги, никоҳ ва жинсий муносабатлар нафақат жинсий алоқага, балки бутун инсонга бўлган муҳаббатга асосланиши кераклиги айтган. Никоҳдаги шахват жуфтига нисбатан саёз муносабат ва ҳурматсизликни ифодалайди.

Одий синов

Сиз тана билан эмас, инсон билан турмуш қураяпсиз. Албатта, инсонни бутунлай севиш учун жисмоний жозибардорлик муҳим роль ўйнайди, лекин мукаммал севги ривожланиши учун жисмоний жозиба бу инсоннинг бошқа хусусиятларини тўсиб қўймаслиги, яширмаслиги лозим. Ўзингизга шундай савол беринг: ҳеч қандай жисмоний алоқаларсиз бирга ўтказган оқшомдан завқланишимиз мумкинми? Агар жисмоний алоқаларсиз завқлана олмасангиз, сизнинг севгингиз мукаммал эмас. Қолаверса, мен одамларга ҳатто бир-бирларининг қўлларини ҳам ушламасдан яшашга қанча чидашларини ҳамда худди аввалгидек бир-бирларидан завқлана олишларини синаш учун “ўттиз кунлик муҳаббат синовини”ни таклиф қилишни истардим. Бу синовнинг бошида кўп одамлар ҳеч қандай муаммо бўлмаслиги билан мақтанишади, лекин бир неча кундан кейин улар безовталиқ ва норозиликни ҳис қила бошлайдилар. Кўпгина жуфтликлар менга бу “ўттиз кунлик синов” уларнинг “муҳаббати” тор доирада эканлигини кўрсатганини тан олишган. Улар бир-бирларини севмасликларини, балки шунчаки бир-бирига нисбатан жисмоний жозибани ҳис қилишдек ёқимсиз ҳақиқатга дуч келишган.

Бир турдаги муносабат

Инсоннинг биронта ўзига хос хусусияти асосида ўзаро муносабат қуриш кўпгина шаклларда қабул қилиниши мумкин. Баъзи одамлар бошқа бир инсонга бўлган севгисини бир-бирларидан ижтимоий завқ олиш лаёқатига кўра асослашади. Оиласидан ажрашган бир киши менга шундай деган эди: “Бирга бўлишимиз жуда яхши эди, учрашганимизда вақтимиз шунчалик қувончли ўтардики, бу худди муҳаббатга ўхшарди”.

Йигит билан қиз бирга бўлганларида ўзларини яхши ҳис қилишгани учун бир-бирларини севиб қолганликларига ишонишлари оддий ҳол. Сиз ҳатто маймун билан ҳам ажойиб вақт ўтказишингиз мумкин, бироқ бу сизлар турмуш қуришингиз керак, дегани эмас. Бундай турдаги муносабатлардаги муаммо шуки, шубҳа туғилганда ёки норозилик пайдо бўлганида, бу муаммони ҳал қилиш учун биргаликдаги завқланишдан кўра кўпроқ нарса керак бўлади.

Юқорида айтиб ўтганимдек, аспирантурада ўқиб юрган пайтимда Паула исмли қиз билан учрашиб юрганман. Биз табиатан жуда ўхшаш эдик ва биргаликда қувонардик, лекин вақт ўтиши билан учрашувлар тўхтади. Биздаги нарсалар узоқ муддатли ва яқин муносабатли турмуш қуриш учун, биргаликдаги қувончимизни муносабатларимизда мавжуд бўлмаган хусусиятларга алмаштириш учун етарли эмаслигини англадик.

Баъзи одамлар агар улар биргаликда қизиқарли ишлар қилишмаса, жуфтидан зерикашади. Мукаммал севги фақат биргаликда қизиқарли вақт ўтказишгани учун эмас, балки жуфти қандай бўлса, шундайлигича севади.

Яна баъзи одамлар ўз муҳаббатларини муносабатнинг руҳий томонига асослашади. Уларнинг фикрига кўра, агар улар биргаликда ибодат қилишса, биргаликда Калом ўрганишса ҳамда бошқа одамларни Масихга олиб келишда Худо иккаласини ишлатса, улар учун бу севгидир. Улар мазмунли, тақводор ҳаёт кечираётганликлари ва руҳий интилишлари ҳамда фикрлари бир хил эканлигидан келиб чиқиб, бир-бирлари учун яратилган, деган хулосага келишади. Уларнинг назарида Исога бўлган севги бир-бирларига бўлган севги билан тенг.

Агар мен Исони севсам, Билли Грэм ҳам Исони севса, биз турмуш қуришимиз керак, деганими? Ўз севгисини руҳий яқинликка асослаган инсонлар, Исо Хушхабарни фақат инсон қалбларини қутқариш учунгина ваъз қилмаганини унутиб қўйишади. У одамлар ақллариини ишлатиши учун таълим бериб, саволлар берган ва уларнинг таналарини шифолаган. У бошқа инсонларнинг муносабатлари, қўрқувлари ва келажакка бўлган умидлари учун ташвишланган. Исони шахснинг бир бутунлиги қизиқтирган. Руҳий жиҳат жуда муҳим, аммо мустаҳкам турмушнинг асоси ҳисобланмайди.

Ҳисобли никоҳ

Фақат молиявий томонини ҳисобга олган ҳолда муносабат қурадиганлар ҳам топилади. Бир йигит келинга шикоят қилди: “Менда сенга ёқадиган нимадир бор, деб ўйлагандим”. Қиз эса “Бор эди, лекин сен ҳаммасини йўқ қилдинг”, деб жавоб берди.

Доктор Ховард Хендрикс шундай таъкидлаган: “Ҳақиқий севги муносабатлари орқали сиз жуфтингизнинг ҳаётини янада мазмунли қиласиз. Уйланганига ўттиз ёки қирқ йил бўлган бу турдаги инсон хотинига нисбатан асал ойининг биринчи кечасидан ҳам кўпроқ иштиёқманд бўлади. Нима учун? Чунки у танага уйланмаган. Агар шундай бўлмаганида, бу туйғулар аллақачон кулга айланган бўларди. У шахсга уйланган ва йиллар давомида бу шахсият янада мукаммаллашиб борди. Шунинг учун уларнинг муносабатлари янада мустаҳкамланмоқда.

Қизнинг фақат гўзаллигига маҳлиё бўлиб уйланган, лекин бир оз вақт ўтиб, чиройли бўлгани билан ақли калта эканини билиб қолган бахтиқаро йигит

хакида ўйлаб кўринг. У ҳатто рафиқаси билан гаплаша олмасди ҳам. Аёл худди ёш болага ўхшарди, ҳеч нима уни ташвишлантормасди. Ижтимоий жиҳатдан у ногирон эди. Қиз аввалига жозибали кўрингани билан йигит нотўғри йўл тутганини англади. Сиз учун ҳар томонлама қизиқ бўлган инсон билан учрашиб қолганингизда орадаги фарқнинг қанчалик катталигини кўрасиз. У ким учундир жозибали кўринмас, лекин сиз учун олий даражада”.

Ҳақиқат излаб

Ўзингизга шундай саволлар беринг: бу инсоннинг одамлар олдида ўзини тутиши менга ёқадими? У ўз фикрларини қандай ифода қилади? Бу инсон билан умримнинг охиригача гаплашишим кераклигини билсам, бахтли бўламанми? Кайфиятим ёмон пайтларида ўзини қандай тутиши менга ёқадими? Агар мени Оқ Уйга таклиф қилишса, шу инсон умр йўлдошим сифатида мен билан бирга боришидан фахрланаманми?

Якдил тана сифатида бир-бирига тўлиқ ўзини бағишламаганлик сабабли кўпинча, муносабатлар ёмон оқибатлар билан тугайди. Ўзини тўлиқ бағишламаган севги мукамал ва етук бўлмайди.

Бироқ, биз жуда эътиборли бўлишимиз ва унинг хатти-ҳаракатларидан шахсиятини фарқлай олишимиз лозим. Аёлим мени ёзувчи ва маърузачи бўлганим учун севади. У менинг ишларимда ёрдам беради, лекин у мени ўз ҳолимча севади. Эркак киши аёл яхши пазанда бўлгани учун унга уйланиши керак эмас, аёллар ҳам эркак киши унга муҳим ижтимоий алоқаларни таъминлагани учун турмушга чиқмаслиги керак. “Никоҳ – икки инсоннинг бир-бирлари билан озиқ-овқат ёки хизматлар алмашиши учун ўзаро келишув эмас, балки алмашиш руҳшунослигидан бутунлай қочиш учун келишувдир. Жуфтликнинг ҳар бири биринчи навбатда ўз жуфтини бутун шахсият сифатида борича қабул қилади, у нимадир қилишга рози бўлгани учун эмас”.

Доттининг айтишича, бизнинг муносабатларимиз унинг аввалги ҳаётий тажрибасидан фарқ қилади. “Жош билан бирга мен бутун шахсиятга эътибор қаратдим. У мени жисмоний томондан ўзига жалб қилган, лекин унинг ақли ҳамда одоб-ахлоқи ҳам мени ром этган. Унинг ақлий салоҳияти, танловлари, руҳий теранлиги ва саксон ярд радиусдаги ҳар бир одамга бўлган дўстона муносабати менда чуқур таассурот уйғотган”. Бу – бутун шахсиятга нисбатан тўлиқ реакциядир.

Инсоннинг билимлари ўсмирлик учрашувлари давридаги одатлар билан мустаҳкамланиши керак. Биз бошқа инсонни яхшироқ билиб олишимизга ёрдам берадиган вазиятларни яратадиган учрашувларни режалаштиришимиз лозим. Муносабатимизнинг сифатини кўра олишимиз лозим. Менинг энг муҳим вазифаларимдан бири Доттини ақлий жиҳатдан билиб олиш эди. У жуда ақлли бўлиб, энг яхши муҳаррирларимдан бири.

Маслаҳатчилардан бирининг таъкидлашича, турмушда умумий манфаатларни сақлаб қолишнинг биттагина йўли мавжуд, у ҳам бўлса ўзаро муносабат яратишдир. Қандай қилиб? Йигитингизга турли вазиятлар орқали қаранг. У билан “монополия” ёки шахмат ўйнанг ва сиз ғолиб чиққанингизда ўзини қандай тутишига эътибор беринг. Эҳтимол, Ромеоингизнинг жаҳли ёмондир. “Бутун ҳаётимни у билан ўтказишни истармидим?”, деб ўзингизга савол беринг.

Мукаммал севги шахсиятга қаратилган бўлади. Бу нафақат сиз бошқа инсонни бутун шахс сифатида севишингизни ва уни қабул қилишингизни, балки сизни ҳам севишлари ва ҳар томонлама қабул қилишларини аңлатади. Баъзилар бундай тўлиқ севгини беришлари мумкин, бироқ ҳатто ўзлари хоҳлаган тақдирда ҳам ўзларини очишга ва тўлиқ севилишга мажбур қила олмайдилар. Бутун шахс сифатида севилмаслик очликни аңлатади. Бошқа инсонни бутун шахс сифатида севмаслик бўғилишни аңлатади.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Нима учун жинсий жозибадорликка асосланиб муносабат қуриш хатарли?
- “Бутун шахсга қаратилган” севги нима дегани? Аниқ жавоб беринг.
- Никоҳнинг муҳим жиҳатлари қайсилари ва нима учун?
- Учрашувлар даврида бутун шахсиятни билиб олиш учун нима қилишингиз мумкин?

16 ҲАРФЛАБ ТАЛАФФУЗ ҚИЛИНГ: Б – Е – Р – И – Ш

“Севги” сўзини қандай талаффуз қиласиз? Ҳақиқий севадиган инсоннинг хатти-ҳаракатларини қандай аниқлайсиз?

Одамлар мендан севгини таърифлашни сўраганларида, уларга бошқа одамнинг бахти, хотиржамлиги ва ривожланиши сизга худди ўзингизнинг бахтингиз, хотиржамлигингиз ва ривожланишингиз каби қувонч бағишласа, унда сизнинг севгингиз мукаммал севгидир, деб жавоб бераман.

Севги - Б – Е – Р – И – Ш деб талаффуз қилинади. Севги – сиз олишингиз мумкин бўлган нарсаларга эмас, балки сиз бошқа инсонга беришингиз мумкин бўлган нарсаларга асосланади.

Мен юқорида тилга олган тадқиқотчилар доктор Пол Эммонз ва Ник Стиннетлар яхши ва соғлом муносабатларга эга бўлган инсонларнинг умумий муҳим жиҳатларидан бири – уларнинг берувчи инсон бўлганликлари эканлигини аниқлашган. Севги борасида ўз маслаҳатлари билан кўп ёрдам берган Ивлин Дювалл шундай ёзган: “Узоқ давом этадиган севги бошқаларга

шахс сифатида, қадриятлари, ривожланиши ва ўсишига самимий қизиқишни ўз ичига олади”.

Мукаммал севги бошқа инсонга қаратилган бўлади. Доктор Ричард Стросс ўзининг “Никоҳ – севги демакдир” китобида шундай ёзган:

“...бу энг катта қониқиш бошқаларни бахтли қилишдан иборат. Агар биз шунчаки изласак, ҳеч қачон бахтни топа олмаймиз. Қанча кўп изласак, шунчалик норози ва хафа бўламиз. Фақат ўзи учун қониқиш излаш ҳеч нарса бермайди ва фақат ўзимизни бахтсиз ҳис қилишга мажбур қилади. Бошқаларнинг манфаати учун фидокорона ҳаёт кўпроқ самара келтиради. Мукаммал севги кўп олиб камроқ бериш босқичидан ҳеч нима талаб қилмасдан ҳамма нарсаларни қувонч билан бериш томон ўсишдан иборатдир”.

Сиз нимани кўпроқ хоҳлайсиз?

Одатий муносабат: “Нимани истасам, ўшани истайман ва хоҳлаган вақтимда истайман” дейди, бу эса оламшумул муаммонинг асосий сабабидир. Мана шу куч халқларни, турмушларни ва оилаларни барбод қилмоқда. Агар бир-биримизга фидокорона муносабатда бўлишни ва бошқаларнинг манфаатини биринчи ўринга қўйишни ўргансак, бугунги кунда бутун оламини ташвишга солаётган кўплаб муаммоларни бартараф қила олишимизга ишонаман. Деярли барча эр-хотинлик ва оилавий муносабатларни оддий, аммо муносабатларимиздаги чуқур ўзгаришлар орқали даволаш мумкин.

Элоф Нельсон Миннеаполисдаги “Фейрвью” касалхонасида диний ва соғлом турмуш дастурининг бир қисми бўлган ўн икки соатлик турмушга тайёргарлик курсини ўтказди. У ўзининг “Сизнинг биргаликдаги ҳаётингиз” китобида шундай воқеани ҳикоя қилади:

“Жон уйланганидан кейин ҳам бўйдоқлигида қандай яшаган бўлса, шундай яшашни бошлади. У баскетболни ёқтирарди. Баскетбол мавсуми авжига чиққанда, у сўнгги беш йил мобайнида учта жамоада ўйнаган.

Уйланганидан икки ой ўтиб, Жон душанбадан жумагача ҳар оқшом ё баскетбол машғулотига ёки ўйинга кетарди. Шанба кунлари эса коллеж талабаларининг ўйинларини томоша қилиш учун бир неча дўстларини уйига таклиф қиларди. Уйланганидан кейинги биринчи ва иккинчи йилни кузда ҳам, қишда ҳам, эрта баҳорда ҳам у шундай ўтказди. Баҳор келганда бейсбол жамоасида ҳам унга шундай вазифа юклатилди.

Шу сабабли оилада катта жалжаллар юзага чиқди. Жон камдан-кам ҳолларда оқшомни Нэнси билан ўтказарди. У уйда бўлган вақтларда, ўзи сотиб олган спортга оид барча журналларни ўқиб ўтирарди. Рафиқаси эса ўзини хотин деб эмас, уй хизматкори деб ҳис қилди. Кейинроқ, Жон шанба ва якшанба оқшомлари ҳам дўстлари билан чиқиб кетадиган бўлди. У ақлини йиғиб, оилавий ҳаёт кечиришни бошламасди. Унинг ёқтирган гапи: “Ҳеч кимнинг ҳаётимга аралашishiга йўл қўймайман” дейиш эди.

Албатта, Жон ҳалиям фақат ўзи ҳақида ўйлар ва аёлининг истакларига эътибор бермай, фақат ўзи учун яшар эди. У ёмон турмушни афзал кўрадиган “Нимани истасам, ўшани истайман” деган фалсафанинг яққол тимсоли эди.

Яқинда Лос-Анжелесдан Атлантага қилган парвозим вақтида ёнимда ўтирган инсон билан гаплашишга қарор қилдим. Одатда, онгимни банд қилган икки нарса – Исо Масих ҳақида ва ўз рафиқам ҳақида гапираман. Бу гал гапни рафиқамдан бошлашга қарор қилдим. “Сиз уйланганмисиз?”, деб сўрадим. Бу саволимдан у ўтирган жойидан йиқилиб кетай деди. “Йўқ, ошна, бу мен учун эмас”, деди у, биздан бешта қатор нарида ўтирганлар ҳам эшитадиган даражада баланд овоз билан.

“Наҳотки?”, - дедим ва рафиқам, қизларим, ўғлим ҳамда муносабатларимиз ҳақида гапириб бердим.

Муваффақиятсизлик эҳтимоли – элликка эллик.

Тез орада гапларимга нисбатан унинг муносабати ўзгарди ва шундай деди: “Нима ҳам дердим, балки қачондир уйланарман. Лекин жаноб, мен учун бу элликка эллик бўлади”.

Мен унга “Илтимос, уйланманг!”, дедим.

Ўзаро яхши муносабат – эвазига нима олишингиздан қатъий назар 100% ўзингизни бағишлашдир. “50\50” каби муносабатлардаги муаммо шуки, сиз ҳар доим бошқа инсон ўз вазифасини бажарганини аниқлашга уринасиз. Нимагадир ҳар доим у етарли даражада бажармаётгандек туюлади. Ўзингизни 100% бағишлаганингизда, бошқа инсонни ҳеч бир шартларсиз қабул қилиш ва севиш учун эркин бўласиз.

“Бериш” сиз учун қадриятга айланганида, сизни ажойиб мукофот кутади. 100% берганингизда, 150% бўлиб сизга қайтаётганини сезасиз. Инсон ҳеч қандай шартларсиз севилганини билганида, худди шундай жавоб қайтаришдан ўзини тўхтата олмайди. Ҳар доим берганингиздан кўпроқ оласиз.

Агар севгингиз мукамал бўлса, сиз нафақат ўз мақсадларингизга эришиш ҳақида ўйлайсиз. Жуфтингиз ҳам мақсадига етиши учун у билан баробар ҳаракат қиласиз. Ҳар гал бу мақсадлар сизнинг мақсадингизга зид келганда, мукамал севги кимнинг мақсадини биринчи бўлиб амалга оширишни аниқлаш учун қуръа ташламайди. Мукамал севги биринчи навбатда бошқа инсонга қўл узатишга ҳаракат қилади. Бошқа инсоннинг эҳтиёжи сизнинг эҳтиёжингиздан муҳимроқ эканини сезасиз.

К.С.Льюис шундай таъкидлаган: “Бир баланд сакраш (севги) билан худбинлигимизнинг баланд девори устидан ўтдик; у хатто ўз истакларимизни фидо қилди, ўз бахтимизни аҳамиятсиз билиб, бошқаларнинг манфаатини биринчи ўринга қўйди”.

Кейинроқ, Льюис икки инсон ўртасидаги севгини скрипка ва уни чаладиган таёқчага таққослаган. Алоҳида тасаввур қилиш қийин бўлган бу икки жиҳоз маҳоратли муסיқачининг қўлида ажойиб оҳанг таратади.

Худди шундай, эркак ва аёл мукаммал ва фидокор севги муносабатларида бирлашганда, иккаласи яқдил бўлганда мавжуд бўладиган гўзаллик ва уйғунликни алоҳида тасаввур қилиш мушкул.

Кучи етиб турган вақтда бериш

Ўзини бағишлашнинг энг муҳим жиҳатларидан бири қарор қабул қилишда бошқа инсоннинг туйғулари ҳамда фикрларини инобатга олиш лозим. Ёш жуфтлик Ольга ва Олег, турмуш қурганларига ўн саккиз ой бўлса ҳам мукаммал севгига хос бўлган муносабат қуришмади. Ольга ўзларининг муносабатларига доир қарорлар қабул қилишда ҳам Оленинг ҳис-туйғуларини ва фикрларини ҳисобга олишни билмасди. Олег унинг режаларидан албатта мамнун бўлади, деб ҳисобларди. Ниҳоят, Олег Ольга учун шунчаки эҳтиёжларни қондирувчи восита эканини англаб етди. Ольга муносабатларни режалаштирар, Олег эса аёлининг бир томонлама чиқарган қарорларига рози бўлиши керакдек ҳис қиларди. У аёлига ҳеч нима бера олмади, чунки аёлнинг қалби эридан нимадир қабул қилиш учун очиқ эмасди.

Бироқ, мукаммал севги – фидокорликка тайёр бўлишни англатади. Агар сиз чиндан ҳам бошқа инсоннинг бахти ва хотиржам бўлишига, ривожланишига ҳаракат қилсангиз, ўз хатти-ҳаракатларингиз билан ўз севгингизни тасдиқлашга тайёр бўласиз.

Исо Масих биз учун мукаммал севгининг намунаси ҳисобланади. Унинг севгиси Ўзини фидо қилишга тайёрлиги эди. У севги бўйича Ўз шогирдлари учун тирик намуна эди. “Ким ўз жонини дўстлари учун фидо қилса, бундан ортиқ севги йўқ” (Юҳанно 15:13). Исонинг ҳаёти ва хочдаги ўлиmidан мақсад нафақат бизнинг қутқарилишимиз, балки “...Унинг шодлиги қалбларимизни тўлдириши” эди (Юҳанно 15:11). Эфесликлар 5:1-2 – оятларда Павлус шундай деган: “Худонинг севиқли фарзандлари экансиз, энди Худодан ўрнат олинглар. Масих бизни яхши кўриб, биз учун Ўзини фидо қилди ва шу йўсин Худога маъқул келадиган қурбонлик бўлди. Сизлар ҳам Исо Масихга ўхшаб, худди шундай меҳр-муҳаббат билан яшанглар”.

Масихдан ўрнат олиб, Павлус шундай деган: “Ҳар биримиз ўзганинг манфаатини кўзлаб, унга далда бериш ниятида уни мамнун қилишга ҳаракат қилайлик” (Римликлар 15:2).

Ўз орзу-истакларингиз эмас, бошқа инсон ҳақида, муносабатлар ҳақида ўйласангиз, сизнинг севгингиз мукаммал ҳисобланади. Бундай мукаммаллик умумий мақсадлар ҳамда қадриятлар ҳар иккинги учун устувор бўлганида, ғолиблик ҳамда ҳақлигингизнинг исботи эса ўз аҳамиятини йўқотганида пайдо бўлади.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Нима учун “50/50” муносабатлари бизга маъқул эмас?
- Исо Масиҳнинг биз учун беришга ва қурбон бўлишга тайёр бўлган севги намунаси нимадан иборат эди?
- Беришга тайёр бўлиш мукаммал муносабатларда қандай намоён бўлади?

17 ҲУРМАТ КЎРСАТИНГ

Ҳаммамиз ҳам маст одамларнинг “М-мени ҳ-хур-мат қила-сан-ми?”, деган гапидан кўп марта кулганмиз. Аммо ҳақиқий ҳаётий муносабатларда ўзаро ҳурмат бўлмаса, куладиган нарса бўлмайди. Мени ҳайрон қолдирадиган нарса шуки, севги муносабатларига алоқадор кўплаб инсонлар бегоналарга нисбатан мунтазам равишда кўрсатадиган оддий ҳурматни ўз жуфтига кўрсата олишмайди. Оилавий масалалар бўйича маслаҳатчи Жадсон Суайхарт “Дўстларингизга қандай муносабатда бўлсангиз, оилангизга ҳам шундай муносабатда бўлинг” деб номланган фойдали китоб ёзган.

Севган инсонингизга нисбатан сиз кўрсатаётган ҳурмат даражаси мукаммал севгининг ҳал қилувчи кўрсаткичи ҳисобланади. Етук муносабатларда бундай севги ва эҳтиром ўзаро бўлади. Агар муносабатларда ҳурмат-эҳтиром бўлмаса, севги “севги” бўлмай қолади ва шунчаки худбин эҳтиросга айланади.

Ҳурмат – сиз бошқа инсонга ўсиши ва камолотга етиши учун эркинлик беришингиз орқали намоён бўлади. Ҳурмат: “Ҳаммаси жойида, сен қандай бўлсанг, шундайлигингча севаман”, деб айтади. Ҳурмат севилган инсонни ўз ҳолича бўлишга ва ўсишга, жуфтига хизмат қилиш учун эмас, балки шунчаки ўзи учун ривожланишга ундайди.

Эҳтиром – бошқа инсонлардан фойдаланиб қолишни ўйламасдан, уларга бўлган энг юқори ҳурматнинг ифодасидир. Ўзаро ҳурмат никоҳни олдинда турган, дуч келиш муқаррар бўлган тузоқлар учун ўлжа бўлишдан сақлайди.

Ёзувчи ва оилавий масалалар бўйича маслаҳатчи Лэрри Кристесон шундай изоҳлайди:

Агар эрнинг ўз хотинига нисбатан ғамхўрлиги ва мулойимлиги унинг ташқи кўринишига ёки ҳар қандай кунда ўзини қандай ҳис қилишига боғлиқ бўлса; агар хотиннинг эрига бўлган ҳурмати ўзининг кайфиятига ёки эри унинг талаблари ва стандартларига қанчалик мос келиши ҳақидаги фикрларига қараб ўзгариб турса, унда бу никоҳ қил устида турган бўлади. Севги кайфият ҳамда туйғулар ўзгариб турадиган ўйиндаги пиёдага айланади. Худо никоҳдаги севги

мустаҳкам пойдеворга курилишини истайди. Бу пойдевор эса Худо сизнинг жуфтингиз учун белгилаб қўйган ҳолатдир”.

Икки инсоннинг бир-бирига бўлган ҳурмат-эҳтироми севги муносабатларида ҳар икки шахснинг яхлитлиги ва ўзига хослигини сақлайди.

“Охир-оқибат, - дейди руҳшунос Натаниэль Бранден, - романтик севги бир-бирининг шахсиятига бўлган юқори ҳурматни акс эттирувчи руҳий-ҳиссий-жинсий боғлиқлик сифатида белгиланиши мумкин”. Севги мавзусидаги энг кучли муаллифлардан бири Жон Пауэлл шундай ёзади: “Агар гул куртаклари кутилмаган совуқ каби ноқулай шароитлардан зарар кўрса, гул очилмаслигини яхши биламиз.

Худди шундай, муҳаббатнинг илиқ қўллаб-қувватланишидан, мактов ва меҳрдан маҳрум бўлган инсон ҳам бошқаларга қўшилмайдиган бўлиб қолади”.

Таъсир қилувчи савол

Ҳурматнинг йўқлиги аниқ бир инсоннинг бошқалар томонидан фойдаланишига олиб келувчи энг муҳим вазият бу никоҳдан олдинги жинсий алоқа ҳисобланади. Ҳурмат-эҳтиром “Агар мени чиндан севганингда, мени мажбур қилмаган бўлардинг” ёки “Наҳотки, севгингни исботлаш учун жинсий алоқа қиладиган даражада мени кам севсанг?”, деган жавобга лойиқ бўлган “Агар мени севсанг, қаршилиқ қилмайсан”, деган иборадан фойдаланмайди.

“Ҳамма шундай қилади”, деган баҳона – бу севги ниқоби остидаги худбинликдир. “Унда бошқа бировни топиш қийин бўлмайди” деган жавоб бунга яхши жавоб бўлади. “Орқа ўриндикқа ўтишни хоҳлайсанми?” деган худбин савол, “Йўқ, сен билан олдинги ўриндикда ўтирганим яхши”, деган рад жавобини олиши мумкин. Бир талаба қиз мендан “Жаноб Макдауэлл, менга ёрдам бера оласизми?”, деб сўраган. Мен унга “Нима гап?”, деб сўрадим. “Йигитим менга агар унга ўзимни топширмасам, бу нарса менинг буйрагимга зарар қилишини айтди”, деди.

Шунга ўхшаш ёки юқорида келтирилган ибораларнинг барчаси “севги муносабатлари” деб аталадиган қўллаб-қувватлаш муносабатларни акс эттиради.

Ёлғиз яшовчилар (турмуш қурмаганлар) учун бағишланган конференцияда бир аёл менга жуда нозик савол билан мурожаат қилди. Кейинчалик, мен унинг ҳикоясини Минскдаги маърузада сўзлаб берганимда, бу воқеа Подмосковьёда содир бўлганини айтишни унутдим. Маъруза туганидан кейин битирувчи талаба олдимга жаҳл билан келди. Унинг фикрича, унинг қиз ўртоғи менга бу воқеани айтган, мен эса ҳамманинг олдида тингловчиларга сўзлаб берган эканман.

Бу ҳикоя ҳомиладор бўлиб қолган ва ҳомилани олдириб ташлаш ҳақида менинг фикримни билмоқчи бўлган аёл ҳақида эди. Мен унга: “Саволингизга жавоб беришда аввал сизга шахсий бир савол берсам майлими?”, деб сўрадим.

У рози бўлди ва мен ундан: “Нима учун йигитингиз билан жисмоний яқин бўлишга қарор қилдингиз?”, деб сўрадим. “Жош, мен ҳар доим тўғри вақт келишини ва тўғри муносабат куришни хоҳлаганман, бироқ босим жуда кучли эди. Йигитим ҳар доим менга шундай дерди: “Азизам, агар мени севсанг, рози бўласан. Азизам, агар менга бефарқ бўлмасанг, мени рад қилмайсан. Лена, агар мени севсанг, рухсат берасан”. Мен ундан: “Хўш, ҳомиладор бўлганингдан кейин, ўша буюк ошиқ нима деяпти?”, деб сўрадим.

Менинг бу саволимга аёл нима деб жавоб беришини аниқ билардим, чунки юзлаб телефон қўнғироқлари, мактублар орқали бундай жавобни жуда кўп марта эшитганман. Ва у ҳам шундай жавоб берди: “Энди у менга: “Азизам, агар мени севсанг, ҳомилани олдириб ташлайсан. Агар менга бефарқ бўлмасанг, болани олдирасан”, деяпти”.

Разил тузоқларга илинманг

“Агар мени севсанг, қаршилиқ қилмайсан”, - бу гаплар сиз билан алоқаси бор инсонга айтишингиз мумкин бўлган энг қабиҳ ва камситувчи гаплардир. Шунинг учун, агар бирон эркак ёки аёл сизни жинсий алоқага тортса, энг биринчи ўринда “йўқ” дейишингиз лозим. Агар у яна мажбур қилса, унга очиғини айтинг: “Мени нимани ҳис қилишга мажбур қилаётганингни биласанми?” Агар туйғуларингизни очиқ айтишингиз ҳам фойда бермаса, бу одамга “Алвидо” денг. Чунки бу сиз хоҳлаган муносабат эмас, чунки бу одам сиз билан шахс сифатида эмас, балки фойдаланиш мумкин бўлган объект сифатида муносабатда бўляпти.

Кўп одамлар олдимга келиб, шундай дейишади: “Жош, мен озроқ кутмоқчиман”. Ёки “Авваллари мен кутмасдим, лекин шу ондан бошлаб, “исталган” инсонни ҳамда никоҳни кутмоқчиман”. Яна қўшимча қилишади: “Қолаверса, мен учрашиб юрган инсонга кутмоқчи эканимни қандай тушунтиришни билишни истайман”.

Мен уларга шундай дейман: “Агар кутишни истасангиз, нима учунлигини билишингиз лозим. Агар “йўқ” десангиз-у, у сизни мажбур қилса, бу инсон сизни чин юракдан севмаслиги маълум бўлади. Бу ерда севги йўқ. Аслида, бу инсон истаган нарсa – жинсий алоқа орқали ўз нафсини қондириш холос. Кутиш учун сизда жиддий сабаб бор ва сиз буни изоҳлашингиз шарт эмас”.

Сиз билан жинсий алоқа қилмоқчи бўлган ҳар қандай киши кейинчалик сизни бошқа соҳаларга – ёлғон, алдов ёки бошқа нарсаларга мажбур қилиш эҳтимоли катта. Бу – ўша инсонда йиллар давомида шаклланган хусусият бўлиб, у албатта яна ўзини кўрсатади. Ёдингизда бўлсин, инсоннинг севгиси унинг феъл-атворини ифодалайди.

Нимани қутяпсиз?

“Мукаммал жуфтлик” китобида Альберт ва Кэрол Оллман Ли бир ўқитувчининг қизиқ натижага олиб келган хатоси ҳақида сўзлайди.

“Айтишларча, ўқув йили бошида синфга биринчи бор кирган ўқитувчига болаларнинг исмлари ёзилган рўйхатни беришади; ҳар бир исмдан кейин икки ёки учта сондан иборат рақамлар ёзилган эди. Ўқув йили охирида болаларнинг баҳолари ўқитувчи олган рақамларга мос келади. 140 рақами ёзилган ўқувчи “5” баҳо олади, 87 рақами ёзилган ўқувчи эса “3” олади. Баҳоларни қўйиб бўлган ўқитувчи бу рақамлар ўқувчиларнинг кийим иладиган жавонларининг рақами эмас, балки уларнинг IQ (интеллектуал коэффициент) эканини билиб қолади. Ўқитувчи ўқувчиларнинг лаёқати бўйича хулоса чиқаради (яхши ёки ёмон томонга) ва уларнинг барчаси ушбу тахминларга мос келади. Сиз ҳам бирон киши билан муносабат ўрнатганингизда, ўша инсон ҳақида иложи борича энг юқори баҳони тахмин қилишингиз керак.

Мадора Холт ўзининг “Бахтли турмуш сирлари” мақоласида ҳурматнинг аҳамияти ҳақида ёзади. У ўзининг эри билан бўлган муносабатларидан қониқиш ҳис қилган аёл тўғрисида ҳикоя қилади.

Турмуш қурган пайтимизда ота-онам бизнинг турмушимиз олти ойга ҳам етиб бормаслигини, оилани сақлаб қолишим учун тинмай меҳнат қилишимга тўғри келишини айтганди. Улар бир нарсада адашган эдилар. Биз кўплаб тўфонларни енгиб ўтдик ва топган пулим фақат нонга етарди. Эримнинг сабр-тоқати, мулойим ҳурмати ва хушмуомала табиати билан мен ўз қобилиятларимни самарали, даромадли, қизиқарли ва узоқ муддатли мартабага айлантира олдим. Агар унинг оқилона кузатуви ва киритган сармоямизни бошқариш лаёқати бўлмаганида, замонамиздаги кўплаб инсонлар каби жуда кам нарсаларга ёки умуман ҳеч нимага эришмаган бўлар эдим.

Ҳурмат, ўзаро ҳурмат – бу калитдир. Мисол: ҳаётимнинг маълум бир даврида мен юқори мартабаларга эришдим ва жуда кўп пул топдим. Кейин мендан ҳам яхшироқ мутахассис пайдо бўлди. У ҳамма билан осон тил топишадиган, ақлли, меҳрибон мультимиллионер эди. Мен ниҳоят ўзимдан ҳам яхшироқ бўлган инсонга турмушга чиқиш умидида эрим билан ажрашиш учун ариза бердим. Лекин тўсатдан, бир дугонамдан мен шаҳарда бўлмаган вақтимда у одам “яқинроқ танишиш” учун дугонамга қўнғироқ қилганини билиб қолдим. Унинг аввалги хотини хиёнат учун у билан ажрашганини билардим, шунинг учун вазиятни синчковлик билан ўйлаб кўрдим.

Ўша пайтда турмушга чиққанимга тахминан йигирма беш йил бўлганди, шу йиллар давомида эрим бошқа аёлларга қараб, ҳеч қачон мени ноқулай аҳволга солмаганди. Шон-шуҳрат, пул ва баъзи бир ҳазиллар ўта сокин инсоннинг ўрнини боса оладими? Йўқ! Биз қайта ярашдик ва бу умримда қилган энг яхши қарор эди. Биз қиз асраб олган эдик ва агар оиламизнинг бирлигини сақлаб қолмаганимизда, келишмовчиликларимизни ҳал қила олмаганимизда, бунинг қизимизга қанчалик салбий таъсир қилиши ҳақида ўйлашдан ҳам қўрқаман.

Фахрланиш қудрати

Рафиқам мени қирол деб ҳисоблайди. У мени дунёдаги энг яхши нотик, энг яхши эр ва энг яхши ота, деб ўйлайди. Бунинг менга қандай таъсир қилишини биласизми? Бу эса рафиқам билан муносабатда у ўйлагандек инсон бўлишга мени мажбур қилади. У менга кўрсатаётган ҳурматда бошқалар кўришни истагандек инсон бўлишимга туртки берадиган нимадир бор. Ҳурмат – муносабатларнинг яхлитлигини сақлайди, чунки бу нафақат бошқа бировни ташқи босимдан сақлайди, балки муносабатнинг ўзини ҳам ҳимоя қилиш истагини пайдо қилади. Ўзаро ҳурмат-эҳтиром эр-хотинни кўплаб қийин вазиятлардан олиб чиқади ва уларнинг муносабатларига даҳл қиладиган ҳар қандай ҳужумдан ҳимоя қилади.

Агар сиз айти пайтда биронтаси билан учрашаётган бўлсангиз ва у билан турмуш қуриш ҳақида ўйлаётган бўлсангиз, ўзингизга энг муҳим саволни беришингиз лозим деб ҳисоблайман: мен билан учрашаётган инсонни ҳурмат қиламанми? Бу инсоннинг кимлиги ва нима қилиши асосида умримнинг охиригача унга бўлган ҳурматимни кўрасата оламанми?

Агар жавобингиз «ҳа» бўлса, унда бу инсон билан тақдирингизни боғлаш ёки боғламаслик ва севгингизнинг ҳақиқий эканлигини аниқлашингизда ушбу жавобингиздан фойдаланишингиз мумкин.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Яқин эр-хотинлик муносабатларида ҳурмат-эҳтиром нима учун муҳим саналади?
- Бошқа инсонга бўлган ҳурмат-эҳтиромни қайси йўллар билан кўрсатишингиз мумкин?

18 ҲЕЧ ҚАНДАЙ ШАРТЛАРСИЗ

Мен қачонлардир севги ҳақида берилган буюк таърифларни келтирмасдан туриб, мукаммал севгини таърифлаб беролмаган бўлардим. Бугун сизлар билан бўлишмоқчи бўлган сифатлар рўйхати нафақат замонавий руҳшунослик ҳақидаги китобларда берилган. У азалдан Муқаддас Каломда пайдо бўлган. Ижозатингиз билан сизга севги, жинсий алоқа ва эр-хотинлик муносабатлари учун 1 Коринфликлар 13:4-8 – оятларида берилган рўйхатни кўрсатай.

Айтганча, Муқаддас Каломдаги бу машҳур матнда севгининг таърифи келтирилган, деб ўйламаслик керак. Муқаддас Каломда кўрсатилган севгининг ҳақиқий ягона таърифи Исонинг хочдаги ўлими билан таърифланади. Гэри Инриг ўзининг “Сифатли дўстлик” китобида аниқ қилиб шундай деган: “Севги – Худонинг иродаси ва хусусиятига мос келадиган, севувчи инсоннинг хусусиятларига ва севилган кишининг эҳтиёжига қараб қилинадиган хатти-

ҳаракат бўлиб, шахсий йўқотишлар ёки ўзганинг фойдасига қарамасдан содир бўлади. Бундай севгини фақат хочда кўришимиз мумкин ва Гўлготадаги севгидан фарқ қиладиган ҳар қандай севги мукамал ҳисобланмайди”.

Севги – бу феъл

Инриг асл юнон тилида севгини таърифлаш учун ишлатилган сўз сифат эмас, балки феъл шаклида берилганини айтиб ўтган. Унинг изоҳлашича, “севги ҳеч қачон пассив ёки ҳаракатсиз эмаслигини онгли равишда эслатиб туради. Севги ҳар доим амал қилади, ҳар доим ҳаракатда бўлади...”.

Янги Аҳднинг кенгайтирилган таржимасида ҳар бир юнонча сўзнинг тўлиқ маъносини келтирган ҳолда, Кеннет С.Уэст севги фаол эканини яққол кўрсатган. Мана унинг 1 Коринфликларга 13:4-8 – оятларининг таржимаси:

“Севги сабр-тоқатли ва меҳрибондир. Севги ҳасад қилмайди, мактанмайди, кеккаймайди. Севги одабсизлик қилмайди, худбинлик қилмайди, аччиқланмайди, кек сақламайди. Севги ноҳақликдан севинмайди, аксинча, ҳақиқат қарор топганда шодланади. Севги ҳар нарсани кўтаради, ҳеч қачон ишончини йўқотмайди, ҳар қандай шароитда умид сақлайди, ҳар нарсага тоқат қилади. Севги асло адо бўлмайди”.

Бундай севги билан ҳамма нарсалар биз истагандек бўлишини талаб қилишни тўхтатамиз. Биз севгимизни ҳеч қандай шартлар билан боғламаймиз ва севган инсонимизнинг истаклари ҳамда манфаатини ўзимизникидан юқори кўямиз.

Ўзгариш учун машқлар

Кимдир ўйламай гапириб юборганда ўзингизни қандай тутасиз? Аллақачон бошқаларга етарли даражада берганингизни ва энди бериш навбати уларники эканини ҳис қилганмисиз?

Агар сизнинг муносабатингиз қайсидир жиҳатдан Муқаддас Каломда берилган севгига мос келмаса, 1 Коринфликлар 13:4-8 – оятлардаги “севги” сўзи ўрнига “Худо” сўзини қўйиб ўқиб кўринг (“Худо сабр-тоқатли ва меҳрибондир...”). Кейин “севги” сўзининг ўрнига ўз исмингизни қўйиб ўқинг (“Жош сабр-тоқатли ва меҳрибондир...”). Ўҳ-хў! Қошда эмас, кўзда, тўғрими? Муқаддас Калом ҳаётимиз Масихнинг сурати томон ўзгариб бориши ҳақида айтганида, айнан мана шуни назарда тутати. Худо юқори стандартларга эга.

1 Коринфликлар 13-боби севги ҳақидаги сўнгги боб эмас. Муқаддас Каломнинг барча жойларида Худонинг севгиси турли йўллар билан кўрсатилган. Бироқ, мен сизларни мана шу парчада таърифланган сифатлардан фойдаланишга ва уларни ҳаётга тадбиқ этишга ҳамда бошқа инсонлар билан муносабатларда фойдаланишга чақираман.

Ҳеч қандай “агар” ёки “чунки” дейишга ўрин йўқ. Тамом!

Кейинги учта саҳифада берилган уч турдаги севгининг таърифлари “Севгининг берувчи, олувчи ва бошқа турлари” (Тиндал, 1981) китобимдан олинган. Дўстларингиз, оилангиз, қарама-қарши жинс вакиллари ёки турмуш ўртоғингиз билан бўлган муносабатларингизни баҳолаш учун ушбу таърифлардан кўзгу сифатида фойдаланишингизни истардим.

Биринчи турдаги севги – кўп одамлар биладиган ягона севги туридир. Мен уни “агар ... бўлса, севги” деб атайман. Муайян шартлар бажарилганда биз бундай севгини берамиз ёки оламиз. Бизнинг худбинларча хатти-ҳаракатимиз ва мақсадимиз севгимиз эвазига нимадир олишни билдиради. “Агар яхши бола бўлсанг, даданг сени яхши кўради”. “Агар мени севсанг, умидимни окласанг...”, “Агар истакларимни рўёбга чиқарсанг...”, “Агар мен билан ётсанг, мени сени севаман”.

“Агар менга ўзингни бағишласанг, мен сени севаман” дейдиган севгидан бошқа севгини билмайдиган жуда кўп аёлларни учратганман. Жуда кўп турмушлар бузилиб кетмокда, чунки бундай турмушлар мана шундай севги асосида қурилган. Эр ёки хотин қандайдир хаёлий, романтик қиёфада севадигандек кўринади. Қийинчиликлар келганда ёки умидлар пучга чиққанда, “агар ... бўлса, севаман” деган севги нафратга айланади.

Иккинчи турдаги севги (менимча, кўпчилик одамлар айнан мана шу турдаги севги асосида уйланишади) “севги, чунки” деган севгидир. Инсон севилади, чунки у қандайдир мавқега ёки нимагадир эга ёки бўлмаса нимадир қила олади. Бу севги инсон ҳаётидаги қандайдир сифат ёки вазиятдан келиб чиқади. “Севги, чунки” кўпинча шундай дейди: “Мен сени севаман, чунки сен гўзалсан”; “Мен сени севаман, чунки ёнимда бўлсанг, ўзимни дадил хис қиламан”; “Мен сени севаман, чунки сен жуда машҳурсан” ва бошқалар.

“Севги, чунки” – унчалик ҳам ёмон эмас, деб ўйлашингиз мумкин. Ҳаммамиз ҳам ҳаётимиздаги маълум сифатларимиз учун бизни севишларини истаймиз. Биздаги фазилатларимиз учун кимдир бизни севиши аввалига бизни тинчлантириши мумкин, чунки бизда севишга арзийдиган нимадир борлигини биламиз. Бироқ, бундай севги тез орада “агар ... бўлса, севги” дан яхшироқ эмаслигини, яъни турмуш учун мустаҳкам асос бўлолмаслигини англаб етамиз.

Масалан, рақобат муаммоси ҳақида ўйлаб кўринг. Агар фазилатларингиз учун кимдир сизни севса ва кейинроқ сиздаги фазилатлардан яхшироқ, кучлироқ фазилатларга эга одам пайдо бўлиб қолса, “севги, чунки” турига асосланган муносабатларнинг ҳоли нима кечади? Айтайлик, сиз аёлсиз ва гўзаллик эрингиз учун жуда муҳим. Агар сиздан ҳам гўзалроқ аёл пайдо бўлиб қолса, нима бўлади? Ёки айтайлик, сиз эркак кишисиз ва аёлингизнинг севгиси сизнинг маошингизга ҳамда маошингизга боғлиқ нарсаларга асосланган. Сиздан ҳам бойроқ эркак пайдо бўлиб қолса, нима бўлади? Рақобат сизни ташвишга

соладими? Рақобат турмушингизга хавф туғдирадими? Агар шундай бўлса, сизнинг севгингиз “севги, чунки” турига тааллуқли бўлади.

Кўпчилигимиз ўзимиз ҳақимизда икки хил фикрга эгамиз. Ташқи томондан, биз битта одаммиз, лекин биз ичимиздаги ҳақиқий “мен”ни жуда кам одамлар билишини яхши тушунамиз. Шуни англаб етдимки, “севги, чунки” каби муносабатларда ич-ичимиздан аслида ким эканимизни жуфтимизга билдиришдан қўрқамиз. Агар жуфтимиз ичимиздаги ҳақиқий “мен”ни билиб қолса, бизни камроқ қабул қилишидан, камроқ севишидан, ҳатто биздан юз ўгиришидан қўрқамиз.

Ҳаётингизда арзимас бўлса ҳам ноқулайлик ёки кўнгилсизлик бўлишидан қўрққанингиз учун жуфтингиз билан баҳам кўра олмайдиган нимадир борми? Агар бор бўлса, жинсий алоқадан қониқиш олишингиз қийин бўлишини аниқ айта оламан, чунки жинсий яқинлик мутлақ ишонч ҳамда бағишланишни талаб қилади. Ҳар қандай кўрқув ёки ишончсизлик юзага чиқадиган биринчи жой – тўшак ҳисобланади.

Ҳақиқий шахвонийлик максимал даражада намоён бўлганда биз ҳар доим ҳимоясиз қоламиз. Айнан мана шу очиклик максимал даражада жинсий қониқиш ва алоқани таъминлайди. Айнан шу очиклик, агар бизни қабул қилишмаса, энг оғир жароҳатларга олиб келиши ҳам мумкин. Севгининг “севги, чунки” турида шикастланиш хавфи жуда юқори бўлгани учун ҳеч қачон жисмоний алоқага тўлиқ кириша олмайсиз.

Мана у!

Севгининг яна бир тури борлигини айта олишимдан хурсандман. Бу шартсиз севги ёки ҳеч қандай шарт қўймайдиган севгидир. Бундай севги айтади: “Ич-ичингдан ким бўлишингдан қатъий назар, мен сени севаман. Сенда нимадир ўзгарса ҳам севаман. Мен сени севаман, ТАМОМ!”

Адашманг! Бу севги кўр эмас. Бу севги бошқа одамнинг камчиликларини, нуқсонларини билади, қолаверса, эвазига ҳеч нима талаб қилмасдан ўша инсонни тўлиқ қабул қилишни ҳам билади. Бундай севгини сотиб олиб бўлмайди, уни тўхтатиб ҳам бўлмайди. У ҳеч нимага боғлиқ эмас. Бундай севги севган кишининг қандайдир жозибали хусусиятларига асосланмаслиги билан севгининг “севги, чунки” туридан фарқ қилади.

“Севги, нуқта” – ўз ҳаётидаги бўшлиқни тўлдириш учун ҳаётий муносабатлардан бирон нима олиши шарт бўлмаган инсонларгина бундай севгини ҳис қилишлари мумкин.

Кўп сафар қиладиган киши сифатида мен бу турдаги севгини англаб етган масиҳийларни ҳам масиҳий бўлмаган инсонларни ҳам кўрдим. Узоқ йиллар давомида шундай севги асосида яшаган инсонлар (бу мезон бўйича баъзи нарсаларнинг сифатига баҳо беришни ёқтираман) шунчаки масиҳийлар эмас, балки ҳаётларининг манбаи Масиҳ бўлмаган инсонлар эди.

Ёдингизда бўлса, университетнинг иккинчи босқичида ўқиб юрганимда масиҳийликни ақлий ҳазилга айлантириш мақсадида ўзимнинг илк “Инкор қилиб бўлмас гувоҳликлар” китобимни ёзишни бошлагандим. Мақсадим ўзларининг Исо ҳақидаги гаплари билан жаҳлимни чиқарган бир нечта ўқитувчиларнинг “тилини қисиб” қўйиш эди. Қўшма Штатлар ҳамда Европа давлатларида икки йил изланишлар олиб борганимдан кейин тадқиқотларим кутилмаганда тескари натижаларга олиб келди. Ақлий жиҳатдан, Исо Масиҳ Ўзи айтгандек инсон бўлганини тушундим. Ҳозир эса бунга ҳар қачонгидан ҳам кўпроқ ишонаман.

Масиҳ шундай деган: “Мана, Мен эшик олдида туриб тақиллатяпман. Кимки овозимни эшитиб эшикни очса, Мен ўшанинг олдида кираман” (Ваҳий 3:20). Мен Масиҳни ҳаётимга таклиф қилдим ва биринчи олти ой ёки бир йил ичида У мени шунчалик тўлдирдики, эвазига ҳеч нима талаб қилмасдан бериш эркинлигини ҳис қилдим.

Кўриб турганингиздек, бир томондан “агар ... бўлса, севги” ва “севги, чунки” ҳамда бошқа томондан “мен сени севаман, тамом” ўртасида жиддий фарқ бор. Севги – бериш учун кутмайди. Севги – олиш учун кутмайди. Бундай севгини шартсиз севги деб аташни ёқтиришимнинг сабаби бизларнинг барчамиз чегараланганмиз ва худбин табиатимизга боғлиқмиз. Худога қарши исён бизнинг шартсиз сева олиш лаёқатимизга таъсир қилган. Фақат Худогина Исо Масиҳ орқали шартсиз севгини намоён қилди. Фақат Исо Масиҳга бўлган имон орқали гуноҳларимиз кечирилиши ва самовий Отамиз билан шахсий муносабатларимиз тикланиши мумкин, чунки Масиҳ бизнинг гуноҳларимиз учун хочда қурбон бўлди. Сиз буни англайсизми ёки йўқми, “севги, нуқта” сиз учун катта аҳамиятга эга.

Ҳақиқий орзу

Агар айни пайтда бундай севгини ҳис қилмаётган бўлсангиз ҳам қачонлардир албатта шундай севгини ҳис қилишга умид қилаётган бўлсангиз керак. “Севги, нуқта” – Б – Е – Р – И – Ш деб талаффуз қиланади. Бу – ўз ихтиёри билан бериш дегани. Бундай муносабатда кўрқувга, нафратга, босимга, ҳасад ёки рашкка ўрин йўқ.

Эҳтимол, ҳозир сиз “севгининг учинчи тури ҳаётда учрайдими, умуман бунинг имкони борми?” деб ўзингизга савол бераётгандирсиз. Англиялик бир аёл менга шундай деганди: “Агар мен турмуш ўртоғимни қандай бўлса шундайлигича, содир бўлаётган ҳодисаларга қарамасдан севганимда эди, у ўзига қарамай қўйган бўлар эди ва муносабатларимиз барбод бўлган бўларди”. Мен унга “Мана шу жойида адашдингиз”, дедим. Севгининг бу тури ижодий севги бўлиб, уни қабул қилган инсонни ўзгартиради.

Ўн тўрт йиллик турмушимиз давомида, рафиқам менга ҳаётимнинг маълум жиҳатларини ўзгартириш орқали яхшироқ инсон, яхшироқ эр, яхшироқ

ота, Исо Масихнинг яхши вакили ва яхши дўст бўлганимни кўрсатди. Лекин турмушимизнинг ўн тўрт йили мобайнида рафиқам менга бирон марта “Азизим, сиз ўзгаришингиз керак!” демаган. Бунинг ўрнига, у менга ниманидир кўрсатиб, буни мантиқан тушунтиради ва ўзгаришлар вақтида мени қўллаб, севишда давом этади. Биласизми, нима бўлади? Бу жуда ҳайротомуз. Ич-ичимдан ўзгариш истаги пайдо бўлади, - бунга мажбур бўлганим учун эмас, балки ўзим шуни истаганим учун. Фақат учинчи турдаги севги шундай ижодий ўзгаришларни келтириб чиқаради.

Яна бир марта Доттига сўз беришимга ижозат беринг. Шартсиз севги уни янада яхшироқ бўлишга ундашини шундай айтиб беради: “Жош мени қандай бўлсам, шундайлигимча қабул қилишига бутунлай ишонаман, бироқ янада яхшироқ бўлишим учун у мени қўллаб-қувватлайди. Бу эса менга эркин бўлиш имконини ва янада яхшироқ бўлиш истагини беради, чунки кимдир мени мажбур қилаётганини ёки мени кузатаётганини сезмайман”.

Мукаммал севги шартсизлиги билан, аниқроқ айтганда, бошқа инсонга шарт қўймаслиги билан ажралиб туради. У нафақат бошқа инсонга қаратилган, балки ўзимиз севган инсонларни кейинчалик қандай инсон бўлишларига ёки келажақда қандай ўзгаришларига қараб эмас, ҳозир қандай бўлса, шундайлигича қабул қилиш истагини ҳам беради. Хуллас, мукаммал севги – “кўриб турганингизни олишга” оз ҳам эмас, кўп ҳам эмас, тўлиқ тайёр бўлишни англатади.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Севгининг “севги, чунки” турида қандай муаммолар мавжуд?
- Шартсиз севгини изоҳланг.
- Нима учун шартсиз севги бизни янада яхшироқ бўлишга ундайди?

19 БИРГА БЎЛИШ БАХТИ

Севгининг асосий тасдиқларидан бири севганингиз билан хайрлашаётгандаги оғриқ ҳамда бу инсон билан учрашганда ўсиб борадиган қувонч ҳиссидир. Мукаммал севги ўша инсон билан учрашганда улкан қувончни ва айрилиқ пайтида бирга бўлиш учун кучли истакни намоён қилади.

Бир марта Виржиния Политехника институтида бўлган вақтимда бир йигит маслаҳат сўраб ёнимга келди. У битирувчи эди, унинг севган қизи эса бошқа университетда ишларди. Улар кейинга шанба куни турмуш қурмоқчи эканликларини айтди. Лекин у менга қуйидагиларни айтди: “Биз икки марта тўйни қолдирдик, охириги марта ўтган ҳафта қолдирдик. Муаммо шундаки, мен уни севаманми, йўқми билмайман”.

Бу йигит қанчалик ташвишланмасин, муаммо унинг уйланишдан кўрқишида эмаслигини кўрдим. У бир неча ой аввал бу қизни севиш ёки севмаслигини аниқлаб олмаганидан ҳайрон қолдим. Шунинг учун ундан: “Бирон марта дам олиш кунлари узоқ вақт у билан ёлғиз қолганмисиз?» деб сўрадим. У ҳеч нимани тушунмади, кейин унга тушунтирдим.

“Шукроналик куни “ёлғизликда узоқ вақт дам олиш” учун яхши мисол бўлади ва чоршанбадан жумагача сиз уникида ёки у сизникида бирга вақт ўтказишингиз мумкин. Мен буни “ёлғизликда узоқ вақт дам олиш” деб атайман, чунки ўша пайтда содир бўлган воқеалар ва “янгиликлар” ёдингизда қолмаслиги мумкин.

“Бундай кунларимиз кўп бўлган”, деди у.

“Яхши, - дедим, - бу дам олиш кунларида унга қандай муносабатда бўлганингизни билишни истардим”.

Икки сценарий

Ижозатингиз билан сизга иккита сценарий таклиф қилсам, кўрайлик-чи, улардан қайси бири сизни яхшироқ тасвирлар экан.

Биринчисида, Шукроналик кунидан икки ёки уч ҳафта аввал бирга бўладиган онларни ўйлаб, кун, соат, ҳатто дақиқаларни санашни бошлайсиз. Интиқиб кутилган чоршанба оқшоми келди ва сиз ишларингизни тамомлаб, сабрсизлик билан учрашувга ошиқасиз! Тезда машинага ўтириб, йўлга тушасиз. (Дотти билан учрашувга кетаётганимда тезликни оширганим учун бир мартагина жаримага торишган).

Нихоят, унинг ёнига етиб келдингиз ва севган инсонингизни маҳкам кучдингиз, шундай лаҳзаларда ўзингизни еттинчи осмонда юргандек ҳис қиласиз. Пайшанба ва жума кунлари ўтиб, шанба келганида, якшанба ҳақида ўйлашни ҳам хоҳламайсиз, чунки якшанба куни кетишингиз керак. Сиз бу ҳаёлни миянгиздан чиқариб ташлашга ҳаракат қиласиз. Шанба оқшомда ухлашга ётишни истамайсиз, чунки тонг отганида у билан бирга бўлишингиз учун бор-йўғи бир неча соат вақтингиз қолишини биласиз. Якшанба куни бор кучингиз билан вақтни чўзишга уринасиз, лекин вақт елдек учиб ўтади. Унга “хайр” деганингизда, худди қалбингизнинг бир бўлаги қолиб кетаётган ўхшайди.

Бу ҳислар сизга танишми? Эҳтимол, иккинчи сценарий сизга кўпроқ мос келар?

Сиз чоршанба куни кечқурун келдингиз ва ҳаммаси ажойиб. Пайшанба ва жума кунлари жуда яхши ўтди. Вақтингиз зўр ўтмоқда. Шанба куни келганда, якшанбани кутасиз, чунки сизга танаффус кераклигини биласиз. Якшанба куни кетишингиз кераклигидан унчалик хафа бўлмайсиз, чунки эркин нафас олиш вақти келди”.

Кейин ўша талабадан сўрадим: “Сиз шу танаффусни кутганмисиз? Эркин нафас олишингиз кераклигини ҳис қилганмисиз?”

У шундай жавоб берди: “Анчагача биринчи сценарий менга мос келди. Лекин тан олишим керак-ки, сўнгги олти-тўққиз ой мен мана шу танаффусни кутганман”.

“У ҳолда, - маслаҳат бердим унга, - уйланманг. Бирга яшашингиз мумкин бўлган қизга уйланманг. Усиз яшай олмайдиган қизга уйланинг. Бунинг фарқи катта”.

Орзулардаги фарқ

Мукаммал севги яқдилликдан шодланади ва бу шодлик кунлар ўтгани билан камаймайди. Аслида, бу шодлик шунчалик кўпаядики, кетишингиз керак бўлган кунни ҳаёлингиздан чиқариб ташлашни истайсиз. Якшанба келишини хоҳламаётганингизни ҳис қилмагунча, уйланманг.

Бу нарса менинг Дотти ва Паула билан муносабатларимдаги асосий фарқ эди. Биз Паула иккимиз севишганлармиз, деб ўйлаганмиз ва биргаликда ўтказган дам олиш кунларимизда хурсандчилик қилганмиз, лекин якшанба келганида, мен унчалик хафа бўлмасдим. Мен эркин нафас олишга уринганман.

Дотти билан учрашганимда ҳаммаси бошқача бўлган. Пайшанба куни жума ҳақида ўйлашни истамаганман. Жума куни эса шанба ҳақида ўйлашни истамаганман, чунки кетишим керак бўлган кун яқинлашганини эслатиб турарди. Шанба куни якшанбадан кейин ҳам қолишга баҳона излардим. Якшанба келганида эса, соат қўнғироғини ҳам созламасдим, чунки агар ухлаб қолсам, кетишимга тўғри келмайди, деб ўйлардим.

Бир дўстимнинг уйидаги “ёлғизликдаги узоқ дам олиш куни” хануз ёдимда. Якшанба куни Дотти Брэннифдан Остинга учиб кетиши керак эди, мен эса Чикагога конференцияга кетишим керак эди. Мен уни аэропортга олиб кетаётганимда, Брэннифга учадиган самолёт кечиктирилиши учун ибодат қилдим. Учиб кетиш залида турганимизда, хайрлашиш олдидан уни ўпдим, у йўлакдан юриб, самолётга чиққаётганида, унга ташланиб, “Кетма!”, дейишдан ўзимни аранг тўхтатиб турганман.

Биз ҳар гал бирга бўлганмизда, унинг ёнимда эканлиги учун бўлган қувончим ортиб борарди, ҳатто ҳозир бир-биримизда узоқда бўлсак ҳам, бирга бўлишга интиламиз. Худонинг марҳамати билан Доттисиз яшашим мумкин, бироқ мен буни истамайман. Мана шу нарса мукаммал севгидан далолат беради, деб ўйлайман.

Уолтер Тробиш ўзининг “Мен бир қизни севардим” номли китобида: “агар ҳаётингизни усиз тасаввур қила олмасангиз; агар ундан узоқда бўлганингизда қалбингизда оғриқни ҳис қилсангиз; агар у ҳаёлларингизни банд

килиб, орзуларингизга илҳом берса; агар унинг бахти сиз учун ўзингизнинг қувончингиздан устун турса”, демак сиз севасиз, деган.

Оила ва никоҳ масалалари бўйича маслаҳатчи, доктор Генри Брандтнинг айтишича, “тарчи бошқа одамлар уларнинг ҳаётидан муҳим бўлса ҳам, агар жуфтликлар бирга бўлишни ёқтирсалар”, бундай севги мукамал севги ҳисобланади. Улар бир-бирларидан алоҳида қилганда завқ олмаган ишларини биргаликда қилиш орқали завқ олишларини англаб етишади. Улар бир-бирларидан узоқда бўлганларида, бир-бирлари ҳақида ўйлайдилар”. “Айрилиқ юракни юмшатади”, деган қадимдан қолган мақол, баъзи одамлар ўйлаганидан ҳам кўпроқ мукамал севги ҳақида гапирди.

Ҳар гал оғирроқ

Вақтимнинг 50% ни хизмат сафарларида ўтказишимга тўғри келади. Оилам баъзан мен билан бирга бўлишига қарамай, баъзида уларни бир ойда ўн икки кун кўрмайман. Ўн беш йил ўтиб, ўзимни яхшироқ ҳис қилишим мумкинлигини тахмин қилишингиз мумкин, бироқ янада оғирроқ бўляпти. Дам олиш кунларини рафиқасидан айрилиқда ўтказган айрим эркаклар ёнимга келиб, “Бу жуда оғир бўлди. Сиз буни қандай уддалаётганингизга ҳайронман. Мен ҳеч қачон аёлим ва фарзандларимдан бунча узоқ айрилиқда яшолмайман”, дейишади. Улар яна: “Лекин, менимча, инсон бунга кўникиб кетади”, деб қўшимча қилишади. Бу гаплар мени ғашимга тегади – мен ҳеч қачон кўникмайман. Буни истамайман ҳам. Севгингиз мукамал ва чуқур бўлса, ўн кунлик сафарни тўққиз кунга қисқартиришга, доимо бирга бўлишга ҳаракат қиласиз.

Дотти кўпинча, уйдан узоқда бўлган сафарларим ҳақида сўрайди. Мехрибон ва ғамхўр инсонлар келажакда уйда кўпроқ бўлишга умид қилишларини айтиб, ҳамдард эканини ва қўллаб-қувватлашини айтишади. Дотти ўз туйғулари ҳақида гапириб, шундай дейди: “Мен уни сафарга кузатиб қўйишни ёмон кўраман, бироқ унинг қилаётган ишларини алоҳида қўяман. Қайсидир маънода, у ҳар гал кетиши керак бўлганида, йиғлаб оламан, чунки уни соғинаман. Қалбимда ҳеч нарса билан тўлдириб бўлмайдиган бўшлиқ пайдо бўлади. Лекин унинг қилаётган ишларига иккимиз ҳам содиқ бўлганимиз учун бу бизнинг танловимиз. Танлаш – ҳар доим ҳам осон бўлмайди, лекин бу зарур. Мен бу танловга ишонаман ва Худо унга буюрган ишларни қилишига имкон бераман, ўзим ҳам Худо мени даъват қилган ишларни қиламан.

Гап унинг кетиш учун остонадан чиқиши менга ёқиш ёки ёқмаслигида эмас. Мен осонгина унга боғлиқ бўлиб қоладиган инсонман. Мен қайсидир жиҳатдан мустақил бўлиб, мен учун жуда яхши бўлган мустақил қарорлар чиқаришим керак эди. Лекин бу осон эмас, айрилиқ шундай нарсаки, унга кўникишнинг иложи йўқ.

Унинг қилаётган ишларидан ҳам, бирга қиладиган ишларимиздан ҳам фахрланаман, ҳатто бу ишлар иккимизга бироз ноқулайлик туғдирса ҳам. У билан бирга бўлганимда қувонаман, чунки у Худо ундан хоҳлаган ишларни қилаётганини, Худо унга берган ғаройиб инъомларни ишлатиши мумкинлигини биламан”.

Мукаммал севги – осон бўлмаса ҳам айрилиқни танлаши мумкин.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Агар сиз ҳозирда ким биландир жиддий мақсадда учрашаётган бўлсангиз, “узоқ муддатли дам олиш” тестини ўзингизда синаб кўришни истармидингиз?
- Айрилиқ сизнинг қалбингизни янада юмшоқроқ қиладими?

20 РЕАЛИСТ БЎЛАМИЗ

Никоҳ самода ҳам содир бўлиши ростдир, лекин у ер юзида мавжуд ва мукаммал бўлмаган инсонлар никоҳдан ўтишади. Севги мукаммал бўлганда, буни эътиборга олади ва ғайритабиий нарсаларни кутмайди. Агар сизнинг кимгадир нисбатан бўлган севгингиз мукаммал бўлса, у сиз истаган инсон бўлишига умид қилган ҳолда эмас, ўша инсон қандай бўлса, шундайлигича, унинг камчиликлари билан қабул қиласиз.

Бироқ, бу мукаммал севги ҳар доим шахсга ёки муносабатларга реал қарашга ҳалақит берадиган айрим тўсиқларга дуч келади.

Никоҳимиз ва жуфтимиз ҳақидаги идеалистик ўй-хаёллар одатда, биз дуч келадиган биринчи тўсиқ ҳисобланади.

“Турмуш қуришингиз мумкин бўлган энг хатарли одам, - деб ёзади Ивлин Дювалл, - бу сизнинг идеалингиз; бу жуда хатарли, чунки унда сизни хафа қиладиган камчиликлар борлигини ва керакли хусусиятлар йўқлигини кўришингиз мумкин”.

Кимдир никоҳ сизнинг ғамларингизни камайтириши, бахтингизни икки баробар кўрайтириши ва харажатларингизни уч баробар кўпайтиришини айтган. Бироқ, ўз идеалимни топдим, деб уйланиш орзусида юрган эркак, севган аёлининг камчиликларини осонгина кечириб юбориши мумкин. Турмуш кураётган аёллар эса пушти кўзойнак тақиб, ўзи турмушга чиқаётган эркак ҳақида нотўғри тасаввурга эга бўлишади. Бу эса мукаммал ва ҳақиқий севги учун ҳар доим тўсиқ ҳисобланади.

Ёзувчи Чарльз Суиндолл муносабатнинг асл жиҳатлари ҳақида шундай дейди: “Зиддиятлардан тамоман ҳоли бўлган уй йўқ. “Қадим замонларда яшаган ва бахтли ҳаёт кечирган” сўнги жуфтлик Оппоғой ва Шаҳзода эди. Сиз

жуфтингизга содиқ бўлсангиз ҳам, сизда босим, келишмовчилик ва тоқатсизлик пайтлари бўлади. Содиклик – бизнинг инсоний борлиғимизни йўқ қилмайди!”

Орзуга ёки мукаммаллаштирилган ўй-хаёлларга берилган киши икки натижадан бирига эга бўлади: орзуга мос келмагани учун ўша инсон рад этилади ёки уни ушбу орзуга мос келадиган қилиб ўзгартириш учун кенг кўламли ҳаракат қилинади.

Тебранувчи ҳиссиёт

Ҳиссиётлар ва эҳтиросларга доимий чанқоқлик – ҳақиқий севги учун иккинчи тўсиқдир. Мукаммал севги – шунчаки кучли туйғу эмас. Бу мажбурият, ваъда ва кафолатдир. Туйғулар келади ва кетади, лекин севги доимий бўлиб қолаверади. Ҳар доим севгини ҳис қилмасангиз ҳам ташвишланманг, иккингиздан биронтангиз туйғулари совиб қолаётганини айтиши билан муносабатлардан воз кечманг. Асл севги бундай даврларга тайёр бўлади ва улардан муносабатларнинг заифлашиши учун эмас, балки алоқаларни мустаҳкамлаш учун фойдаланади.

Жуфтим ҳар қандай вақтда барча талабларимни қондиради – бу асл севги учун учинчи тўсиқдир. Кенг тарқалган бу нотўғри тушунча сабабли кўплаб жуфтликлар қоқилишади. Кўп инсонлар уларни тушунадиган ва уларнинг ҳаётида етишмаётган нарсаларни бера оладиган “исталган” инсонни қидиришади.

Бироқ, бундай ҳолда кўпинча, қуйидагилар рўй беради: эркак киши ўзининг энг муҳим эҳтиёжларини қондира оладиган аёлни учратади. У ўзининг ҳар қандай истакларини рўёбга чиқарадиган “исталган” аёлни топдим деб ўйлайди, аслида эса, у ҳаётининг бир нечта муҳим масалаларини ҳал қила олган инсонни топган бўлади. У рўёбга чиқмаган эҳтиёжларини кўрмайди. Ва ўша аёлга: “Мен сени эҳтиёжларимни қондираётганинг ҳамда умидларимни оқлаганинг учунгина севаман”, дейди.

Бир ёзувчи буни шундай изоҳлайди: “Икки инсон бир-бирининг эҳтиёжларини тўлиқ қондириши эҳтимолдан узоқ. Агар жуфтликлар бир-бирларининг эҳтиёжларини 80% га қондирган тақдирда ҳам бу кичик мўъжиза бўлади. Турмушдаги эҳтиёжларни тўлиқ қондирилишини кутиш кўплаб оилаларнинг муносабатларига путур етказди”.

Тафсилотлар... тафсилотлар

Ўзимнинг турмушимда Доттининг эҳтиёжлари ёки туйғуларини қониқтира олмаган пайтларимни биламан. Юқорида айтиб ўтганимдек, у ҳикояларини майда тафсилотлари билан қизиқишимни кутади, мен эса ҳар доим ҳам бундай қилолмайман. У буни қуйидагича изоҳлайди: “Янги турмуш қурган пайтларимизда бу нарсани мени кўпроқ ташвишга соларди, лекин унинг ўзим истаган инсон бўлишини кутишим тўғри эмаслигини тушундим. У менда юзага келган ҳар битта эҳтиёжни ҳар доим ҳам қондира олмайди. Агар буларнинг

барини уддасидан чиққанида эди, у Худо бўлган бўларди. Мен ҳам унинг ҳар бир эҳтиёжини қондира олмаслигимни, лекин кўлимдан келганча ҳаракат қилишимни билади.

Агар мен «Жош мени эшитмаяпти», дей ўйлаганимда, у мени тушунишга ҳаракат қилмаяпти, деб ҳис қилган бўлардим. У менинг гапларимни ҳар бир сўзига кулоқ солмаганида, ундан хафа бўлиш ёки унинг феъл-атвори ва шахсияти шундай эканини тушунишни танлашимга тўғри келади.

Мен воқеанинг ҳар бир майда тафсилотини эшитадиган одамман. У эса, жуда кўп тафсилотлардан кейин фикри бошқа нарсаларга кетиб қоладиган инсонлар тоифасидан, чунки у майда тафсилотларга қизиқмайди. Унинг қандай инсон эканлигини ва нимадан ясалганини билганим учун ўзаро муносабатларимизда реалист бўла оламан. У барча тафсилотларни билишини хоҳлайман, лекин бу унинг услуби эмас ва ундан у бериши мумкин бўлганидан ортиғини кутишим мумкин эмас”.

Рухшунос, доктор Ларри Крэбб, ўз жуфтимишнинг барча эҳтиёжларини нима учун қондира олмаслигимизни шундай изоҳлайди:

“Ёр юзидаги энг садоқатли хотин ҳам эрининг ўз-ўзини қадрлаш истагини қондира олмайди. У гуноҳкор бўлгани учун ҳар доим ҳам кўнгилдагидек ёрдам беролмайди; агар буни қила олганида ҳам, мени ўз мақсадимга – абадий аҳамиятга эга бўлган вазифаларимга мос келадиган қилиб ўзгартириш қудратига эга эмас, фақат шу нарсани мени қониқтириши мумкин. Дунёдаги энг меҳрибон эр ҳам хотинининг ўзига бўлган ишонч ҳиссини қондира олмайди. Худбинлик доғи ичимиздаги ҳар қандай истакни ўчириб ташлаган. Биз хотинларимизни зарур бўлган беғараз ва шартсиз қониқишлар билан таъминлай олмаймиз. Биз шунчаки бир-биримизга муҳтожмиз”.

Ёр-хотин бир-бирларининг қандайдир эҳтиёжларини қондириши мумкин, лекин шундай эҳтиёжлар борки, уларни фақат Худо қондириши мумкин. Ёрни ҳар қандай истакни қондириш керак бўлган ролга мажбур қилиш – низоларни келтириб чиқаради ва муносабатни бузади. Масиҳий инсон сифатида, биз Масиҳда етук эканимизни ва ҳаётимизда У қила олмайдиган ҳеч нарсани йўқлигини биламиз, лекин жуда кўп ҳолларда турмуш ўртоғимиз биз учун Худо ролини ўйнашини кутамиз. Биз турмуш ўртоғимиз бизни тўлиқ қониқтира олмаслиги Худонинг инъоми эканини тушунишимиз лозим; у бизни ҳар доим Унга қарашга мажбур қилади.

Ваъдалар... ваъдалар

Одатда, маълум воқеа ёки вақт билан боғлиқ бўлган ўзгаришни ваъда қилиш – шахс ёки муносабатларга реал қараш учун яна битта тўсиқ ҳисобланади. Кўп одамлар шундай дейишади: “Хафа бўлма, азизам, турмуш қурганимиздан кейин ичишни ташлайман” ёки “Менга ишон, турмуш қурганимиздан кейин ортингдан аҳмоқона ишлар қилишни тўхтатаман”.

Энди, сўзларимни ёдда тутишингларни хоҳлайман. Бу инсоннинг ваъдаларида ёки хулқ-атворида ҳеч қандай ишонч йўқ. Ваъдалар ҳеч қачон тугамайди. “Биринчи фарзандимиз туғилиши билан, ичишни аниқ ташлайман... Лавозимим ошиши билан... Ўз уйимиз бўлиши билан...” ва ҳаказо.

Ваъдаларга ишониб муносабат қурманг. Ҳаммасини олдиндан аниқлаб олинг. Аини пайтдаги муносабат муҳим аҳамиятга эга.

Агар жуфтингиз сизни ишончли инсон деб ҳисоблашини истасангиз, ҳозирнинг ўзида ишончли бўлинг. Агар жуфтингиз сизни Худо томонидан берилган эркак ёки аёл деб ҳисоблашини истасангиз, ҳозирнинг ўзида шундай бўлишингиз лозим. Агар ҳаётингизда юз берган воқеа ҳодисалар шу кунгача сизни ичишни ташлашга мажбур қила олмаган бўлса, келажакда қандайдир мўъжиза сизга ёрдам беради, деб ўйлайсизми? Ваъдалар асосида қурилган муносабатларда реализм йўқолади.

Бошқа инсонни ўзгартиришга уриниш – севган инсонингизни реал баҳолаш учун яна бир тўсиқдир. “Турмуш қуришимиз билан бунга нуқта қўяман!” Бу ҳам ваъда бериш муаммосига ўхшайди, фақат бу ҳолатда жуфтликнинг биттаси бошқасини шакллантиришга мажбур бўлади. “Унга шунчаки вақт керак. Турмуш қурганимиздан кейин мен уни ўзгартира оламан”. Оддий соғлом тушунча – турмуш қуриш ва ўзгариш учун вақт сиз “Ҳа, розиман”, дейишингиздан аввал берилиши лозимлигини кўрсатади.

Кўриб турганингиздан кўпроғини оласиз

Бирон инсонни сиз тасаввур қилгандек ёки сиз истагандек инсон бўлиши кераклиги учун эмас, у қандай бўлса шундайлигича севишингизга ишонч ҳосил қилинг. Мен ўзим маслаҳат берган, турмуш қурганларидан кейин умр йўлдошини ўзгартира оламан деб ўйлаган одамларнинг сонини аниқ билмайман. Ёдда сақлашингиз лозим бўлган ибора қуйидагича: “Турмуш қуришдан олдин қандай бўлсангиз, турмушда ҳам шундай инсон бўлиб қолаверасиз, фақат аввалгидан ҳам кучлироқ бўласиз. Ҳар қандай салбий сифатлар эр-хотинлик муносабатларида янада кучаяди, чунки сиз энди ўзингизга эътибор беришга мажбур эмасдек ҳис қиласиз – бу инсон ўзини сизга бағишлади ва энди уни чўчитиб қўйишдан хавотирланмасангиз ҳам бўлади”.

Тез-тез жанжаллашадиган ва зиддиятларни бартараф қила олмайдиган севишганлар тўйдан кейин яхши яшаб кетишлари амри маҳол.

Доктор Герман Вайсе шундай дейди: “Инсонни ўзгартириш мумкин эмас. Сиз уни янада романтикка, янада яхши суҳбатдошга, кам ичадиган/чекадиган/ўйнайдиган одамга айлантира олмайсиз ёки мушугингизга нисбатан аллергиясини даволай олмайсиз. Сиз унга она, ўқитувчи ёки шифокор бўлолмайсиз. Муносабатга киришишдан олдин яхшилаб ўйлаб кўринг”.

Аёл киши бирон эркакни севиб қолиши мумкин, чунки бу эркак ўзи ҳақида айтганларининг бари рост эканига ишонгиси келади. Лекин муаммо

шундаки, кўп эркаклар яхши муштлашиш ҳақида гапирганлари билан рингга чиққанларида ўзлари битта зарба беришни ҳам уддалай олишмайди. Мукаммал севги мактанмайди ва мактовларга ишонмайди. Агар севгингиз мукаммал бўлса, бир-бирингиз ҳақида ўзингизни алдамайсиз.

Менга турмушга чиқаётганида, Дотти нима қилаётганини яхши биларди. Худо мени маърузачи сифатида хизматга даъват қилганини билган ва ўзининг келгуси ҳаёти масаласида ўзини алдамаган. У шундай деган: “Ўзимни Жошга бағишлаганимда, инсон сифатида ҳам, нотиқ сифатида ҳам ўзимни унга тўлиқ бағишлаганман. Бу эса жуда кўп сафарлар аниқлигини англатарди ва биз ҳар доим ҳам бирга бўла олмаслигимизни билдирарди.

Биз турмуш куриш ҳақида ўйлаб юрганимизда, саёҳат билан боғлиқ муаммога дуч келдим. Турмушга чиқиш ҳақида оқилона қарор қилишдан олдин мен ҳақиқатга тик қарашим ва уни ҳал қилишим керак эди.

Баъзилар шундай дейишади: “Сизлар учун кўпинча айрилиқда бўлиш даҳшатли эмасми? Унинг кўп саёҳат қилмаслигини истамайсизми?” Баъзан бундай саволларга тезда жавоб бераман, чунки Жош мени ташлаб кетаётгани йўқ. Сафарни давом эттириш қарори қанчалик аҳамиятли эканини ҳеч ким билмайди – бу қарор бемаъни қарор эмас. Биз шу йўлни танладик.

Худо мени шунга аввалдан тайёрлагани учун унинг сафарга кетишларига сабр қила оламан, деб ўйлайман. Жошнинг биринчи маърузаси ҳақида эшитганимда Техас штатидаги Университет қошидаги “Янги Ҳаёт” ташкилотида ишлардим ва ҳали турмушга чиқмаган эдим. Мен аввал ҳеч қачон унинг маърузаларини эшитмагандим ва унинг сўзлари менда катта таассурот қолдирди, ҳамма жойларда унинг сўзларини айтардим: “Машҳур нотиқ шундай дейди...” (Жошдан ўрганган севимли сўзларимдан бири: “Тинчлик – зиддиятларнинг йўқлиги эмас, балки зиддиятларни бартараф қилиш лаёқатидир”. Мен бу иборани жуда кўп ишлатаман).

Унинг хизмати ва талабалар шаҳарчасидаги фаолияти менда катта таассурот қолдирди, лекин қанчадир вақт ўтиб мен унга турмушга чиқишимни билмасдим, у эса менинг мавжуд эканлигимдан беҳабар эди.

Кейинроқ, Жош билан учрашиб юрганимда, иккаламизда Тенесси Университетига бирга сафар қилишдек ажойиб имконият туғилди. Ўшанда унинг фаолиятига бошқача нақтаи-назар билан қараб, бунинг талабалар ва ходимларнинг ҳаётига қанчалик таъсир қилаётганини кўрдим. Шунинг учун, унинг талабалар шаҳарчасига қиладиган сафарларига тайёрланишда унга ёрдам бердим ва у билан бирга шаҳарчага бордим. Унинг маъруза бўйича қиладиган сафарларидаги жуда кўп ишларни кўрдим – тайёргарлик, уй вазифалари, ярим тунгача ишлаш, чарчоқ, турли жадваллар, ҳар оқшом ҳар хил жойларда ухлаш ва бошқалар. Булар менга Жошга турмушга чиқишимдан олдин унинг хизмати ҳақида жуда аниқ тасаввур ҳосил қилишимга имкон берди.

Мен Жошни 100% қўллаб-қувватлайман, чунки бутун дунё бўйлаб одамларга қандай қилиб Масиҳни шахсан билишлари ва кундалик ҳаётларида У билан юришлари ҳақида бўлишиш учун Худо унга ноёб қобилият берганини ҳис қиламан.

Айтмоқчиманки, Жошнинг тез-тез қиладиган сафарларида бўладиган муаммоларни ҳал қилиш орқали уни яхшироқ тушуниш учун унга ҳар томонлама қарардим. Мен бу вазиятни унга, қилаётган ишларига бўлган севгим асосида ва Худо мени даъват қилгани бўйича баҳолашим лозим эди.

Бу муаммони ҳал қилганимиз ва муносабатларимизнинг бошидаёқ уни “четга суриб қўйганимиз” туфайли, бу муаммо турмушимиздаги оғриқли нуқтага айланмади. Дарҳақиқат, режалаштиришда биргаликда ишлаганимиз ва ишимизда Худонинг қўлини кўраётганимиз туфайли бу муаммо марҳаматга айланди.

Севги кўр эмас

“Севгининг кўзи кўр” деган гап муносабатларни ҳаққоний баҳолаш учун унчалик кўзга ташланмайдиган тўсиқлардан биридир. Бундай муносабат қуйидаги ибораларда наомён бўлади: “Қулоқ сол, ахир уни севасан, тўғрими? Унда бошқа нарсаларни ўйлама” ёки “Қани, уйлан; ҳаммаси жойида бўлади. Ҳар доим шундай бўлган!” Ажрашишлар бўйича статистика шуни кўрсатадики, 50% дан ортиқ ҳолатда ҳеч нарса жойида бўлмайди ва муаммонинг аниқ манбаларини атайлаб эътиборсиз қолдириш – фалокатга олиб борадиган йўлдир.

Баъзи одамлар ҳазил тариқасида никоҳ – “ой шуласида зулматга сакрашдир” дейишади. Бошқалар эса “бир кўришда севиб қолиш”га ишонишади. Сакрашдан олдин диққат билан текширишни таклиф қиламан. Кўпинча, севиб қолган инсон орзулар ва идеалларга шунчалик берилиб кетадики, у севган инсон ҳақиқий инсон бўлмай, шунчаки севувчи одам учун истаклар тўпламига айланиб қолади. Кўр-кўрона севги бир мунча вақт бошқанинг камчиликларига эътибор бермаслиги мумкин, лекин бу ҳол узоққа бормайди.

Агар севгингиз кўр-кўрона бўлса, эртами-кечми, албатта қоқиласиз. Агар сиз биронтасини борица севсангиз, у ёки бу нарсаларда ўзингизни алдамайсиз. Мукаммал севги инсоннинг барча ижобий ва салбий томонларини қидиради ва ўрганади, ҳамда сиз бу инсонни қувончли кунда ҳам, қайғули кунда ҳам сева олишингизни тушунганингизни англатади.

Шамлар, бўсалар мавжудлигини тан оламан, лекин кир ювиш, дўконлар ва эрталаблари битта ҳаммомдан фойдаланишга уринадиган икки инсон ҳам бор. Узоқ романтик сайрлар, бармоғингиз билан ўйнайдиган сочлар борлиги тўғри, лекин ажинлар ва ҳуснбузар деган нарсалар ҳам бор. Бошқа одамни

бутун шахсиятидан кичикроқ кўрганимизда ва шундай қабул қилганимизда, севгимиз кўр-кўрона севги бўлади.

Бир аёл айтганидек, эркак кишини ҳаққоний қабул қилиш - “эркак кишини эртага сиз истагандек эркак бўлиши учун ёрдам бериш хоҳишингизга қараб эмас, балки у бугун қандай бўлса, шундайлигича севиш”ни англатади. Бу албатта, у эрининг камчиликларига эътиборсиз эканини англатмайди; бу шунчаки, аёл уларни қабул қилишини англатади. “Тўғриси айтганда, мен уни ўзгартиришга уринмаган бўлардим, - деб ёзади у. – Иложи бўлганида, хушмуомалалик инъомини берган бўлардим. У шунчалик соддаки, сиёсатда эришган муваффақиятларига ишонгим келмайди. «Нимани кўрсанг, ўшани оласан» деган гап унга жуда мос келади».

Никоҳ – ўзаро муносабат қураётган икки номукаммал шахсдир. Мукаммал севги – номукаммал инсонга нисбатан шартсиз содиқликдир.

Муқаррар бўрттиришлар

Ф.Кокс ўзининг “Севгининг америкача йўллари” китобида шундай ёзади:

“Биз кўпинча, ўз фикрларимизни бошқаларга етказишда ўзимиз излаган сифатларни бўрттириб айтамыз ва бизга ёқмаган сифатларни айтмаймиз. Яъни, романтик турмуш ўртоғимиз ҳақидаги шахсий фикрларимизга мос келиши учун биз ўша инсонни реал бўлмаган қаҳрамонга айлантирамыз. Аслида эса, биз ҳақиқий инсонга эмас, ўз романтик фикрларимизга ошиқ бўлган бўламыз.

Шу тарзда “ошиқ бўлганлар” танлаган кишининг аслида кимлиги аён бўлганида изтиробга тушишади. Романтик идеалларга таянган кишилар ўзлари излаган шахснинг кимлиги аён бўлганда, уни қувонч ва эҳтирос билан қарши олиш ўрнига, ўз тасаввурларидаги сиймони сақлаб қолишлари учун ҳақиқийликдан воз кечишлари мумкин. Улар ўз муҳаббатига мос келадиган инсонни излай бошлашгандан ҳақиқий жуфтини нолойиқ ёки ўзгарувчан деб рад қилишади.

Реалистик қадамлар

Муносабатларни реал баҳолаш учун тўсиқлар жуда катта бўлса ҳам сиз уларни енгиб ўтишингиз мумкин. Қатъий қадамлар ташлаб, муносабатлар ҳолатини ва бошқаларни тушунишингизни яхшироқ англашингиз мумкин.

Бундай қадамларнинг биттаси – ўзингизга қийин ва очиқ саволлар беришингиз лозим: нима учун у билан турмуш қурмоқчиман? Бойлик, ишонч ҳисси, мавқе ёки шунга ўхшаш бошқа сабаблар учун у билан турмуш қурмоқчиманми? Бу қочишми? Ёки турмуш қурсам, муаммоларим ҳал бўлади, деб ўйлаяпманми? Агар бирон нима бўлса ва бойлигидан, чиройидан ажраб қолса, унга қандай муносабатда бўламан?

Бир-бирингиз билан мулоқот қилиб турасизми? Бир-бирингизнинг ақлий фаолиятингизни рағбатлантириб турасизми? Ёки биттангиз бошқасини

зерикарли деб ҳисоблайдими? Умумий мақсад ва қизиқишларингиз борми? Рухий ҳаётда бир йўналишдамисиз? Шеригингизнинг дўстлари сизга ёқадими? (Бу кўп нарсани англатади). Фарзандлар, пул ва қариндошлар масаласида қарашларингиз қанчалик мос келади?

Турмуш ўртоғингизнинг камчиликлари ёки заифликлари нимадан иборат? Сизники-чи? Ундаги қайси хислатлар сизга ёқмайди? Нима учун? Сизнинг-ча, сиздаги қайси жиҳатлар унга ёқмайди? Нима учун?

Ҳаётингизнинг қолган қисмини шу инсон билан ўтказишни мақсад қилган бўлсангиз ва бу фикрлар сизга табассум бағишласа – бу яхши. Агар бу инсон ҳозир қандай бўлса, уни шундайлигича қабул қилишга тайёр бўлмасангиз, ўз ҳолатингизни яхшилаб ўрганиб чиқинг. Сиз шеригингизни камчиликлари билан бирга ҳақиқий инсон сифатида қабул қила олишингиз ва турлича қарашларингизни меҳр-муҳаббат билан ҳал қила олишингиз керак.

Мукаммал ва ҳақиқий севги ўзаро муносабатдаги жуфтликлар кўп соҳаларда турлича қарашларга эга эканликларини тушунишади ва у таклиф қиладиган нарсалар учун эмас, балки ўша инсонни борича севади.

Никоҳдан кутган умидларингизни аниқлаб олинг

Яна бир қадам – бир-бирингизга ва никоҳга нисбатан кутишларингиз билан бўлишиш. Бу сизни ҳақиқий бўлмаган умидлар ба шеригингиз ҳақидаги нотўғри тушунчалар туфайли турмушнинг бузилиб кетишидан сақлайди. Муносабатларингизни мустаҳкам пойдеворга қуришингиз учун бир-бирингизни иложи борича яхшироқ билишга ҳаракат қилинг.

Никоҳдан кутиладиган нарсаларни муҳокама қилишда самимий бўлишнинг муҳимлиги ҳақида никоҳ масалалари бўйича маслаҳатчи ва ёзувчи Норман Райт шундай дейди:

“Ҳар бир шахс жуфтининг хулқи ва ўз вазифасини бажариши бўйича аниқ ва мавҳум кутишлар билан турмуш қуради. Турмушни мустаҳкамлаш мақсадида уларнинг айримлари юқори чўққиларни эгаллашади, айримлари эса пастда қолиб кетади. Барча бу кутишлар ошкор бўлганда, баҳоланганда, таққосланганда ва муҳокама қилинганда, турмушдаги уйғунлик мустаҳкамланади. “Ундай инсонлар оқар сув бўйига ўтказилган дарахтларга ўхшайди. Улар ўз мавсумида мевасини беради, барглари асло қуримайди. Улар неки қилса, муваффақиятга эришади” (Забур1:3).

Умид ва кутишларни билдириш – муносабатлардаги жуда соғлом амалиётдир, чунки бу орқали ҳар бир жуфтлик ўз жуфтининг истаклари асосида ўзини тўғри баҳолаши ва бири иккинчисининг эҳтиёжларини қондира олиш олмаслигини кўра олишларига имкон беради. Қолаверса, мулоқот юзага келиши мумкин бўлган зиддиятларни эртaroқ маълум бўлишига ва ҳар бир жуфтлик бу зиддиятга нисбатан ўз жуфтининг фикрини тушунишига имкон беради. Шу

билан бирга, жуфтликлар илгари ҳеч қачон муҳокама қилинмаган мувофиқлик ва умумий манфаатлар соҳаларини билиб оладилар.

Бир аёл бўлғуси турмуш ўртоғи билан никоҳдан кутган умидларини баҳам кўргани ўрталаридаги зиддиятлар манбаини аниқлашига қандай ёрдам берганини айтиб берди. “Кўпинча, ўзаро мослашиш бир-биримизни қандай яхшироқ тушуниш ва яхшироқ мулоқот қилиш билан боғлиқ эди, чунки ҳар гал суҳбат турмуш қурмоқчи бўлган икки инсон ҳақида кетганида, гап (албатта) турли жинс, турли оилалар, турлича таълимлар, фарқлар ва маданиятга бориб тақалади. Сиз уларнинг барчасини бирлаштиришингиз керак, шунда барча масалаларда қарашларингиз турлича эканини англайсиз. Мен эса, негандир, бизда бундай турлича қарашлар бўлмайди, деб ўйлаганман.

Нима учундир, турмуш қуришимиз билан мўъжиза юз беради ва биз бир-биримиз билан тил топишамиз, деб ўйлаганман. Кутишларимиз ҳақидаги тўйдан олдинги суҳбатларимиз бизга кўп нарсаларни очиб берди. Бу эса биз ҳар доим ҳам тил топишавермаслигимизни англашимнинг бошланиши эди, лекин кутишларимизнинг бутунлай фарқ қилиши мени ҳайратга солди. Мана шундай нарсаларни билиш зарур”.

Қатъий маслаҳат

Дунёқарашларидан фарқ ва никоҳдан олдинги асабийликлар билан курашаётган кўплаб жуфтликлар сингари, Брэд ва Маржи ҳам маслаҳат сўраб олдимга келишди. Мен уларга шундай дедим: “Сизлар турмуш қуришингиз кераклигига ишончим комил эмас. Бу қарорни иккалангиз чиқаришингиз лозим. Бироқ, ўз муносабатларингизни ҳамда бир-бирингизга бўлган севгингизни баҳолаш учун бу борадаги барча шубҳа ва ҳадикларингизга очиқ ва ҳаққоний қарашингизни маслаҳат бераман. Бу ҳадикларнинг барчаси асоссиз бўлиши мумкин, лекин уларни инкор қилманг. Ўзларингиздаги аҳмоқона туйғуларни ҳал қилиш орқали сизлар ўз муносабатларингизни ё мустаҳкамлайсиз ёки бир-бирингизга мос эмаслигингизни билиб оласиз.

Иккинчидан, мен “исталган” инсонни топган одам учун никоҳнинг аҳамиятини тасдиқлашни хоҳлайман! Никоҳ – ажойиб марҳамат, лекин жуда муҳим бўлиб, шубҳа билан никоҳдан ўтиб бўлмайди. Никоҳда бир умрлик мажбуриятлар олиш масаласида ташвишланиш табиий ҳол, лекин ҳис-туйғуларингиз никоҳдан олдин бўладиган асабийликдан кўпроқ бўлса, ҳозир турмуш қурманг, биров кутинг.

Иккалангиз ҳам қилишингиз мумкин бўлган энг ёмон нарсаси – ўзингиздаги ишончсизлик ҳиссини рад этишингиз ёки ишончсизлик ҳисси сизда йўқдек қилиб кўрсатишдир. Бундан азоб чеккан жуда кўп инсонларни кўрганман, чунки улар шубҳаларини ҳал қилмасдан турмуш қуришга қарор қилишган. Шунингдек, қайта тиклаб бўлмайдиган даражада бузилиб кетган оилаларни Худо қандай қутқариб қолганини ҳам кўрганман. Муаммо шундаки, кўпчилик

одамлар ўзларининг талабларидан воз кечишни ҳамда Худо уларнинг ҳаётларида амал қилишига йўл қўйишни истамайдилар.

Мен Дотти учун ҳамда муносабатларимиз учун Худодан миннатдорман, лекин бир-бирига мос келмайдиган икки инсоннинг турмуш қуриши ҳалокатли бўлиши мумкин”.

Руҳий тузоқлардан сақланинг

Мукаммал севгининг кўзи очиқ ва ҳақиқий бўлади. Афсуски, кўпгина жуфтликлар ўз шубҳаларини яшириш учун муносабатларини ўта руҳий қилишга ҳаракат қилишади. Кундалик қийинчиликларни инкор қилиш учун диққатни муносабатнинг руҳий томонига қаратиш – бу тузоқдир.

Ўз орзу-умидларингиз билан бўлғуси турмуш ўртоғингизга яқинлашишдан олдин бу умидлар нима эканини билиб олишингиз лозим. Ўз фикрларингизни билиб олишнинг энг яхши йўли – уларни ёзишдир. Ўзингиз, никоҳингиз, турмуш ўртоғингиз, келажагингиз ва ҳаёлингизга келган барча нарсалар ҳақида умидларингизни ёзинг. Иккалангиз ҳам шундай қилганингизда, қутилмаган ҳодисаларни биргаликда қарши олишингиз мумкин. Бу жуфтингизни ҳаётдан нимани исташини ва иккингиз ҳам бир йўлдан кетаётганингизни аниқлаб олиш учун яхши имкониятдир. Жуфтингизга ҳозир қанчалик реал қарасангиз, турмуш қурганингизда пойдеворингиз шунчалик мустаҳкам бўлади.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Ҳақиқий севги учун қандай тўсиқлар мавжуд?
- Сизнинг ҳаётингизда севгининг қандай тури мавжуд?
- Умидларингиз борасида ўзингизга қандай қатъий саволлар беришингиз керак?

21 ҒАМХЎР МУНОСАБАТЛАР

Одамлар ҳамманинг олдида ўз турмуш ўртоқлари ҳақида гапириши мени ҳар доим ҳайратга солиб келган. Бу эса мени улар ёлғиз қолганларида бир-бирларига нима ҳақида гапиришларини ўйлашга мажбур қилади. Бир киши аёлининг олдида менга шундай деган: “Сизга айтсам, бу оламда менинг аёлимдек овқат пиширадиган одамлар жуда кам, бу худди ҳарбий қисмга ўхшайди”. Эҳтимол, меҳмонга борганингизда овқат пайтида таом мазали чиқмаган бўлса, “Хафа бўлма азизам, ошхонада бундан баттар овқат беришади”, деган ибораларни эшитгандирсиз.

Ҳақиқий севги бундай изох билдирмайди. Мукаммал севги ғамхўр муносабатларда намоён бўлади. Агар салбий фикр билдирилса, мукаммал севги дарҳол айбини тан олади ва узр сўрайди.

Агар севгингиз мукаммал бўлса, биринчи ўринда жуфтингиз ҳақида ўйлайсиз ва уни бошқаларнинг олдида ҳам ёлғиз пайтида ҳам ҳимоя қилишга уринасиз. Агар жуфтингизнинг бахти, хавфсизлиги ва ривожланиши сиз учун муҳим бўлса, уни ҳар қандай зарардан ҳимоя қилишни хоҳлайсиз.

Бир аёл эри уни ҳамманинг кўз олдида камситишни бошлаганини айтиб берди. “Мен ҳазиллашяпман, дейди у. Шунини ҳам кўтара олмайсанми?”.

“У мен ҳақоратлади, камситди”, дейди аёл.

Сизга айтишим мумкинки, менинг уйимда аёлим олдида мени танқид қилмаган маъқул. Аёлим мени қаттиқ севади ва қаттиқ ҳимоя қилади. У сизни жойингизга ўтқазиб қўяди.

Аляскадаги жамоатда маъруза қилганимдан кейин маҳаллий бир киши олдинга чиқиб, мени айблай бошлади. Аёлим ёнида турган соябонни олиб, ўша кишини қувиб солмоқчи бўлганида, мен хотиржам турардим. Унинг эслашича, у қаттиқ ғазабланганидан икки киши уни ушлаб қолишга мажбур бўлишган. Норман Райт тўғри изоҳлаган: “Никоҳ - бир-биридан ажралмайдиган қилиб мустаҳкамланган қайчига ўхшайди; улар кўпинча қарама-қарши томонган ҳаракат қилишади, лекин уларнинг ўртасига тушганларни ҳар доим жазолайди”.

Ҳимояда туриш

Мен ҳам Доттини бошқачароқ, ўта амалий йўл билан ҳимоя қиламан. Болалар унга нисбатан ҳурматсизлик қилишганида, уни болалардан ҳимоя қиламан. Яқинда Дотти шундай деди: “У болалар орасида ҳурматимни кучайтиради ва уларнинг ажойиб оналари борлигини айтади. Мен болалар билан ўтказадиган машғулотларим ва мен уларга ўргатмоқчи бўлган нарсаларда унинг қўллаб-қувватлашини эшитишим ва ҳис қилишим керак. Кўпинча, Жош мен томонда эканини ва мени севишини, болалардан биронтаси менга нисбатан ҳурматсизлик қилганини сезса, доим ёнимга келишини амалда кўрсатади.

Янги турмуш қурган пайтларимизда мен никоҳ ҳақида ёзилган китобни олиб, ота фарзандларидан онани қандай ҳимоя қилганини ўқиб қолдим. Бу нима дегани экан, деб ўйланиб қолгандим. Бу нарса мен учун бемаънилик эди. Лекин орадан йиллар ўтиб, фарзандларимдан бири менга кўполлик қилганида, Жош келиб: “Сен онанг билан шундай муомала қилиб кўришинг мумкин, бироқ менинг хотиним билан шундай муомала қилганингни эшитмай!”, деди. Болалар буни тушунишди ва бу ҳол ортиқ такрорланмади.

Ўша пайтда Жош мени болаларча номукаммалликдан ва айбловлардан ҳимоя қилди – бу нарса ота фарзандларининг онаси учун қилиши мумкин бўлган энг ажойиб нарса: аynи пайтда у ўз аёлини қулоқсиз фарзанддан ҳимоя қиляпти. Она учун бу марҳаматдир, чунки эри уни ҳимоя қилаётганини билади; бу бола учун ҳам марҳаматдир, чунки у ота-онаси бир тан эканини англайди”.

Ёзувчи Гарольд Сала ўзининг “Бахтли турмуш учун 20 та амр” деб номланган мақоласида жуда яхши маслаҳат беради: “Ҳеч ким сизнинг ёнингизда аёлингизни танқид қилишига йўл қўймаслигингиз ва шу билан бирга жазосиз қолишингиз керак”. Ўз жуфтингизни ҳимоя қилиш унинг камчиликлари ва нуқсонларига кўз юмишингизни англатмайди. Бу турмуш ўртоғингизни оғзаки ва жисмоний ҳақоратдан ҳимоя қилишни билдиради.

Севган инсонингиз сизни ҳимоя қилишини ва сизга ёрдамга келишини билганингизда, сиз янада ишончли ва очиқ, самимий ва ғамхўр бўласиз.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Севган инсонга нисбатан ғамхўр муносабат нима деган?
- Севган инсонингизни нималардан ҳимоя қилишингиз мумкин?
- Ғамхўр муносабат туфайли қандай ижобий натижалар юзага келади?

22 МАСЪУЛИЯТНИ ЎЗ ҚЎЛИГА ОЛИШ

Ўзини баскетбол, бейсбол ва дўстларига бағишлаган эр ёдингиздами? Унинг хатти-ҳаракатлари ҳақида нима дейсиз? Ишончим комилки, сизнинг ҳам худди мендек жаҳлингиз чиққан, чунки мукаммал севги масъулиятни ўзига олади!

Ҳақиқий севги ҳар доим бошқа инсон ҳақида ғамхўрлик қилади ва оила, молия, саломатлик ва фарзандлар масаласида масъулиятни ўзига олишга тайёр бўлади. Агар ўзаро муносабатларда жуфтингиз масъулиятни ўз зиммасига олишни истамайди, деб ҳисобласангиз, сиз ҳеч қачон бу инсонга тўлиқ ишона олмайсиз.

Ва аксинча, агар жуфтингиз чиндан ҳам севгингиз учун жавобгарликни ўз зиммасига олишини билсангиз, ўзингиздан кечиб, уни севиш учун чиндан ҳам эркин бўласиз. Бошқа инсонга нисбатан бундай севги, эр-хотинлик ва жинсий муносабатлар Худо бизнинг шодлигимиз учун яратган марҳамати ҳисобланади. Бироқ, жуфтликнинг биронтаси ёки иккаласи ҳам масъулиятсиз бўлса, бунга эришиб бўлмайди.

Эр-хотин Ли ўзларининг “Мукаммал жуфтлик” китобида шундай деб ёзишади:

“Ўз иши билан машғул бўлиш” асрида масъулият қасам ичганда айтиладиган сўзга айланди. Ўзимизга яхши бўлиши учун масъулиятни инкор қилганимизда ўзимизни айбдор ҳис қилмаслигимиз кераклигини уқтиришади. Қандай бемаънилик! Ҳақиқат шуки, масъулиятни бажаришдан бош тортадиган ва бошқалар ҳақида қайғурмайдиган ҳар қандай одам мажбурий ўзгаришларда ўзини айбдор ҳис қилади... айбдорлик ўзимиз истаганимиздек яшашимизга

ҳалақит бермаслиги лозим; у бизни кераксиз равишда бошқаларнинг ҳаётига зарар беришдан сақлаши керак”.

Жинсий алоқа ва жавобгарлик

Агар жуфтингиз ҳеч қандай жавобгарликни ўз зиммасига олмаса, сиз муносабатларда ҳар доим ўзингизни тутиб турасиз ва ҳеч қачон унга тўлиқ ишонмайсиз. Бугунги кунда кўпчилик инсонлар масъулиятсиз ва яқинликсиз жинсий алоқани хоҳлашади. Бундай инсонлар жинсий ҳаётларида ўзларининг талон-тарож қилинганини ва бўшаб қолганликларини ҳис қилишларининг ҳеч ажабланарли жойи йўқ. Жинсий алоқа – садоқатни ва жавобгарликни ифода этиш учун яратилган.

Миллий Руҳий саломатлик институтининг тадқиқотчи руҳшуноси, доктор Бетти Хэмбург ёшлик ҳақида шундай деган: “Биз ўсмирларга арзирли фойда келтирмасдан, вақтни тезлаштирдик. Биз уларга уруғ найчалари ва жинсий алоқа ҳақида гапирамиз, лекин бошқаларга нисбатан муносабат ва масъулият ҳақида жуда кам гапирамиз”.

Доктор Уолтер Тробиш ўзининг “Мен бир қизни севиб қолдим” китобида шундай ёзган: “Ҳақиқий севги жавобгарликни ўз зиммасига олади – дўстининг олдида ҳам, Худонинг олдида ҳам. Севги бор жойда “мен” сўзи тилга олинмайди, балки “сен” сўзи ишлатилади; “Мен сен учун жавоб бераман. Сен мен учун жавоб берасан”. Мана шу тарзда, иккингиз биргаликда Худонинг олдида турганингизда, “сен ва мен” деб эмас, “биз” деб айтасиз.

Масъулиятсиз эр-хотинлик – шунчаки худбин муносабатлар қуришган икки худбин шахс холос. Мукамал севги масъулият ва ишончлиликни англатади. “Тугалланмаган ишлар, бажарилмаган ваъдалар ва амалга оширилмаган яхши ниятлар – ишончсизликнинг намунасидир”, - деб ёзади Стросс.

Етук бўлмаган инсон ўзи масъул бўлган ишларни хурсандчилик билан бажара олмайди. У норози бўлиб, қилган ишларидан мамнун эмаслигини айтиб шикоят қилади. Ҳаёт зерикарли ва бир хил бўлгани учун уй бекалари нолишади. Ишлайдиган аёллар эса уй ишлари билан банд бўлишни орзу қилишади. Эркаклар шошқалоқлик ва тасодифий қарорлар чиқариб, ишдан ишга сакрашади ва аёлига эътибор беришмайди. Айрим эркаклар келишилган вақтда уйга бора олмасликларини айтиш учун аёлига қўнғироқ қилиб, огоҳлантиришдек оддий хушмуомалаликни эсдан чиқаришади. Руҳнинг самараси ишонч бўлиб, “садоқат” ва “ишончлилик”ни англатади. Биз ўзимизни Руҳга топширишимиз ва содиқликда улғайишимиз лозим!”

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Агар жавобгарлик ҳисси бўлмаса, муносабатларда нима содир бўлади?

- Жуфтликнинг иккаласи ҳам ўзлари, ҳам муносабатлари учун жавобгарликни ўзларига олишса нима бўлади?

23 САДОҚАТНИНГ НАМОЁН БЎЛИШИ

Сиз ўзингизнинг никоҳ ваъдаларингизга қандай мажбуриятларни киритгансиз? “Ўлим бизни айирмагунча” иборасини киритганмисиз? Агар киритган бўлсангиз, сиз камчиликнинг қаторидасиз. Ҳозирги кунда “садоқат” сўзи ҳар ерда ҳам айтилавермайди.

Афтидан, бизнинг “яроқсиз” маданиятимиз масъулият тамойилларини муносабатлардан чиқариб ташламоқчи. “Турмуш қурган жуфтликлар: бирга қолиш санъати” китоби муаллифи, доктор Роберт Тэйлор шундай деган: “Биз ҳозир бир марта фойдаланиш даврида яшаймиз: бир марта ишлат ва ташлаб юбор. Сўнгги ўн йилда муносабатлар худди бир марталик муносабатга ўхшаб қолди”. Бироқ, жавобгарлик мукаммал севгининг белгиси ҳисобланади.

Аксарият жуфтликлар ҳали турмуш курмасларидан аввал муваффақиятсизликка учрашганига амин бўлдим. Улар қуйидагича муносабат билан турмуш қуришади: “Агар турмушимиз ўхшамаса ёки муаммоларга дуч келсак, шунчаки никоҳдан воз кечамиз”. “Кўздан нарида – қалбдан нарида” ёки “Севганинг ёнингда бўлмаса, ҳозир ёнингда турганни сев” каби иборалар мажбуриятларга юзаки қарашни яққол ифода этади. Ҳақиқий масиҳийча севги, жинсий алоқа ва никоҳ муносабатларида бундай қарашларга ўрин йўқ. Мукаммал севги: “Агар севганим билан бирга бўлолмасам, яхшиси кутаман”, дейди.

“Сизнинг-ча, “мен” деб аталган жамият кўп сонли турмушларнинг бузилишига олиб келадими?”, деган саволга доктор Роберт Тэйлор шундай жавоб берган:

“Ҳа, “Мен” фалсафаси бугунги кунда ажралишлар сонинг кўпайишига ўз ҳиссасини қўшаётганига ишонаман. Муаммо болалар тарбиясида XX асрнинг 40-йиллар ўрталаридан 60-йиллар ўрталаригача қўлланилган тамойилларга бориб тақалади. Бу давр истаклар эҳтиёжга айланган ва фарзандларига норозилик туйғусини қандай енгиланишга айланган ва вақтларда бу тамойилларни қўллашга ота-оналарга рухсат бериш даври эди. Улар ўз фарзандларига ўзаро муносабатларда ва бошқалар билан муносабатда жавобгарлик ҳиссини сингдира олишмаган. Бу гуруҳдаги кўплаб инсонлар ҳозирда ажралиш хавфи юқори бўлган, турмушнинг илк йилларини яшаётган катта инсонлардир”.

Танганинг орқа томони

Фидойилик содиқлик каби оғир кунларни бошдан кечираётгани ажабланарли эмас. Бироқ, фидойиликсиз содиқлик бемаъниликдир. Жуфтимиш нафақат сўзлари билан, балки қилаётган ишлари билан ҳам ўзини биз учун фидо қилишга тайёрлигидан унинг бизга содиқ эканини билиб оламиз. Агар жуфтингиз содиқ эканига ва сиз учун фидокорлик қилишга тайёр эканига ишончингиз комил бўлмаса, унга Худо истаганидек ишона олмайсиз. Ҳар доим ўзингизни тутиб турасиз. Натижада, сизнинг қувончингиз учун яратилган муносабатлардаги яқинлик ва бирдамликдан маҳрум бўласиз.

“Муносабатларда мен учун фойдали бирон нима бўлсагина бу муносабатни яхшилашга ҳаракат қиламан” дейиш умуман нотўғри. Бўрон турганда кемадан сакраш ўрнига, мукаммал севги муаммони ҳал қилишга уринади. Тадқиқотлар шуни кўрсатадики, муаммоларни ва зиддиятларни ҳал қилиш учун жуфтликларга садоқат жуда зарур; жуфтликлар бир-бирларига садоқатини намоён қилганларида бир-бирига интилиш кучаяди, жуфтини қабул қилиши ўзгаради ва инсонлар бир-бирларини янада кўпроқ сева бошлайдилар.

Шундай тадқиқотлардан яна бири шуни кўрсатадики, садоқатнинг ўсиши, фидойиликка шай бўлиш ҳамда муносабатларни яхшилашга уриниш узоқ муддатли ва бахтли турмушнинг калитидир. Машҳур “Ҳаётга эътиборли назар ташлаш” радиодастур бошловчиси, доктор Чарльз Суиндолл ва унинг рафиқаси Синтия шундай дейди: “Биз бирон бир шинам ва тинч жойга дам олишга борганимизда бирлашамиз. У ерда бўлган вақтимизда, бир-биримизга қараб, содиқ бўлиш ҳақидаги ваъдаларимизни овоз чиқариб айтамиз. Биз чиндан ҳам садоқатимизни овоз чиқариб эълон қиламиз. Бунинг қандай ва нима учун иш беришини изоҳлай олмаймиз, бироқ бундай фикрларни овоз чиқариб айтишда қандайдир тинчлантирувчи нарса бор. Лабларимиз (аслида юракларимиз) айтаётганларини қулоқларимиз эшитганда, садоқатимиз яна бир бор тасдиқланади”.

Яқинда мен рафиқамга содиқлигимни баланд овозда эътироф этишим кераклигини ҳис қилдим. Мен унга агар ҳаммасини бошидан бошлашимга тўғри келса, бир сония ҳам ўйланмасдан уни танлашимни айтдим. Жуфтингиз сизни муносабатларингизга шунчалик содиқлигингизни билса, унда ишонч ва яқинлик туйғуси янада ортади.

Муаммодан шунчаки қочмасдан, уни ҳал қилишда садоқатли бўлиш нима учун муҳим? Чарльз Суиндолл қуйидаги сабабларни келтиради:

1. Доимо Муқаддас Каломга қарашни маслаҳат беради.
2. Инсоннинг Масихда улғайишини мустаҳкамлайди.
3. Одамлар олдида Масих ҳақида гувоҳлик бериш мустаҳкамланади.
4. Душман кучларига қарши курашиш ўзгаришни талаб қилади.

Ғамхўрлик – кейинги муносабатларда ҳам худди шу муаммога учрашимизни англатади.

5. Барқарор ва мувозанатли оиладаги болалар ўзларини хавфсиз ҳис этишади. Агар ота-оналари қочишса, улар ҳам қийинчиликлардан қочишни ўрганишади, агар ота-оналари муаммони ҳал қилишга уринишса, бу нарса болалар учун ўрнатқ бўлади.

Бу ерда шубҳага ўрин қолмаслиги керак: мукаммал севги – фидойиликка тайёр бўлган садоқатни ифодалайди.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Сиз ўзингиз севган инсонга нисбатан садоқатингизни қандай ифода қиласиз?
- Садоқат намоён бўлганда, муносабатларда нима юз беради?
- Муаммоларни ҳал қилишда изчил бўлиш нима учун муҳим?

24 ФАОЛ ЎСИШ

Севги – ҳаракатсиз эмас. Эр-хотинлик ва жинсий муносабатлардаги севги ё ўсади ёки ўлади. Мукаммал севги ҳар доим ўсади.

Янги турмуш қурган пайтимизда, Тенесси Университетининг уч юзта ўқитувчилар ва раҳбар ходимлари олдида маъруза қилишимга тўғри келди. Одатдагидек, нутқимнинг дастлабки бир неча дақиқасида мен рафиқам ҳақида бир неча сўз айтдим. Хуллас, дилингизда бори тилингизга чиқади. Нима бўлганда ҳам буларни айтишим керак эди. Кутилмаганда бир ёш ўқитувчи (тахминан ўттиз ёшларда) сўзларимни бўлиб, истехзоли оҳангда “Ўйланганингизга қанча бўлди?”, деб сўради.

“Олти ой”, - дедим мен. Шунда у кейинчалик мен жуда кўп марта эшитган сўзларни айтди: “Кўрамиз, беш йилдан кейин қандай сайрар экансиз!”

Шошмай тур ҳали...

Ўйланишимдан олдин “Муҳаббат тилсими” мавзусида маърузалар қилганман ва айрим одамлар менга: “Кўрамиз, ўйлангандан кейин қандай сайрар экансан!”, дейишган. Кейинчалик уларнинг изоҳлари ўзгарди, улар ўйлангунимча сабр қилишимни айтишганди. Ўйланганимдан кейин эса беш йил ўтгач бошқача сайрашим ҳақида, кейинроқ ўн йилдан кейин, ундан сўнг йигирма йилдан кейин бошқача сайрашим ҳақида гапиришди.

Мен бу одамлар хато қилишаётганига ишончим комил эди. Бироқ, менинг доимий фалсафам шуки, тажрибаси бор инсон эътирози бор инсонга қараганда кўпроқ устунликка эга. Шунинг учун Тенесси Университети ходимлари олдида турганимда, бу ўқитувчи менга тажрибаси бор инсонда бўладиган устунликка эгадек кўринди. Бу эса ҳаётимда камдан-кам ҳолларда бўладиган ҳодисалардан бири эди, яъни мен нима деб жавоб беришни билмасдим.

Шу пайт орқа каторда ўтирганлардан биттаси ўрнидан туриб, чиқиб келди. Унинг ёши тахминан етмиш бешларда эди. Мен уни танимасдим ва у ҳозир адабимни бериб қўйишга тайёрдек туюлди. Кейинроқ маълум бўлишча, у ҳақиқий масиҳий, университетнинг ўта ҳурматли профессори ҳамда собиқ давлат котиби Дин Раскнинг укаси Рожер Раск экан.

У биринчи каторгача чиқиб келди ва кўзларимга тик қаради. Кейин гапираётган ўқитувчига ўгирилиб, олдинга эгилиб, шундай деди:

“Бу жаноб, эллик йилдан сўнг янада яхшироқ бўлади!”. Мен ўзимни жуда енгил ҳис қилдим. Бу воқеа менга мукаммал севгининг асосий жиҳатларидан бирини тасдиқлади – у бир жойда турмайди. Агар севгингиз мукаммал бўлса, у ўсишда давом этади; агар ундай бўлмаса, у йўқолади.

Ўсишнинг тўрт босқичи

Бизнинг замонимиздаги кўплаб илмий изланишлар шуни кўрсатадики, тўлақонли никоҳ – ўзгарувчи, ўсиб боровчи муносабатдир. Бу изланишлар яна шуни кўрсатадики, эр-хотинлар муносабати тўртта асосий ўсиш босқичидан ўтади.

Биринчи босқичда “худбинлик қилиш эр-хотинлар учун хос бўлади, улар муносабатлар шахсан уларга қандай фойда бериши мумкинлигини ўйлашади. Кейинги босқичда улар хизмат учун хизмат, ён бериш учун ён бериш ҳақида келишиб олишади. Учинчи босқичда, улар бир-бирларининг шахсиятини кадрлай бошлайдилар ва эр-хотинлик муносабатлари ҳамда бир-бирларининг манфаати учун келишиб олишади. Тўртинчи босқичга келиб, муаммолардан нари бўлишга ёки уларни бартараф қилишга ёрдам берадиган “муносабатлар учун қоидалар” тўпламини ишлаб чиқишади. “Афсуски, кўплаб никоҳлар иккинчи босқичда тўхтаб қолади, - дейди Бостон Университети профессори ва оилавий терапевт Роналд Леванд. Эр-хотинлар “Сен менинг орқамни қашиб қўясан, мен эса сенинг орқамни қашиб қўяман”, дейишдан у ёғига ўтишмаяпти”.

Агар сизнинг севгингиз шартсиз севгига асосланган бўлса, яъни жуфтингизни борица қабул қиладиган, яхши томонга ўзгаришни рағбатлантирадиган севги бўлса, сиз ўсишда давом этасиз. Энди бунга муносабатлардаги содиқликни ҳамда юқори сифатли самимий мулоқотга етакловчи ишонч омилини қўшинг, шунда фаол ўсиш содир бўлади. Бу ўсиш ҳар бир жуфтни теран ҳиссиётга ва янада ғамхўр бўлишга етаклайди.

Агар сизнинг ишончли, ўзингиз яхши билган дўстингиз бўлса, эҳтимол бу инсон биринчи танишгандаёқ сизга ёққан бўлиши мумкин. Ўзингизни тахминан қуйидагича ҳис қилгансиз: “Қойил, ҳаммаси сеҳр-жодуга ўхшайди. Дарров тил топишиб кетдик ва жуда яхши суҳбатлашдик”. Кейин, бир неча йил ўтгач, сизларда умумийлик пайдо бўлди, кўп “сувлар оқиб кетди” ва бу инсонни янада кўпроқ ёқтириб қолдингиз, чунки уни янада яхшироқ билиб олдингиз. Қанча

кўп вақт ўтса, унга шунчалик боғланиб қоласиз. Худога нисбатан ҳам худди шундай фаол бўлиши керак. Сиз масиҳий бўлган вақтингизда Уни шунчалик севасизки, унга тоқат қилиш қийин бўлади. Вақт ўтгани сайин бу ҳис кучайиб боради.

Ўз муносабатларингизни диққат билан кўриб чиқинг. Унда ўсишни кўряпсизми? Айниқса, агар унаштирилган бўлсангиз, туйғуларингиз чуқурлашаётганини кўряпсизми? Садоқатингизни-чи? Ишончингизни-чи? Бу туйғуларнинг энг яқин даражасида мулоқот қилиш қобилиятингизни-чи? Агар севгингиз мукамал бўлса, муносабатларингизда кўринадиган ўсиш жуда ажойиб бўлади.

Мулоҳаза қилиш учун саволлар

- Сиз муносабатларингизнинг қайси босқичидасиз?
- Кўпроқ ўсишни ҳис қилиш учун нима қила оласиз?

25 ИЖОДИЙ СЕВГИ

Нимани ўйлаётганингизни биламан. “Мукамал севги учун бу тест ҳаққоний эмас. Мен ижодкор одам эмасман”, деб ўйлаяпсиз. Ҳечқиси йўқ, тинчланинг. Бу ерда сиз тасаввур қилган бадиий ижод талаб қилинмайди. Аксинча, мукамал севги – бошқа инсонга ҳурмат-эҳтиромни намоён этишда ижодкор ҳисобланади. У бошқа инсоннинг эҳтиёжига бефарқ бўлолмайди, шунинг учун ўзини ижодий тарзда намоён этиш йўллари топади. Мукамал севги ўзига яқин бўлган инсонга “мен сени севаман” дейишнинг йўллари ва ноёб усуллари излайди.

Доттига уни севишимни жуда амалий усуллардан бири орқали кўрсатаман. Фарзандларимиз билан унга ёрдам бераман. Тўрт фарзанднинг онаси сифатида у кунига йигирма тўрт соат “чакирувда”. Болалар кичкина пайтларида мен унга болаларнинг тағликлари алмаштиришда ёрдамлашганман. Ҳозир эса онаси ёлғиз қолиши учун болаларни бирон жойга сайр қилишга олиб кетаман. Уйда бўлганимда, аёлимни уй ишларидан халос қилиш ва уни севишимни кўрсатиш усуллари топишга ҳаракат қиламан.

Дотти ҳам жуда ижодкор аёл. Бир воқеа ҳеч ёдимдан чиқмайди. Ўшанда у ота-онасиникига меҳмонга кетганди, мен эса уйда эдим. Кечқурун мен музлатгични очдим ва у ердан “мен сизни севаман, азизим”, деган ёзув топиб олдим. Ўзимнинг жавоним ёнига келиб, сафар учун нарсаларимни тахлай бошлаганимда, ҳар битта спорт кийимимга шундай ёзувлар ёпиштирилганини кўрдим. Шундай ёзувларни яна ботинкамнинг ичидан ҳам, сочиғимдан ҳам топдим. Ойнага ҳам лаб бўёғи билан шундай ёзилганди. Бу жуда ажойиб эди!

Сафарга борганимизда унга ўзи учун вақт ажратишга ҳаракат қиламан. Доттининг Флорида штати, Тампа шаҳрида яшайдиган дугонаси бор. Бир гал Янги Орлеанга боришимизга тўғри келганида, у бизни кутиб олди. Дотти иккаласи йигирма тўрт соат бирга бўлишди, бу пайтда мен болаларга қарадим. Бу эса “Мен сени севаман” дейишимнинг ижодий усули эди.

Севги купонларини тарқатинг

Дотти ёқтирган нарсалардан бири “севги купонлари” эди. У буни шундай изоҳлайди: “Жош сафарга кетаётганида кўпинча, уйнинг ҳамма жойларига “севги купонлари” қўйиб чиқарди. Бу купонларга у мени кинога таклиф қилишини, кечга овқатга олиб бориши ёки шунчаки мени қучишини ёзиб қўярди. У қайтиб келганида, ваъдасини бажарарди. Мен бу купонларни сочиқ иладиган илгичлардан ёки айтайлик, ҳаммомнинг эшигидан, ёстиқлардан топардим. Анчагина фидойилик талаб қиладиган купон – ўзи умуман ёқтирмайдиган балетга мени олиб боришга берган ваъдаси эди!”

Агар мен Дотти иккимиз ихтиро қилган ижодий ғояларнинг ҳаммасини бу ерда айтиб ўтсам, сизларни ўзингиз ихтиро қилиш қувончидан маҳрум қилган бўламан. Сиз қилишингиз лозим бўлган нарса – жуфтингизнинг ҳаётида қандай эҳтиёжлар борлигини кўриш. Бу амалий машғулот бўлиши мумкин, яъни болалардан дам олиши учун имконият яратиш ёки қандайдир ёқимли нарса қилишингиз мумкин, айтайлик, ўзингизга ишлатишни режалаштирган пулга турмуш ўртоғингиз учун нимадир сотиб олишингиз мумкин. Агар севгингиз мукамал ва ўсувчи бўлса, ғоялар ўйлаб топишда муаммо бўлмайди. Ижодкорликнинг энг яхши кўриниши одатда, жуда арзон бўлади.

Муҳокама қилиш учун саволлар

- Биронта одамга уни севишингизни кўрсатиш учун қандай ижодий усуллардан фойдаланасиз?
- Нима деб ўйлайсиз, бошқа одамга мунтазам равишда ва ижодий тарзда севгингизни кўрсатиш нима учун муҳим?
- Сизнинг муносабатларингизда севгининг қандай ижодий ифодаси мавжуд?
- Ўз севгингизни янада ижодийроқ намоёниш қилиш учун бу ҳафта нима қила оласиз?

ХУЛОСА

Сиз “Муҳаббат тилсими”ни излаётган биринчи инсон эмассиз. Турмуш қуриш учун “исталган” инсонни излаш ўнлаб тадқиқотчиларни юзлаб мақола ва китоблар нашр қилишга мажбур қилди. Мен уларнинг кўпларидан иқтибослар келтирганман.

Бироқ, менинг асл мақсадим – сизни ҳам, Худони ҳам қувонтирадиган мустаҳкам никоҳда бахтли бўлишингизни кўриш. Бахтли ва тўлақонли турмуш нима эканини тушунаман. Ҳар бир инсон буни билишини истардим. Ҳар бир никоҳ муваффақиятли ва марҳаматли бўлиши мумкинлигига ишонаман.

Бир куни ажойиб тонгда уйқудан уйғониб, турмушингиз бирдан тўлақонли бўлиб қолганини кўрмайсиз. Яхши эр-хотинлик муносабати бармоққа узук тақишдан олдин ҳам, кейин ҳам катта машаққат талаб қилади. Буни шахсий тажрибамдан биламан.

Фақат шугина эмас, шундай вақтлар бўладики, назарингизда барча ишларни фақат сиз қилаётганга ўхшаб туюлади. Сиз бераётганингизни, лекин олмаётганингизни, кечириётганингизни, лекин сизни кечиришмаётганини, бошқаларни бутун шахс сифатида шартсиз севаётганингизни, лекин сизни тўлиқ қабул қилишмаётганларини сезасиз. “Нимага эришмоқчиман?”, деб ўзингизга савол берасиз. Битта оддий сабабга кўра ҳаракат қилишингиз мумкин – бу эса шунга арийди.

Буни осонгина унутиб қўямиз, лекин никоҳ – бир умр ўрганиш жараёни эканини ёдимизда тутишимиз керак. Агар жуфтингиз муносабатни мустаҳкамлашни, ривожлантиришни истамаса ёки ҳаёт оқимига ташлаб қўйса, унда сиз эмас, албатта у ютқазади.

Сиз ҳам жуфтингиз ҳам бу оламни севган Худонинг суратида яратилгансизлар. У бизнинг ичимизда, ҳаётимизда севиш ва севгига жавоб қайтариш истагини яратган. Бирон инсон бизга нимадир берганида, у бизга қўл узатаётганини тушунамиз, бу эса ўз навбатида бизни ҳам нимадир беришга мажбур қилади. Кимдир бизни барча нуқсонларимиз билан қабул қилганида, ўша инсон бизни қандай бўлсак, шундайлигимизча севишини англаб етамиз ва бу бошқаларни ҳам қандай бўлса, шундайлигича севишга бизни мажбур қилади.

Агар сиз муносабатлар учун 100% ҳаракат қилсангиз, лекин эвазига камроқ олсангиз ҳам ҳаракат қилишдан тўхтаманг. Нариги инсон ҳам жавоб қилишига ишонаман. Худо бизни шундай яратган.

Йўқолмас севги

Эҳтимол, одамлар Масиҳни рад этишларининг сабабларидан бири шудир. Улар шунчаки, ўзлари танимайдиган Киши уларни шунчалик севиши мумкинлигига, Худодан тўлиқ кечириш олишларига имкон бериш учун Ўз ҳаётини қурбон қилишига ишонмайдилар. Бизларнинг кўпчилигимиз бундай севгини ҳеч қачон кўрмаганимиз учун бу нарса бизнинг ақлимизга сиғмайди, шунинг учун ўзимиз тушунмаган нарсаларни осонгина инкор қиламиз.

Инсонлар Хушxabарни инкор қилишлари ва бу ҳақда ўйламасликлари мумкин. Аммо инсоннинг, айниқса, сиз билан бир том остида яшаётган инсоннинг севгисини эътиборсиз қолдириш анча мушкул, ҳатто имконсиздир. Масиҳнинг кечиримини ўлчай олмайдиган аёл аслида, эрининг кечиримини ҳис

килиши мумкин. Ва мана шу асл муносабат айнан шу ерда, шу замон ва шу маконда жавоб қайтаришга туртки бериши мумкин. Юқорида айтиб ўтганимдек, 100% берганингизда, 150% оласиз.

Истисноларсиз

“Исталган” инсон бўлиш учун зарур бўлган ҳар қандай сифатлар ва мукамал севгининг ҳар бир жиҳати барча инсонларга тааллуқли. Турмуш курганингизга ўттиз йил бўладими ёки ҳалиям биринчи учрашувни кутяпсизми, узоқ муддатли ва бахтли турмуш куриш учун ўз ҳаётингизда тамойиллар ва хусусиятларни ишлаб чиқишингиз лозим.

Эҳтимол, мен айтганларнинг қайсиларидир сиз учун кераксиздек туюлар. Хўш, тоза виждон нима? Мен жуфтимни ижодий севишим керак, деб айтадиган нарсамми? Мен айтган шахсий сифатлар ёки мукамал севги жиҳатлари ўзаро муносабатларда унчалик ҳам муҳим эмас, деб ҳисобласангиз, ҳулосангиз нимага асосланганига эътибор беринг. Эҳтимол, сиз ўзингизда ёки муносабатларингизда ёқимсиз хусусиятларни кўраётганидирсиз ва шунчаки уларни бартараф этишни истамайсиз.

Турмушдаги муаммолар ўз-ўзидан йўқолмайди. Зиддиятлар юзага келадиган вазиятларни унга тик қараган ҳолда, ҳаққоний ва доимо севги билан бартараф этишингиз керак. Агар сиз учун энг яхши ва энг тўғри ечим мағрурлигингиздан воз кечиш ва кечирим сўраш бўлса, шундай қилинг! Бир инсон ярашиш учун қадам ташлагани туфайли қайта тикланган оилаларнинг саноғидан ҳам адашиб кетганман. Агар турмушингизни жонли ва жозибали деб атаб бўлмаса ёки ярашишингиз керак бўлса, нимадир ўйлаб топинг. Қайта тикланган севги ва турмушингизга ҳаёт ато қилувчи фойда ҳар қандай таърифдан юқори туради.

Ҳақиқий сир

Асосий ибора қуйидагича: ўзингизни ривожлантиришга ҳаракат қилинг ва бошқаларнинг манфаатини яхшилашга урининг. Бу “исталган” инсон бўлишнинг сири ва албатта, муҳаббат тилсимидир. Кўп одамлар унга қарама-қарши томондан яқинлашадилар. Агар сиз нима учун ҳар икки оиладан биттаси ажрашиб кетаётганига қизиқиб кўрган бўлсангиз, бунинг сабаби шунда эканини биласиз.

Ўзингизни яхшилашга ҳаракат қилинг. Забур 118:11-оятда шундай ёзилган: “Сўзларингни юрагимда асрайман, токи Сенга қарши гуноҳ қилмайин”. Забурчи Худонинг Каломидан донолик излаган. Уни топганида эса, бориб, бошқаларга ўргатиш учун эмас, балки Худонинг олдида тўғри юриш учун хотирасига муҳрлаб олган.

Бошқаларнинг манфаатини яхшилашга ҳаракат қилинг. Матто Хушхабарининг 25-бобида Исо солиҳ инсонларни таърифлаган. Солиҳлар – Унинг издошлари – ўзларида борини берадиган, яъни бошқаларнинг эҳтиёжини

билишга ва бу эҳтиёжни қондиришга интиладиган, очик қўл билан қабул қиладиган ва кечирадиган инсонлардир. Сиз ҳам ўз жуфтингизга нисбатан шундай йўл тутасизми?

Баъзан жуфтингизга унинг ҳаётидаги ҳали ривожлантириши керак бўлган жиҳатларни кўрсатишингизга тўғри келади. Агар мақсадингиз ундан ўзингиз истаган одамни ясаб олиш бўлса, сизнинг худбинлигингиз муносабатларингизга нимадир қўшиш ўрнига ниманидир олиб қўяди. Лекин агар сиз чиндан ҳам жуфтингизга яхши бўлиши учун ҳаракат қилсангиз, тўғри йўл тутган бўласиз.

Агар уйланмаган бўлсангиз, бу вазифа сизга қийиндек кўриниши мумкин. Айрим сўзларда улар чиндан ҳам қийин. Никоҳга енгил-елпи қараб бўлмайди. Худо уни Ўз сифатларининг акси сифатида тўлиқ, беғараз, фидойи севги, ҳеч нима билан боғланмаган қилиб яратган. Ота, Ўғил ва Муқаддас Рух бир бўлганидек, эр билан хотин ҳам якдилликда ҳаракат қиладиган ноёб шахслар бўлиши лозим. “Шунинг учун эркак киши ота-онасидан бўлак бўлиб, иккаласи бир тан бўладилар” (Ибтидо 2:24).

Гуноҳкор инсонлар сифатида биз ҳеч қачон мукаммал бирликка эриша олмаймиз. Бироқ бу яхшиланишга уринишни тўхтатиш учун баҳона бўла олмайди.

Ибодат орқали мурожаат қилиш

Тўлиқ ҳис қилинадиган севги, никоҳ ва жинсий муносабатлар – хурсандчилик ва байрамдир. Бу – Худонинг инъоми ва Худога ҳамда бир-бирларига бўлган мажбуриятдир.

Рафиқангизни Худога ташна бўлишига туртки берадиган художўй эр ва руҳий етакчи бўлиш учун донолик сўраб ибодат қилинг. Турмуш ўртоғингизни ўз ҳаётида солиҳликка интилишга мажбур қиладиган художўй ва қўллаб-қуватловчи рафиқа бўлиш учун донолик сўраб ибодат қилинг. Яна ким учундир “исталган” инсон бўла олишингиз учун Худога илтижо қилинг.

Ҳаётингизни яхшилаш ва бошқаларнинг манфаати йўлида ҳаракат қилиш учун Худога интилганингизда, турмушингиз тўлақонли бўлади. Худо сизда аввал ҳеч қачон бўлмаган энг яхши нарсаларни намоён қилади.