



Дилафрӯзи Курбонӣ

РОЗҲОИ ОИЛАДОРӢ

Душанбе
2014

Сароғози гуфтор номи Худост, Ки бахшандаву меҳрубон халқрост.

Аз ҳама азизоне, ки дар роҳи пурфарози Адабиёт ва дар чопи ин китоб маслиҳатгару раҳбарам будаву ҳастанд, сипосгузорам.

Дили Гочик

Муаллиф: **Дилафрӯз Қурбонӣ**
Мухаррир: **Ҳуриннисо Ализода**
Тарроҳии чилд: **Ромиш Шералӣ**
Литографӣ, чоп ва саҳҳофӣ:
Тоҷикистон, Мастер-Принт
Навбати чоп: **Аввал. 2014**
Адади нашр: **500**

Пешгуфтор

Соли 1965 моро ба хизмати аскарӣ даъват карданд. Аз шаҳри Советскийи вилояти Калининград ба хона мактуб навиштам. Порае аз он ба таври зайл буд:

«Модарчон, ёд доред, ҳар гоҳе сӯзан ба даст мегирифтам, дар чояш мон, ба дастат мехалад, мегуфтед. Агар мехостам чизе бидӯзам, ин кори бача не, духтарон дарз медӯзанд, бинанд айб мекунанд, гуфта моро сарзаниш мекардед. Дар аскарӣ баръакс, касе сӯзану риштаро медонад, кораш осон мешавад. Бовар кунед, ба обу арақ ғӯтида, ангуштонамро ба нӯги сӯзан халонда, пагонҳоямро дӯхтам. Сержант омада онҳоро аз назар гузаронду канда партофт.

– Намешавад, – гуфт, – дарзҳоят калон-калон. Аз берун метобад, фаҳмидӣ!»

Вақте рисолаи Дилафрӯз Қурбонӣ «Розҳои оиладорӣ»-ро хондам, ба чунин сатрҳо рӯ ба рӯ шудам:

«хонарӯбӣ кори духтар аст, либосшӯӣ кори духтар аст ва ғайра. Вақте бузург шуду ногаҳон бо амри тақдир танҳо монд, аз дасташ ҳунаре намеояд, ҳатто тухмро дуруст пухта наметавонад. Барои шикамашро сер кардан маҷбур аст ба хонаи касе ё ба ошхона биравад. Либосҳои ифлосаш ғарам мешаваду ба онҳо даст намерасонад, чунки ҳунари шустан надорад. Маҷбур аст ё касеро зориву илтимос намояд, то онҳоро бишӯяд, ё ба хонаи волидайн бурда партояд, то аз заҳматашон халос шавад. Бо ин аҳвол писар муддати зиёде, ҳатто, то охири умр дар гардани волидайн сарборӣ аст.»

Аз таърихи навиштани мактуби ман ва рисолаи Дилафрӯзи Қурбонӣ қариб ним аср сипарӣ шудааст. Дар ин муддат тағйиротҳои бисёре дар ҷомеа рух доданд. Китобу мақолаҳои бешуморе дар масъалаи тарбияи инсон, ахлоқ, оиладорӣ навишта шудаанд. Пандномаю андарзҳо ба табъ расидаанд. Вале масъалаи оиладорӣ чӣ тавре муаллифи рисола онро «Розҳои оиладорӣ» меномад, ҳамчун сирре махфӣ мондааст. Хеле хушам, ки Дилафрӯзи Қурбонӣ ба кушодани гиреҳҳои сарбаства, мушкилоту масъулияти ин масъала даст задааст ва муваффақ ҳам шудааст. Дар адабиёти имрӯзаи тоҷик рисолаи «Розҳои оиладорӣ»-ро, бе ҳеҷ шубҳа, асари мукамал ва муфиди тарбиявӣ метавон ҳисоб кард.

Муаллифи рисола ба масъалаҳои интихоби ҳамсари шоиста, меҳру муҳаббат, эътимоду бовар, қадршиносии яқдигар дақиқ ва аз нуқтаи назари шароити имрӯза менигарад ва нозукбиниона хислату рафторҳои зану

мардро таҳлил мекунад.

Ҳамин тариқ бобҳои «Эътимоду бовар», «Қадршиносӣ», «Парҳез аз айбҷӯӣ», «Ҳамбистарӣ», «Фарзанддорӣ», «Талок» ва ғайраи рисола дар асоси далелу мисолҳои возех, аз нигоҳи мақоми оила дар ҷомеаи имрӯза иншо шудаанд.

Саволе ба миён меояд, ки рисолаи Дилафрӯзи Қурбонӣ чӣ аҳамияти илмӣ ва амалӣ дорад? Дар адабиёти тоҷик рисолаҳои ахлоқӣ, тарбиявӣ, китобҳои панду ҳикмат, насихатномаҳо бисёранд. Вале ҷои ин рисола дигар аст. Дар «Розҳои оиладорӣ» муаллиф бори нахуст масъалаи оиладорӣ, мушкилоти он, зарурати оила ва тарзи нигоҳ доштани онро муфассал ба миён мегузорад. Рисола аз нигоҳи илми ахлоқу тарбияи ҳозиразамон навишта шудааст. Дастурҳои пешниҳодкардаи муаллиф қобили тавачҷуҳ аст. Фикр мекунам, костагӣҳое, ки дар ахлоқи оиладорӣ имрӯза мебинем, бисёр сабабҳои надонистани роҳу равиши он мебошад. Агар чунин рисолаҳо бештар шаванд, шояд гуфтаҳои Дилафрӯзи Қурбонӣ амалӣ шавад: «Агар зан ва мард қадри пайванди байни ҳамдигарро дониста, ба вазифаҳои аслии худ ошноӣ дошта бошанд ва паи иҷрои онҳо камари ҳиммат банданд, хонаи онҳо монанди биҳишт нуру сафо пайдо мекунад.»

Равшани Ёрмуҳаммад.

*Корманди шоистаи Тоҷикистон, нависанда, дорандаи
Ҷоизаи адабии ба номи С. Айни.*

Туро дилест нур аз вафову муҳаббат

Аллакай номи нависандаи ҷавон Дилафрӯзи Қурбонӣ бо хонандагон ошноост. Дилафрӯз ҷӯянда аст. Дар ҳар маҳфили ҳар манзиле, ки аз фарҳангу маънавиёт сухан меравад, ӯ иштирок дошта, меқӯшад, ки биомӯзад. Захираи луғавӣ ва маънавии худро ғанӣ гардонад.

Китоби таълиф намудаи Дилафрӯз, ки мавзӯи оила ва оиладориро дар бар гирифтааст, як падидаи навест. Дилафрӯз тавонистааст, ҳамаи воқеа ва рӯйдодҳои зиндагиро ба риштаи тасвир бикашад ва ба хонанда, барои аз мушкилиҳои зиндагӣ андаке раҳой ёфтан маслиҳат бидиҳад.

Аслан, ҳамаи мо одат кардаем, ки маслиҳатро аз шахсони солхӯрда бигирем. Вале ҳастанд ҷавононе, ки ҷаҳонбинӣ ва гуфтору рафтори онҳо аз ягон нафар инсонӣ тачрибадорӣ хушманд кам нест. Дилафрӯз дар умри ҷавони худ рӯйдоду воқеаҳои зиёдеро аз сар гузаронидааст. Ҳамаи ончиро, ки

худ паси сар кардааст, хулоса намуда, ба хонанда пешкаш намудааст.

Зиндагӣ маҷроест беканор. Ҳар як нафар дар талотумҳои баҳри зиндагӣ ба таври худ дасту по мезанад ва агар оқилона рафтор накунад, дар печутоби гирдоби зиндагӣ раҳгум мезанад ва мавҷҳои баҳри бекаронаш ӯро ғарқ мегардонанд. Ҳамаи инро ба назар гирифта, Дилафрӯз хонандаи хешро ба сабру таҳаммул даъват месозад. Ва мехоҳад, ки ҳеҷ як нафаре ноумед набошад. Аз ҳама мушкилиҳо роҳи раҳой ҳаст, фақат инро бояд дарёфт. Бо маслиҳат ва насиҳати мардуми рӯзгордида, нафарони некӯкор ва шахсони донишманд.

Дилафрӯз ба таври худ, аз диди ҷавони худ, ба хонандааш маслиҳатҳо медиҳад. Вақте ки мо зиндагиро бо хавасхо оғоз мекунем, ҷӣ бояд қард то охир биравем ва тавонем аз ҳар мушкилие, ки моро дунболагир мешавад ба хубӣ берун оем. Маслиҳатҳои Дилафрӯз мактаби хубест, барои ҷавононе, ки тоза оила барпо мекунанд ва мехоҳанд, ки дар зиндагӣ раҳгум назананд.

Ҷавонону навқаламонро дастгирӣ бояд, на хурдагириву нуқсҷӯӣ. Аз ин рӯ банди навиштаҳои ин навниҳолақро мутолиа намуда, ба ӯ барору комёбӣ ва сарбаландию некномиро таманно қарда, умед дорам, ки боз як нафаре метавонад сафи суҳангӯён ва суҳансароёни адабиёти тоҷикро пурра намояд.

*Маликаи Аваз,
шоир, хабарнигор*

Муқаддима:

Дар айёми тифлӣ моро волидайн, наздикон шӯхикунон мегуфтанд: тезтар калон шав, то ормони дил бишканем, тўятро бихўрем, дар хурсандият шарик шавем. Аммо айёми кўдакӣ дар шарму ҳаё ғутида, мегуфтем: Не, ман калон шавам, шў намекунам, ё не, ман калон шавам мехонам, зан намегирам. Боз ҳам калонтарон мегуфтанд: Ҳоло калон шав, баъд зора мекунӣ, ки духтари фалониро ба ман гирифта диҳед, ё фалон хостгорро ҷавоби рад надихед. Ва хандаву қоҳ-қоҳ заданҳояшон то дер гоҳ дар гўшҳоямон садо меод ва чанд муддат мекўшидем давру бари калонтарон наравем, то мабодо аз он шӯхиҳои нофорам карда, моро дар обу арақи шарм нағутонанд. Вобаста ба ҷинси тифлон шӯхиҳо низ тағйир мекарданд. Писарро мегуфтанд зан гиру духтарро ташвиқ мекарданд, ки зудтар калон шуда бо як «обрӯи муҳаммадӣ» шавҳар кун! Албатта суханони

эшон саропо шӯхӣ буд, аммо дар он синну соли кам мо ба ин чизҳо сарфаҳм намерафтем ва мегуфтем тамои, акнун моро ҳам аз хона бадар мекунамд ва аз оғӯши гарми волидон маҳрум мешавем. Чун медуем, ки касе шавҳар мекард, аз хонаи падар берун мешуд ва ё зан мегирифт, дигар он писари эркатулфори хонадон набуд. Ба ӯ ҳамчун марди хона, масъули хона менигаристанд. Ба духтар низ ҳамин гуна гарон буд. Вақте дар хонаи дугонаҳоям ё ҳамсояҳоямон келин мефуроварданд, ҳама оҳи сабук мекашиданд, ки ана, як дасти кумаки дигар ҳам пайдо шуд. Хусусан дугонаҳоям аз хурсандӣ ҷойи нишаст намеёфтанд: келин дорем, чӣ ғам дорем?

Аз ин мо хулоса мекардем, ки бо издивоҷ кардан, худро ба як дарёи бетаги ранҷу азоб, заҳмату машаққат, дарду фироқ мепартоем. Яъне, мо аз кӯдакӣ дар зеҳнамон издивоҷро як чизи нохушоянд ва дарди сар мепиндоштем. Фикр мекардем, бо издивоҷ кардан, рӯйи ҳамаи шириниҳои ҳаёт хати батлон мекашем. Беҳабар аз он ки агар издивоҷ, бобарору комёб бошад, яке аз омилҳои пешрафти ҳаёти инсон мегардад.

Бо вучуди ҳама «намехоҳам»-ҳо, вақте инсон бузург мешавад, хоставу нохоста рӯйи мавзӯи издивоҷ тамаркуз мекунад. Чунки ғаризаи инсонии мо ингуна сохта шудааст, ки пас аз ба балоғат расидан, ниёз ба як ҳамнафасе, рафиқи роҳе пайдо мекунем. Шахсеро дар паҳлуямон мехоҳем, ки бо ними нигоҳ моро дарк кунад, дар ғаму шодиямон ҳамроҳ бошад, тақягоҳамон бошад, ба ҳарфи диламон гӯш карда, хостаҳоямонро то ҳадди

тавону имкон бароварда созад. Аз ин рӯ нохудоғоҳ ба масоили издивоҷ рӯбарӯ мешавем, ки дар хурдӣ онро инкор мекардем, албатта аз рӯи нофаҳмию беҳабарӣ. Вале акнун ба ин масъала нигоҳи дигаре дорем. Яъне, меҳоҷем. Меҳоҷем, ки издивоҷ кунем.

Ҳар як нафар орзу дорад, ки издивоҷи муваффақ ва зиндагии шоиставу ширин дошта бошад. Издивоҷ як хостаи табиӣ буда, аз неъматҳои бузурги илоҳӣ ба ҳисоб меравад. Занӯшӯӣ чун риштаи осмонист, ки дилҳоро ба ҳам пайванд ва фикру андешаи парокандаву гуногунро ба як мақсади асосӣ, яъне, оила равона месозад. Дар издивоҷ ду шахси дар гузашта аз ҳам бегона бо ҳам наздику қарин ва ҳамдаму ҳамнафас мегарданд. Ҳатто, ин наздикӣ дар баъзе ҳолатҳо ба дараҷае мерасад, ки зану шавҳар худро нимаи ҳамдигар мешуморанд. Ҳаётро бе ҳам тасаввур карда наметавонанд.

Издивоҷ ва зиндагии якҷоя ба тайёрии ҳамачониба ва маълумоти кофӣ ниёз дорад. Ҳар чӣ қадар ин омодагиву иттилоот камтар бошад, ҳамон андоза мушкilotу масъалаҳои ин зиндагӣ ҳам зиёдтар мешаванд.

Оиладорӣ кори осон нест, балки рамзҳои дорад, ки ҳар кас ба онҳо шинос бошад, метавонад ҳамсарашро мутобиқи орзуҳои роҳнамоӣ намуда, ӯро ба як ҷуфти дилхоҳу идеалӣ, ҳатто, ба як ғаришта табдил диҳад.

Барои зиндагии хубу шоиста доштан, лозим аст, ахлоку одоби ҳамсарро пурра омӯхта, аз тамоми орзуву омол ва хостаҳои нафсонии ӯ огоҳ шавад ва аз рӯи ин хостаҳо барномаи оиларо роҳандозӣ кунад. Ба воситаи

ахлоқу рафтори писандидаи худ чунон дар назди ҳамсараш обрӯву нуфӯз пайдо кунаду дилашро ба даст оварад, ки ӯ ба хонаву зиндагиаш дилгарм шуда, аз рӯи ишқу муҳаббат зиндагӣ кунад.

Бо истифода аз маълумотҳое, ки аз китобҳои хонда, мақолоту матлабҳои интернетӣ дастрас кардаам ва ҳамчунин бевосита аз таҷрибаҳои зиндагии шахсии худаму атрофиён, рисолаеро ба унвони «Розҳои оиладорӣ» навиштам ва ба бархе олимони соҳаҳои мухталиф аз ҷумла, соҳаи дин ироа кардам, ки ҳама таъкид бар чоп ва нашри он доштанд. Дар ин навишта, дар бисёри ҷойҳо барои тақвияти суханам ва вобаста ба ин ки дарсади бештари аҳолии Тоҷикистони азизро мусулмонон ташкил медиҳанд, оятҳову ҳадисҳое низ оварда шуда буданд. Аз ин рӯ бояд Кумитаи дин корро мегузаронд ва барои чоп иҷозат меод, ки барои ин кор замон ва пул даркор буд. Аз дигар сӯ чун маълумоти пурраи динӣ надоштам, тасмим гирифтам бо ҳазфи ин бахшҳо навиштари кӯтоҳ карда, ба чанд баҳсу масъалаҳо вобаста ба оиладорӣ пардохта, тавсияҳо ва маслиҳатҳои муфиде ба хонандагон пешкаш гардонам, то баъдҳо бо такмили маълумот ва дарёфти назароти хонандагону алоқамандон ин китобро комил рӯйи чоп оварам. Бинобар ин аз шумо дархост дорам, ки фикру андешаҳоятонро бо адреси электронии DELAFROZ81@yahoo.com ба бандаи ҳақир ирсол намоед.

Чаро бояд издивоч кунем?

Вожаи инсон, ки аз решаи «унс» аст, ишора бар он мекунад, ки одам ниёз ба анису мунис дошта, аз ҳамдамӣ бо дигарон оромиш меёбад. Дар ин дунё ҳеҷ чиз ба андозаи ҳамсар, ин ниёзи ҳақиқию муҳими дунёии моро наметавонад ҷавобгӯ бошад. Вақте инсон дар канори ҳамсару хубу меҳрубон қарор мегирад, ба унсу оромиш ва осоиш мерасад ва ин тинчию оромиш афсона набуда, амри ҳақиқию воқеъӣ мебошад, ки дар асоси фитрату табиати мо тавассути Худованд тарҳрезӣ шудааст. Издивоч барои инсони ниёзманд ба мунис ҳамсухбате, дилбардоре барои гуфтани гиристан ва холӣ кардани бори ғам, бозӯи пурқуввате барои ҳимояту амният ёфтани дар паноҳи он ва рафъи ниёзҳои чинсиро фароҳам месозад.

Издивоч ба инсон оромиш ва таскини қалб мебахшад. Инсон дар натиҷаи издивоч вучуди солимтару таскинёфтатаре пайдо мекунад, аз ин рӯ зиндагиашро

беҳтар ба роҳ мемонад, умрашро муфидтар гузаронида, лаззату баҳраи бештар аз ҳаёт дарёфт мекунад.

Издивоч гарчи бо зарурати бартараф кардани ниёзҳои инсонӣ барпо мешавад, аммо ширинӣ ва давомнокии он, дар расидан ба умқи ҳадафҳои волои он мебошад, яъне, издивоч танҳо бартарафсозии ниёзи ҷинсӣ набуда, балки ҳадафу мақсади дигаре низ дорад, аз қабилӣ бо ҳам ба камолот расидан, аз ҷиҳати маънавӣ бузург шудан, таҷриба андӯхтан.

Издивоч мисли таҳсили илм кардан аст. Агарчи зарурати хондану навиштан ва эҳтиёҷ ба савод, моро ба мактаб мекашад, вале манфиатҳои бисёр бештаре аз саводи хондану навиштан дар худ нуҳуфта дорад. Хеле аз рушдҳо, тавонмандиҳо, имкониятҳои васеи қорӣ ба воситаи илм сурат мегирад, аз ин сабаб саҳтихову душвориҳои илмомӯзӣ набояд, садди роҳи мо шаванду аз мактаб гурезон шавем. Издивоч низ ҳамин хел аст. Издивоч гарчи ба ниёзҳои ҷинсӣ ва эҳсосоти инсон посухгӯ буда, ўро саршор аз эҳсоси хушу ҳаяҷони ширин мегардонад, вале дар айни ҳол ба василаи заминаҳои талошу фаъолият ва тасмимگیرӣ, ки барои инсон фароҳам мекунад, вучуди ўро пухтатар сохта, маҷбураш мекунад аз мадори худбинӣ берун ояд. Бо чаҳми дил дигаронро бибинад, яъне, ба фикри дигарон ҳам бошад. Рӯҳу равони ўро латифтар, меҳрубонтар, хайрхоҳонатар ва дӯстдоштанитар мегардонад.

Издивоч тамоми хусусиятҳои инсон рафтору гуфтор, фикрронӣ, андешаварзӣ, хулоса ҳамаи ҷанбаҳои вучуди

инсониро мавриди озмоиш қарор медиҳад, ки то ин вақт наозмуда буданд. Зеро қабл аз издивоҷ омилҳои озмоишии хусусиятҳои ҳақиқии фардҳо хеле кам аст, чунки масъулияти зиёде бар дӯш надоштанд. Пас аз издивоҷ вазъият тағйир меёбад. Омилҳои озмоиш ба монанди нигоҳубину таъминоти хонавода, қору фаъолият, бемордории ҳамсару фарзандон хеле бисёр мешаванд.

Издивоҷ баҳраи чинсӣ, дурӣ аз танҳои, лаззату хушгузаронии ҳаёт низ ҳаст, аммо дар паси пардаву умқи мақсади он марҳалаи асосие барои рушду такмил ёфтани инсон аст. Дар натиҷаи издивоҷ метавон он қадар дар ҳаёти шахсӣ ва иҷтимоӣ муваффақ шуд, ки ягон ҷанбаҳои дигари ҳаёт ин хусусияти рушдро надоранд. Инсон дар гирдоби масъалаву мушкилоти издивоҷ ғарқ шудан намеҳадад, аз ин рӯ тамоми ақлу хирад, тавоноиву имконияташро истифода бурда, паи халосиаш чораҷӯӣ мекунад ва аксари вақт муваффақ ҳам мешавад. Ин ҳама тамрини хубест, барои тавонотар, оқилтар ва хушмандтар шудани инсон. Албатта, баъзе шахсоне ҳам ҳастанд, ки аз мушкилот ҳарос доранд, ба ин тарафи масъала тавачҷуҳ намекунанд, ки бояд нотарсона вориди сахнаи мушкилот шаванд. Тарс аз мушкилоти издивоҷ моро набояд аз издивоҷ қардан ниғаҳ дорад. Магар мо ба хоҳири мушкилоти таҳсил аз хондан рӯ мегардонем? Ё қор сахту вазнин аст гуфта аз қор қардан даст мекашем? Ҳаёт бо пастию баландиҳо, талхиву шириниҳоаш зебост.

Издивоҷ, аз як нуқтаи назар, монанди тиҷорати хеле

бузургест, ки фоидаи зиёде дар ин муомила ниҳон аст. Аммо хатарҳое ҳам дорад ва мо бояд хеле боэҳтиёту бомулоҳиза бошем, то мабодо фиреб хӯрему тамоми сармоияи ҳаётамонро аз даст диҳем. Яъне, хушиҳои он дар ҳолати муваффақияту комёбӣ беназир аст ва ба ҳамон андоза дар ҳоли шикастан зарарҳояш талху саҳт ва таҳаммулнопазир аст.

Издивоч як интиҳоби бисёр муҳим аст. Агар интиҳоби оқилона дошта бошем, як неъматӣ бузургу камназире насибамон мегардад, аммо дар сурати аз рӯи ҳавову ҳавас интиҳоб намудан, ба бадбахтиву бало рӯбарӯ мегардем, ба мусибату фитна дучор мешавем, ки халосӣ аз он бароямон хеле мушкил мешавад. Аз ҳамин ҷиҳат аст, ки гуфтаанд: «Интиҳоби ҳамсар савдои умр аст.»

Издивоч мисли гулзорест, ки ба чанд қитъа тақсим шудааст ва ҳар қитъаи он баёнғари бахше аз зиндагии мост. Як бахши он шӯру шавқ ва лаззат, як бахши дигар талошу заҳмат, он тарафи дигар оромишу осоиш ва ғайра, аммо вақте кулли маҷмӯаро бо ҳам бубинем, хоҳем дид, ки издивоч, як маҷмӯаи рушддиҳанда барои шахсияти инсон ва ҳулоса, издивоч як маҷмӯаи инсонсоз мебошад.

Интихоби ҳамсари шоиста

Яке аз муҳимтарин интихобҳои одамон дар зиндагӣ, интихоби ҳамсар мебошад, зеро бо ин восита ба ташкили хонавода мепардозад ва ин кор дар зиндагии шахс ва иҷтимоии ӯ таъсири босазое дорад. Ба қадре интихоби дуруст аҳамият дорад, ки метавонем саодату хушбахтӣ ва нокомиву бадбахтӣ одамонро низ дар зиндагӣ, ба чигунагии ин интихоб вобаста бидонем.

Дар атрофи мо оилаҳои зиёде ҳастанд, ки зиндагии талху пуразоберо аз сар мегузаронанд. Сабабаш ин аст, ки ҳамсари муносибе надоранд. Ҳамсарашон ӯро дарк намекунад, ниёзҳои ӯро намефаҳмад, ба шахсияташ эҳтиром намегузорад, бофарҳангу хушрафтор нест. Издивоҷро, ки метавонист, барои инҳо фурсати муносибе барои рушду оромиш бошад, ба ҷаҳаннаме табдил додаанд, ки дар он месӯзанду месозанд, вале аз тарси гапи мардум, ҳифзи обрӯ ё ба хоҳири фарзандон ва ё ғайра, дандон ба дандон монда, сабру тоқат мекунанд,

аммо қалбану рӯҳан ба ҳам пайванду алоқае надоранд. Интихоби ҳамсар муҳимтарин бахши шурӯи як зиндагии пойдору муваффақ аст, лекин масъалаҳои аслии вобаста ба издивоҷ ва ҳамсарёбӣ, то ба ҳол барои бисёре аз мардум ба сурати шафофу рӯшан баён нашудааст. Бинобар ин бархе аз ҷавонҳо издивоҷро як кори маъмулӣ дониста, ба он нигоҳи сатҳӣ доранд ва дар борааш зиёд фикр намекунанд. Тугёни шаҳвату ниёз ба ҳамсар, афзунии эҳсосот, орзуву рӯёҳо, баландпарвозиҳо, тасвиrotи ғайривоқеӣ аз издивоҷ ва ғайра, мушкилоту печидагии ин интихобро зиёдтар мекунад. Аз ин рӯ ба миқдори зарурӣ диққат, фикру андешаронӣ, мулоҳиза, оқибатандеширо ҳадафи интихоби худ қарор намедиханд ва бештар эҳсосот бар онҳо ҳукмфармой мекунад. Дар натиҷа санадеро имзо мекунанд, ки дар бораи он тасаввуроти равшану амиқе надоранд ва худро барои оқибатҳои он омода накардаанд.

Интихоби ҳамсар, яъне, интихоби як шахс аз миёни нафарони бисёр хеле саҳт аст, чунки ҳудуди интихоби мо васеъ аст ва интихоб қардан ҳам мушкил асту ҳам осон. Танҳо як чиз, он ҳам бодидқату дақиқ будан метавонад ин интихоби мушкилро осон кунад. Интихобҳои инсон бар асоси нуқтаи назару боварҳо ва ҳислатҳои шахсияти ҳар фард мебошад. Аз ин рӯ, таъкид мешавад, ки пеш аз интихоби ҳамсар бояд ҳудамонро шинохта, ҳадафу мақсадамонро аз издивоҷ муайян кунем. Хонаводаҳо низ бояд фарзандони худро дар шинохту интихоби ҳамсар, кумаку ёрӣ намоянд.

Издивочи муваффақ дорои қоидаҳову дастуроти ҳосе мебошад. Дар издивочи номуваффақ ҳам якчанд далелҳо мавҷуд аст, Аз ин рӯ агар дар издивоҷ муваффақ нагашта, хушбахт нашудем, набояд аз бахти баргаштаамон бинолем, балки бидонем, ки мутобиқи қоидаҳои издивочи муваффақ амал накардаем. Издивочи муваффақ нишонаҳои махсусе дошта, аз нишонаҳои издивочи номуваффақ бисёр фарқ мекунад. Ин нишонаҳо аз ибтидои қор ва дар ҳамон замони интиҳоб ҳам маълум аст. Ниёзе ба ин надорем, ки як муддати дигарро сарф кунем, то натиҷаҳои он ба мо маълум шавад. Онҳое, ки дар зиндагӣ қорашон ба бунбасти расидаанд ё аз издивоҷу зиндагиашон чандон розиву хурсанд нестанд, яқинан агар каме одилонатар бигӯянд, далелҳои маъқултару боварибахшERO барои вазъияти ногувори худ баён мекунанд. Далелҳое ба монанди бе ягон таҳқиқу озмоиш издивоҷ кардам, фирефтаи мол ва ё чамолаш шудам, ба фарқиятҳои байни ҳам тавачҷуҳ накардам, камбудихояшро чиддӣ нагирифтам, ба харфҳову суҳанҳои ширинаш бовар кардам.

Қасе, ки беш аз андоза ба издивоҷ иштиёқ дорад, ҳамеша дар ҳаяҷон аст, яъне, шавқи издивоҷу ҳаяҷон бо ҳам тавъаманд. Албатта издивоҷ мочарои ҷолибу ҳаяҷонангез аст, аммо шахсоне, ки беш аз ҳад таҳти таъсири ҳаяҷон қарор мегиранд, сарфаҳм намеравад, ки издивоҷ масъулияти сангину вазнинеро бар дӯшашон мегузорад. Аз ин рӯ тавақалӣ ба издивоҷ розӣ мешаванд. Иштиёқи аз ҳад зиёд ба издивоҷ яке аз хатоҳои бузурги

мост. Мо бояд бидонем, ки бо мақсади тамоми умр бо ҳам будан издивоҷ мекунем, аз ин рӯ эҳтиёҷ бар он дорем, ки аз иштибоҳоту шитобзадагӣ худамонро канор бигирем. Саросема нашудан маънои инро надорад, ки не холо якчанд соли дигар бояд интизор шавем, балки ба ин маъност, дар ҳар интихобе, ки пеш меояд, бо диққати фаровон ҳама тарафҳои мухталифи онро мавриди санҷиш қарор дода, шинохту ҷаҳонбинии шахси муқобилро баррасӣ намоем. Дар ин бора таҳқиқе ба таври комилу муфассал анҷом бидиҳем. Бояд ҳама ченаку меъёрхоро санҷида, фарқиятхоро ба ҳисоб бигирем. Чиро дӯст доштану дӯст надоштанҳо мушаххас гардад. Танҳо дар ин ҳол метавонем, тасмим бигирем, ки дар интихоб ҷавоби мусбат бидиҳем ё манфӣ.

Хубӣ ё бадии издивоҷ то як андоза ба он вобастагӣ дорад, ки бо чӣ гуна одаме издивоҷ мекунем. Албатта, издивоҷ зотан хуб аст, аммо ин интихобҳои мо ҳастанд, ки муносиб ё номуносибанд. Пас, лозим аст, ки пеш аз издивоҷ аввал, бисёр таамулу дурандешӣ кунем, дуҷум ҳаматарафа таҳқиқ кунем, сеҷум худамон тасмими ниҳоиро бигирем, на дигарон.

Соҳиби ҳамсари шоиставу арзанда гаштан, подоши қасонест, ки аз тарзу усулҳои дурусти интихоби ҳамсар пайравӣ мекунанд. Агар надидаву насанҷида, кӯркӯрона ва тавакқалӣ, аз рӯи шахвату ҳавову ҳавас ва ишқу ошиқӣ издивоҷ намоем, эҳтимол аст, ки издивоҷи мо номуваффақ хоҳад буд.

Дар интихоби ҳамсари идеалӣ, меъёрҳои сари роҳи мо

қарор дорад, ки агар ба он амал кунем, метавонем ҳамсари идеалии худро ёфта интихоб намоем ва ба оромиши комилу саодат ноил шавем. Дар интихоби ҳамсар ҳамто ва ба ҳам монанд будан бисёр муҳим аст. Албатта, ин ҳамтоӣ ва шабеҳи ҳам будан, бояд бештар дар фарҳангу равонҳо бошад, зеро мақсад аз издивоҷ танҳо омезиши ҷисмӣ ва хуфту хоб нест, балки иттиҳоди равонҳо шартӣ аввал аст. Чӣ гуна мумкин аст, ду инсоне, ки ягон зарра ба ҳам монандии равонӣ надоранд, метавонанд умре дар канори ҳам, бо якдигарфаҳмӣ зери як бом зиндагӣ кунанд? Пас, маълум мешавад, ки шабоҳату монандии рафтору гуфтор ва хислатҳои зану мард ба якдигар яке аз нишонаҳои шароити хушбахтӣ дар издивоҷ аст. Дар қори интихоби ҳамсар қоидаи таносуб, ҳамсонгузинӣ яке аз қоидаҳои ҷаҳонӣ мебошад. Бар асоси асли таносуб гуфта мешавад: ҳар андоза шахсҳо аз ҷиҳати шароити шахсӣ, шахсиятӣ, синнусолӣ, хонаводагӣ, иҷтимоӣ, таҳсилӣ, иқтисодӣ, фарҳангӣ ва ғайра бо якдигар ҳамфикру ҳамақида бошанд, издивоҷи муваффақтаре хоҳанд дошт. Бар асоси асли афзалиятдихӣ, гуфта мешавад: чун дар асл ёфтани шахсе, ки 100% ба мо монанд бошад, аз имкон берун аст, ба мо тавсия шудааст, ба ҳамон ҷанбаҳои, ки бештар мавриди тавачҷуҳи мо қарор доранд, афзалияту имтиёз диҳем. Бештар ҳамсонӣ ва монандии ҳамсарон дар макони зиндагиву таваллуд, табақаи иҷтимоӣ, сифатҳои ахлоқӣ ва хусусиятҳои равоншиносӣ, мазҳабу дин, синну сол, хусусиятҳои фарҳангиву наҷодӣ мавриди таъкиди бештари

муҳаккиқон қарор гирифтааст. Дар шарҳи равоншиносии ин қоида, метавон гуфт, ки дар марҳалаи аввал, ҳамсонӣ боиси ҷазби фардҳо ба якдигар, ба сабаби барангехта шудани эҳсосоти мусбати онҳо мешавад ва дар марҳалаи дуюм, мучиби созгории бештар аст. Таҳқиқот нишон медиҳад, ки ҳамсонӣ ва монандӣ ба давомнокию мустаҳкамии пайванди ҳамсарон низ кумак мекунад.

Издивочи муваффақ ва ташкили як оилаи пайдору мустаҳкам, ба ду омили муҳиму асосӣ вобастагӣ дорад: 1-Монанд ва ҳамтои ҳамдигар будан, яъне вучуди таносуб ва ҳамшаънии нисбӣ миёни зану шавҳар. 2-Вучуди тафоҳум миёни он ду нафар, яъне ҳамдигарро фаҳмидану иллати рафторҳои ҳамдигарро дарк кардан ва ба дигарӣ дар боварҳо ва рафторҳои шахсиаш ҳақ додан.

Меъёрҳои издивоҷ ба меъёрҳои мутлақ, мисли имон, ҳушахлоқӣ, парҳезгорӣ, иффату покдоманӣ, саломатии ақлу ҳушмандӣ, масъулиятнокӣ дар баробари хонавода ва чомаъа, ҳамтоии фарҳангӣ, саломатии ҷисмонӣ чинсӣ ва меъёрҳои нисбӣ, аз қабилӣ зебоиву ҷаззобияти зоҳирӣ, аз хонадони насабдор будан, фарзандоварӣ, таносуби синнӣ, ҳамтоӣ дар таҳсилоти илмӣ, баробарӣ дар вазъияти иқтисодӣ ва иҷтимоии хонавода, таносуби корию шуғлӣ ва таносуби рӯҳию равонӣ тақсим мешавад.

Баъзе аз интиҳобҳои ғайри оқилона ва издивоҷҳои ғайри мантиқӣ иборатанд аз издивоҷи бармаҳал, издивоҷ аз рӯи тараҳҳум, издивоҷи маҷбурӣ, издивоҷ бо шахси беодобу бетарбия, издивоҷ бо шахси танбал.

Дар айни ҳол касоне муваффақ ҳастанд, ки бо дониш ва

огоҳии кофӣ қадам бар медоранд. Пас, биёед, дар муҳимтарин интиҳоби зиндагиамон огоҳона интиҳоб кунем. Қабл аз ин, ки даричаи қалби худро ба касе бикӯшем, тафовути нигоҳҳову андешаҳоро дар назар бигирем. Сайъ бар он кунем, ки ҳадафҳои бузургтаре аз издивоҷ дошта бошем, танҳо ба лаззатҷӯию комбардорӣ ё бартараф кардани ниёзҳои рӯҳӣ ва ёфтани як ҳамсуҳбат ё ҳамдаме барои худ фикр накунем, балки ба рушди ҳамаҷониба дар тамоми вучуди худ фикр кунем. Тафакурамонро аз баҳра бурдан, инчунин ба баҳра расондан боло бибарем. Аз интизор доштан аз дигаре, ба интизор доштан аз худ, барои хидмат кардан ба дигарӣ рӯҳи худро бузург кунем. Аз шарту шароитҳои бемаврид гузашт кунем.

Интиҳоб ва ҷазби ҷинси муҳолиф яке аз табиатарин корҳо дар сартосари дунёст. Интиҳоби ҳамсар бо «тафаккур» маслиҳатомезтар аст. Бояд танҳо бо «чашм» интиҳоб накунем, ки фиреб меҳӯрем. Бо як бор, ду бор дидан ва бо чанд муоширату суҳбатҳои кӯтоҳ, зуд аз паи издивоҷ нашавем, чун ин муоширатҳои кӯтоҳ аз назари эҳсосӣ моро саҳт вобаста мекунад ин масъала метавонад, монети шиноҳти дуруст аз якдигар шавад. Албатта, барои расидан ба шиноҳт ниёз ба вохурӣ ҳаст. Аммо ин вохуриҳо ҳатман бояд зери назари бузургони хонавода сурат гирад, он ҳам бо мақсади ҳамдигарро беҳтару бештар шиноҳтан. Вохуриҳои ҷавононе, ки мақсади ташкили оиларо доранд, бояд барои аз фикру ақида ва орзуву таманнои якдигар огоҳ шудан, дунёи ботинии якдигаро барои худ кашф кардан ва шарту

шароитҳои хонаводагии ҳамдигарро омӯхтану доништан бошад, на ин ки аз чашми волидайн хато карда, ба айшу нӯш, лаззату комбардории саросар гуноҳ ва оқибатҳои ногуворе, ки пеш омаданашон аз эҳтимол дур нест ва боиси хархаша, ҷанҷол, шармандагӣ мегардад. Оё мехоҳем, ки волидайнамон беобрӯ гарданд, сархам бошанд, як умр зери таънаю маломати мардуми айбҷӯ бошанд??? Не албатта! Пас, бояд дари касеро ба ангушт накубем, то дарамонро ба мушт накубанд, азизон!

Дар зиндагӣ кам пеш меояд, то шахси аз ҳама ҷиҳат муносиберо пайдо кунем, ки мутобиқ бо тамоми меъёрҳо бошад хусусиятҳои лозимиро низ дошта бошад. Пас, вақте чунин мавқеияте пеш меояд, бояд аз интиҳобамон дифоъ кунем ва ба самти он ҳаракат кунем, ки ба дасташ биеварем! Дар ин ҷо бояд рӯи ин нуктаи асосӣ таъкид кард, ки ҳар шахсе чи писару чи духтар, бояд барои ба даст овардани касе, ки ӯро ба дурустӣ санчида, ба ӯ дилбастагӣ пайдо кардаем ва барои идомаи зиндагӣ муносиб доништа, талош карда, ақаллан як ишорае кунем, то тарафи муқобил аз дилу нияти мо огоҳ шавад. Вақте ҳеҷ иқдому амале нишон надихем, ба роҳатӣ мумкин аст, якдигарро аз даст бидихем. Агар чунин иттифоқе биафтад, то охири умр афсӯси аз даст рафтани ин номзадро хоҳем хӯрд.

Албатта, тарзи фарҳангию маданияи пешниҳоди издивоҷ ба он вобастагӣ дорад, ки мо дар кадом муҳите тарбия ёфтаем. Новобаста аз ин мо бояд ҳатман бо хонаводаамон дар ин масъала маслиҳат кунем. Вале агар ба ин бовар ҳастем, ки худамон иртибот барқарор кунем,

сараввал бояд дар зехнамон хубихову бадихояшро бисанчем. Бубинем, оё ӯ бо меъёрҳои мо мутобиқ ҳаст ё не? Вақте аз ин ҷиҳат хотирчамъ шудем, акнун метавонем аз ӯ бипурсем, ки: оё шумо майл доред, мо бештар бо ҳам шинос бишавем? Оё ин имкониятро доред? Дар ин ҷо ниёзе нест эҳсосот баён шавад ва бигӯем, ки ба ӯ дилбастагӣ дорем, чун ӯ худ то андозае сарфаҳм меравад. Бо додани ин саволҳо мо метавонем якчанд чизеро бифаҳмем. Аввал, оё ӯ омодагии издивочро дорад? Дуюм, оё касе дар зиндагии ӯ вучуд дорад, ки шумо хабар надоред?

Мақсади мо аз робитаамон ошноии бисёртар барои издивоч бояд бошад ва аз пайдо шудани алоқаи бештар ҷилавгирӣ кунем. Танҳо дар ин ҳолат метавонем огоҳонаву оқилона тасмим бигирем. Албатта, боз беҳтар аст, агар хонаводаҳо низ аз ҷараёни ин ошноӣ огоҳ бошанду бидонанд, ки чунин шахсе дар зиндагиамон вучуд дораду мо дар ҳоли фикр кардан ба издивоч ҳастем. Рӯзҳои аввале, ки эҳсос мекунем, ҳамсари мавриди назарро интиҳоб кардаем, мумкин аст, он қадар шефтаву шайдояш бошем, ки хеле аз айбҳои ӯро набинем. Албатта, ин давра вақти ҳаллу фасли масъалаҳои издивоч нест, ин замоне, ки ба худамон фурсат бидиҳем, то саросема нашуда, тарафи муқобилро бишносем ва ӯро ба таври воқеӣ бибинем.

Ҳаргиз танҳо бо молу ҷамол наметавон дили касеро ба даст овард. Агарчи таъмини иқтисодӣ ва ҷамол дар зиндагӣ аҳамияти зиёде дорад, аммо он чи ба одам осоишу амнияти

хотир медиҳаду эҳсосоти отифии ўро сероб месозад ва дар ў хиссиёти комёбиву хушбахтиро ба вучуд меоварад, зиндагӣ дар канори шахсест, ки бо сифатҳои ахлоқии волову ҳамида ораста бошад. Сахтиҳову мушкилот ва масъалаҳои пуливу молӣ ҳамеша вучуд доранд. Зебоию чамол ҳам доимӣ нест, дар як ҳодиса ё садамае, ё дар асари беморие зебой метавонад аз байн биравад.

Агар ҳамдигарфаҳмию одамгариро дар зиндагӣ асл қарор бидиҳем, дар рӯбарӯи ин гуна мушкилиҳо боқуввату тавоно хоҳем буд. Бисёре аз ҳамсаронро метавон пайдо кард, ки бо вучуди мушкилоти иқтисодӣ, зиндагии оилавияшонро ба хубӣ ба роҳ монда, душворихоро паҳлу ба паҳлу истода пушти сар мекунанд. Агар бовар кунем, ки «Худои пайванддиҳандаи қалбҳо» моро ёрӣ мекунад, дигар аз ин чиҳат нигароние нахоҳем дошт.

Интиҳоби дурусти ҳамсар муҳимтарин баҳши шурӯӣ як зиндагии пайдору муваффақ аст, ба шарти он, ки қабл аз ин интиҳоб ба мавридҳои зер диққату тавачҷуҳи кофӣ намоем:

1-Пеш аз издивоҷ вобаста ба ҳислату хусусиятҳои ҳамсари ояндаамон хуб фикр кунем.

2-Ҳама имкониятҳои моддию маънавӣ, салиқаҳову истеъдодҳои худро бо ҳамсари идеалии зехнии худ муқоиса кунем.

3-Таносуби байни сатҳи таҳсилоти мо бо ҳамсари ояндаамон, метавонад хеле аз мушкилоти эҳтимолиро пешгирӣ кунад.

4-Таносуби синну сол низ зиндагии лаззатбахшу

қобили пешрафтеро барои мо фароҳам месозад ва нақши муассире дар давомнокии он хоҳад дошт.

5-Ихтилофи фарҳангӣ, иҷтимоӣ, иқтисодӣ, эътиқодӣ, сиёсӣ ва ғайра боиси пайдо шудани мушкилоти гуногун мешавад ва зиндагиро сахту гоҳе таҳаммулнопазир мегардонад.

6-Бо аҳамият додани беандоза ба ҳусну зебӣ ва донишу сатҳи таҳсилот набояд мо аз дигар сифатҳои лозимии ҳамсари хуб ғофил шавем.

7-Бо мақсади доштани як зиндагӣ, ки орзуяш мекунем, ҳамсаре бояд интиҳоб кунем, ки бо мо ҳамфикру ҳамакида бошад, то моро дар расидан ба орзуҳоямон дастгирӣ намояд.

8-Масъулиятшиносӣ, тавонмандӣ, кӯшиши зиёд ба ҳарч додани ҳар ду нафар, осоиш ва хушбахтии зиндагии ояндаро таъмин хоҳад кард.

9-Таҳқиқ дар бораи хонавода ва гузаштаи шахси мавриди назарро ба бузургтарҳо вогузор намоем, беҳтар аст.

10-Падару модар ва дигар калонтарҳо метавонанд меъёрҳои асосии ҳамсари хубро ба мо бозгӯ кунанд.

11-Андешидани зиёд, тавачҷух, тафаккур, таваккал ва набудани таъҷил дар интиҳоб, аз пушаймониҳои баъдӣ то як андоза пешгирӣ хоҳанд кард.

12-Баробар будани тарафҳо аз ҳама ҷиҳат, яъне, таносуби ақидавӣ, иқтисодӣ, фарҳангӣ, синнӣ, таҳсилӣ ва ғайра аз қоидаҳои аслии интиҳоби оқилонаи ҳамсар аст.

Меҳру муҳаббат

Беҳтарин калиди ҳалли мушкилоти занашӯӣ ишқу алоқа ба ҳамдигар аст. Ҳамсар агар бидонад, ки маҳбубамон нест, аз хонаву зиндагӣ дилсард ва безор шуда, ҳамеша пажмӯрдаву афсурда хоҳад буд. Меҳру муҳаббат бояд аз самими қалб бошад, то дар дили ҳамсарамон осору таъсире бигузорад, зеро муҳаббати рӯякӣ зуд эҳсос мешавад. Лекин танҳо ба муҳаббати қалбӣ ҳам набояд қаноат кунем, балки бояд онро бо забону сухан изҳор намоем. Вақте осори муҳаббат дар гуфтору рафторамон рӯшан шуд, метавонем ба натиҷаи мусбати он умед бандем.

Яқин аст, ки ҳамсарамон пеш аз издивоҷ бо мо, аз муҳаббатҳои беолоиши падару модар баҳравар будааст. Аммо аз он лаҳзае, ки паймони занашӯиро имзо мекунад, аз дигарон – волидайн, хешу табор, бародарону хоҳарон

ва дӯстон – дур шуда, бо мо пайванди дӯстӣ мебандад. Бо ин умед, ки бештар аз онҳо аз мо дӯстдорӣ бибинад. Зану шавҳар хоҳони он ҳастанд, ки ишқу муҳаббати ҳамсарашон аз муҳаббати падару модар пойдортару самимитар бошад. Чунки ба ишқу муҳаббати якдигар боварӣ карда, бо тамоми вучуд якдигарро дӯст медоранд ва тамоми ҳастиву мавҷудияти худро дар ихтиёри ҳамдигар месупоранд.

Зан табиатан манбаи муҳаббат ва як мавҷуди латифу нозук буда, аз тамоми вучудаш гӯё меҳру муҳаббат меборад. Ҳаёту зиндагиаш ба ишқу муҳаббат саҳт вобастагӣ дорад. Дилаш меҳоҳад ҳамеша маҳбуби атрофиёнаш – шавҳар, фарзандону бастагон - бошад ва ҳар чӣ қадар маҳбубтар бошад, ҳамон қадар хушбахту сарбаланд мегардад. Барои ба даст овардани дили мардаш ба ҳар гуна фидокорӣ омода аст. Вале агар бифаҳмад, ки кӯшишҳояш беҳуда буда, ӯ маҳбубияте надорад, худашро шикастхӯрдаву номувафақ ҳисобида, ҳамеша бадбахту ноком хоҳад буд.

Зан агар бихоҳад, ки ишқи шавҳараш нисбат ба ӯ пойдор бимонад, бояд бо риштаҳои муҳаббатҳои доимӣ онро пайванд бидиҳад ва ниғаҳдорӣ кунад. Лутфу меҳрубониашро дареғ надорад. Агар меҳрварзӣ ба шавҳарро бар ҳар чизи дигар муқаддаму муқаддас шуморида, ҳеч гоҳ аз он ғафлат наварзад, ҳамсараш ҳамеша шодобу хуррам буда, дар касбу кор дилбастагӣ пайдо мекунад ва ба зиндагӣ алоқаманду дилгарм хоҳад шуд. Шавҳар агар бидонад, ки дар воқеъ маҳбуби

хамсараш мебошад, ҳозир аст барои таъмини саодату осоиши хонаводааш то сарҳади фидокорӣ кӯшиш кунад. Марде, ки аз ишқу муҳаббат норасоӣ надошта бошад, ба амрози ҷисмию рӯҳӣ ва заъфу бемориҳои асабӣ камтар мубтало мегардад.

Танҳо дӯстдории қалбӣ кофӣ нест. Бояд ишқу муҳаббатро ба забон овард. Бояд аз ҳар рафтору гуфтор ва ҳаракат осори ишқу алоқа намоён бошад. Агар ҳамсар аз сафар омада, тухфае ё гулдастае тақдимаш кунад, ӯ бигӯяд:

-Хуб шуд, ки омадӣ, хеле ёдат карда будам. Вақте дар сафар аст, барояш занг зада, аз фируку ҷудой дилтанг шуданашро изҳор кунад. Агар аз муҳлати маъмулӣ дертар ба хона баргашт, бо ширинзабонию лаҳни хуш изҳор кунад:

-Чашмам ба роҳат дар интизор буд, аз дер омаданат хавотир шудам.

Инсон ба шахсияти хеш эҳтиром қоиладар буда, ҳудашро дӯст медорад ва дилаш меҳаҳад, дигарон низ ба шахсияти ӯ эҳтиром бигузоранд. Ҳар касе ӯро ҳурмат намояд, муҳаббаташ ба вай меафзояд. Табиист, ки кас ба шахсоне, ки ӯро таҳқир мекунанд нафрат дорад. Инсонҳо берун аз манзил бо садҳо шахсони гуногуну беадаб вомехӯранд, бисёр вақтҳо мавриди таҳқиру истехзо қарор мегиранд, ки ба шахсияташон зарба ворид месозад. Дар ин маврид ӯ интизор дорад, дар хона эҳтиромаш кунанд. Эҳтироми ҳамсар ба ӯ нерӯ ва тавоноии беандоза баҳшида, барои раҳӣ аз ин ҳолати

рӯҳӣ кумакаш мекунад ва ўро ба ҳолати муътадил бозмегардонад. Барои кӯшишу фаъолият омодааш месозад. Ин ҳолат, дар бобати онҳое, ки умуман қорашон берун аз хона буда, бо мардуми зиёди гуногунхислате вомехӯранд, аҳамияти бисёре дорад. Бинобар ин ҳамсар бояд ба ин нукта таваҷҷуҳ дошта, барои риояти эҳтироми ў хамеша бо лутфу меҳрубонӣ «шумо» гуфта, ўро садо кунад ва ҳангоми сухан гуфтаниш каломи ўро қатъ накунад. Вақте аз дар мебарояд, ба эҳтиромаш бархоста, бо адаб ҳарф занад. Агар ба меҳмоние мераванд, ўро муқаддам доништа, дар ҳузури дигарон аз ўро таърифу тавсиф намояд. Дар ҳузури меҳмонон ба андозаи меҳмонҳо, ҳатто, бештар аз онҳо, аз ў пазирай кунад. Вақте дари манзилро мезанад, ҳамсари дар хона буда бояд кӯшиш кунад ҳудаш дари хонаро боз намуда, бо лаби хандону шуқуфон ва чехраи кушода ёрашро истиқбол бигирад. Ҳамин амали дар нигоҳи аввал кӯчак, вале дар асл саршори эҳтиром, осори некӯе дар рӯҳияи ҳамсар хоҳад гузошт. Истиқбол кардан бо лаби хандон рӯҳи тозае дар дар ҷисми хастаи ў дамида, дилашро оромиш мебахшад. Мумкин аст, ҳайрон шуда, бигӯед:

- Чи пешниҳоди аҷоиб! Ҳамсарашро «хуш омадед» бигӯяд?! Шаҳси бегона ё меҳмон нест, то эҳтиёҷ ба истиқболу «хуш омадед» дошта бошад, одами ҳамин хона аст.

Албатта, ин тарзи тафаккур аз тарбияи нодурусти мо пайдо шудааст. Чӣ касе мегӯяд, ки ба дӯстону хешон адабу эҳтиромро риоят накунем? Меҳмоне ба манзили

шумо меояд, ӯро истикбол мегиред, хуш омадед мегӯед, эҳтиром мекунед, меҳмондорӣ менамояд ва ин амалро як рафтори боаклона ва яке аз одобу русуми зиндагӣ мешуморед. Албатта, чунин аст. Меҳмонро бояд эҳтиром кард, лекин аз рӯи инсоф бигӯед, фарде, ки аз субҳ то шом барои таъмини зиндагӣ ва фароҳам кардани шароитҳои рӯзгору осоиши мо талош мекунад, дар ин роҳ бо садҳо мушкилӣ рӯбарӯ шуда, дари хонаро мезанад, оё арзиши онро надорад, ки барои хушнудӣ ва эҳтироми ӯ то дари хона қадам ранҷа намуда, бо лаби хандон як «хуш омадед» гуфта, дилашро шод гардонд?

Ҷар як зану мард бояд ба шаклҳои мухталиф меҳру муҳаббати худро баён созанд. Бо гуфтани калимаи пурмуҳаббате, тақдими шоҳаи гуле ё ҷар чизе, ки боиси хурсандиву хушҳолии тарафи муқобил мегардад онро иброз дорад. Аз ин рӯ ҳатто, харидани хӯрданиҳои майда-чайда, аз қабилӣ яхмос, шоколад, донаи офтобпараст ва чизҳои дигаре, ки ҳамсаратон ба он алоқаманд аст, яке аз шеваҳо ва усулҳои баёни меҳру муҳаббат ба ҳисоб меравад.

Яке аз муҳимтарин ҳадафҳои зиндагии муштарак, расидан ба оромиш ва лаззат аст. Аз рӯи қоида интизор меравад, мард оромишгари зан ва зан оромишгари мард бошад. Агар меҳочем, ки худ ва аҳли хонаводаамон хушбахтона зиндагӣ кунем, бояд ҳамеша шоду хуррам буда, бо меҳрварзӣ, муъомилаи хуш ва ширинзабонӣ хонаро ба биҳишти барин табдил намоем. Аксар мушкилоти зануширо бо хушбӯро зиракӣ ва ахлоқи

хуш метавон ба таври мусбат ҳал кард. Агар ҳамсарамон каммуҳаббат аст, агар ба хонаву зиндагӣ алоқа надорад, агар беҳудагардӣ мекунад, агар дер ба хона меояд, агар бадрафторӣ мекунад, агар тундхӯйӣ ва даъво мекунад, агар ҳарф аз талоқи ҷудой мезанад, ҳамаи инҳо ва садҳо мушкилоти ба ин монандро ба воситаи хушрафторӣ ва ахлоқи хуш метавон ҳал кард.

Модоме, ки дар хонаи падар ва модар зиндагӣ мекунем, бояд ризоияти онҳоро низ дарёфт кунем. Лекин, вақте ки паймони занашӯиро имзо намуда, хонаводаи навро ташкил мекунем, бояд меҳрварзӣ ба ҳамсар ва ризоияту хушнудияшро бар ҳама чиз муқаддам доништа, ҳатто, дар ҷое, ки байни хостаҳои падару модар ва хостаҳои ҳамсар ихтилоф пайдо шавад, салоҳ дар ин аст, ки назар ба ҳамсар карда, асбоби ризоияти ўро фароҳам созем. Зеро бо ҷалби ризоияти ҳамсар, риштаи унсу муҳаббат, ки беҳтарин кафолати бақои зиндагии занашӯӣ аст, мустаҳкам мегардад.

Зану шавҳар ҳамеша ба меҳрварзӣ ва изҳори муҳаббати якдигар эҳтиёҷ доранд, лекин эҳтиёҷ дар баъзе ҳолатҳо шадидтар мешавад. Инсон дар мавқеи мушкилиҳову гирифторӣ ва беморӣ бештар аз дигар вақтҳо эҳтиёҷ ба дилҷӯӣ ва парасторӣ дорад. Бемор ба андозае, ки ба духтуру даво ниёз дорад, ба ҳамон миқдор, балки зиёдтар ба лутфу меҳрубонӣ ва ниғаҳбонӣ эҳтиёҷ дорад. Парастори хуб бо меҳрубониву дилҷӯӣ ва навозиш асабҳои хастаи беморро оромиш медиҳад ва ба зиндагӣ умедвораш мегардонад. Агар дар ҷунин ҳолатҳо,

ҳамсаратро ниғаҳбонӣ ва дилчӯӣ намудӣ, ба зиндагӣ дилгарм мегардад, ба вафодорию самимияти ту боварии бештаре пайдо мекунад, меҳру муҳаббаташ зиёдтар мешавад. Вақте аз бистари беморӣ бархост, бештар аз гузашта заҳмат мекашад. Муҳаббатҳо ва навозишҳои туро фаромӯш намекунад ва агар Худое накарда, бемор шудӣ, ҳаматарафа аз ту ниғаҳдорӣ ва дилчӯӣ хоҳад кард.

Бояд бидонем дунё дар роҳу равиши муайян ва тибқи нақшаи муназзаме мечарҳад. Ҳодисаҳои рӯзгор бо назму тартиб яке паси дигар худнамоӣ мекунанд. Вучуди ночизи мо дар ин ҷаҳони паҳновар ба манзалаи зарраи кӯҷакест, ки ҳар лаҳза дар ҳаракат ва бо зарраҳои дигар дар ҳоли бархӯрдан аст. Идораи ҷаҳон дар дасти мо нест ва ҳодисаҳои гетӣ бар тибқи майлу хостаҳои мо воқеъ намешавад. Масалан, фарде, ки саҳар аз манзил берун меравад, то вақти дубора баргаштанаш, мумкин аст, бо даҳҳо мушкilotи хурд ё бузург рӯбарӯ гардад. Дар майдони зиндагӣ ва саҳнаи касбу кор, ки ба майдони набард монанд аст, бо мушкilotи фаровоне дучор мешавад. Чун ба мардум ва чархи гардуни ҷафокор зӯраш нарасид, вақте ба хона ворид мешавад, меҳоҳад қудратнамоӣ кунад ва интиқоми чархи фалаку мардуми қачрафторро аз ҳамсару фарзандони бегуноҳаш гирифта, ба ин восита бӯғзи дилашро холӣ кунад. Гӯё балое вориди хона шудааст. Бачаҳо монанди муш фирор мекунанд. Худо накунад, кӯҷактарин баҳонае биёбад, хӯрок шӯр ё бенамак бошад, чой омодаву хозир

набошад, ё яке аз бачаҳо овозе барорад, ё хона мураттабу тоза набошад, ё ҳарфи аз бинӣ баланде аз даҳони ҳамсараш берун биёяд, ана бадбахтӣ! Ӯ мисли бомба метаркад. Ба сари ин дод мезанад, он якеро дашном медиҳад, дигариро мезанад, таъби хуши дигариро аз байн мебарад. Бо ҳамин муҳити босафои хонаро, ки ба нияти истироҳату фароғат ба ин чо паноҳ оварда буд, ба дӯзахи сӯзоне табдил мекунад. Дар он ҷаҳаннами худсохта, ҳам худааш хоҳад сӯхт, ҳам ҳамсару фарзандони бегуноҳаш. Агар бачаҳо битавонанд, аз он муҳити тарсноку ваҳшатнок фирор намоянд, дар кӯчаву хиёбон сарсону саргардон гашта, интизор мешаванд, ки кай аз манзил берун мешавад, то аз шарраш халос шаванд. Ваъияти мушкилу рикқатбор ва сарнавишти шуми чунин оилаҳо бе гуфтугӯ равшан аст. Ҳамеша даъво ва чангу чанҷолашон дар осмон аст. Ҳар лукмаи хӯрдашон бо захр олудааст. Ваъияти хона қаноатбахш набуда, ҳамсар аз дидани чеҳраи гирифтаи ҳамсафари ҳаёташ безор хоҳад шуд.

Фаромӯш набояд кард, ки идораи ҷаҳон дар дасти мо нест. Ҳар касе дар тӯли зиндагӣ бо мушкилот ва пастиву баландихоии рӯзгор, хоҳ нохоҳ рӯбарӯ хоҳад шуд. Бояд барои қабули онҳо тайёр бошем, зеро доимо тақдир зарбаҳои ногаҳонӣ ба мо мезанад. Инсон мавҷуди боқуввату тавоноест, ки бо бурдбориву сабури ва кӯшишу тадбир метавонад, дар муқобили бадбахтиҳо ё мушкилоти бузург ғалаба ба даст биёрад. Оё ҳайф нест, ки дар баробари ҳодисаҳои кӯчак худро аз даст дода, бо

фарёду нолаву фиғон табъи хушамонро вайрон кунем? Бе ин ҳам ҳодисаҳову мушкилоти рӯзгор ва рафтори нописанди мардуми атрофамон, ба торҳои асабамон нохун мезананд. Ҳамсару фарзандон чӣ гуноҳе доранд? Ҳамсару фарзандон бо садҳо умеду орзу дар интизори мо ва меҳрубониямон чашм ба роҳ буданд. Оё сазовор аст, бо чеҳраи гирифтаву ахлоқи бад ва бо лабу лунчи овозони мо рӯбарӯ шаванд?! Оё хубтар нест, вақте меҳоҳем, барои истироҳату фароғат ва гирифтани нерӯи тоза ба осоишгоҳи хона пой гузорем, пеши худ фикр кунем, ки тундхӯй ва бадахлоқӣ мушкилоти моро ҳал намекунад, балки асабҳои харобамонро боз ҳам ҳастатару вайронтар сохта, мушкилоту бадбахтиҳои тозаву нав ба нав ба вучуд меоварад. Дар ҳоли ҳозир беҳтар аст, истироҳату фароғат намуда, нерӯи тоза бигирем, то битавонем бо асабҳои оромӣ фикрҳои ҷолиби нав дар муқобили монеаҳои рӯзгор чорасозӣ намоем. Ин лаҳза ҳодисаҳо ва гирифториҳои зиндагиро муваққатан бояд ба гӯшаи фаромӯши бисупорем ва бо чеҳраи беғубору лаби хандон ворида хона шавем. Бо суханони гарму муҳаббати бепоён дили аҳли хонаводаро шодмону хурсанд гардонем. Бигӯему бихандем. Ба сайругашту тамошо ва гардиш рафта, истироҳат кунем. Бо хушию хурсандӣ хӯрок хӯрда, бо асабҳои оромӣ осӯда хобу истироҳат намоем. Ба ин восита ҳам ҳамсару фарзандамон ба хонаву зиндагӣ дилгарм шуда, барои қору кӯшиш омода мегарданд ва ҳам худамон метавонем, бо асабҳои солим ба касбу кор идома дода,

бар мушкилоти рӯзгор ғолиб гардем.

Зану шавҳар бояд бо номҳои зебову дилнишин якдигарро садо карда, каломи ҳамдигарро набуранд. Вақте аз хона берун мераванд, якдигарро ба Худо супорида, бо ҳам хайру хуш кунанд. Зодруӯз ва дигар чашнҳои оилавии вобаста ба якдигарро гиромӣ дошта, гулдаста ё тухфаи дигаре ба ҳам ҳада намоянд. Дар меҳмониву ҳузури дигарон якдигарро эҳтиром намуда, аз таҳқиру тамасхур ба таври чиддӣ худро ниғаҳ доранд. Аз дашному ҳақорат гуфтан бипарҳезанд. Аз масҳара кардани ҳамдигар, ҳатто, ба таври шӯхӣ чиддан худдорӣ кунанд, то меҳрашон дар дили ҳамдигар бештар шуда, аз зиндагии муштарақ лаззати бештар бибаранд.

Эътимоду боварӣ

Вақте миёни зану мард паймони занушӯӣ баста мешавад, онҳо ба зиндагии танҳои худ хотима дода, ба зиндагии якҷоя шурӯъ мекунанд. Ин паймони муқаддас ба он маънӣ аст, ҳамсарон аз ибтидои зиндагии муштарақ ба ҳамдигар ваъда медиҳанд, ки то охири умр бо ҳам бошанд. Дар идораву пешбарии зиндагӣ ба якдигар кумаку мусоидат кунанд. Барои оромишу осоиши ҳамдигар кӯшишу ғайрат намоянд. Ёру мунис ва ғамхору ғамбарори ҳам бошанд. Дар ҷавониву пирӣ, дар шодиву ғам, дар тавоноиву нотавонӣ, дар ҳолатҳои саломатию беморӣ, дар саҳтихову хушиҳо, дар ҳоли ғаму нодорӣ ва сарватмандӣ, хулоса, дар ҳама ҳолатҳои зиндагӣ канори ҳам бошанд. Духтару писар бо эътимоду боварии пурра, тамоми ҳастии худро дар ихтиёри ҳам қарор медиҳанд. Ба ин умед, ки то охири умр дар бари

ҳам, дар сояи давлати ҳамдигар зиндагӣ намоянд. Набояд бо амалҳову рафторҳои нописанд ин эътимоду бовариро аз байн бурда, умедашонро барбод диҳанд. Аз рӯи қоидаи инсонӣ ва қадршиносӣ тақозои ин карда мешавад, ки зану шавҳар бо эътимоду боварӣ то поёни умр ба паймони муқаддаси занашӯӣ, ки бо ҳам бастаанд, вафодор буда, дар мушкилоти зиндагӣ ва ҳодисаҳои номатлуби рӯзгор аҳди хешро фаромӯш накунанд.

Мумкин аст, пеш аз издивоҷ ягон касро дар мадди назар дошта, интизори издивоҷ бо ӯ будаем. Орзу доштаем, ки ҳамсарамон сарватманд бошад, дорои фалон касбу кор бошад, соҳибмаълумот бошад, зебову дилрабо бошад ва ғайра. Ин қабил орзуҳо пеш аз издивоҷ айбе надорад, вале акнун, ки ҳамсаре интиҳоб ва паймони муқаддаси занашӯӣро имзо кардаем, ки то охири умр бо ҳам буда, мунису ғамхори ҳам бошем, бояд ҳамаи гузаштамонро фаромӯш кунем. Ба фикру орзуҳои гузашта хати батлон бикашем ва ғайр аз ҳамсарамон аз дигарон ба таври кулӣ чашм пӯшем. Диламонро аз изтиробу парешонӣ начот дода, ба ғайр аз ӯ дигаронро аз дил берун кунем ва тамоми қалбамонро пурра дар ихтиёри вай қарор бидиҳем. Номзади собиқамонро ба таври кулӣ фаромӯш карда, ба ӯ нигоҳ накунем ва ба фикраш набошем. Ба мо дигар чӣ фарқе дорад, аз мо хафа мешавад ё не? Аслан, мо вазифадор нестем, ки аз аҳволаш бипурсем!

Вақте бо чашми харидорӣ ба дигарон нигоҳ карда, ҳамсарамонро бо онҳо муқоиса мекунем, ночор ба шахсоне рӯбарӯ мешавем, ки айбҳои эҳтимолии ҳамсарамонро

надоранд ва фикр мекунем, афроди поку беайбе ҳастанд, ки мисли фариштае аз осмон нозил шудаанд. Шояд бо эҳтимоли зиёд онҳо дорои айбҳои бештаре ҳастанд, аммо чун аз айбҳои пинҳонии онҳо хабар надорем ва фақат хубихояшонро мушоҳида менамоем, ҳудамонро шикастхӯрдаву фиребхӯрда ва номуваффақ дар издивоҷ мешуморем. Аз фикру андешаҳои беҳуда ҳудамонро ғамгину бадбахт месозем. Чаро меҳру сафои хонаро аз байн мебарем ва теша бар решаи дарахти зиндагии хушбахтонаву пурбаракатамон мезанем? Аз кучо медонем, агар бо фалон шахс издивоҷ мекардем, сад фоиз аз интихобамон розӣ мебудем? Мо зоҳиран ўро мешиносем ва бо аҳволу зиндагии воқеияш аз наздик ошноӣ надорем, яъне, беҳабар ҳастем. Шояд дорои айбҳои бисёре бошад, ки агар хабардор мебудем, ҳамсари ҳудамонро аз ў садҳо бор афзалтар медонистем.

Агар ҳамсари мо эҳсос кунад, ки ба дигаре назару таваҷҷуҳ дорем, нисбат ба мо бадгумон мешавад. Итминону боварияшро аз даст медиҳад. Меҳру алоқааш кам мешавад, ба хонаводаву зиндагӣ беаҳамият мегардад.

Зану шавҳар агарчи дар бисёре аз қору амалҳо иштироки якҷоя доранд, лекин соҳиби имтиёзҳои махсусе низ ҳастанд. Яке аз имтиёзҳои муҳими онҳо ин аст, ки дар маҷмӯъ зан мавҷудест, бисёр зарифу латиф, зебову маҳбуб. Зан дилбар асту мард дилдода, мард дӯстдор асту зан дӯстдоштанӣ.

Ҳангоме ки мард бо зане издивоҷ мекунад, меҳроҳад тамоми хубиҳо ва зебоиву латофати ин мавҷуди латифро

танҳо дар ихтиёри худ бубинад. Занеро дӯст медорад, ки хусну ҷамлашро, дилбариву таннозиҳояшро, шӯхиву хандаҳояшро хулоса, ҳама буду нобудаашро ба шавҳар бахшида, аз орогани худ барои дигарон бипарҳезад. Аз ҳамсараш интизор дорад, ки ба қонунҳои ахлоқӣ риоят карда, бо ҳифзи матонат, пӯшиши хуби сару либос, шарму ҳаё, шикастанафсӣ, хушгуфториву хушрафторӣ шавҳараашро рӯҳан дастгирӣ намуда, боиси баланд шудани обрӯву мартабааш гардад. Вақте ҳамсараш ба ин вазифаҳои иҷтимоӣ амал карда, ўро кумак кунад, вай низ барои таъмини ниёзмандиҳои хонаводааш дучанду сечанд талош менамояд, итминону боварӣ ва муҳаббаташ нисбати ҳамсараш меафзояд. Ҳамин омилҳо сабаб мешавад, ки ба занҳои бегонаву кӯчагӣ бетаваччуҳ бошад. Гузаштагонанон беҳуда нагуфтаанд: «Мардро мард мекардагӣ ҳам зан аст, номард мекардагӣ ҳам зан аст».

Аз он ҷо, ки мардон нисбат ба занон бештар аз хона берун буда, аз рӯи касбу қорашон бо дигарон дар иртиботу доду гирифтӣ бештаре ҳастанд, бояд дар рафтору робитаҳояшон бо дигарон тавре рафтор кунанд, ки шубҳаву гумонҳои баде дар дили ҳамсараш роҳ наёбад ва ба итминону бовариаш раҳна назанад. Аз тарафи дигар занон ҳам бояд, бо эътимоду бовариӣ комил ба ҳамсари азизашон, бар рашқу шубҳа ва бадгумонҳои худ ғолиб омада, ба гунае рафтор намоянд, то ҳамсараш яқин кунад, ки ба ў эътимоду итминони қавӣ доранд.

Бадгумонӣ як бемории сирояткунандаву хонумонсӯз

мебошад. Бо таассуфи зиёд баъзеҳо, балки аксарият аз мардум ба ин беморӣ мубтало ҳастанд. Як хаёлпарасте тасаввур мекунад, ҳамсараш ба ӯ хиёнат мекунад, бо каси дигаре сару кор дорад, ба фалонӣ дилбаста аст. Чун иҷозат намедихад паёмҳои телефонашро бихонам, маълум мешавад паёмҳои ошиқона аст. Чун ба ман кам тавачҷух мекунад, маълум мешавад ба дигаре машғул асту ӯро дӯст медорад. Чун ба ман дурӯғ гуфт, маълум мешавад хиёнаткор аст. Чун мегӯянд, ки ҳамсарат ба фалон хона рафт, ҳатман дар онҷо касеро дорад.

Ин гуна одамон бо ин далелҳои пучу беҳуда, ба ин хулоса мерасанд, ки ҳамсарашон хиёнаткор аст. Эҳсоси бадгумонӣ дар онҳо шиддат гирифта, ба яқин табдил мегардад. Азбаски дар ин бора зиёд фикр мекунанд, ба ин чамбандӣ мерасанд, ки «бе шамол барги дарахт намечунбад». Рӯзу шаб фикру зикрашон банди ҳамин андешаҳои бепояву беҳуда мебошад. Бо ҳар касе ҳамсуҳбат шаванд, ҳарф аз хиёнату бевафой мезананд. Бо ҳар дӯсту душмане сирру асрори хонаводашонро ошкор мекунанд. Онҳо ҳам фикр накарда, аз рӯи дилсӯзӣ гуфтаҳоиашро тасдиқ намуда, садҳо ҳикояву қиссаҳо аз хиёнату бевафой нақл мекунанд. Ва баъд сар мешавад, айбҷӯиву носозӣ. Хира кардани таъбро оғоз мекунад, бо лабу лунҷи овезону қавокҳои гирифта дар баробари ҳам гаштугузор мекунад. Ҳар рӯз ҷангу ҷанҷол барпо месозад, қаҳру даъво ҳар рӯз такрор меёбад. Ба ҳамсараш безътиной намуда, мисли соя таъқибаш мекунад. Ҷайбу қиссаҳо ва кифашро кофта, тамоми қору амалҳоиашро

тахқиқ менамояд. Ҳар як ҳодисаи берабтеро далели қавие бар хиёнат ба ҳисоб меорад. Бо ин гуна рафторҳо, зиндагиро ба худашу ҳамсари бечора ва фарзандони бегуноҳаш талх мекунад. Хонаро, ки бояд муҳити босафову беолоиш ва осоиш бошад, ба зиндон, ҳатто, ба дӯзахи сӯзоне табдил мекунад. Дар оташе, ки шуълавар сохтааст, худашро сӯзонда ҳамсару фарзандони бегуноҳашро низ ба коми оташ мекашад. Ҳар қадар ҳамсар қасаму савганд ёд хӯрад, илтимосу зора кунад, хиёнаткор набуданаширо исбот кардан бихоҳад, аммо ин шахси якраву гапнописанд ҳозир нест, ба ин ҳарфҳо бовар кунад.

Барои хиёнатро аниқ кардан, далелу санадҳои қатъӣ лозим аст. Модоме, ки ягон шоҳиду далеле надошта, онро наметавонем исбот кунем, ҳақ надорем ўро ба хиёнаткорӣ муттаҳам созем. Оё аз рӯи инсоф аст, ки танҳо бо шубҳаву гумонҳои бечо, шахси бегуноҳеро мавриди тухмат қарор бидиҳем? Агар касе бе ягон далелу санад, моро тухмат бизанад, асабиву ғамгин намешавем?

Як касро ба хиёнат муттаҳам кардан - хоҳ зан бошад, хоҳ мард, чунки ин гуна воқеаҳои нохуш бар сари ҳама омаданаши аз эҳтимол дур нест - мавзӯи бисёр душвору пурмасъулиятест.

Бинобар ин агар бо далелҳои яқин хиёнати ҳамсар исбот нашудааст, ҳақ надорем ўро тухмат бизанем. Агар камтар аз пештара изҳори муҳаббат мекунад, маъноӣ онро надорад, ки каси дигарро пайдо кардааст. Шояд аз

худи мо ранчидааст, шояд ғаму ғуссае дар дил дорад, шояд бемор бошад, шояд дар натиҷаи бетаваччуҳӣ ва изҳори муҳаббат накардани мо нисбат ба зиндагӣ дилхунук шуда бошад. Чаро барои баъзе тухматҳои бечову санадҳои пуч, зиндагии ширинро ба худамону хонаводамон талху захр мегардонем? Аз шунидани ин бӯхтон дар ҳаққи худамон оё дилшикаставу рӯҳафтода намегардем? Ба чӣ ҳоле гирифтормешавем? Чаро инсофу вичдон надорем? Чаро обрӯи худи ҳамсарамонро пеши дӯсту душман аз байн мебарем? Чаро бар ҳоли зору парешони вай раҳму шафқате намекунем?

Қариб 90% баҳсу чанҷолҳои оилавӣ байни ҳамсарон аз рӯи нобоварӣ нисбат ба ҳамдигар сарчашма мегирад. Дар ҳоли гумонбар шудан аз ин амалҳо бояд ҷиддан худдорӣ намоем. Агар шакку шубҳае ба диламон роҳ ёфт, бо «ҳар касе, ки пеш омад, хуш омад» гуфта, ҳарфи диламонро назанем, зеро мумкин аст бар асари душманӣ ё нодонӣ, ё дар зери ниқоби «хайрхоҳ» бе он ки бубинанду бисанҷанд, ақидаи моро тасдиқ намоянд. Ҳатто, ҳарфҳои бечои дигаре низ зам кунанд ва ба оташи гумонҳои мо равған бирезанд. Ба ин восита ин дунёву охирати моро табоҳ созанд. Чандин бор шунیداем, ки фалон зан худашро оташ задааст, ё аз ошӯнаҳои баланд ҳаво додааст, ба дор овехта, худкӯшӣ кардааст. Бо чӣ чабаб? Чӣ омиле баҳонаи аз ҳаёт рафтани як ҷавонзан, як бачазанаки аз сад гули ҳаёт гуле начинда, гаштааст? Ё мешунавем, ки нафаре, ҷавонмарде ҳамсарашро аз ҳаёт маҳрум сохта. Каме баъдтар мефаҳмем, ки сабаби аслии мочароҳо бевафогии ҳамсар

буда. Албатта ончуноне ки бастагони онҳо арз мекунанд. Ҳеч яке аз онҳо худашро муқассир намедонанд. Шояд ҳам ҳақ бошанд. Чунки зиндагии як нафар барои дигарӣ қобили дарку фаҳмиш нест. Шояд ҳам касе як хабари рости дурӯғеро расонда, хоста айши оилаеро талх кунад. Чун шахсони фитнагару хабарчин ҳам кам нестанд. Ва ҳамсари камсабру таҳаммул дар натиҷаи фишори рашки хонумонсӯз даст бар ин кори фоҷиабор мезанад. Ин ҳама натиҷаи ғолиб омадани эҳсосот аст. Эҳсосоте, ки ғалабааш поёни ҳаёти мост. Аввал бояд нархи сабзию пиёзро пурсид. Дақиқ кардан даркор, ки шахси хабарро расонда бо чи мақсаде ин «кори хайр»-ро анҷом дода? Аввал ҳамаро дар тарозуи ақл баркашида, баъдан ба хулосае биеём, ки чӣ кор кунем. Вале мавзӯи оила хеле ҳассос аст. Набояд ҳарчову бо ҳар кас дар бораи мушкилоти оилавӣ даҳон кушод. Махсусан, бо модару хоҳарамон дар ин бора суҳбат накунем, зеро аксар вақт онҳо бо ҳамсарамон ботинан муҳолифат доранд, аз ин рӯ дар вазъияти ба амал омада, ҳасаду кинаварзияшон хурӯҷ карда, бе ягон оқибатандешӣ бадгумонии моро зиёдтар мегардонанд. Агар мехоҳем аз маслиҳатҳои дигарон истифода кунем, бояд бо дӯстони оқилу ботачриба ва хайрхоҳу оқибатандеш машварат кунем. Аз ҳама беҳтаринаш ин аст, ки агар нисбати қору рафтори ҳамсарамон бадгумон ҳастем, мақсадамонро қушоду равшан бо лаҳни ширин ва бе таҳқир сохтани шахсияташ, дар шароити фурсати хубу мусоид ва муносиб ба худаш изҳор намоем. Хоҳиш кунем, ки: «агар бемалол бошад, дар ҳамин масъала равшанӣ

меандоштед, хеле хуб мешуд, чунки дер боз аз ин бобат дар ташвишам.» Лекин ба ҳеҷ вачҳ дар ҳақ будани худамон исрор накунем, эҳтимолаш зиёд аст, ки шояд ноҳақ бошем. Ҳатто, ҳисси бадгумониямонро муваққатан як тараф гузошта, зеҳну фикрамонро холиву озод карда, мисли як судья боинсофу беғараз, ки меҳодад дар бораи дигарон доварӣ кунад, ба тавзеҳоту далелҳои ҳамсарамон гӯш бидиҳем. Ин эҳтимол вучуд дорад, ки рост мегӯяд.

Фарз кунем, як нафар аз хешонамон барои доварӣ ба наздамон омада, барои хиёнати ҳамсараш чунин далелҳоеро зикр мекунад. Бибинем, дар борааш чӣ гуна казоват мекунем? Дар бораи ҳамсарамон ҳам бояд ҳамин тавр ҳукм кунем. Чаро далелҳои ӯ дили санги моро об намекунад? Ба мисли як гунаҳгори аниқ ба суҳанонаш назар мекунем. Аз эҳсосоти хому ҳулосаҳои шитобзада бояд даст бикашем. Оқилу мулоҳизакор бошем, ба як фикру андешаи ботил зиндагии ширинамонро вайрон накунем. Дар ҳар ҷое, ки нофаҳмие пайдо кардем, фавран масъаларо бо ҳамсарамон ҳаллу фасл карда, «мӯйро аз хамир ҷудо» кунем. Бо мақсади ҳақиқатро фаҳмидан, на бо нишонаи эътироз нотарсонаву бепарво бигӯем: «Ман ба фалон кор бадгумон ҳастам. Хоҳиш мекунам, воқеияти корро ба ман баён кун, то хотирам осӯда гардад.» Он гоҳ ба суҳанҳояш хуб гӯш бидиҳем. Дар бораи онҳо мулоҳиза кунем, агар бадгумонии мо бартараф шавад, хеле олай. Лекин агар қонъ нашудем, таваккаламонро бар Худо намоем. Ӯро ба Парвардигор бисупорем.

Агар дар рафти суҳбат бо ҳамсар ба ҳолатҳои дучор

омадем, ки вай дурӯғ гуфтааст ва ҳақиқатро бар хилофи воқеият нақл кардааст, зуд ин дурӯғро далели хиёнати ӯ қабул накунем, зеро мумкин аст бегуноҳ бошад, лекин чун аз рашку бадгумонии мо хабардор аст, қасдан воқеиятро аз мо пинҳон доштааст, то мабодо гумону шубҳаи мо зиёда нагардад. Хубтараш дар ин маврид ҳам боз ба худаш муроҷиат кунем ва сабаби дурӯғгӯияшро бипурсем. Албатта, кори нодурусте кардааст, ки ба мо дурӯғ гуфтааст. Беҳтар буд ҳақиқатро пинҳон намедошт, зеро аз садоқат дида чизи хубтаре нест, лекин агар ӯ иштибоҳ кард, мо бояд аз ҷаҳолату нодонӣ парҳез кунем. Аз ӯ бо мулоиматӣ, вале қотеона талаб кунем, то дигар дурӯғ нагӯяд. Агар аз ӯ ҳақиқат хостем, вале ӯ натавонист, далелҳои қонеъкунандае пешниҳод кунад, ҳатто дар ин вазъият ҳам бадгумон нашавем, чун инсон аз хатову иштибоҳ орӣ нест. Аз рӯи беаҳамиятиву фаромӯшхотирӣ шояд ҷузъиёташ аз ёдаш рафта бошад. Бинобар ин дар ҳоле мегӯяд: «Фаромӯш кардаам», мо дигар суханро дароз накунем ва имконияту вақташ бидиҳем, то ҳама фикру зехнашро як ҷо ҷамъ намуда, каме баъдтар ба мо нақл намояд. Ин умеду бовариро дар ӯ бедор кунем, ки мо ба вай эътимод дорем, бояд ягон тарсу ҳарос аз рашку бадгумонии мо надошта бошад.

Агар баъди оне, ки ҳамсарамон ҳама буду шуди воқеиятро нақл кард, дӯстону ҳешовандон низ бегуноҳии ӯро тасдиқ карданду бо ин ҳама дили мо аз шубҳаву бадгумонӣ халос нашуд, пас, яқин бидонем, ки бемор ҳастем ва рашку бадгумониямон аз рӯи беморихои асабиву рӯҳӣ пайдо

шудаанд. Маслиҳат ин аст, ки ба ягон табиби равоншиноси хубу кордида мурочиат карда, аз рӯи дастуроту фармудаҳояш амал намоем. Агар бадгумониямон бартараф нашуд ва эҳтимол медиҳем ё яқин медонем, ки ҳамсарамон ба дигарӣ бо чашми харидорӣ менигарад, боз ҳам тақсири худамон аст, зеро маълум мешавад, он қадар хушманду кордон ва ботадбире набудаем, ки тамоми қалби ҳамсарамонро тасхир намоем, то чое барои дигаре намонад. Ҳоло ки дер нашудааст, нодонӣ ва гапу корҳои беҳударо як тараф гузошта, бо хушахлоқӣ, рафтору гуфтори нек ва изҳори муҳаббати самимӣ дар қалби ҳамсарамон бояд чунон чойгоҳе пайдо кунем, ки ғайр аз мо чашмонаш каси дигарро набинад.

Маъмулан ҳамсарон майл доранд, аз сирру асрори якдигар огоҳ бошанд, яъне, ба таври хулоса интизор доранд, ки тамоми розҳои ҳамдигарро бидонанд. Лекин баъзеҳо бар ин боваранд, ки ҳамсарашон рознигаҳдор нестанд. Бо андак баҳона асрорро ифшо намуда, дарди сари зиёде фароҳам месозанд. Ин ҳамсарон то худуде ҳақ ҳам ҳастанд, зеро ки баъзеҳо зудтар таҳти таъсири хиссиёту эҳсосоташон қарор мегиранд ва маъмулан эҳсосоташон бар ақлашон ғалаба мекунад. Вақте асабонӣ шаванд, сабру таҳаммул ва дурандешӣ барояшон мушкил мешавад. Дар ин ҳолат аз дониستاني асрор сӯистифода намуда, мушкилию гирифтории зиёде фароҳам месозанд. Бинобар ин агар мехоҳем, ки ҳамсарамон аз мо чизеро пинҳон накунад, бояд мо низ рознигаҳдору боэҳтиёт бошем. Асрорашро барои ҳеч кас

ва дар ҳеч ҳолат нақл накунем, ҳатто, барои хешону дӯстони наздикамон лозим нест, ки асрори ҳамсарамонро бигӯем ва таъкид ҳам кунем, ки ба касе нагӯянд. Зеро онҳо ҳам ҳатман дӯстони наздику қоние доранд мумкин аст, рози моро дар ихтиёри онҳо қарор диҳанд ва ҳатто, таъкид ҳам кунанд, ки ба касе нагӯянд. Як вақт мефаҳмем, ки сирру асрорамон дар ҳама ҷо паҳну ифшо шудааст.

Ҳамсарамон агар ба мо эътимод пайдо кард ва фаҳмид, ки натиҷаи заҳматаш беҳуда нарафтааст, ӯ ҳам талошастро бештар менамояд. Аммо агар эътимоду бовариашро аз даст дод ва дид, ки натиҷаи заҳматаш барбод меравад, аз қору зиндагӣ дилсард мегардад.

Бисёриҳо бар ин ақидаанд, ки бо кумаки ҳамсар ба ҳамаи он чизе, ки мехостанд расидаанд. Идоракуни раёсати хонаводаро бо ҳам дар ихтиёр доранд ва ҳама орзуву омол ва ҳадафҳои худро пиёда кардаанд. Дар ҳоле ки нигоҳ доштани як нафар дар паҳлуямон, аз ба даст овардани он саҳттар аст. Наметавонем сад дар сад кафолат бидиҳем, ки он касро аз даст намедиҳем, ё аз мо гурезпӯй намекунад ҳамеша пойбанди мову хонавода менамояд. Фақат як ангезаи қавӣ ва шадида метавонад ӯро дар муҳити оила ҳифз кунад ва он ҳам муҳаббати самимӣ ва эътимоду боварӣ мебошад.

Ҳамсарон бояд ба ҳар тарзу шакле, ки набошад, эътимоду боварӣ ба якдигарро ба даст оварда, бикӯшанд ҳеч гоҳ онро аз даст надиҳанд аз якдигар розӣ бошанд.

Қадршиносӣ

Зиндагӣ ҳазорон заҳмату мушкилот дорад. Инсон агар ба касе эҳсону некӣ кард, умедвор аст, ўро қадрдонӣ намояд. Агар аз ў сипосгузорӣ карданд, барои корҳои нек ташвиқ мешавад, аммо агар қадрашро надонистанду некиҳояшро нодида гирифтанд, берағбат мешавад. Худ ба худ мегӯяд: ҳайф аст, ки ба қадри некиҳоям нарасиданд.

Ҳақшиносӣ ва шукргузорӣ рӯкне аз ахлоқи писандидаву хамида аст ва бузургтарин рамзи ҷалби эҳсон мебошад.

Ҳамсарамон низ аз қадрдонӣ хушаш меояд. Аз мо интизор дорад, ки вучудашро муҳиму боарзиш шуморида, корҳояшро қадрдонӣ кунем. Ҳар гоҳ барои мо ё оила коре анҷом дод, изҳори хушҳоливу сурур ва сипосгузорӣ кунем. Агар бемор шудему барои муолиҷаву шифо ёфтнамон кӯшиш кард, изҳори ташаккур кунем. Ба корҳояш

таваҷҷуҳи чиддӣ намуда, онҳоро хурду беҳуда ва бемаънӣ нашуморем. Бейтиборӣ накунем ва ба қорҳояш ҳалал нарасонем, нодида нагирем. Агар қору амалҳояшро мавриди таваҷҷуҳ қарор дода, ташаккур қардем, эҳсоси ғуруру шахсият мекунад, ба зиндагӣ ташвиқу дилгарм шуда, боз ҳам сайъ мекунад, таваҷҷуҳи моро ба сӯйи худ ҷалб кунад ва ба василаи эҳсону некӣ диламонро ба даст оварад. Аммо агар қорҳояшро беҳуда шуморида, ба назари беэътиной нигоҳ қардем, дилсард мешавад ва шояд ба худ мегӯяд: «хайф нест, заҳмат бикашам, барои қасоне, ки қадрамро намедонанд ва эҳсону некиҳоямро қаму беарзиш мешуморанд».

Агар яке аз хешу ақрабо ё дӯстонамон ягон тухфаи беарзишу ночизро ба мо тақдим намоянд, садҳо бор «раҳмат»-у «ташаккур»-ро нисораш мекунем, лекин эҳсону некии ҳамешагии ҳамсарамонро ба хотири муборақамон наоварда, як изҳори ташаккури одиро ҳам аз ӯ дарег медорем.

Маъмулан барои ақсари мардум одату расм шудааст, ки ҳангоми ба гардиш рафтани дар маъракаи ҷашнӣ, ширкат дар шабнишиниҳо, тӯю сури хешовандон, ба меҳмонӣ, хулоса вақти аз хона берун шудан, худро чӣ қадар орову торо бидиҳанд. Зеботарин либосҳоро, ки ҳатман муди охири аср ба бар кунанд. Ҳарчи қуввату тавоноияшон мерасад, мекушанд бо беҳтарин шаклу сурати «душманкуш», «ҳамсоясӯзон» ба берун баромада, мавриди таваҷҷуҳи мардум қарор гиранд, вале ҳангоме ки ба манзил бармегарданд, февран либосҳои зебо ва хубро аз

тан кашада, либосҳои кӯҳнаву маъмулӣ, ба қавле «хонапӯшак» ба бар мекунанд. Дар дохили хона покизагиву тозагиро кам риоя мекунанд. Худашонро барои ҳамсар орову торо ва зиннат намедиханд, баъзан бо мӯйҳои жулидаву шонанадида ва либосҳои номуносиби хонагӣ дар манзил мегарданд. Либосҳои чиркину доғдор ва чуробҳои сӯрохдору саддарбехро дар хона мепӯшанд. Ҳатто, дар харид кардан ҳам агар ягон моли нохуби пастсифат ёбанд, «барои хонапӯшӣ мешавад,» гуфта зуд мехаранд. Ҳол он ки либоси беҳтаринро барои хона бояд бихарем, то дар пеши чашми ҳамсар бо зоҳири зебову дилфириб чилва намоем.

Бояд барои ҳамсар, ки шарикӣ зиндагӣ ва ёру муниси доимиямон мебошад, дилрабоӣ намоем. Бояд дилашро ба даст биёварем, то нафарони кӯчагиву беҳудагард натавонанд, дар қалби шахси азизамон як зарра ҳам чое барои худ пайдо кунанд. Дигарон чӣ арзише доранд, ки барояшон зебу зиннат кунем? Ҳайф нест, зебоии хешро дар муқобили чашмчаронии бегонагон қарор диҳем?

Қадрдонӣ ва ба даст овардани дили он касе, ки моро дӯст медорад ва он ҳам барои ҳамеша, кори содае нест. Ҳеч гоҳ бояд пеши худамон нагуем: ӯ, ки бе ин ҳам моро дӯст медорад, пас чӣ ихтиёҷест, ба сару рӯям нигоҳ кунам ва барояш дилрабоӣ намоям? Бояд ишқу муҳаббати ӯро барои ҳамеша нигоҳдорӣ кунем. Яқин бидонем, ки ҳамсарамон дӯст медорад, ки доимо тару тоза ва сару либосамон мурағтабу зебо бошад. Агар бар тибқи хостаҳои ботинии ӯ рафтор накунем ва ба худамон нарасем, мумкин аст, аз мо

дилсард шуда, ба роҳи бад равад. Одамҳои тозаву озода ва мурагтабро, ки дар берун дид, зуд онҳоро бо афту андоми чиркин ва бетартибонаи мо муқоиса карда, тасаввур мекунад, фариштагоне ҳастанд, ки аз осмон фуруд омада! Пас, мо ҳам бояд барояш либосҳои хуб пӯшида, дилбариву таннозӣ кунем, то бифаҳмад, ки мо аз дигарон камӣ надорем, балки беҳтару зеботар ҳастем. Дар он сурат метавонем ба давоми ишқи ӯ умедвор бошем ва барои ҳамеша дилашро тасхир кунем. Мумкин аст, занҳои муҳтарами мо бигӯянд: дар хона бо орову торо, зебу зиннат, либосҳои ороставу зебо кори хонадориро кардан мушқил аст. Лекин агар арзиши ин амалро бидонем, ба ҳубӣ метавонем, аз уҳдаи ҳалли ин мушқилӣ бароем. Чӣ садди роҳи мо мешавад, агар ҳангоми анҷоми корҳои хона либосҳои махсусе дошта бошем, ки дар қору бори манзиламон аз он истифода бурда, вақте аз қорҳо қориф шудем, ё вақти омадану пешвозгирии ҳамсар, ё вақте ки мехоҳем дар қанораш бошем, баданамонро тоза сохта, мӯйҳоро шона бизанем, либосҳоро тағйир карда, либосҳои шиному зебо бипӯшем?! Қонаро ба тартиб дароварда, дар интизораш бошем. Мардҳо ҳам мумкин аст бигӯянд: қона маҳалли истироҳат аст, бояд либоси шиному роҳат пӯшид. Бале, бояд либосҳои қона бароҳат бошанд, вале жулидаву назарногир набошанд. Чашмравову зебо ва табиӣ дили қонуми қонавода бошад. Беҳтар аст барои либоси қонапӯшак бо завҷа маслиҳат намуда, харид қунанд.

Маъмулан, қорҳои рӯзгор бар уҳдаи занҳо аст, лекин бояд тавачҷуҳ кунем, ки идораи як манзил қори осоне нест

ва як бону агар шабонарӯз ҳам дар хона заҳмат бикашад, боз ҳам корҳо тамом намешаванд. Маҳсусан, дар ҳолатҳои ғайриодӣ, монанди меҳмондорӣ. Кору ташвишҳо рӯи ҳам омада, кадбонуи хонаро хаставу афғор мегардонад. Танҳо чизе, ки метавонад ин хастагиву беҳолияшро дармон кунад ва ўро бардаму бақувват нигоҳ дорад, кадрдонии аҳли хонавода аст. Агар кадрдониро бо меҳрварзӣ бо ҳам бибинад, ба давоми кору хидматрасонӣ омодаву мушток мешавад ва аз кори сангину хастагии зиёд гилагузорӣ намекунад. Бинобар ин вақте мард ворида хона мешавад, бояд аввалан суроғи ҳамсараш биравад. Бо бӯса ё навозише вохӯрӣ карда, аз ӯ ҳолу аҳвол бипурсад. Барои хидмату заҳмате, ки мекашад, ибрази миннатдорӣ кунад. Вақте мебинад, кори хона аз мӯи сар ҳам бисёр асту ҳамсарро аз чапу рост ихота кардаанд, аз рӯи инсоф нест, ки дар гӯшае рафта бекор бишинад, ё бихобад ва интизор дошта бошад, ки зуд хӯроку як пиёла чое барояш муҳайё кунанд. Балки нишонаҳои муҳаббату сафои хонадорӣ ин аст, ки дар чунин вазъият ба ёри хамсараш бишитобад ва ҳар кореро, ки аз уҳдааш мебарояд, анҷом диҳад.

Чи хеле ки мард ҳамеша дар як ҳолат нест, зан ҳам ҳолатҳои гуногунеро аз сар мегузаронад. Гоҳе шодону хандон аст, гоҳе ғамноку афсӯрдаҳол. Гоҳе хушу хурсанд асту гоҳе асабонию тундхӯ. Мумкин аст, бар асари корҳои душвору сангини хонадорӣ тамоман монда шуда бошад, мумкин аст аз доду фарёди бачаҳо асабҳояш хаста шуда бошад, мумкин аст дар зери таънаву заҳми забони яке аз ҳешовандон ё ҳамсоягон қарор гирифта бошад, мумкин аст

мебинад, ки дигарон чӣ гуна чоҳу ҷалол доранд, чӣ гуна либосҳову зару зеварҳои гаронбаҳо доранду ӯ надорад ва аз ин ғамгин бигардад. Охир, ӯ ҳам муштоқи ин гуна шукӯҳу шаҳомат мебошад ва ин таъсири манфии ба вай мерасонад. Оре, инсонро дар зиндагӣ садҳо аз ин қабил ҳодисаҳои майдаву калон домангир аст. Мумкин аст, яке аз ин мушкилот чунон дар рӯҳаш асар бигузорад, ки аз шиддати нороҳатию асабоният аз худ беҳуд шуда, дунболи баҳонае бошад, то бӯғзи дилашро барорад. Махсусан, бонувон, ки рӯҳи ҳасосу латифе доранд, зудтар аз мардҳо аз ҳодисаҳои ногувор мутаассир гашта, аксуламал нишон медиҳанд. Бо андак чизе ранҷида ва асабонӣ мешаванд. Чун эҳсосӣ ҳастанд ва тобу тоқати душворихоро надоранд, зуд доду фарёд мебардоранд. Маҳз дар ана ҳамин ҳолати ғайриодӣ бештар ба кадрдонӣ ва дилҷӯӣ эҳтиёҷ доранд. Бояд бо нармиву мулоимӣ асабҳояшонро ором гардонд. Барои ин кор касе бештар аз шавҳар вучуд надорад. Зеро ёру ғамхор ва шарикӣ зиндагиву маҳрамтарин шахсҳо нисбати ӯст. Дар ин ҳолат мард бояд ба доди ҳамсари парешонхотираш бирасад ва асабҳои хаставу пажмӯрдаи ӯро оромиш диҳад.

Бародари гиромӣ! Вақте ворида манзил мешавӣ, агар дидӣ, ҳамсарат асабониву нороҳат мебошад, чин ба абрӯ кашидааст, ғазаболуд аст, ғайриодӣ будани ҳолашро дарк намо ва бар ҳоли зораш тараҳҳум кун. Агар аз шиддати нороҳатӣ салом накард, ту салом бидеҳ, мутмаин бош, салом кардан мақоми туро поён намебарад. Бо лаби хандону чеҳраи шукуфон суҳбат намо. Аз ҳаррӯза дида,

бисёртар гармиву меҳрубонӣ ба харҷ бидеҳ. Аз туршрӯиву ғазаб парҳез кун. Дар корҳои хона кумак расон. Эҳтиёт бош, то ҳарфи бечову тунде назанӣ. Ёро масхараву таҳқир нақун. Агар ҳарф намезанад, бо вай сар ба сар нашав, бигузур ба ҳоли худ бошад. Агар хост дарди дил кунад, ба ҳарфхояш хуб гӯш бидеҳ ва изҳори таассуф кун. Чунон вонамуд кун, ки аз он ҳодисаи ногувори пешомада нороҳат шудай, балки бештар аз худӣ ӯ ғамгин гаштай. Бигузур хуб дарди дил кунад ва гиреҳҳои дилашро бикӯшояд. Он гоҳ, ки ба ҳолати одӣ баргашт, аз рӯи ақлу хирад ва тадбир дар бартараф сохтани нигарониҳои кӯшиш кун. Бо нармӣ ва меҳрубонӣ дилбардорӣ кун. Ба сабру бурдборӣ даъваташ намо. Бо забони хуш ва далелу санадҳо ҳодисаҳои ногувори зиндагиро дар назараш пучу беҳуда ва хурд чилва бидеҳ. Шахсияти ёро дар муқобили ин ҳодисаҳои нороҳаткунанда далертару боқувват тасвир кун. Дар баробари мушкиливу масъалаҳо кумаку ёриаш бидеҳ.

Хоҳари азиз! Маъмулан мардҳоро қорашон хорич аз хона буда, ба сад масъалаҳои ногувор рӯбарӯ шуда, асабхояшон хаста мегарданд. Вақте ба хона омад, ҳарфи хушу чеҳраи кушодаи ҳонавода ба ӯ қувват мебахшад. Вазифаи ҳар як зани оқилаву рамузфаҳм ин аст, ки шиддати асабонияти шавҳарро бо меҳрубониву ширинзабонӣ бартараф намояд. Агар хоҳиши суҳбату гапзанӣ накард, фишораш наёр ва мачбураш нақун ба сухан кардан. Танҳоаш бигзор, то фикрхояшро чамъ намояд. Ҳолаш, ки хуб шуд, худаш ҳама буду шуди гапро нақл карда медиҳад. Агар шавҳарат бемор шуд, бисёртар

меҳрубонияш намо, изҳори ҳамдардӣ ва тасаллият карда, қуввати дилаш бишав. Чунон вонамуд кун, ки аз бемор шуданаш бисёр нороҳат хастӣ, дилбардорияш кун. Ҳамаи шароитро фароҳам бисоз, то хуб истироҳат намояд, бачаҳоро оромӣ соқит гардон, то асабҳояш хаста нагарданд. Бо лаҳни хушу чехраи хандон бемордорияш намо, то дарду нороҳатиашро фаромӯш кунад. Кӯшиш кун аз духтуру даво танқисӣ надошта бошад. Ҳар хӯрокеро, ки дилаш хосту барояш хуб бошад, фавран тайёр кун. Аз ӯ аҳволпӯрсӣ ва дилчӯӣ намо. Бикӯш ҳарчи бисёртар дар канори бистараш биншинӣ. Агар аз шиддати дард хобаш намебарад, сайъ намо то метавонӣ дар канораш бедор бимонӣ. Вақте ба хоб рафтӣ, ҳар гоҳе, ки бедор мешавӣ, аз ҳолаш як хабар гир, агар хоб нест, аҳволашро бипӯрс, то ягон чиз даркораш набошад. Агар шабро ба бедорхобӣ гузаронда бошад, сахар изҳори норизоӣ намо. Рӯзона утоқро хилват кун, шояд хобаш бибарад. Навозишҳо ва дилсӯзиҳои ту дардҳояшро таскин медиҳад ва дар беҳбудияш кумаки зиёд мекунад. Бо итминони зиёд метавон гуфт, ки ин гуна корҳои туро аз аломатҳои қадршиносӣ муҳаббат мешуморад. Дар натиҷа, ба зиндагӣ дилгарм мешавад, нисбат ба ту меҳру алоқаи бисёртар пайдо менамояд. Агар бемор шудӣ, ҳамин амалҳоро нисбат ба ту анҷом медиҳад.

Парҳез аз айбҷӯӣ

Касе дар ин ҷаҳон нест, ки кулли хубиҳо дар ӯ чамъ шуда, аз тамоми бадихо орий бошад. Яке лоғар аст, дигаре хеле фарбеҳ, яке бегурдаву тарсончак аст, дигаре пурзӯру нотарс, яке хушахлоқ асту яке беадаб ва садҳо аз ин қабил сифатҳои гуногун. Ҳеч зану марде пайдо намешавад, ки як ё якчанд аз ин айбҳоро надошта бошад. Писарону духтарон маъмулан қабл аз издивоҷ ҳамсаре барои худ тасаввур ва орзу мекунанд, ки дорои ҳамаи камолот буда, аз тамоми бадихо пок бошад. Дар назар доранд, бо чунин як инсонӣ фариштаҳӯе издивоҷ намоянд. Беҳабар аз он, ки ин гуна инсон дар ҷаҳони мо вучуд надорад. Вақте издивоҷ карданд, чун мебинанд, ҳамсарашон аз он касе, ки дар зехнашон тасаввур мекарданд, комилан фарқ дорад, сар мешавад айбҷӯйиву эродгирӣ, гӯё худашон моҳи беайб

бошанд. Фикр мекунанд дар издивоҷ шикаст хӯрдаанду шахси бетақдиру бадбахте ҳастанд. Он қадар дар мавриди як айби хурд андеша мекунанд, ки он айб мисли кӯҳе дар назарашон чилва мекунад, яъне «аз пашша фил месозанд». Гоҳ-гоҳ онро ба рӯи ҳамсарашон кашида, таҳқираш мекунанд ё пеши дигарон аз вай интиқод менамоянд. Ба ин восита бунёди муқаддаси оиларо вайрон сохта, асбоби нороҳатии худа ва ҳамсарашонро фароҳам месозанд. Дар натиҷаи ин айбчӯйиҳо дили ҳамсар шикаста хоҳад шуд, меҳру муҳаббаташ рафта-рафта кам мешавад, нисбат ба зиндагиву манзил дилсард мегардад.

Яке аз сифатҳои зиште, ки дар байни бархе аз мардум ривоҷ пайдо кардааст, мазаммат ва бадгӯйӣ аз дигарон аст. Ин сифати палид дар байни дӯстону хонаводаҳо кинаву адоват ва душманӣ эҷод мекунад. Хонаводаҳоро аз ҳам мепошад ва муҳити гарми хонаводаро сарду беравнак менамояд. Айбчӯйӣ ва бадгӯйӣ омилҳои иллатҳои гуногун дорад. Гоҳе ҳасад боиси бадгӯйӣ мешавад, гоҳе душманиву киначӯйӣ, гоҳе интиқомчӯйӣ, гоҳе ба қасди худситоӣ аз дигарон бадгӯйӣ мекунанд. Гоҳе аз қасе хурдагирӣ мекунанд, то шунавандаро нисбат ба ӯ бадбин намуда, муҳаббаташро ба сӯйи худ чалб намоянд. Гоҳе рӯякӣ нишони дӯстиву хайрхоҳӣ мекунанд, лекин хеле кам иттифоқ меафтад қасди дилсӯзиву хайрхоҳӣ дошта бошад. Аз ин ҷо бармеояд, ки инсони оқилу боҳуш набояд, тамоман ба бадгӯйиҳо аҳамият дода, бовар намояд, балки бо камали диққату эҳтиёт мақсади аслии гӯяндаро дарёбад ва ҳушёр бошад, то фиреби зохирсозии ӯро нахӯрад ва

тахти таъсири дурӯғҳои шайтонию ӯ қарор нагирад.

Яке аз нуктаҳои қобили тавачҷуҳе, ки ҳар зану мард ба он бояд диққат дошта бошанд, ин аст, ки модару хоҳар ва бародар ва бақияи аҳли оила, маъмулан, аз рӯи муҳаббате, ки ба ӯ доранд, айбҳои ҳамсарашро мечӯянд, то ӯро беҳтар чилва диҳанд. Баъзе волидон ба ҳамсари фарзандашон рӯякӣ дӯстӣ меварзанд. Илллати қазия ин аст, ки падару модар солҳо барои фарзанд ранҷу заҳмат кашидаанд, онҳо фикр мекунанд, ки бо ворид шудани як духтар ё писари бегона фарзандашонро аз даст медиҳанд. Ҳарчи фарзандашон бисёртар барои зиндагии хусусии хеш ва чалби ризоияти ҳамсараш кӯшиш кунад, онҳо бештар эҳсоси хатар менамоянд. Аз он метарсанд, ки якбора риштаи хешовандиро бурида, ба таври кулӣ онҳоро фаромӯш бинамояд. Дар ин каммеҳрӣ, ҳамсари фарзандашонро гунаҳгор доништа, тамоми гуноҳонро ба гардани ӯ бор мекунанд. Барои ҳифзи мавқеияти хеш ва нигоҳдории меҳру муҳаббати фарзандашон хоставу нохоста, аз ҳамсари ӯ айбҷӯӣ мекунанд. Барояш айбу нуқсон метарошанд. Айбҳои хурду безътиборро бузург чилва медиҳанд. Аз ӯ бадгӯӣ мекунанд. Ҳатто, агар зарурат пайдо шавад, аз фитнаву ҳарфҳои дурӯғ ҳам бок надоранд. Ҳазорон нақша мекашанд. Инсон агар соддаву зудбодар бошад, мумкин аст, ба найрангҳо ва дилсӯзиҳои рӯякии онҳо бовар карда, бозичаи дасти онҳо қарор гирад. Ба бадгӯиҳои онҳо тахти таъсир қарор гирифта, нисбат ба ҳамсараш дилсард гардад. Ба ин чиҳат бояд тавачҷуҳ кунем, ки мазамматҳову айбҷӯиҳои бадгӯён, чи модару

хоҳар бошад, чи ғайр аз онҳо бисёртар аз рӯи хайрхоҳӣ ва дилсӯзӣ нест, балки омилҳои дигаре аз қабилӣ ҳасад, кинаҷӯӣ, интиқом, худнамоӣ ва қасди сӯистифода дар миёни ҳамсарон аст. Чун бар хушию осоиши ҳамсарон рашк мебаранд, чун дар муқобили хостаҳои онҳо ҳарф заданд, чун ўро рақибӣ хеш ва ғасбкунандаи фарзанди хеш медонанд, чун меҳоҳанд худашонро хайрхоҳ нишон диҳанд, аз ин ҷиҳат аз ӯ бадгӯӣ мекунанд. Аксар айбҳои, ки барои ҳамсарамон метарошанд, ё аслан айб нестанд, ё айбҳои хурду бешаҳамияте ҳастанд, ки одами оқил набояд ба онҳо эътибор диҳад. Фарз кардем, айбе ҳам дошта бошад, магар дар ҷаҳон инсонӣ беайбе дидаем? Магар онҳое, ки аз ӯ айбҷӯӣ мекунанд, худашон моҳи беайб ҳастанд? Поку беайб фақат Парвардигори субҳон аст. Агар айбе ҳам дошта бошад, бар ивазаш садҳо хубиҳои дигар дорад. Чаро хубиҳоҷиро намебинанд? Агар ба ҳарфашон гӯш бидиҳем, ҳар рӯз балоеву ғавғое барпо месозанд. Моро нисбат ба зиндагӣ ва ҳамсарамон дилхунук мегардонанд. Ҳамсарамон низ нисбат ба зиндагӣ беаҳамият мегардад. Пас, бештар аст, аз ҳама аввал ба онҳо бигӯем: агар меҳоҳед ҳешовандӣ ва рафтумомади мо боқӣ бимонад, аз ҳамсари ман бадгӯӣ накунад ва коре ба мо надошта бошед. Ҳамсарам айбе надорад ва ман ўро дӯст медорам. Вақте диданд, суҳанонашон дар мо таъсир надорад, орому сокиат хоҳанд шуд ва аз шарри айбҷӯӣҳои фитнаангезиҳоҷиҳо халос хоҳем шуд.

Бузургтарин монетаи ҳалли ихтилофҳои хонаводагӣ бемории ахлоқӣ худбинӣ ва худписандӣ аст.

Мутаассифона, бисёре аз афрод ба ин беморӣ сахт мубтало хастанд. Касоне, ки ба ин беморӣ гирифторанд, чашми ақлашон кӯр аст. Хубиҳои худашонро мебинанду бузург мешуморанд, вале бадиҳояшонро аслан намебинанд. Дар сурате, ки зану шавҳар ба ин беморӣ мубтало бошанд, ба онҳо тавсия мешавад, то аз худбиниву худхоҳӣ даст бикашанд ва ақаллан эҳтимол бидиҳанд, ки мумкин аст дар онҳо низ айбу нуқсоне вучуд дошта бошад. Дар фурсати муносибе бе ягон таассубу худхоҳӣ, мисли ду судяи боинсофу адолатпеша ва амин бо ҳам биншинанд, мавзӯи ахлоқро дар миён бигузоранд, бетарафонаву бе қасди дифоъ аз худ сухани якдигарро гӯш диҳанд. Ҳар яке аз онҳо ба қасди ислоҳ ва бе чашмпӯшиҳо, тақсирнуқсонҳои худро дар дафтари ёддоштҳо бинависанд. Он гоҳ бо ҳам тасмим бигиранд, ки дар ислоҳи айбҳои худашон бикӯшанд. Агар зарурати вучуди тафоҳум ва ҳалли ихтилофро воқеан эҳсос намоянд, ба ин восита метавонанд, ба ҳамфикрии воқеӣ бирасанд ва сафову оромиш ва муҳаббати аз даст додашонро дубора эҳё кунанд. Агар худашонро дар ин бора нотавон мебинанд, метавонанд як шахси оқилу огоҳ ва хайрандешу боимон ва мавриди эътимодашонро ба доварӣ интихоб намоянд. Агар ин довар ё доварон аз хешони наздикашон бошад, беҳтар аст. Он гоҳ ба мақсади ислоҳ ва рӯирусту ошкор тамоми ҳолатҳои ихтилофро бе каму кост дар ихтиёри довар қарор диҳанд, аз ӯ бихоҳанд, ки дар бораи онҳо доварӣ кунад. Он вақт ба суханонаш хуб гӯш диҳанд ва агар мушкилие доштанд, аз ӯ бихоҳанд, то дубора онҳоро бифаҳмонад.

Албатта, тарки одатҳои баду худхоӣ ва тан додан ба чунин доварӣ кори осоне нест, вале инсонӣ андешаманде, ки ба бақову пайдорӣ ва оромишу осоиши хонаводагӣ алоқа дорад, метавонад чунин кореро бар хеш таҳаммул кунад ва аз самараҳои арзишмандаш баҳрааманд гардад.

Ҳама кас хатову лағзише дорад. Ду нафар, ки бо ҳам зиндагӣ мекунад ва аз ҷиҳате ҳамкорӣ доранд, бояд лағзишҳои якдигарро бибахшанд, то зиндагии онҳо идома пайдо кунад. Агар бихоҳанд, дар ин бора саҳтгирӣ кунанд, идомаи ҳамкорӣ ғайримумкин мешавад.

Ҳеч зиндагии иҷтимоӣ ба миқдори зиндагии хонаводагӣ эҳтиёҷ ба гузашт надорад. Агар аъзои як хонавода бихоҳанд саҳтгирӣ ба амал оваранду хатоҳои якдигарро таъкиб кунанд, ё зиндагии онҳо аз ҳам мепошад ё бадтарин зиндагиро хоҳанд дошт. Мумкин аст, аз ҳамсари шумо хатое ё хатоҳои бисёре содир шавад. Мумкин аст, аз рӯи ҳашму ғазаб шуморо таҳқир кунад. Мумкин аст, ҳарфи носазое аз даҳонаш берун ояд. Мумкин аст, аз худ беҳуд шуда, шуморо бизанад. Мумкин аст, ба шумо дурӯғ бигӯяд. Мумкин аст, кореро анҷом диҳад, ки мавриди писанди шумо набошад, аз ин гуна хатоҳо барои ҳар инсоне шояд содир шавад, агар баъдан эҳсос кардӣ, ки аз кирдори хеш пушаймон шудааст, ўро бибахш ва ин мавзўро барои ҳамеша бибанд. Агар узрхоӣ кард, фавран қабул кун. Агар пушаймон шудааст, лекин шарм медорад, ки узрхоӣ кунад, ту ҳам саҳташ нагир, то гуноҳашро дар гарданаш дайн кардаву ҳар лаҳза ёдрасаш кунӣ, зеро ба шахсияти ў зарбаи сангине мезанад. Мумкин аст, ҳисобро

баробар кардан хоста, дар паи хатову айбҳои ту гардад. Мумкин аст, коратон ба низову чанҷол ва ҳатто, ба чудой бикашад, аммо агар сукут кардӣ ва хатояшро нодида гирифтӣ, дар азобу шиканҷаи вичдон қарор мегирад ва равшан аст, ки аз кирдори хеш пушаймон хоҳад шуд. Он гоҳ шуморо ба унвони як шахси фидокору оқил шинохта, мефаҳмад, ки ба зиндагиву хонавода алоқаманд ҳастӣ, обрӯю мартабаат дар наздаш боло меравад, муҳаббаташ чанд баробар зиёд мешавад.

Баъзеҳо, агар бо хурдтарин ҳодисаи ногувор бархӯрд кунанд, зуд асабонӣ мешаванд. Дар он ҳол мумкин аст, аз худ беҳуд шуда, ба ҳамсару фарзандонаш таҳқирро раво бинанд. Инсони рамузфаҳму боҳуш гирифториҳову мушкилоти ҳамсарашро дар назар гирифта, ба ҳоли зори ӯ раҳм менамояд. Дандон ба дандон монда, дар муқобили асабониятҳо ва доду фарёдҳои ӯ сукут мекунад. Вақте аз тарафи ту аксуламале надид, ба зудӣ аз доду фарёд ва аз кирдорҳои хеш пушаймон мешавад, ҳатто, мекӯшад узрҳои намуда, он кудуратро аз дилат берун кунад.

Соате баъд кинаҳо бартараф шуда, зану шавҳар ба ҳолати аввалӣ бармегарданд. Бо ҳамон меҳру сафои собиқ, балки зиёдтар ба зиндагӣ идома медиханд. Аммо агар ҳолати ҳассосу хатарноки ӯро дарк накард ва дар муқобили асабоният аксуламал нишон дод, дашном дод, нафрин кард, гӯё ба оташи хашми вай равған мерезад, дар ин сурат оташи хашми ӯ шуълавар мегардад, аз худ беҳуд шуда, дараҷаи ҳақорату носазогӯйиро боло мебарад. Оҳиста-оҳиста зану мард мисли ду гурги даррандаи ташнаи хун ба

ҳам дармеафтанд.

Оё чанд дақиқа сукут кардан мушкилтар аст ё тан додан ба ин ҳама натиҷаҳои талх? Акнун, ки яке аз онҳо наметавонад асабашро идора намояд ва бо сабаб ё бесабаб асабонӣ шудааст, ҳамсараш бояд бо ақлу фаросат мавқеияти хатарноки ӯро эҳсос кунад ва барои ҳифзи муҳити муқаддаси занашуӣ ва ҷилавгирӣ аз хатарҳои эҳтимолӣ, фидокорӣ намояд, сабрро пеша намуда, сукутро ихтиёр кунад. Баъзеҳо чунин фикр мекунад: агар дар муқобили хашми ҳамсарам хомӯш истам, эҳтирому сиёсатро аз даст медиҳам ва хору залил мешавам. Дар сурати ин, ки қазия комилан баръакс аст. Агар яке аз онҳо дар ҳоли асабоният ҳамсарашро мавриди таҳқиру дашном қарор дод ва аз ӯ бар ивазаш хомӯшиву сукутро назора кард, баъдан ба таври яқин пушаймон хоҳад шуд. Сукути ӯро як навъи фидокориву дарси зиндагӣ мешуморад ва ишқу муҳаббаташ меафзояд. Дар ҳоли одӣ фикр мекунад: «Бо ин, ки ҳамсарамро таҳқир кардам ва ӯ метавонист посух диҳад, лекин бурдборӣ намуд ва хомӯширо ихтиёр кард, маълум мешавад, шахси оқилу доное аст. Ба ману зиндагиямон алоқаманд аст». Дар ин ҳолат аниқ аз кардаи хеш пушаймон хоҳад шуд. Агар ҳамсарашро гунаҳгор бидонад, авфаш мекунад ва агар беҳуда асабонӣ шудааст, дар азоби вичдон меафтад ва узрҳои менамояд. Пас, чунин ҳамсари фидокору дурандеш на танҳо қадраш паст намешавад, балки шахсият ва бузургии ӯ барои ҳамсараш ва дигарон исбот хоҳад шуд.

Башар ғарқи хатост. Мумкин аст, аз рӯи ҳақиқату

нодонӣ корҳои нодурусту норавоеро анҷом диҳад. Барои ҳар кас дар зиндагии заносӯӣ ҳатман лағзишу иштибоҳоте рух медиҳад. Ҳамсарон мумкин аст аз рӯи нофаҳмию нодонӣ, ё аҳамият надодан, ё шиддати асабоният нисбат ба ҳам беодобӣ кунанд. Баъзеҳо тасаввур мекунанд, ки дар мавриди андак хатову лағзишҳои кӯчаку хурд, бояд тамоман саҳтгириву пурсучӯ кард, то тақрор нашавад. Бояд аз ҳамон аввали зиндагӣ «алови чашмаш»-ро гирифт, то ҳушашро як ҷо ҷамъ кунанд. Лекин дар таҷрибаҳо собит шудааст, ки барномаи мазкур на танҳо натиҷаи дилхоҳро намедиҳад, балки бештар натиҷаи баръакс хоҳад дод. Зеро касе, ки таҳти фишору саҳтгириҳои зиёд воқеъ шавад, гарчи мумкин аст, муддати кӯтоҳе сабру бурдборӣ кунанд, лекин дар охир аз ин вазъият хаста мешавад, он гоҳ мумкин аст тасмим бигирад, ки қайду бандҳоро пора кунанд ва худашро озод созад. Камкам ба эродгириву итоб ва хитобҳои мо одат карда, нисбат ба онҳо безътиной хоҳад намуд. Пеши худ фикр мекунад: ҳозир, ки ҳамсарам, ҳатто, аз кӯчақтарин хатоҳову иштибоҳот ва лағзишҳои ман гузашт намекунад ва маро таҳти фишор қарор медиҳад, бештар аст, ки гӯш ба ҳарфаш накунам, то аз гуфтани зиёд хаста шуда ором бигирад ва маро дигар саҳтгирӣ накунад. Бештараш ин аст, ки хатоҳои хурду назарногири ҳамсарро нодида гирифта, дар муқобилаш муқовимату саҳтгирӣ нишон надихем ва аз роҳи танбеҳу интиқомчӯӣ худро канор гирем. Исрор бар гунаҳгорияш накунем ва зиёд аз ӯ талаб накунем, ки узрҳои кунанд.

Созгорӣ

Мушкилоту душвориҳои зиндагӣ хеле бисёр аст. Касе нест, ки чархи фалак пурра бар хоставу муродаш бичархаду сад дар сад аз ҳаёт розӣ ва аслан дарди диле надошта бошад. Лекин бархе аз мардум бо саъю кӯшиш ва чидду чаҳд барои мушкилоти қобили илоҷ чораҷӯӣ мекунанд, аммо гурӯҳи дигар он қадар қудрату ирода ва матонат надоранд ва ба шикояту оҳу нола одат кардаанд. Ба ҳар касе рӯбарӯ шаванд, баҳудаву беҳуда ба дарди дил кардан шурӯъ мекунанд. Беҳтар нест, ки бурдбору оқил ва сабуру қавиירוда бошем? Вақте дар бари ҳамсарамон ҳастем, гирифториҳо ва масъалаҳои ҳалталаби рӯзгорро муваққатан ба гӯшаи фаромӯшӣ бисупорем ва дар дили хеш ба мушкилиҳои рӯзгор бихандему лаб ба шикояту дарди дил нақӯшоем? Ғаме дар дили хонавода нагузорем?

Имкониатҳои молӣ ва даромадҳои ҳама якхела нест. Ҳама наметавонанд дар як сатҳ зиндагиашонро ба роҳ монанд. Ҳар як хонавода бояд ҳисоби даромаду харчи худашонро бикунанд. Инсон ба ҳар тарзе метавонад, зиндагӣ намояд. Яъне, рӯзи одам ба як лаби нон ҳам мегузарад. Аз рӯи ақл нест, ки барои таҳияи молҳои ғайризарурӣ даст ба қарзу қавола ва нася бизанем. Даромаду баромадро ҳисоб карда, ҳар як дирамро аз харчи беҳуда ниғаҳ дорем. Барои обрӯи якрӯзаву чандсоата, тамоми буду шуди бисотамонро ба боди фано насупорем, яъне, пулҳои «бо нӯки сӯзан чамъ кардаамонро бо шохӣ ба бод надихем». Оқибатандеш бошем, ҳавасҳои беҳудаву бечоро канор бигузорем. Меҳмондориҳои бошукӯҳу тумтарокро оҳиста-оҳиста аз байн бибарем. Оё беҳтар нест, аз рӯи масали «мурғак хӯрӣ як рӯз, тухмак хӯрӣ ҳар рӯз», амал карда, дар фикри оянда бошем ва барои рӯзи мабодо пасандозе ҳам дошта бошем? Магар хушбахтиву саодат ва осоиш танҳо дар доштани мошинҳои гаронқиммату либосҳои мӯди охирин, зару зеварҳои қимматбаҳо, телевизору яхдонҳои навҳои чадид аст? Албатта, не! Ба зиндагии дигарон бояд коре надошта бошем. «Нимтаи нон - роҳати чон» гуфта, тибқи даромадамон харч намоем. Дар харидҳои рӯзона сарфаҷӯӣ намоем, то вазъи молии оилаамон рӯ ба беҳбудӣ биёраду зиндагии обрӯмандонае дошта бошем. Шояд дар ояндаи наздик битавонем ба хостаҳои диламон бирасем. Ҳатто, агар ҳамсарамон харидҳои беҳуда мекунаду беш аз тавоноии хеш харч мекунад,

пеши роҳашро гирифта, нагузorem барои хариди ашӯҳои нодаркор қарз бигирад ё ба таври қарз-«кредит» моле бихарад. Ба ҷои харидани ашӯи зебу зиннату ғайризарурӣ асбобҳои зарурии манзилро таҳия кунем, як миқдор маблағ ҳам барои ҳодисаҳои эҳтимолие, ки хоҳ ноҳоҳ рух медиҳанд, дар даст дошта бошему то охирин дирам харид накунем.

Чӣ хеле мегӯянд: «ҳеч зоғе бедоғ нест», яъне, касе дар ин дунёи беканор бе гирифторику мушкилӣ ва бе дарди дил нест. Ҳама барои худ як масъалаву дармондағие доранд. Агар мехоҳем, ҳамсарамон ғамхору маҳрами розҳоямон бошад, бояд гирифториҳои хешро барояш фаҳмонем. Ҳисси раҳму шафқаташро бедор кунем ва ба ин восита ғаме аз дили худ кам карда, оромиши хотир ба даст оварем. Чунки мусаллам аст, ки инсон сирри дилро ба пуррағӣ наметавонад, тамоми умр ифшо накунад. Зеро оқибатҳои нохуше ба саломатӣ дорад. Ва гузашта аз ин шояд нафаре бо маслиҳати хубе ба шумо кумак кунад. Лекин «ҳар суҳан ҷоеву ҳар нуқта мақоме дорад». Барои дарди дил кардан низ мавқеияти муносиб лозим аст. Дар ҳар ҷову ҳар замон ва дар ҳар шароите набояд шикоятро сар кунем. Инсонҳое, ки аз рамзҳои оиладорӣ огоҳ нестанд, он қадар қуввату тоқат надоранд, ки дар мушкилоти зиндағӣ сабуру таҳаммулро пешаи худ қарор диҳанд ва дарди дилу шиква карданро то ягон замони муносибтаре ба таъхир андозанд. Ҳангоме ки ҳамсари бечораи мо бо тани афғору хаста ва асабҳои мондаву нороҳат мехоҳад, лаҳзае биосояд, бо шикоятҳову

гилагузориҳои мо рӯбарӯ мешавад. Ин расми хуби оиладорӣ нест. Шояд ӯ аз сари субҳ бо садҳо гирифторику мушкилиҳо бархӯрдааст, ки мо тобу тоқати яке аз онҳоро надорем. Аз рӯҳи пажмӯрдаву асабҳои хастаи ӯ хабар надорем. Акнун меҳонад, даме истироҳат кунад, ба ҷои ин ки ғаме аз дилашро зиёд кунем, бояд оромишашро барҳам назанем. Каме инсоф ҳам доштан даркор. Қадре ҳам ба фикри ӯ бошем. Дар ин ҳол ӯ ҷуз инҳо чорае надорад, ки ё доду фарёдро ба роҳ биандозад, то аз шикоятҳои бечову захми забонҳои мо наҷот пайдо кунад, ё аз хона фирор карда, ба ҷои дигар ва ё каси дигаре паноҳ биёрад ва ҳоказо. Агар хонаводаву оиламонро сидқан дӯст дорем, бояд аз зикри воқеаҳову ҳодисаҳои майда-чайда ва ғайризарурӣ худдорӣ намоем. Бо ғур-ғурҳои доимӣ асабҳои ҳамсарамонро хаста накунем. Бигзор барои хулаш ҳам камтар вақт дошта бошад, зеро бе ин ҳам дарди сараш зиёд аст.

Зиндагӣ барои ҳар оила ба гунае саҳтии худро нишон медиҳад ва ҳар яке аз аъзои хонавода бо садҳо мушкилӣ бархӯрд мекунанд. Гирифториҳо якто-дуто нестанд. Дар зиндагии рӯзмарра инсон бо ҳодисаҳои бисёре дучор мешавад. Онҳо ҳам на як бору ду бор, балки доимо ва пайвастанд. Камтар иттифоқ меафтад, ки рӯзе як норухатии тозае пеш наояд. Охир асабҳои як нафар ҷӣ қадар метавонад, мушкилиҳову норухатихоро таҳаммул кунад?! Инсон дар ин гуна ҳолатҳо эҳтиёҷи шадиде дорад, ба як шахси дилсӯзу меҳрубоне, ки дилбардорияш кунаду рӯҳбаландаш созад. Бояд бовар бар ин дошта

бошем, ҳамсари мо ғайр аз мо ғамхору дилсӯзе надорад. Эҳсоси бекасиву танҳой мекунад. Аз мушкилиҳо фирор намуда, ба мо паноҳ меоварад ва ба дилчӯиҳои мо ниёзманд аст. Агар дидем, ки таби гирифтае дораду осори нороҳатиरो дар чеҳрааш мушоҳида намудем, салому истиқболамонро аз ҳаррӯза гармтару самимитар намоем, асбоби истироҳати ўро зуд фароҳам кунем. Дар бораи мавзӯҳои дигар аслан суҳбат накунем, аз ҳама хубаш даҳон накушоем. Эрод нагирем, чизе талаб накунем, аз қору масъалаҳои худамон шикояту дарди дил накунем. Бигузorem хуб истироҳат карда, дам гирад, агар гурусна аст, сер шавад, агар хунук хӯрдааст, гарм шавад, каме ба худ биёяд. Он гоҳ, ки хастагяш бартараф шуду асабаш ором гашт, бо забони хуш сабаби нороҳатиашро бипурсем. Агар дидем, боз ҳам майл надорад суҳбат кунад, исрору маҷбураш накунем, аммо, агар ба нақлу дарди дил шурӯъ кард, хуб гӯш бидиҳем, тамоми хушу ҳавосамонро як чо чамъ кунем. Аз хандаи бечо катъиян худдорӣ намоем, балки аз шунидани омилҳои нороҳатии ў изҳори таассуф кунем. Ба як гунае ба ў бифаҳмонем, ки аз ҳодисаи руҳдода, беш аз ў андӯхгин ҳастем. Бо изҳори муҳаббату дилсӯзӣ ба захмҳои дилаш марҳам бигузorem. Бо нармиву мулоимат дилбардорияш бикунем. Мушкилиро дар назараш кӯчаку беаҳамият чилва бидиҳем. Агар эҳтиёче ба роҳнамоӣ дорад ва роҳи начоте ба назарамон мерасад, нишонаш бидиҳем ва агар роҳи дурусте ба назарамон нарасид, пешниҳод кунем, бо яке аз дӯстон ё хешони оқилу

хайрхоҳ машварат намояд.

Дар дунё ҳеҷ кас сад дар сад хушбахт несту чархи рӯзгор ба коми мо ҳамеша намечарҳад. Зиндагӣ ҳазорон нишебу фароз дорад. Мумкин аст, инсон ба бемории сахте мубтало гардад. Мумкин аст, бекору хонанишин шавад. Мумкин аст, молу сарваташро аз даст дода, бо ду дасти холӣ бимонад ва садҳо ин гуна ҳодисаҳои ногуворе, ки барои ҳама кас имкони пеш омадан дорад. Одати баъзеҳо ин аст, ки вақте аз дасти ҳамсарашон нороҳат шуданд, қаҳр мекунанд, чин бар абрӯ кашида, ҳарфе намегӯянд. Дар гӯшае нишаста, даст ба ҳеҷ коре намезананд. Хӯрок намехӯранд, бачаҳоро мезананд, зери лаб ғур-ғур мекунанд. Ба ақидаи онҳо қаҳру даъво беҳтарин воситаест, ки метавон ба он пойбанд шуд ва аз ҳамсар интиқом гирифт, лекин барномаи мазкур на танҳо ҳамсарро танбеҳ намекунад, балки мумкин аст, оқибатҳои бисёр баде дошта бошад. Зеро мумкин аст, ӯ низ дар муқобил мисли мо қаҳр намояд, дар ин сурат то чанд рӯз бояд бо ҳолати қаҳриву нороҳатӣ зиндагӣ кунем. Мо ғур-ғур кунем, ӯ низ ғур-ғур намояд. Мо таъби ӯро хира кунем, ӯ таъби моро хира кунад. Мо гап назанем, ӯ ҳам гап назанад, то билохира ҳаста шавему ба воситаи яке аз ҳешону дӯстон ё бо як баҳонаи дигар бо ҳам ошӣ кунем. Аммо ин охири қаҳру даъвои мо нест, балки муддате намегузарад, ки боз аз дасти ҳам нороҳат мешавем, қаҳру даъво шурӯъ мешавад. Мумкин аст, ҳамсарамон дар муқобили қаҳрҳои мо аксуламали шадидтаре нишон дода, кор ба дашному ҳақорат ва

дастбагиребон шудан бирасад. Мумкин аст, ҳамсарамон аз ин қаҳру даъвоҳои доимии мо ба ғазаб ояд ва чудоиро аз ин зиндагии пурпечу пурмочаро афзалтар бидонад. Аз қаҳру даъво бояд қатъиян парҳез кунем, агар аз ҳамсарамон ранчидаем, каме сабр даркор аст, то фикрҳоямон як чо чамъ шавад. Он гоҳ бо нармиву оромӣ дилозурдагиямонро бо ӯ дар миён бигузorem. Масалан, бо забони ширин, на бо нишонаи эътироз бигӯем: ту дар фалон маърака маро таҳқир кардӣ, ё фалон ҳарфери, ки ман хуш надорам ба ман гуфтӣ, ё ба фалон пешниҳоди ман амал накардӣ, оё сазовор аст, нисбат ба ман ин қадар беаҳамият бошӣ? Бо ин қабил ҳарфҳо ҳам буғзи диламон кушода мешавад, ҳам ӯ ба як хулосаи даркорӣ меояду натиҷа мегирад. Ба таври ҳатмӣ, барои ислоҳи иштибоҳаш мекӯшад. Моро ба унвони як ҳамсари бовафору хушахлоқ ва аҳли зиндагӣ мешиносад ва ҳамин эҳсоси нек дар рафтору ахлоқаш асар хоҳад гузошт.

Инсонҳо маъмулан дар чанчолу муноқишаҳо, як ҳолати иғвогаронаву яқравона доранд, ки агар дар муқобилашон сарсаҳттиву гарданкашӣ нишон диҳем, мумкин аст дар асари ситезаву бадҳашмӣ қорамон бо ҳолатҳои ногувору фочибор анҷом шавад. Бинобар ин одами оқилу хирадманд бояд оқибатҳои қорашро ба хубӣ бисанҷад ва таъсири саҳтгириву муқовиматро бо таъсири авфу бахшиш муқоиса кунад. Дар ин сурат аниқ авфу бахшишро авлотар медонад. Магар хатоҳои бузурге, ки қобили бахшиш набошанд, дар он сурат вазифаи дигаре пайдо мекунанд.

Ҳар кас шуғле ва ҳар шуғле зарурияте дорад: яке ронанда аст, ки аксари умрашро дар роҳҳо паси сар мекунад ва наметавонад монанди шахсони дигар ҳар шаб ба манзил биёяд, яке посбон аст, ки баъзе шабҳо ё ҳама шаб бояд посбонӣ кунад, яке табиб аст, камтар вақти фароғат дорад бо хонаводааш биншинад ё ба сайругашт биравад, яке устод ё донишманди аҳли мутолиа аст, ки ночор аст, шабҳо мутолиа кунад ва ғайра. Хулоса, камтар шуғле ёфт мешавад, ки комилан бе дарди сару бе мушкилӣ бошад. Ғайр аз таслим шудан чорае нест, бояд корҳои дунё бичархад. Чорае нест, ғайр аз ин, ки бо мушкилот бисозем.

Одамон маъмулан ҳамсареро дӯст медоранд, ки ҳамеша дар Ватан ва дар барашон бошад. Ақаллан то намози шом дар хона бошад. Вақте ҳам барои фароғати хона чудо кунад, ки бо ҳам ба шабнишиниву гардиш ва сайругашту меҳмонӣ бираванд. Шуғли тозаву озода ва обрӯмандона, сердаромаду кӯтоҳмуддат дошта бошад, лекин мутаассифона, шуғли бисёриҳо бо хостаҳои ҳамсаронашон мутобиқ нест. Асли мушкилоти баъзе хонаводаҳо аз ҳамин ҷо шурӯъ мешавад. Табибе, ки аз субҳ то нимаҳои шаб бо даҳҳо беморҳои мухталиф сару кор дошта, асабҳову мағзи сараш пайваста машғули кор аст, агар дар хона ҳам бо эроду норозигҳои ҳамсараш дучор шавад, чӣ ҳоле пайдо мекунад? Ва бо чунин асабҳову майнае чӣ гуна метавонад табибӣ кунад? Коргаре, ки шаб то саҳар заҳмат кашидаву тамоми шаб хоб ба чашмаш меҳмон нашудааст, субҳ, ки барои

истироҳат ба манзил меояд, агар бо эроду баҳонаҷӯйиҳои ҳамсараш вохӯрад, чӣ гуна метавонад боз аз паи кораш биравад? Донишманде, ки кораш мутолиаву таҳқиқ аст, агар ҳамсари нодону бемаърифате дошта бошад, чӣ гуна метавонад дар корҳои муваффақ гардад?

Мо наметавонем вазъияти ҷаҳонро бар тибқи хостаамон бичархонем, лекин метавонем худамонро бо вазъияти мавҷудбуда мувофиқ гардонем. Шумо ҳам метавонед, зиндагии худатонро тибқи шуғли ҳамсаратон ҳамоҳанг созед, ба тавре, ки ҳам озодона ба шуғли хеш идома диҳад ва ҳам шумо осуда зиндагӣ кунед. Бояд танҳо ба фикри худамону осоиши худамон набошем. Қадре ҳам ба фикри роҳатии ҳамсарамон ҳам бошем, донову фидокор бошем, оиладорӣ кунем, бо оғӯши бозу лаби хандон аз ҳам истикбол кунем, изҳори меҳру муҳаббат намоем, то хастагиҳоямон бартараф гардад. Оё беҳтар нест, ки худамонро бо ин навъи зиндагӣ созгор карда, осуда зиндагӣ намоем? Агар чунин кунем асабҳои солим мемонад. Барои камбудӣ надоштану осоиши мо бештар заҳмат мекашад.

Гоҳе инсон ночор аст, дар ғурбат зиндагӣ кунад, лекин ин тарзи зиндагӣ ба баъзеҳо маъқул нест. Дӯст медоранд назди падару модар, хешону пайвандон ва дӯстонашон бошанд. Аз ин рӯ тобу тоқати дуриро надоранд. Ҳар замон ба ҳамсарашон эроду айбҷӯйӣ мекунад: «То кай дар ғурбату мусофирӣ зиндагӣ мекунем? То кай дар фироқи падару модар бисӯзем? Дӯсту шиносе надорам,

ин чӣ чое аст, ки омадем? Дигар наметавонам ин чо бимонам, ҳар фикре дорӣ бикун.» Мо медонем, ки ҳамсарамон ночор аст, берун аз Ватан зиндагӣ кунад. Пас, чаро бо эроду баҳонаҳои бефоида асбоби нороҳативу кудураташро фароҳам месозем? Вақте дидем, ки аз рӯи зарурати шуғлаш маҷбур ҳастем, ба шаҳре ё деҳае ё кишвари дигаре сафар кунем, изҳори ризоияту мувофиқат намоем, бо дилгармиву хушҳолӣ тарҳи зиндагии навро бикашем. Вазъияти худамонро бо вазъияту шароити муҳити нав мувофиқ созем. Бо аҳолии чои ҷадид риштаи дӯстиву улфатро бибандем, лекин чун тозаворид ҳастем ва ба одобу ахлоқи аҳолии он чо шиносӣ надорем, дар интиҳоби дӯстони нав эҳтиёт кунем ва дар ин бора бояд ҳатман бо ҳамсарамон машварат кунем. Худамонро як фарди ғариб ҳисоб накунем, балки сайъ кунем, бо муҳити наву сокинони ончо аз наздик ошноӣ пайдо кунем. Агар оқилу доно бошем ва ба вазифаҳоямон хуб амал кунем, метавонем бо осоиш ва оромиши хотир дар ғурбат зиндагӣ кунем ва барои пешрафту тарақиёти оила кумаку дастгирӣ намоем.

Агар шуғли мард дар хориҷ аз манзил бошад, ҳамсараш озодии бештаре дорад, лекин агар дар манзил кор кунад, ҳамсараш бе банд баста хоҳад шуд. Мумкин аст шоир, ё нависанда, ё рассом, ё донишманди аҳли мутолиа бошад. Ин гуна одамон маъмулан маҳалли қорашон хона аст. Ночоранд ҳамеша ё аксари вақтҳо дар манзил қарор дошта бошанд. Аз ҳамин ҷиҳат зиндагии

онҳо бо дигарон тафовути зиёде дорад. Корашон як кори фикрию зеҳнӣ аст, ки эҳтиёҷи шадиде ба муҳити орому беғавғо доранд. Як соати кор бо хотири ҷамъ, бар чандин соати кор дар муҳити серодаму пурғавғо бартарӣ дорад. Дар ин ҷо мушкилии бузурге пайдо мешавад. Аз як тараф мард ба муҳити орому бесару садо эҳтиёҷ дорад, аз тарафи дигар зан меҳоҳад дар хона озодона зиндагӣ кунаду маҳдудияте надошта бошад. Агар зан битавонад, корҳои хонадориро тавре анҷом диҳад, ки ба машғулиятҳои фикрии шавҳараш халале ворид насозад, кори арзандаеро ба поён расондааст, зани шоистае хоҳад буд, зеро таҳияи як муҳити ором кори осон нест, махсусан барои шахсони фарзанддор фидокориву тадбирро металабад. Гарчи душвор аст, вале барои муваффақияту тараққиёти марди хона зарурат дорад. Зан бояд тавачҷуҳ дошта бошад, ки ҳарчанд шавҳараш доимо ё аксари вақтҳо дар хона аст, лекин бекор нест. Набояд интизор дошта бошем, ҳангоме дар мезананд, дарро кушояд, фарзандҳоро ниғаҳдорӣ кунад, гоҳе як ба ошхона сар халонад, дар корҳои хона ёрдам кунад. Дар ҳоле, ки мард машғули кор аст, тасаввур кунем, аслан дар хона нест, ўро нодида бигирем. Дар вақти кораш вобаста ба корҳои рӯзгор суҳбат накунем, зеро риштаи фикрҳоиаш қанда мешавад ва то бихоҳад дубора афқору хушашро ҷамъ намояд, бекор мемонаду вақти зиёдашро беҳуда аз даст медиҳад. Агар касе бо ў кор дошт, бигўем: машғули кор аст, агар мумкин аст, дар фалон соат телефон кунед. Барномаи рафтуомад ва меҳмондориро

бо ҳамдигар маслиҳат карда, танзим кунем. Аз дӯстону хешон, ки қасди дидори ногаҳонӣ доранд, узрхоҳӣ намуда, бигӯем: чун шӯру мағали мо мумкин аст, бо машғулиятҳои ӯ халал расонад, хоҳишмандам фалон вақт биеед. Онҳо ҳам агар дӯстони шумо бошанд, аз ин пешниҳоди шумо намеранҷанд, балки ба кордониву ҳамсардорӣ мо таҳсин хоҳанд гуфт. Дар айни ҳол, ки машғули қору бори хона ҳастем, ба ҳамсарамон ҳам бояд хусни таваҷҷуҳ дошта бошем. Шояд бонувони азиз ин гуна зиндагиро ғайриимкон шуморида, дар дил бигӯянд: Магар барои як зан имкон дорад, ки корҳои душвори хонадориро танҳо анҷом диҳад ва дар айни ҳол ба шавҳарашон расидагӣ кунад ва дар хона шароитро муҳаё кунанд, ки ҳатто кӯчақтарин халале ба машғулиятҳои ҳамсараш ворид нагардад? Албатта, ки ин гуна зиндагӣ чун як барномаи ғайриодӣ аст, душвор ба назар мерасад, лекин агар ба арзишу аҳамияти қорашон огоҳ шаванду тасмим бигиранд, кӯшишу фидокорӣ кунанд, бо кордониву тадбир метавонанд мушқилро ҳал кунанд. Болаёқат будану шоистагии зан дар ин гуна мавридҳо зоҳир мешавад, вагарна аз уҳдаи идораи як зиндагии одӣ ҳама ба хубӣ мебароянд.

Падару модар барои фарзандонашон хеле ранҷ бурдаанд. Дар таҳаммули он ҳама заҳмат садҳо умеду орзу доштаанд. Умедвор будаанд, ки дар ҳоли пирию дармондагӣ дасташонро бигиранд. Сазовор нест, мо вақте ба истиқлол расидем ва андак рушду тавоноӣ дар ҳештан дидем, ҳуқуқи волидайнро тамоман фаромӯш

кунем ва маҳву саргардони ҳамсару фарзандон бигардем. Сипосгузорӣ аз онҳо дар ҳар ҳол вочибу лозим аст. Ҳатто, баъд аз издивоҷ ҳам бояд нисбат ба онҳо эҳсону эҳтиром намоем ва агар муҳтоҷу дармонда ҳастанд, вочиб аст онҳоро кумаку дастгирӣ намоем. Бояд ҳамеша дар муқобилашон хоксориву фурутани ва тавозуъро риоя кунем, аз калонгириву ҳарфҳои беҳуда ва пасту баланд парҳез намоем. Ба ин восита метавонем, ҳам ҳуқуқи падару модар ва дигар пайвандону ҳешонро адо кунем ва онҳоро аз худамон розӣ ниғаҳ дорем, ҳам монеи азиятҳо ва носозгориҳои онҳо шавем. Беҳтарин роҳи ҳалли мушкил ин аст, ки бо ҳешони ҳамсар муоширату робитаҳои хуб дошта бошем ва сайъ кунем муҳаббати онҳоро ҷалб намоем. Дар корҳо бо онҳо машварат намоем. Мушкилоти зиндагиро дар миён ниҳода, аз фикрҳои онҳо истифода кунем. Ба пешниҳоду маслиҳатҳо ва роҳнамоии муфидашон гӯш бидиҳем. Аз ҳамсарамон интиқод накунем. Коре кунем, ки онҳо яқин дошта бошанд, ки нисбат ба фарзандашон вафодор ҳастем ва воқеан ўро дӯст медорем. Агар пешниҳоде доштанд, ки анҷом додани он бар салоҳамон нест ё бароямон имкон надорад, сайъ кунем бо забони хушу далелҳои мӯътамад ғайриимкон будани иҷрои онро барояшон исбот кунем. Дар рад кардани пешниҳодашон ба тундиву ситеза ва безътиной роҳ надиҳем. Ҳатто, агар аз ҳамсарамон ранҷидаву хафа бошем, ба унвони ёрдам, на эътироз, ин матлабро дӯстона ба онҳо бигӯем ва аз назари эшон истифода намоем. Бояд ҳамеша ёдамон

бошад, ки мадорову созиш бо падару модар ва дигар хешу табори ҳамсар ва чалби дӯстии онҳо, яке аз рамзу муваффақиятҳои бузурги занашӯӣ ва аз заруриятҳои муҳими оиладорӣ ба ҳисоб меравад. Ҳамин тавр, нисбат ба шумо эътимоду муҳаббат пайдо мекунанд ва бисёре аз мушкилоти занашӯӣ худ ба худ ҳал мешаванд. Албатта, мумкин аст, дар байни авлодони ҳамсар шахсони ифвогару нодон ва худхоҳе пайдо шаванд, ки имконияти тафоҳуму ҳамдигарфаҳмӣ ва барқарории робитаҳои дӯстона бо онҳо вучуд надошта бошад ба ҳеҷ ваҷҳ натавонем пеши роҳи даҳлатҳои бемаврид ва тақлифҳои бечову беақлонаи онҳоро бигирем. Лекин дар ин сурат ҳам салоҳ нест, бо ситезаву тундӣ ва қаҳру даъво бо онҳо муносибат намоем. Беҳтарин роҳаш ин аст, ҳатто ғайриимкон ҳам бошад, эҳсосоти худро идора намуда, бо нармиву ширинзабонӣ ва мадорову ахлоқи хуш бо онҳо рафтор кунем. Зеро, гарчи қобилияти ислоҳшавӣ надоранд, лекин бо ин воситаҳои ҳушмандона метавонем, каме ҳам бошад, аз ифвогариву айбҷӯии онҳо барканору эмин бимонем ва аз хатарҳои бузурге, ки мумкин аст қасри занашӯӣ моро хароб созад, чилавгирӣ кунем.

Мудирияти хонавода

Зану шавҳар ду рукни бузурги хонавода ҳастанд, лекин ҳар яке ба он сабаб, ки офаринишу хусусиятҳои гуногун доранд, аз ҷиҳате аз дигарӣ қавитар ҳастанд. Маъмулан мард аз назари ҷисмӣ ва зан дар эҳсосот нисбат ба ҳам бартарӣ доранд. Аз ҳамин рӯй аксари занон нисбат ба мардон зудбоваранд ва зудтар таҳти таъсир қарор мегиранд. Чун рӯҳи ҳасосу латиф доранд, бисёр зуд худашонро бой медиҳанд. Зуд шефтаву шайдо мегарданд ва зуд озурдахотир мешавад. Занон маъмулан, ҳангоме ки эҳсосоташон боло мегирад, бе он ки аз оқибати кор биандешанд, тасмим мегиранд. Аммо мардон маъмулан ба хоҳири ҷисми қавитар ва тавони ғалаба бар эҳсосот вазифаҳои сангинтару душвортаре ҳам дар оила доранд. Ёст, ки бояд бо тадбироти

оқилонаи хеш ва бо ёрдами ҳамсар ва дигар аъзои оила хонаводаро ба беҳтарин вачҳе идора кунад ва шароити хушбахтиву саодати онҳоро фароҳам сохта муҳити хонаро мисли биҳишт муназзаму ораста гардонад. Ҳамсарашро ба фариштае табдил кунад.

Мард бояд ба ин тарафи кор тавачҷуҳ дошта бошад, ки зан низ инсонест, мисли мард. Хостаҳову орзуҳо ва ҳаққи ҳаёту озодӣ дорад. Бояд бидонад, ки зан гирифтган ба маънои ғулом гирифтган нест, балки ба маънои интиҳоби шарик дар зиндагӣ ва ёру мунис гирифтган аст. Бояд ба хостаҳои ботинӣ ва умеду орзуҳои ӯ низ тавачҷуҳ дошта бошад. Сарпарастии мардон бар оила ба ин маъно нест, ки мард молики мутлақи зан ва молики мутлақи инону ихтиёраш бошад. Зану шавҳар, гарчи як зиндагии муштараки хонаводагиро ташкил медиҳанд ва бояд дар идораи қору бори манзил иштироки доимӣ намоянд, лекин ба ҳар ҳол, дар баъзе мавридҳо ихтилофи назарҳо ҳам доранд. Мард майл дорад, тамоми қорҳои хона мутобиқи хости худаш анҷом бигирад ва зан мутеу фармонбардори ӯ бошад. Баръакси ҳол зан ҳам ҳамин хосту тамоюлро дорад. Аз ҳамин ҷо муҳолифатҳову кашмакашҳо шурӯъ мегарданд. Баъзе мардҳо ба баҳонаи ин, ки роҳбару сарпарастии хонавода ҳастанд, фикр мекунанд, ки ҳар тавре дилашон меҳақад, амру наҳй кунанд. Ҳамсарашонро вазифадор месозанд, ки мутеи дастуроташон бошад ҳаргиз аз он сарпечӣ накунад. Дар сурати сарпечӣ ӯро мавриди итобу хитоб ва танбеҳу таҳдид қарор медиҳаду чунин рафтореро ҳаққи хеш

мепиндоранд. Ҳатто, гоҳе бо зарбу лат ва азоб додан иқдом менамояд.

Он ҳам зарбу лат ба шахсе, ки бо садҳо умеду орзу ба хонаи шавҳар омадааст, ки дар паноҳи ӯ оромишу осоиш бичӯяд, ба марде паноҳ овардааст, ки ҳомиву ғамхори ӯ бошад ва дар мушкилиҳо ёриаш кунад. Зан амонатест, аз ҷониби Парвардгор, ки ба мард супурда шудааст. Оё касе бо амонати илоҳӣ чунин рафтор мекунад?! Марде, ки ҳамсарашро мавриди зарбу лат қарор медиҳад, бар рӯҳи ӯ зарбае ворид месозад ва кинае дар дилаш пайдо мешавад, ки агар қобилияти бартараф кардани онро надошта бошад, муҳаббати хонаводагиро аз байн мебарад. Шавҳар ҳақ надорад ҳамсарашро ба коре маҷбур созад ва дар сурати сарпечӣ ба танбеҳ ва зарбу лат иқдом намояд. Масалан, зан вазифадор нест, ки корҳои хонадориро анҷом диҳад. Монанди рӯфтани тоза кардани манзил, пухтани хӯрок, шустани либосу зарфҳо, нигоҳубини фарзандон ва дигар корҳо. Гарчи бонувон бо майлу рағбати беандоза корҳои манзилро анҷом медиҳанд ва дар ин бора ҳарфе ҳам надоранд, лекин дар асл вазифаи онҳо нест. Шавҳар бояд аз ҳамсараш дар баробари анҷоми ин корҳо изҳори ташаккур ва қадрдонӣ кунад. Ба ин восита ӯро ташвиқ намояд, вале агар баъзе корҳоро анҷом надод ё ноқис анҷом дод, мард ҳақ надорад ӯро мавриди танбеҳу танқид ва зарбу лат қарор диҳад. Мард чун ба унвони сарпарастии хонавода шинохта шудааст, наметавонад ҳамсарашро бо ихтиёри худаш гузошта, дар амалҳои рафтораш назорате

надошта бошад, балки масъулияти вижааш тақозо менамояд, ки доимо мувофиқу ниғаҳбони ӯ бошаду аз дуродур бар рафтору ҳаракатҳояш назорат кунад, то мабодо дар асари зудбовариву содалавҳӣ ба гумроҳӣ биравад.

Мард бояд ҳамсарашро ниғаҳбонӣ кунад, лекин ин корро бояд аз рӯи ақлу тадбир ва хеле боматонату боэҳтиёт анҷом диҳад. Бояд то ҷое имкон дорад, аз тундиву зӯроварӣ парҳез кунад. То мумкин аст, ба таври амру наҳӣ набошад, мабодо зан эҳсоси маҳдудияту монеи озодӣ кунад ва дар муқобили он ақсуламал нишон бидиҳаду бисёр вақтҳо кор ба норозигиву ситезачӯӣ ба поён бирасад. Бехтарин роҳи муваффақият ҳамдигарфаҳмию ҷалби эътимод ва изҳори муҳаббату хушахлоқӣ аст.

Мард бояд мисли як мураббии дилсӯзу меҳрубон бо забони хуш ва ба сурати дӯсти хайрхоҳе ҷиҳатҳои хубу бади корҳоро ба ҳамсараш шарҳ диҳад, то ҳудаш бо майлу рағбат корҳои хубро анҷом диҳад ва аз корҳои баду номуносиб парҳез намояд.

Мард вазифадор аст, тамоми хароҷоти хонаводаро аз қабилӣ хӯроку пӯшок ва макони зист, ҳатто, пули духтуру даворо дар ҳадди тавон таъмин кунад. Зану бачаро бо «несту надорам» сер карда намешавад, ба ҳар ҳол хӯрдану пӯшидан меҳоханд. Марди хирадманду ботадбир ҳисоби харҷу дахли хонаводаро ба таври дақиқ ҳисоб мекунад. Масолеҳи зарурии зиндагӣ, хӯроку пӯшокро бар дигар чизҳо муқаддам медонад. Миқдоре аз

даромадашро барои ҳодисаҳои ногувори рӯзгор: бемориву бекорӣ ба гӯшае пасандоз мекунад. Сайъ мекунад, «пояшро чени кӯрпааш дароз кунад». Ҳар хонаводае, ки даромаду баромадашонро ба ҳисоб гиранд ва бо ақлу тадбир ва ҳисобу китоби иқтисодӣ харч кунанд, на танҳо дучори қарзу саргумӣ намешаванд, балки ба зудӣ зиндагии обрӯмандона ва нисбатан хубе пайдо хоҳанд кард.

Гарчи риояти иқтисод кори хуб ва ба салоҳи хонавода аст, лекин саҳтгирии зиёд ҳам хуб нест. Агар вазъи молии мард хуб аст, бояд дар харчи аҳлу аёлаш ҳасисӣ накунад. Ба миқдори тавоноии хеш либосу хӯроки хуб ва манзили бароҳатеро барояшон таҳия кунад. Молу сарват барои харч кардан ва таъмини хароҷоти зиндагӣ аст, на барои чамъ кардану боқӣ гузоштан. Бояд осору аломатҳои молу сарват дар зиндагии инсон ва хӯроку пӯшоки хонаводааш намоён бошад. Охир, чӣ фоидае дорад, ки мард шабонарӯз заҳмат кашида, ба худашу хонаводааш саҳтӣ бидиҳад ва молу амволеро бигзораду аз ин дунё биравад? Чӣ фоида, ки то мард зинда аст, зану фарзандаш орзуи як хӯроки хуб ва либоси муносиб дошта, аз камбудии маводи ғизоӣ ҳамеша бемору ранҷур бошанд, лекин баъд аз маргаш дар тақсими молу амволаш ба сару каллаи якдигар бизананд?! Агар Худо ба инсон неъмат додааст, бояд ба ҳамон нисбат дар хароҷоти хонаводааш дасткушодӣ нишон бидиҳад.

Мард модоме, ки зан нагирифтааст, озод аст. Метавонад дер ба хона биёяд ё зуд. Хабар бидиҳад кучо

меравад ё не, аммо ҳангоме, ки издивоч кард хоҳ нохоҳ бояд барномаашро тағйир диҳад ва зудтар ба манзил биёяд. Бояд аҳамият бидиҳад, ки ҳамсараш аз субҳ то шом дар манзил заҳмат кашида, хонаро ба тартиб медарорад, ғизои бачаҳоро мепазад, либос мешӯяд, манзилро рӯфта, акнун чашм ба роҳ аст, ки шавҳараш ба хона биёяд, бо ҳам бинишинанд, суҳбат кунанд ва аз дидори ҳам лаззат бибаранд. Бачаҳояш низ интизоранд. Дур аз инсонияту инсоф аст, ки марди хона хушгузаронию шабнишинӣ биравад ва ҳамсари бечораву кӯдаконашро дар интизор бигузорад!

Чун мард онқадар фурсат надорад, ки дар тамоми корҳои манзил кумак расонад ва дар ин ҷиҳат он қадар мутахассиси хуб нест, салоҳ аст, ки корҳои хонадориро дар ихтиёри ҳамсараш қарор ва дар ин бора ба вай озодӣ бидиҳад, то мувофиқи завқу саликаи худ хонаро идора кунад. Агар дар ин бора назарҳои хосе дорад, ба унвони машварату салоҳандешӣ, на ба унвони ҳукмронӣ ва зӯрии худро нишон додан, онҳоро ба ҳамсараш фаҳмонад ва аз вай бихоҳад, ки хоҳишу саликаи ӯро ҳам ба назар бигирад. Дар ин сурат мавқеияту эҳтироми мард маҳфуз мемонад ва дархосту пешниҳодоташ то як андоза мавриди қабул воқеъ хоҳад шуд. Зеро аксари бонувон ҳозиранд, даҳолатҳои марди хонаро, дар ҳолате ки гоҳ-гоҳ ва ба таври истисноӣ бошад, бипазиранд. Лекин агар ба эроду баҳонаҷӯӣ ва ғур-ғурҳои доимӣ табдил шуданд, на танҳо таъсир нахоҳад дошт, балки мумкин аст, натиҷаи баръакс бидиҳад. Мард набояд аз ин нукта

ғафлат кунад, ки танзими корҳои манзил ва идораи хона дар тахассуси зан ва аз алоқамандиҳои ӯ мебошад. Набояд ин ҳақро аз ӯ гирифт ва ӯро ба сурати як олоти беирода табдил сохт, балки бояд ба вай озодӣ дод, то завқу салиқаи хешро ба кор бибарад ва бо шавқу дилгармӣ хонадорӣ кунад. Салоҳ нест, ки мард дар ин бора сахтгирӣ ва баҳонаҷӯӣ кунад. Сафову самимияти хонадорӣ бар ҳама чиз бартарӣ дорад.

Дуруст аст, ки бар мардон воҷиб аст хароҷоти хонаводаро таъмин кунанд ва бонувон дар ин бора масъулияте надоранд, лекин хонумҳо низ бояд шуглу коре дошта бошанд. Инсон чи ниёзманд бошад, чи набошад, бояд касбу коре дошта бошад ва умри хешро беҳуда нагузаронад. Бекорӣ дилтангкунандаву хастакунанда аст ва аксари вақт боиси бемориҳои равониву ҷисмонӣ ва фасоди ахлоқ мешавад. Беҳтарин кори мувофиқ бо табиати зан корҳои хонаву шавҳардорӣ аст, ки бартарин машғулият барои бонувон ва кори бисёр бузургу арзандааст.

Аммо баъзе бонувон майл доранд, ки аз хона берун ба коре машғул бошанд. Беҳтарину муносибтарин шуглҳо барои бонувон машғулиятҳои фарҳангӣ ё парасторӣ аст. Метавонанд дар кӯдакистону мактаб ё донишгоҳ ба таълиму тарбияти бачаҳову наврасон, ки ҳам касби бисёр арзандае аст ва ҳам бо офариниши латифи онҳо созгор аст, машғул бошанд. Ё касби табиби бемориҳои занона, ё хоҳари шафқатро интиҳоб намоянд. Ин қабил машғулиятҳо ҳам ба таъби латифу меҳрубони бонувон

мувофиқ аст, ҳам дар анҷоми онҳо ниёзе ба сару кор гирифтани ва муоширати бо мардони бегонаро надоранд ё камтар пайдо мекунанд. Ба бонувоне, ки мехоҳанд, дар берун аз хона ба коре машғул бошанд, маслиҳат дода мешавад, ки ба нуктаҳои зер тавачҷуҳ кунанд:

1-Дар интихоби касб бо шавҳаратон маслиҳат кунед ва бе иҷозаи ӯ кореро қабул накунад, ки ин амал оромишу сафои хонаводагиро барҳам мезанад ва зиндагиро бар шумову фарзандонатон талх мегардонад. Ин ҳақи шавҳар аст, ки иҷоза бидиҳад ё надидиҳад.

2- Дар берун аз манзил ва дар маҳалли кор содаву беориш бошанд ва аз муоширати бо мардони бегона то ҳадди имкон парҳез кунанд, то ҳам муҳтарам бошад ва ҳам бар ҳиссиёту эҳсосоти ҳамсаратон раҳна назанед.

3-Дар айнаи ҳол, ки шумо дар берун аз манзил кор мекунед, аммо шавҳару фарзандонатон интизор доранд, аз кори хона низ ғофил набошад. Кор кардан дар хориҷ аз манзил набояд боис шавад, ки ба қору бори хона аҳамият надидед ва шавҳару фарзандонатонро нороҳат созед.

Хонадорӣ

Хона ва муҳити оила як дунёи кӯчаке беш нест, лекин неъматӣ бисёр гаронбаҳост. Вақте, марду зан аз корҳои рӯзона ва доду фарёди берун хаста шуда, ба хона паноҳ мебаранд, вақте, аз кашмакашҳову нофаҳмиҳо ва саҳтиҳои зиндагӣ ба танг омада, барои истироҳат ба хона мераванд, ҳатто, вақте, аз гардишу тамошо хаста мешаванд, дар хона оромиш меёбанд. Оре, хона беҳтарин осоишгоҳест, ки инсон метавонад дар он ҷо истироҳат намояд. Хона ҷои унсу меҳрубонӣ, сафову самимият ва оромиш аст. Маъмулан занон бар асоси алоқа ва майли фитрияшон идораи ин пойгоҳи эҳсосӣ зиндагиро ба уҳда мегиранд ва бо майлу рағбат ҳамаи вучуди худро барои он ба қор мебаранд. Аз ҳамин рӯй хонадорӣ касби бисёр обрӯманду пурифтихорест, ки

метавонад дараҷаи лаёқату ҳунарнамоии бонувонро нишон диҳад.

Яке аз корҳои муҳими хонадорӣ тоза кардани манзил ва асбобҳои лозимии зиндагист. Тозагӣ ба беҳдошту ҳифзи саломатии аҳли хона кумак мекунад ва сар задани бисёре аз бемориҳоро пешگیرӣ менамояд. Зиндагӣ қардан дар хонаи тозаву ораста фараҳбахшу рӯҳафзост, майлу рағбати мардро ба сӯйи хона зиёда месозад, сабаби обрӯ ва сарбаландии хонавода аст.

Хонаро ҳамеша поку тоза нигоҳ доред. Дар тӯли шабонарӯз агар ҷое ифлос шуд, зуд покаш кунед ва онро барои вақти муайяни хонарубӣ нагузоред. Дару девор ва сақфи утокҳоро гардگیرӣ кунед. Тори тортанакҳоро бигиред, мизу курсиҳо ва мебелу дигар асбобу анҷоми хонаро аз гарду хок тоза кунед. Шишаҳои дару тирезаҳоро шӯед. Партову хокрӯбаҳоро дар зарфи сарпӯшидае рехта, аз ҳудуди утокҳову ошпазхона дур нигоҳ доред, то мабодо хӯрокҳои шуморо олудаву ифлос гардонанд, зуд-зуд онро холӣ кунед, то зиёд истода бадбӯӣ нагарданд ва манбаи пайдоиши микробҳо нашаванд. Ба таври куллӣ сайъ кунед, ягон ҷои манзилро ба маҳалли ифлосиву пайдоиши микроб табдил надиҳед. Либосҳои худатон ва аҳли оилаатонро ҳамеша тозаву покиза нигоҳ доред, махсусан либосҳои зерпӯш, ки ҳамеша бо ҷисми мо тамос доранд.

Гӯшту лӯбиёгӣҳо ва дигар пухтаниҳоро пеш аз пухтупаз хуб бишӯед, махсусан, сабзавотҳоро чандин маротиба бо диққат бишӯед, зеро мумкин аст, ба

микробҳову тухми кирмҳои дарунии ба инсон хатарнок олуида бошад ва ба саломатии шумо зарбаи сахте ворид кунад. Қабл аз хӯрокхӯрӣ дастони худатон ва тифлонатонро покиза бишӯед, агар бо қошуку чангол ҳам ғизо меҳӯред, боз ҳам беҳтар аст дастонатонро бишӯед, то мабодо олуида бошад ва ба саломатии шумо латма бизанад. Баъд аз хӯрдани хӯрок ҳам дасту даҳонатонро бишӯед, дандонҳоятонро низ тоза кунед, зеро мумкин аст, зарраҳои хурди ғизо дар гӯшаву канори даҳон ва байни дандонҳо бимонад ва ба пайдо шудани микробҳо мусоидат намояд.

Як хонаи мураттабе, ки ҳар як ашёву анҷоми он дар ҷои зарурии худ ба тартиби муайян чида шуда бошад, аз хонаи бетартибу ифлос ва ба ҳам рехта бартарӣ дорад. Аввалан, назму тартиби махсус ба манзил сафову раванк ва зебӣ мебахшад, тамошои гаштаву баргаштаи хона таъби касро хира намекунад, балки роҳатбахшу дилпазир хоҳад буд. Дувум, анҷоми корҳои хонадориро осон мекунад, вақти кадбонуи хона беҳуда талаф намешаваду аз корҳои сангин хаставу афғор намегардад. Севум, муҳити тозаву орошта ва босафои хона, ки аз салиқаву завқи баланди кадбонуи хона хабар медиҳад, марди хонаро ба манзилу зиндагӣ алоқаманд сохта, аз хатарҳои беҳудагардиву афтодан дар домҳои фосид нигоҳ медорад.

Бо хариду доштани ашёву анҷоми бошукӯҳ зиндагӣ зебо намешавад, балки назму низоми махсус зебӣ меофарад. Худи шумо хатман хонаводаҳои бою

сарватмандеро дидаед, бо ин ки аз тамоми ашё ва навъҳои гуногуни лавозими бошукӯҳи рӯзгор камбудӣ надоранд, аммо зиндагии онҳо чун сару калобае надорад, сафову баракат ва равнақе ҳам надорад ва аз дидани он одам ғамгин мешавад. Баръакс, хонаводаҳои факиру камбағалеро дидаед, ки дар ҳоли доштани ҳаёти фақирона, зиндагии зебову роҳатбахше доранд, чун ҳамон асбобу анҷоми мухтасару кам бо тартибу низом ва покиза аст. Аслан, магар зебой ғайр аз назму тартиби хос чизи дигаре ҳаст? Бинобар ин яке аз корҳои муҳимми рӯзгордорӣ риояти назму низом ва тартиби хона аст. Бонувони хушсалиқаву боҳуш худашон беҳтар медонанд, ки ашёву анҷоми хонаро чӣ гуна ба тартиб биёранд. Албатта, назму низом хуб аст, лекин на ба андозае, ки шуморо аз осоишу роҳат маҳрум кунанд. Агар аз ҳадди маъмуливу одӣ гузашт, ба ҳассосияту маҳви озодиятон табдил мешавад, ки худӣ он яке аз мушкилоти асосии хонаводаҳо ба ҳисоб меравад. Дар ҳеч коре зиёдаравию азҳадгузаронӣ накунад, балки миёнаравӣ дар ҳар ҳолат аз беҳтарин амалҳост. На ба миқдоре бепарво бош, ки хонаат аз назму низом хорич шавад ва на он қадар ба тозагии аз ҳад зиёд худатро вобаставу ҳасос кун, ки оромишу осоишатро барҳам занад.

Яке аз корҳои муҳими хонадорӣ пухту паз ва тайёр кардани хӯрок аст, ки дараҷаи кордониву салиқаи бонувонро муайян мекунад. Чӣ хеле ки русҳо мегӯянд: «Роҳ ба сӯи қалби мард ба воситаи меъдааш мебошад».

Кадбонуе, ки битавонад, хӯрокҳои лазизу хушмазза омода кунад, бо ин восита дар дили шавҳараш ҷои махсусро ишғол карда, ӯро ба зиндагӣ дилгарму алоқаманд месозад ва кам иттифоқ меафтад, ки ба ҳаваси хӯрдани таомҳои лазиз ба тарабхонаҳо биравад.

Интихоби ғизо бар уҳдаи бонувон аст, пас, сиҳатӣ ва саломатии хонавода дар дасти онҳост. Бинобар ин бонуи хонадор масъулияти бисёр сангине бар дӯш дорад, ки агар андаке дар ин бора беаҳамиятӣ кунад, мумкин аст, худашу шавҳараш ва фарзандонашро дар маърази бемориҳои саҳт қарор диҳад. Илова бар ин, ки пазандаи моҳире аст, бояд як табиби ҳозиқ ҳам бошад. Набояд мақсадаш танҳо пур кардани шиками аҳли хонавода бошад, балки дар марҳалаи аввалиндараҷа маводеро, ки барои ҳифзи саломативу таъмини захираҳои ғизоии бадан зарурат дорад, дар назар бигирад ва муайян кунад, ки маводҳои лозимӣ дар кадоми яке аз хӯрданиҳо ва ба ҷӣ миқдор вучуд дорад, он гоҳ тибқи ниёзмандиҳои гуногуни бадан аз хӯрданиҳо интихоб кунад ва бахши барномаи хӯрок қарор диҳад. Дар айни ҳол бикӯшад, ғизоҳои заруриву муфидро дар шакли дилпазир омода сохта, ба хонавода пешкаш намояд.

Яке аз корҳои, ки барои ҳар хонаводае пеш меояд, меҳмондорист. Ба қадре, ки метавонем онро аз заруриятҳои ҳатмии зиндагӣ бидонем. Меҳмоннавозӣ расми хубест, дилҳоро бо ҳам мепайвандад, боиси меҳру муҳаббат мешавад, кинаҳову кудратҳоро баргараф месозад. Ҳамнишинӣ ва омадурафт бо дӯстону хешон

яке аз беҳтарин истироҳати солим ба шумор меравад.

Рӯҳу равони инсон дар ин дарёи пурталотуми зиндагӣ эҳтиёҷ ба оромиш дорад, чӣ оромише беҳтар аз ин дарёфт мешавад, ки чамъе аз дӯстону хешони бовафо дар маҷлисе гирд оянд? Мушкилоти зиндагиро муваққатан ба гӯшаи фаромӯшӣ бисупоранд, бо суханони ширину гуворо маҳфилашонро бо сафо созанд, ҳам истироҳату қуввату нерӯи нав бигиранд ва ҳам пайванди дӯстияшонро мустаҳкам созанд. Оре, меҳмондорӣ расми хубест ва камтар касе пайдо мешавад, ки ҳусну хубии онро инкор кунад, лекин ду мушкилии бузурге ба вучуд омадааст, ки аксари хонаводаҳо то метавонанд, аз меҳмону меҳмондорӣ даст мекашанд ва то зарурати муҳимме пеш наояд, ба он тан намедиханд.

Мушкили аввал, зебу зиннати зиндагӣ ва таассубу ҳасади бечои мардум ба якдигар зиндагиро душвор сохтааст. Ашёву анҷом ва лавозимоти манзил, ки барои баргараф кардани эҳтиёҷ ва таҳсили бароҳат буданд, вазифаи аслии худро аз даст дода, ба асбоби зебу зиннат ва худнамоии шукӯҳу дорой табдил ёфтааст. Ҳамин мавзӯъ сатҳи меҳмониҳо ва рафтуомадҳои дӯстонаро коҳиш додааст. Шояд аксари мардум моил бошанд, ки бо дӯстону хешовандонашон рафтуомад дошта бошанд, лекин чун натавонистаанд, бар тибқи хостаи дилашон асбобу анҷоми рӯзгор ва зебу зиннати хонаро фароҳам созанд ва зиндагии хешро ноқис меҳисобанд, аз рафтуомад бо дӯстону хешовандон дурӣ мечӯянд. Магар дӯстон барои тамошои асбобу анҷоми «люкс»-и манзили

шумо меоянд? Агар чунин мақсад доранд, беҳтар аст ба фурушгоҳҳои «Волна» ва «Самсунг» ва музею осорхонаҳо бираванд. Магар намоишгоҳи ашёву анҷоми «люкс» кушодаед ва барои худнамоӣ онҳоро ба манзил даъват менамояд?

Рафтуомад барои унсу муҳаббат ва истироҳат аст, на барои фахру такаббур ва худнамоӣ. Ба эҳтимоли зиёд онҳо ҳам аз ин рақобатҳо ва зебу зиннатпарастӣҳо ба танг омадаанд ва содагиро дӯст медоранд, лекин ин қадар чуръат надоранд, ки ин расми хатову ғалатро поймол созанд ва худашонро аз ин қайду бандҳо озод намоянд. Агар шумо бо содагӣ онҳоро меҳмондорӣ кунед, на танҳо бадашон намеояд, балки хушҳол ҳам мешаванд. Баъдан аз ҳамин равизи содаи шумо пайравӣ намуда, бе ягон ташвишу саҳтӣ аз шумо пазирой хоҳанд кард. Дар ин сурат метавонед, бо камоли содагӣ рафту омад намуда, аз неъматҳои меҳру муҳаббат баҳраманд гардед. Аз ин рӯ ин мушкилро метавон ба осонӣ ҳал кард, вале каме чуръату шуҷоат лозим аст.

Мушкили дувум, корҳои сангину душвори меҳмондорӣ аст. Бонувон ночоранд, дар зарфи чанд соати тӯлонӣ барои нафарони зиёде хӯрокҳои гуногуни бисёр фароҳам созанд. Ба ҳамин иллат маъмулан, баъзе хӯрокҳо мутобиқи хоста омода намешаванд, ё вайрон мешаванд. Дар он маврид мард аз як тараф нороҳат мешавад, ки ин қадар пул харҷ кардам, дар айни ҳол бо ин ғизоҳои харобу вайрон обрӯям рехт. Зан аз тарафи дигар нороҳат аст, ки ин қадар заҳмат кашидаму айни ҳол пеши

инсон ҳисоб мешавад ва талаф додани фурсати бебаҳои умр пушаймонӣ дорад.

Одами бекор ба фикр фуру меравад ва барои хештан ғаму ғӯсса пайдо мекунад. Баъд аз ғаму ғӯсса ҳам заъфи асаб ва парешонӣ рух медиҳад. Хушбахт касест, ки ғарқи кор бошад ва вақти истироҳат низ дошта бошад ва дар бораи хушбахтиву бадбахтии хеш фикр кунад. Ба кор машғул шудан амали лаззатбахшест. Ашхоси бекор доимо пажмӯрдаву афсӯрдаанд.

Мувофиқи завқи худатон ва машварат бо шавҳаратон як соҳаи илмиро интихоб кунед. Китобҳои вобаста ба он соҳаро омода намуда, дар соатҳои истироҳат машғули мутолиа шавед ва рӯз ба рӯз ба фазилатҳову камолоти худатон биафзоед. Ба ин баҳона беҳтарин саргармӣ ва истироҳатро хоҳед дошт ва рӯзбарӯз бар маърифату фазилати шумо афзӯда хоҳад шуд. Агар аз паи кор шавед, дар ҳамон соҳа таҳасус пайдо мекунад. Метавонед, ба ин восита хидмати илмии арзандае аз худатон ёдгор бигузored.

Агар хоҳиши мутолиа ва таҳқиқ надоред, метавонед як баҳше аз хунарҳои мардумӣ ва дастиро ёд бигиред ва дар фурсатҳои фароғат машғул бошед, масалан дӯзандагӣ, гулдӯзӣ, наққошӣ, гулсозӣ, бофандагӣ корҳои хубе ҳастанд. Ҳар яке аз онҳоро, ки дӯст медоред, ёд бигиред ва анҷом диҳед. Ба ин баҳона ҳам саргармии хубе хоҳед дошт, ҳам завқу хунари хешро намоён месозед ва ҳам даромаде пайдо мекунад, ки метавонед ба бучаи хонавода кумак намоед.

Баъзе аз мардҳо дӯст медоранд дар хона машғулияту саргармии махсусе дошта бошанд, ё навъҳои гуногуни маркаҳо ва ё аксҳои мухталифро чамъоварӣ менамоянд, ё намунаи хатҳо ва имзоҳоро таҳия менамоянд, ё китобҳои хаттӣ ва чопиро чамъ мекунанд, ё ба парвариши ҳайвонот аз қабиле аспу сағ ва булбулу кабк алоқаманданд, ё ба рассомӣ ва корҳои ҳунарий мепардозанд, ё ба гулқорию кандакорӣ дилбаста мешаванд, ё ба хондани китобу маҷаллаҳо машғул мешаванд. Ин гуна саргармиҳоро метавонем, аз беҳтарин истироҳати солим ҳисоб кунем. На танҳо зараре надоранд, балки фоидае ҳам доранд. Мардро ба хона дилбаставу пайванд мегардонад. Нигарониҳои рӯҳӣ ва ҳастагиҳои асабро бартараф месозанд. Бинобар ин занҳо ин гуна шуғлҳои ҳамсарашонро чиддӣ қабул карда, корҳояшонро аҳмақонаву бефоида ҳисоб накунанд, балки бештар ташвиқашон кунанд ва дар ҳолатҳои даркорӣ бо ӯ ҳамкорӣ намоянд.

Ҳамбистарӣ

Ғаризаи чинсиро Худои Мутаъол дар инсон қарор дода аст. Ин ғариза ҳадяи илоҳӣ ва амри табииву фитрист. Инсон дар ҳоли қору зиндагии рӯзмарра хастагии рӯҳию ҷисмӣ пайдо мекунад ва ниёзманд ба қуввагирӣ мебошад. Ҳамон гуна, ки хӯроку об ва хоб боиси гирифтани нерӯ мешавад, ғаризаи чинсиро низ Холиқи якто барои касби оромиш дар вучуди зану мард қарор дода аст.

Ҳамбистарӣ яке аз муҳимтарин фалсафаҳои ташкили зиндагии муштарақ ва омили оромиши зану мард аст. Ин оромиш ба омилҳои вобаста аст, ки яке аз ошқортарини онҳо, робитаи ҷинсии солим аст. Ниёзи инсонҳо ба пурра бароварда кардани ғаризаи ҷинсӣ, арзишманд будан ва ҳассосияти онро ошқортар месозад.

Яке аз беҳтарин ва некӯтарин равишҳои оиладорӣ ба таври кулӣ он аст, ки дар сурати имкон талоши зану шавҳар бар ин бошад, то дар шабонарӯз се маротиба бо якдигар танҳо бошанд ва дигар аъзои хонавода дар ин се вақт халале ба хилвати онҳо ворид насозанд.

Дар ин замон ҳеҷ кас аз наздикону пайвандон, чи хурду чи бузург, набояд ба назди онҳо роҳ ёбанд ва агар фарзандони ба балоғати чинсӣ расида доранд, бояд хангоми ворид шудан ба утоқи волидайн, аз онҳо иҷозаи даромадан бипурсанд.

Дар ин се замони хилват бояд муҳаббати худро ба ҳамдигар иброз кард ва аз пинҳон кардани он бипарҳезем. Чаро ки шунидани каломи муҳаббатомез хурсандакунанда ва эътимодовар аст. Каломи хуш ва муҳаббати самимӣ боварино дучанду сечанд мегардонад ва эҳсоси рӯҳбаландию хушбахтӣ медиҳад. Ин нукта дар мавриди замон аҳамияти бештаре дорад, чунки мардум беҳуда намегӯянд: «Зан бо гӯшҳояш дӯст медорад». Яъне, шунидани ҷумлаи «Ман туро дӯст медорам» аз забони шавҳар, қодир аст занро ба осмони ҳафтуми хушбахтию сарбаландӣ расонад.

Дар хилвати сегона зан бояд худро биорояд ва аз ҳар гуна ороишу зиннат баҳра барад. Дар равоншиносии чинсӣ дар бораи хилватгоҳ ва муносибати зану шавҳар дар ин лаҳзаҳо гуфта шудааст, ки онҳо дар ин муддат бо якдигар дар бораи масъалаҳои хусусӣ сухан бигӯянд. Аз ишқу муҳаббат суҳбат карда, ба ламсу меҳрубонӣ ва бозихҳои ошиқона машғул шаванд. Ҳаргиз дар бораи

масъалаҳои ғамангезу фитнаангез ҳарф нагӯянд, то фазои муаттар аз атри ишқу муҳаббатро, ба кинаву бадбахтӣ олуда насозанд ва мушкилоти берун аз хилватгоҳро ба даруни хилватгоҳ накашонанд. Айшро ноқис сохта, оташи муҳаббатро бо оби сарди суханони дурушту бемулоҳиза хомӯш накунанд, балки ҳар сухане, ки меҳру муҳаббатро биафзояд ва сабабе барои ҷазбу ҷалб ба сӯйи якдигар бошад, бар забон биёранд. Зан дар замони хилват бо ҳамсар бояд худро арза кунад. Пешқадами зан дар масоили ҷинсӣ ва арза кардани худ дар ин хилватҳои хоса аҳамияти бисёр дорад. Гуфта гузаштем, ки мард вазифадор аст, ки ҳамаи харочоти зиндагиро таъмин созад ва зан вазифадор нест, то корҳои хонаро ба сомон расонад. Ҳарчанд ки маъмулан аз рӯйи майлу хоҳиши худ корҳои хонаро анҷом медиҳанд. Аммо дар баробари ин вазифаи мард зан вазифадор аст, ки барои мардаш оромиш фароҳам сохта ва ҳамвора худро барои иртиботи ҷинсӣ омода нишон диҳад, ба гунае, ки мард ягон эҳсоси камбудӣ ниёзи ҷинсӣ накунад.

Дар ҳақиқат омодагии доимии ҷинсӣ барои пешгирӣ аз ҳар гуна эҳсоси ниёз, корест, ки мебоист зан ба унвони ҳаққи шавҳар бишносад ва аз он кӯтоҳӣ накунад. Мутаассифона, бархе аз занон хидмати ҷинсӣ ба шавҳарро ор дониста, онро кори баде меҳисобанд ва бо ҳар баҳонаҳо аз он саркашӣ менамоянд. Дар ин ҳол мардон барои қонё гардондани нафси худ маҷбуранд, ба дигар тараф муроҷиат кунанд, ки ин боиси малоли

хотири зан ва ҷангу ҷанҷолҳои пурдавоми ҳаёти занашӯӣ мегарданд. Аз ин рӯ гуфтаанд, ёфтани шавҳар осонтар аз ҳифз кардани он аст, зеро мардон бо дидани занон ва ягон узви бадани занона, ҳатто, бо фикр кардан дар бораи зан, ғаризаҳои ҷинсияшон таҳрик мешаванд ва эҳсоси ниёз ба ҷинси латиф мекунанд. Агар ин ниёз аз сӯйи занаш бароварда нашавад, аз ҷойҳои дигар онро бароварда мекунанд.

Риояти беҳдошти ҷинсӣ, нест кардани мӯйҳои изофии бадан, ба тартиб даровардани мӯйҳои сар, интиҳоби маводҳои беҳдоштиву ороишӣ ва дигар маводҳои лозима бояд мавриди тавачҷуҳ қарор гирад. Нест кардани мӯйҳои узвҳои таносулӣ, ба хусус дар мардон, майли ҷинсиро афзоиш медиҳад.

Омодагӣ барои робитаи ҷинсиро бояд қабл аз омезиш эҷод кард. Занон бояд ба ин омодагӣ ба таври махсус тавачҷуҳ кунанд. Худро тозаву ораста карда, аз атру хушбӯйӣҳо низ фаровон истифода намоянд, зеро асосан мардон аз ҳисси биноииву бӯёӣ таҳрик мешаванд.

Ҳарчанд ки зан вазифадор аст, ки дар хилватҳои бо шӯяш худро аз лиҳози ҷинсӣ омода нишон диҳад, аммо мард ҳам вазифадор аст, қабл аз анҷоми амали ҷинсӣ бо зани худ бозӣ кардаву организми ӯро ба ҳамбистарӣ омода созад ва саросемаву шитобзада кори худро ба поён нарасонад. Балки бояд лаззат бурдани занашро аз иртиботи ҷинсӣ ҳам дар назар дошта, корро ба гунае давом диҳад, ки ҳарду аз иртиботашон лаззати пурра бурдаву ором гиранд.

Пас, аз омезиши чинсӣ, майли чинсӣ дар мардон ба шиддат паст мешавад, дар ҳоле, ки дар занон чунин нест ва интизори навъе ишқбозӣ ва нигоҳе фаротар аз робитаи чинсии холис дар онҳо вучуд дорад, зеро фикри бозича будани зан барои мард ва нигоҳи яктарафаи мард ба бартараф сохтани ниёзи чинсии худ, занонро озор медиҳад. Бинобар ин мард бояд ба воситаи ишқбозии пас аз омезиш, посухгӯи ин хостаи ҳамсараш низ бошад.

Ҳеч яке аз ҳамсарон, ба хусус зан набояд эҳсос кунад, ки фақат туъмаи чинсии шарикаи зиндагии хеш аст. Аз ин рӯ изҳори ишқ алоқа ва ризоиятмандии баъд аз омезиш ҳам бояд идома дошта бошад. Чаро ки изҳори ишқ баъд аз наздикии чинсӣ, муҳаббати ду тарафро ба якдигар собит месозад ва нишон медиҳад, ишқи онҳо танҳо ба мақсади бароварда кардани ниёзҳои чинсӣ нест, зеро шиддати майли чинсӣ коҳиш ёфтааст ва муносибат бештар ба таври эҳсосӣ худро нишон медиҳад. Ҳамчунин изҳори ишқ пас аз хуфту хоб ҳисси мардонагӣ ва занонагиро дар онҳо тақвият медиҳад. Ҳар марде, замоне ифтихор мекунад, ки зан пас аз наздикӣ ўро таъриф намояд. Илова бар ин ҳар зане ҳам меҳонад бидонад, ки лаёқати ҷавобгӯӣ ба хостаҳои чинсии шавҳарашро дорад ё не? Изҳори ишқ пас аз хуфту хоб эҳсоси нигаронӣ аз як амали ба зоҳир ҳайвониро аз байн мебарад ва ба робитаҳои шумо ишқу муҳаббати инсонӣ меафзояд ва агар дар робитаи чинсӣ яке аз ҳамсарон ё ҳарду ком набардоштанд, ин мафҳуми онро надорад, ки ишқу алоқаашон аз байн рафтааст. Не, ишқу муҳаббат

доранд ва маҳрум шудан аз баровардани ниёзи чинсӣ сабаби аз байн рафтани муҳаббат миёни зану шавҳар намешавад.

Изҳори ишқ пас аз хуфтухоб ва дар хилвати занашӯӣ шурӯи хуберо дарак медиҳад, ки бо ҳеч ҷумлаву иборате наметавон шӯру шавқи лаззати чинсиро тасвир кард. Умдатан дилбастагии шумо ва нигоҳу назаратон ба бистари хуфтухоб муайян месозад, чӣ қадар шумо аз робитаи чинсӣ лаззат мебаред. Пас, ишқбозӣ дар ҳар марҳила, заминаи шӯру шавқи дафъаи баъди ро бехтар фароҳам месозад. Илова бар ин бояд таваҷҷуҳ дошт, ки ҳеч гоҳ наметавон барои наздикии чинсӣ замони муайянеро таъин кард. Инсон мисли мошин нест, ки бар асоси дастурмал ва формулаи ҳосе рафтор кунад. Замоне, ки ҳама чиз аз назари физиологӣ омода бошад, инсон омодаи хуфтухоб аст ва меъёр дар муваффақияти чинсӣ марҳалаҳои он нест, балки расидани якҷояи зану шавҳар ва фаъолияти ҳамоҳанги онҳо барои расидан ба оргазм аст. Робитаи чинсӣ миёни зану мард бояд ба гунае бошад, ки онҳо бе ягон шарму ҳаё ба қуллаи лаззати чинсӣ бирасанд. Расидан ба қуллаи лаззати чинсӣ худхоӣ нест. Вақте ки инсон дар сояи авҷи лаззати чинсии ҳамсар худ низ ба оргазм мерасад, ин худхоӣ номида намешавад, балки як навъи фидокорист.

Рӯяи накардани қоидаҳои беҳдошт мумкин аст, зану мардро ба бемориҳои микробӣ, ё сироятӣ ва ё вирусӣ дучор кунад. Маҳалли таносуӣ ба хоҷаи мондани чирку ифлосӣ ва дигар фасодҳо бӯи хеле баде медиҳад. Бояд қабл аз наздикӣ масонаро аз пешоб холӣ кунанд,

олоти таносулиро бо обу нимгарму собун нағзакак бишӯянд. Махсусан агар ҳамом кунанд, баданашон бӯи хосе медиҳад, ки барои ҳамдигар хушоянд аст. Онҳо бояд баъд аз хуфтухоб низ ҳатман пешоб кунанд ва худро хуб бишӯянд, то гирифтори уфунатҳои таносули нашаванд.

Хуфтухоби комил вақте ба амал меояд, ки зану мард дар шароити муносиб аз назари ҷисмиву рӯҳӣ, ду марҳаларо бо муваффақият анҷом диҳанд. Марҳалаи аввал: Омода сохтани талаботи ҷинсии ду тараф. Марҳалаи дувум: Ҳаяҷону авҷи лаззат ва инзоли манӣ. Ин ду марҳала бояд муназзам ва пайдарпай анҷом пазирад, он ҳам бо равиши зебову мурағаб. Ҳар гоҳ яке аз ин ду марҳала ноқис анҷом гирад, сарчашмаи баъзе норухатиҳои ҷисмию рӯҳӣ мегардад.

Зан бояд дар замони хилват бо шавҳараш ширинзабону хушрафтор бошад ва ҳар гуна пардаву ҳичобро аз миёни худу шавҳараш бардорад ва комилан ҳаёву хичолатро аз худ дур кунад ва ҳамин, ки аз хилватхона берун омад, либоси ҳаёро ба тан кунад ва намунаи иффату виқор бошад. Пас, агар ҳамеша боҳаё бошад, бехтарин зан нахоҳад буд ва агар ҳам доимо таннозу ишвагар бошад, зани хубе нахоҳад буд. Хулосаи гап ин, ки зан бояд либоси разму базми худро бишносад ва ҳар яке аз онҳоро дар ҷои худ бипӯшад.

Фарзанддорӣ

Фарзанд нахли умр ва ширинии ҳаёти заносӯйӣ аст. Вучуди фарзанд пайванди заносӯйиро устувору мустаҳкам намуда, марду занро ба хонаву зиндагӣ дилгарм месозад. Бо фарзанд муҳити хона ба худ фазои дилнишинеро касб мекунад ва хонаро босафову тароват мегардонад. Мард барои зану фарзандонаш талошу кӯшиши бештар мекунад ва зан ба хонаву дараш дилбаста мегардад.

Мавзӯи фарзанддор шудан гоҳ-гоҳ ба ихтилофу баҳсҳо дар оила сабаб мешавад. Муҳаббат ба фарзанд ва фарзандоварӣ орзуи табиӣ ҳар инсон, балки ҳар як мавҷуди зиндаест. Вучуди фарзанд самараи даврони издивоҷ ва беҳтарин ёдгори умри инсон аст. Агар инсон фарзанд дошта бошад, бо мурдан дафтари умраш баста намешавад, балки гӯё бо умри бисёр дароз офарида

шудааст, чунки фарзандон давоми умраш мегарданд. Шахси бефарзанд хештанро танҳову бекас ва бепаноҳ эҳсос мекунад ва ин ҳиссиёти танҳой дар даврони пирӣ шадидтар гашта, бисёр рӯҳафтодакунанда мешавад. Хонаи бефарзанд вайронаеро мемонад, ки ҳаракату чунбучӯш надорад. Издивочи бефарзанд бепоя аст.

Нигоҳубин ва таълиму тарбияи фарзанд мушкилиҳои зиёд дорад, лекин чун пораи чигарамон асту Худованд меҳри падариву модариро зотан дар вучудамон ниҳодааст, ин хама душворихоро таҳаммул мекунем.

Ҳарду нафар дар пайдоиши кӯдак саҳмгузоранд. Бинобар ин фарзанддорӣ низ вазифаи муштараки зану шавҳар аст, на танҳо вазифаи зан. Албатта, маълум аст, ки модарон бо майлу рағбати беандоза фарзандашонро нигоҳубин мекунанд ва корҳои тозагиву тару хушк кардан ва шир додану дигар корҳои вобаста ба кӯдакро ба ҷону дил анҷом медиҳанд ва барои парасторию нигоҳдории ӯ ба ҳар гуна ранҷу азоб тоқат мекунанд. Лекин шавҳар ҳам набояд фидокориҳо ва заҳматҳои ҳамсарашро нодида бигираду бигӯяд: Тарбияи фарзанд вазифаи зан аст ва ман дар ин бора масъулияте надорам.

Гоҳе зану шавҳар дар бораи фарзанддор шудан ихтилофе надоранд, лекин дар бораи дер ё зуд ба дунё омадани он дар байнашон нофаҳмиҳо пайдо мешавад. Дар ин замина ба навхонадорон пешниҳод мегардад, ки дар фарзанддор шудан зиёд саросема нашаванд. Бо чанд сабаб:

1-Солҳои аввали зиндагӣ лаҳзаҳои ҳассосест, чун ду инсон бо ахлоқи гуногун дар зери як бом ба ҳам меоянд, то

зиндагии якҷоя оғоз кунанд. Барои ҳамдигарро шинохтану дарк кардани ҳамдигар фурсате лозим аст. Ҳамсарон бояд ба ин хулосаи қатъӣ биёянд, ки метавонанд зиндагии якҷояро давом бидиҳанд ё на? Агар Худо накунад «ситораҳояшон ба ҳам рост наояд» ва тасмими аз ҳам чудо шуданро бигиранду бефарзанд бошанд, дар ин ҳолат тифле ятим намонад. Дар сурати фарзанддор буданашон баъзан вақт маҷбуранд ба хоҳири тифл худашонро қурбон кунанд, ки дар ин ҳол на зан аз зиндагӣ лаззате мебаранду на шавҳар.

2-Солҳои аввали зиндагӣ ширинтарин марҳилаи зиндагист ва ба дунё омадани тифл бар масъулияти ҷавонон меафзояд. Хусусан дар ин даврон, ки ҷавонон хеле зуд оиладор мешаванд, дар сурате, ки баъзан вақт ҳамсарон худ кӯдаканд ва ба тарбияву таҷриба ниёзи бештаре доранд. Аз ин рӯ дар ин муддат метавонанд шитоб накарда, аввал барои худ каме зиндагӣ кунанд, сафарҳо анҷом диҳанд, аз ҳаёти заносӯйӣ лаззату баҳра бибаранд, аз ҳама муҳим заминае барои ба дунё омадани тифл муҳайё созанд ва баъд фарзанддор шаванд.

Гоҳе ихтилофи завқу салиқа дар шумораи фарзандон аст. Мард мехоҳад фарзанди зиёд дошта бошад, аммо зан муҳолифат мекунад, ё баръакс. Беҳтар аст, зану шавҳар имкониятҳои молӣ ва шароитҳои зиндагиашонро ба назар бигиранд ва мувофиқи он дар бораи шумораи муайяни фарзандон маслиҳат намоянд. Гоҳе мавзӯи ихтилоф духтар ё писар будани фарзанд аст. Зану мард ҳарду бисёр вақт фарзанди писарро аз духтар афзалтар медонанд ва аз

духтардор шудан эҳсоси хурсандӣ намекунад. Вақте сохиби духтар шуданд, зан чун чорае надорад, сукутро ихтиёр мекунад, вале мард бисёр вақт изҳори норизой менамояд. Духтару писар чӣ фарқе доранд? Ҳарду фарзанд ҳастанду ёдгори падару модаранд. Ҳар ду инсонанд ва қобилияти пешравию тараққиётро доранд. Духтар низ, агар бо таълиму тарбияи дуруст парвариш ёбад, шахси барҷастае хоҳад шуд, ки метавонад барои ҷомеа хидматҳои арзандае анҷом диҳад ва падару модарашро сарафроз гардонад, ҳатто, духтар аз якҷанд ҷиҳат бар писар бартарӣ дорад. Аввал ин, ки маъмулан духтар ба падару модар меҳрубону дилсӯзтар мебошад. Писар вақте бузург шуду истиклол пайдо кард, аксари вақт ба падару модар чандон аҳамияте намедиҳад ва агар озораиш нарасад, нафъе ҳам ба ҳолашон намерасонад, лекин духтар дар ҳама ҳолат нисбатан ҳамаҷуз дилсӯз хоҳад монд. Махсусан, агар падару модар байни духтару писар фарқе нагузоранд ва ҳуқуқи духтаронро поймол насозанд, ҳамеша маҳбубу муҳтарам мемонанд. Дувум, аз назари иқтисодӣ маъмулан духтар камхарҷтар аз писар аст, зеро муддати монданиш дар хонаи падару модар камтар мебошад. Бештари духтарон ҳамин, ки ба балоғат расиданд, оиладор шуда, хонаи волидайнро тарк мекунад. То вақти рафтани ба хонаи шавҳар дар хонаи падар хидмати хонаводаро мекунад, чунки ҳама ташвишу заҳмати хона асосан бар дӯши духтари хона аст: хона мерӯбад, косаву табақ ва либос мешӯяд, хӯрок мепазад, бародар ё хоҳарашро ниғаҳбонӣ мекунад ва ҳоказо. Баъзан барои ҳудаш вақт

намеёбад. Вале писарон он қадар ба ташвишҳои рӯзгор вобаста нестанд аҳамият ҳам намедиҳанд. Шояд қисми камашон машғул шаванд, лекин хеле ба шумори кам. Маъмулан ба бозиву дилхушии худашон саргарм мешаванду ба қору бори хона даст намезананд, гӯё ин ҳама ташвиш фақат қори духтарон аст. Чунин фикри хаторо аз хурдӣ дар зеҳни онҳо ҷой дода, бо мурури солҳо тақвияташ медиҳем, то аз меҳнат қардан ор қунанд: хонарӯбӣ қори духтар аст, либосшӯӣ қори духтар аст ва ғайра. Вақте бузург шуду ногаҳон бо амри тақдир танҳо монд, аз дасташ ҳунаре намеояд, ҳатто, тухмо дуруст ҷухта наметавонад. Барои шикамашро сер қардан маҷбур аст ба хонаи қасе, ё ба ошхона биравад. Либосҳои ифлосаш ғарам мешаваду ба онҳо даст намерасонад, чунки ҳунари шустан надорад. Маҷбур аст, ё қасеро зораву илтимос намояд, то онҳоро бишӯяд, ё ба хонаи волидайн бурда партояд, то аз заҳматашон ҳалос шавад. Бо ин аҳвол баъзе писарҳо муддатҳои зиёде, ҳатто, гоҳо то охири умр дар қардани волидайн сарборӣ ҳастанд. Зодмандон ночоранд ҳарҷоти таҳсилотастро бипардозанд, қасби муносибе барояш пайдо қунанд. Агар хидмати қарбӣ равад, ду сол ҳам ғам бихӯранд ва ҳам ҳарҷоти хидматастро ба зимма бигиранд. Баъд аз он хонадораш қунанд, дар хонадорқунӣ низ барои маҳру сару либос ва қиҳози арӯсӣ маблағи зиёде сарф мешавад. Агар аз уҳдаи идораи рӯзгор набаромаду муҳтоҷ шуд, боз ҳам сарбории волидайн хоҳад гашт. Севум, агар падару модар байни духтару писар фарқе нагузоранд ва бо домодашон хушмуомила бошанд ва аз

дах як ҳиссаи муҳаббатҳоеро, ки нисбат ба писарашон доранд, ба домодашон низ дошта бошанд, дар гирифториҳову мушкилоти зиндагӣ домодашон низ зудтар ба кумаку ёрияшон мешитобад ва хеле босафотару бовафотар аз писар хоҳад буд.

Аслан, духтардор шудан магар айбу тақсири зан аст, ки шавҳару дигар аъзои оила ба ӯ эрод гирифта, дар духтарзой гунаҳгораш мекунад? Бисёр ҳодисаҳои нангинеро дидаем, ки мард ҳамсарашро ба хотири духтар таваллуд карданаш талоқ медиҳад, гӯё ҳамааш дар дасти он зани бадбахт бошад. Чӣ хел мешавад, баръакс зан агар аз гиребони шавҳараш бигирад, ки чаро аз ту фақат духтар таваллуд мекунам? Мард дар кадом ҳолат қарор мегирад? Ҳақиқати кор ин аст, ки ҳеч кадоме аз онҳо тақсир надоранд, ин ҳама бо хости Худованди бузург анҷом мепазирад. Ба Парвардгор вобастагӣ дорад, ки мо соҳиби духтар мешавем ё писар, яъне, ҳар касеро хост, писар медиҳаду ҳар касеро хост духтар медиҳад. Магар бар зидди хоставу иродаи Худованд метавонем ё ҳақ дорем, ки изҳори норизой намуда, шахси бегуноҳеро дидаву доништа гунаҳгор кунем? Дар ҳоле ки баъзеҳо ба нохуни фарзанд зор ҳастанд. Шукргузор бояд буд. Бисёр оилаҳо ҳастанд, ки бо вучуди 3-4 духтар доштанишон боахлонаву тифоқона зиндагиашонро пеш мебаранд. Масалан, яке аз дӯстони оиламон соҳиби 5 духтар буда, зиндагии хушу хуррамонае доштанд ва ҳатто, лаҳзае лаб ба шикоят намекушоданд. Ҳарчанд марди хонаро ҳар лаҳза пайвандон ягон зани «бачакун» додан мехостанд, вале ӯ

воқеан ошиқи ҳамсараш буду духтаронашро аз дилу чон дӯст медошт. Тамоми шароитҳои замонавиرو барояшон омода сохта, намегузошт гарде ба мӯяшон нишинад ва ҳамеша назди Худо шукрона мекард, ки соҳиби ин гуна неъматӣ бебаҳост. Вале чӣ мегӯед, баъд аз понздаҳ соли зиндагиву таваллуди панҷ духтар ногаҳон соҳиби писарчаи дӯстрӯяке ҳам гаштанд ва дар зарфи 3 сол сафашон ба 3 нафар расид.

Бахше аз олимони ақидадоранд, ки таваллуди духтар ё писар ба навъи хӯрокҳои вобастагӣ дорад, ки модар дар ду моҳи аввали бордорӣ истеъмоли менамояд ва бар ин назаранд, ки бо истифода аз барномаҳои махсуси ғизоӣ метавонем, фарзанди дилхоҳро ба дунё биёварем. Бинобар ин касоне, ки хеле хоҳишманди доштани писар ҳастанд, беҳтар аст бо мутахассисони ин соҳа дар ин бора машварат намоянд. Беҳудаву баҳуда айши худу ҳамсарашонро талх нагардонанд.

Вобаста ба ин мавзӯ гуфтаҳои шоирро низ изофа мекунем, ки айни мудаост:

Маишав ғамгин, агар духтар бизодӣ,

Ки аз духтар бувад пайваста шодӣ.

Басе духтар, ки соҳибтоҷ гардад,

Ба пешаи сад писар муҳтоҷ гардад.

Зан дар замони бордорӣ ниёзи шадиде ба оромиши фикрӣ ва ишқу муҳаббат ба зиндагӣ дорад, зеро асабҳои солиму оромиши фикрӣ ва шавқу алоқа ба зиндагӣ, ҳам дар саломатияш таъсири хуб дорад ва ҳам дар ҷисму равони кӯдаке, ки дар батнаш парвариш меёбад, таъсири

муфиде мерасонад. Таҳияву оmodасозӣ ва таъмини чуни муҳити амну оромйбахш низ бар уҳдаи шавҳар аст. Шавҳар ҳамеша бояд бо муҳаббатҳову навозишҳо ва дилчӯйхояш дили ҳамсарашро гарму ором ниғаҳ дорад, лекин дар замони дучонӣ бояд ин барнома ро ду баробар зиёд намояд. Рафтори шавҳар бояд ончунон бошад, ки ҳамсараш аз ҳодисаи муҳиму наве, ки ба вучуд меояд, эҳсоси ғуруру шодмонӣ кунад ва бар хештан бйболад, ки масъулияти парвариши як инсонӣ хубу солим бар зиммааш ниҳода шудааст. Ба хубӣ эҳсос кунад, ки шавҳараш бо тамоми вучуд ўро дўст медорад ва ба фарзандаш низ комилан дилбастагӣ дорад.

Муҳимтарин ва ҳассостарин вазифаи падару модар парваришу тарбияи фарзанд аст. Дар ин бора падару модар ҳарду масъулият доранд, лекин бахши вазини ин кор маъмулан бар дўши модарон мебошад, зеро онҳо ҳастанд, ки метавонанд ҳамеша кўдакони хешро ниғаҳбонию хифз намоянд. Агар модарон ба вазифаи сангину муқаддаси модарӣ ошно бошанд ва бо барномаи саҳеҳу дуруст навниҳолони ҷомеаро парвариш диҳанд, метавонанд вазъияти умумии як ҷомеа, ҳатто ҷаҳонро ба таври куллӣ дигаргун созанд. Аз ин рӯ тараққӣ ва таназзул, пешрафту ақибмондагии ҷомеа дар дасти бонувон ва дар ихтиёри онҳост.

Бисёре аз мардум аз маъноӣ саҳеҳи тарбия ғофил буда, байни таълиму тарбия фарқ намегуздоранд. Тарбияро як навъ таълим мепиндоранд. Ҳаёл мекунанд, бо ёд додани якчанд калима, сухану мафҳумҳои судманди динӣ ё

тарбиятӣ ва ба воситаи панду андарзҳои ҳақимону шоирон ва нақли саргузаштҳои мардони нек метавонанд, фарзандонашонро таҳти идораи худ қарор дода, мутобиқи майли дилашон тарбия намоянд. Масалан, гумон мекунанд, агар оятҳои ҳадисҳои вобаста ба мазамати дурӯғгӯйиро ба кӯдакон ёд додаанд ва маҷбурашон кардаанд, ки чандин ҳадису дoston дар бораи фазилатҳои ростгӯӣ аз бар кунанд ва ҳатто, дар пеши мардум бихонанду ягон тухфаеро соҳиб шаванд, ҳатман ростгӯ тарбия хоҳанд шуд. Дар сурате, ки дар мавриди тарбия танҳо ба ин миқдор наметавон қаноат кард. Албатта, аз ёд кардани ояту ҳадисҳо, шеърҳои ҳикояҳо ва дostonҳои омӯзанда беасар несту таъсири хубу амиқе дар рафтору гуфтори фарзанд мегузорад, лекин он чизеро, ки мо аз тарбият интизор дорем, бо ин роҳу барномаҳо наметавонем ба даст оварем. Агар дар талоши тарбияи дурусту комил бошем, бояд кӯдакро дар шароити ҳолатҳои хося қарор диҳем ва муҳити хубу муносиберо барояш ба вуҷуд оварем, ки табиатан ростгӯву солаҳ ба воя бирасад. Муҳити нашъунамо ва парвариши кӯдак, агар муҳити ростӣ, дурустӣ, имондорӣ, амонатдорӣ, покизагӣ, шуҷоат, хайрхоҳӣ, меҳру вафо, самимият, адолат, қору кӯшиш, ифғат, озодӣ, баландҳиммати, ғайрат, фидокорӣ бошад, кӯдак низ бо ҳамин сифатҳо одат карда, тарбият меёбад. Ҳамчунин агар дар муҳити хиёнат, бадӣ, дурӯғ, ҳиллабозӣ, чоплӯсӣ, ифлосию чиркинӣ, буғзу кина, нифоқ, кӯтоҳфикрӣ, дурӯягӣ, маҳрум аз озодиву ҳуқуқҳои хеш парвариш ёбад, хоҳ нохоҳ ба ин сифатҳои зишт одат карда,

фосиду бадахлоқ тарбия мешавад. Дар ин сурат агар садҳо шеърӯ дoston, ояту ҳадисҳо ва панду андарзҳоро бидонаду аз ёд бихонад ҳам, дар ахлоқаш заррае таъсир нагузошта, ба андозаи як амали омӯзонанда ўро ислоҳ нахоҳад кард. Падару модари дурўғӯ наметавонанд, ба воситаи ояту ҳадис кӯдакро ростгӯ тарбия намоянд. Падару модари бадахлоқ бо амали худашон бачаро бадахлоқ мегардонанд. Кӯдак пеш аз он ки ба ҳарфу суханони мо таваччуҳ кунад, ба амалу рафтори мо диққат мекунад. Аз ин сабаб падару модароне, ки талош доранд, фарзандашонро ислоҳу тарбия намоянд, бояд қаблан муҳити хонаводаву робитаҳои худашон ва ахлоқу рафтори хешро ислоҳ намоянд, то фарзандашон низ боадабу солеҳ ва шоиста тарбият шавад.

Яке аз корҳои ҳассоси бонувон ғизоидиҳии фарзандон аст. Саломатию беморӣ, зиштиву зебой, ҳатто, хушахлоқиву бадахлоқӣ, зирақиву кундзехнии кӯдакон ба чигунагии хӯроки онҳо вобаста аст. Эҳтиёҷоти ғизоии онҳо бо бузургсолон яқсон нест ва дар сину соли гуногун низ тағйир меёбад ва бонувони фарзанддор ин ҷиҳатҳоро бояд дар назар бигиранд. Беҳтарин ва комилтарин ғизоҳо барои навзодон шири модар аст. Тамоми моддаҳои, ки барои ғизогирӣ ва рушди бадани кӯдак зарур аст, дар шир ҳаст. Аз ҳамин ҳисоб шири модар барои навзод аз ҳар ғизое солимтару беҳтар мебошад. Зеро таркиби шири модар барои узвҳои ҳозимаи тифл муносиб буда, ба осонӣ ҳазм мешавад ва илова бар ин қалбақиву сунъӣ нест. Лекин модароне, ки кӯдакони ширмак доранд, бояд ба ин мавзӯ таваччуҳ дошта бошанд, ки моддаҳои гуногуни

ғизоӣ ба василаи ширхӯрӣ дар ихтиёри ҷисми онҳо гузошта мешавад. Ин моддаҳои дар шир мавҷудбуда ба воситаи шири модар бояд таъмин шавад. Чигунагии шири модар ба навъу миқдори хӯроки модар вобастагӣ дорад. Ба ҳар андоза хӯроки модар гуногуну пурғизо ва комил бошад, ба ҳамон андоза шираш низ комилу пурғизо мешавад. Бинобар ин ба модари ширдеҳ лозим аст, ки дар он айём ба хӯрокҳое, ки истеъмол мекунад, таваҷҷуҳи зиёд дошта бошад. Бояд ғизояш аз витамини сафедаҳо ва дигар моддаҳои зарурӣ ғанӣ бошад, то битавонад, эҳтиёҷоти худаш ва кӯдаки навзодашро таъмин кунад. Навзодро муназзам ва дар соатҳои таъйиншуда шир бидиҳад, то бо назму тартиб одат кунаду бурдборию сабурӣ биёмӯзад. Меъдаву узвҳои ҳозимааш солим бимонад. Агар ба назму тартиб риоя накарду ҳар вақт гирия кард, ба даҳонаш пистон гузоштед, ба ҳамин аҳвол одат мекунад. Ақидаи дигаре ҳам ҳаст, ки мегӯянд: ҳар вақт кӯдак хост, шир додан даркор аст, яъне, бо хоҳиши тифл. Кай мефаҳмед, ки гурусна асту шир хӯрдан меҳаҳад? Ҳар вақте гирия кард. Пас, аз ин тифл дигар аз хурдӣ одат мекунад, ки бо гирия кардан ҳар хоҳишаш бечуну чаро иҷро мешавад. Гоҳу ногоҳ гирияро сар медиҳад, то бар эҳсосоти шумо бозӣ карда, гапашро гузаронад. Агар калон ҳам шуд, ин беназмиро аз даст намениҳад. Вақти озодашро дуруст истифода бурда наметавонад. Дар мушкilotи зиндагӣ сабру таҳаммул надораду бо андак чизе асабӣ мешавад ва ҷангу ҷанҷолро оғоз мекунад, ё ба гирияву зорӣ медарояд. Ҳаёл накунад, ки риояи назму тартиб дар бораи навзод

душвор аст. Агар чанд рӯзе сабру таҳаммул ба харч бидиҳед, ба зудӣ бо барномаи дилхоҳи шумо одат мекунад. Духтурони кӯдакона изҳор медоранд, ҳар се ё чаҳор соат пас тифлро як бор бояд шир дод. Ҳангоми макондан навздро дар бағал бигиред, то илова бар ин ки шир хӯрдан барояш осон гардад, аз меҳру муҳаббат ва меҳрубонии шумо низ бархӯрдор бишавад. Ин эҳсоси меҳру муҳаббат, ки ҳангоми макидани сина ба фарзанд мунтақил мешавад ва ҳамчунин назм дар ғизохӯрии ӯ дар шахсияти ояндааш таъсиргузор хоҳад буд. Кӯдак дар батни модар ба садои қалби модар гӯш карда одат мекунад. Вақте ки дар ин дунёи барояш пурошӯбу чадид арзӣ ҳастӣ мекунад, ҳамон садои ошнову азизро, ҳангоме ки мо ӯро ба рӯи диламон гузошта, шир мемаконем, мешунавад ва барояш хеле оромкунандаву рӯҳнавоз аст. Ҳарчанд мо саргарми қору бор ва ташвишҳои зиндагӣ ба ин ҷузъиётҳо зиёд таваччуҳ намекунем. Инро олимони кайҳо омӯхта, муайян кардаанд.

Ҳангоме ки дар ҷоғаҳи хобамон меҳобем, навздро набояд паҳлуи худ гирифтаву шир бидиҳем. Зеро мумкин аст, дар ҳамон ҳоле ки пистонамон дар даҳони ӯст, хобамон бурда монад ва ба ин сабаб он тифли бегуноҳро, ки наметавонад аз ҳудаш дифоъ кунад паҳш карда, нафасгир кунем. Ин гуна қорҳоро баъзеҳо ғайриимкон меҳисобанд, лекин аз ин қабил ҳодисаҳо бисёр рух додааст.

Аз ҳаммом додану оббозӣ доронданаш ғафлат наварзед. Агар имконияту шароит бошад, то шашмоҳа шуданаш ҳар

шаб шустушӯяш намуда, ба баъзе ҷои баданаш хокаи сафеда ва ба ҷойҳои хушки баданаш равғани маҳсули кӯдакона бимолед. Дасту рӯяшро ҳар сахар бишӯед. Чашмони навздро то шашмоҳа шуданаш бо маҳлули маҳсус бишӯед, то аз хилту чиркҳо тоза шавад. Биничаашро низ тоза кунед, то роҳи нафасаш кушода гашта, ба осонӣ нафас бикашад. Агар қоидаҳои гигиениву беҳдоштро риоят накунем, мумкин аст бемор ё талаф шавад. Аз бемориҳои сурхак, фалачи атфол, кабудсурфа ва ғайра, ки ваксина доранд, онҳоро эм намоем, то аз хурӯчи ин бемориҳо ҷилавгирӣ кунем. Чунки масунияти ҷисми навзод то он дараҷа қавӣ нест, ки дар муқобили микробҳову бемориҳо истодагарӣ карда тавонад. Дар синну солҳои мухталифи ба воя расиданашон низ таваҷҷуҳамонро нисбат ба онҳо заррае кам накарда, аз маслиҳатҳову тавсияҳои муфиди олимону мутахассисон васеъ истифода карда, барои боз ҳам нашъунамо ёфтанишон аз ҷиҳати фикрию ҷисмӣ саъю кӯшиши беандоза намоем. Ҷӣ хеле мегӯянд: «Илоҷи воқеаро пеш аз вуқӯъ бояд кард». Агар аз қоидаҳои тозагиву беҳдошт риоя намоем, метавонем фарзандони солиму боҳуш ва нерӯманде парвариш диҳем ва аз хеш ба ёдгор бигузorem.

Талок

Издивоч куртаву чуробхарӣ нест, ки агар маъкулат нашуд, дур партоӣ ва дигарашро бихарӣ. Заношӯӣ як паймони муқаддаси инсонӣ ва пайванди маънавӣ аст. Ду инсон бо ҳам аҳду паймон мебанданд, ки то охири умр ёру ғамхор ва муниси ҳам бошанд. Ба эътимоди ҳамин паймони муқаддас аст, ки духтар домони падару модар ва хешонашро раҳо карда, бо садҳо умеду орзу ба хонаи шавҳар қадам мегузорад ва сармояи иффати худашро дар ихтиёри ӯ қарор медиҳад, то аз зиндагии ширину афсонавӣ лаззат бибарад. Мардон вазифадоранд, ки дар чомаи амал пӯшидани орзуҳои неки завчаашон талош намоянд.

Дар баробари ин, бо боварӣ ба ҳамин паймони малакутӣ аст, ки мард низ маблағи ҳангуфте харҷ карда, тӯю сур дода, асбобу анчоми рӯзгорро омодаву таҳия мекунад. Шабонарӯз барои осоиши хонавода заҳмат мекашад.

Издивоч ҳавасбозӣ нест, то зану шавҳар бо андак баҳонае онро барҳам бизананд.

Аксар талокқое, ки воқеъ мешаванд, маншаи дурусту кобили таваччухе надоранд, балки бо баҳонаҳои кӯдакона ва дар асари кори хурду беаҳамияти зан ё шавҳар анҷом мегирад, ки арзиши онро надоранд, то ба хотири онҳо муҳити муқаддаси заношӯиро аз байн бибарем. Лекин нодониву худхоҳии зан ё шавҳар кори кӯчаку чузӯиро ҷунон муҳиму калон ҷилва медиҳад, ки сулҳу созишро ғайриимкон мегардонад.

Зану марде, ки қасди ҷудой доранд, набояд саросема шаванд. Беҳтар аст, пеш аз ҳама ҷиҳатҳои кор ва ояндаи ҳешро ба хубӣ бисанҷанд, сипас тасмим бигиранд. Махсусан, дар ду ҷиҳати кор бояд комилан бияндешанд.

Аввал, зану марде, ки ҷудо мешаванд, шояд фикр доранд, баъдан бо дигаре издивоҷ мекунанд. Мард ба худ меандешад: Занамро талок медиҳам ва бо зани дигаре, ки мувофиқи майлам бошад, издивоҷ мекунам. Зан низ ба худ фикр мекунад: Аз шавҳарам талок мегирам ва бо як марди хубу идеалӣ оила барпо мекунам. Лекин зану мард бояд бидонанд, ки дар сурати ҷудой, дар ҳар вазъият номашон бад мешавад, ҳавасбозу худхоҳ, бемулоҳизаву бевафо муаррифӣ мешаванд. Дувум, зану шавҳаре, ки дар андешаи ҷудоиянд, агар дорони фарзанд ҳастанд, бояд ба фикри онҳо низ бошанд. Чунки дар натиҷаи ҷудоии волидайн беш аз ҳама фарзандон дучори зарбаи саҳти моддиву маънавӣ мешаванд. Ояндаи дурахшони онҳо зери суол монда, дар нимароҳи тақдир сарсонӣ саргардон хоҳанд буд. Осоишу оромиш ва хушии бача дар ин аст, ки падару модараш бо ҳам бошанд, то ӯ дар сояи давлати падару модар парвариш биебад. Аз меҳру муҳаббатҳои

хардуи онҳо баҳра бурда, даврони тифлиашро бе садамаи рӯхию беғамона паси сар намояд. Аз ин айёми тилоии ҳаёт хотироту саргузаштҳои неку фаромӯшношудание дар зехнаш ба ёдгор бимонад. Агар ин зиндагии муштарақ аз ҳам бипошад, хонаи умеду орзуҳои фарзанд вожгун гашта, даврони хушии ӯ хотима меёбад. Агар падараш ӯро ниғахбонӣ кунад, аз меҳру муҳаббатҳои поку беолоиши модар маҳрум мегардад ва агар модар сарпарастии фарзандонашро ба уҳда бигирад, он тифли маъсум аз парасторию меҳри падарӣ маҳрум хоҳад гашт. Ба ғайр аз маҳрумияти меҳри падарӣ, аз чиҳати иқтисодӣ низ бар фарзандон саҳт мегузарад, чунки мутаасифона, мо, тоҷикон, расму қонуни нонавиштае дорем, ки маъмулан баъд аз талоқ падар аз фарзандонаш тамоман даст кашада, аз пайи ташкили оилаи нав мешавад. Тарбияи фарзандон ба дӯши модар вогузор мешаванд, модаре, ки аз чинси латиф буда, худ ба нигоҳубину таъминоти моддӣ ниёзи бештар дорад. Ҳатто, ҳолатҳоеро вомеҳӯрем, ки мард занро бо фарзандонаш аз хонаи ҳаққи ҳалолаш пеш мекунад, ки хеле рафтори зишту ғайриқобили таҳаммул аст.

Бар ҳама рӯшан аст, ки ба модари танҳо таъминоти 2-3 ва зиёда аз ин фарзандон бо ҷои зисту зиндагӣ, сару либос, хӯрду хӯрок ва дигар ниёзҳои аввалия хеле мушкилу тоқатфарсо мебошад. Модар маҷбур аст, дар пайи дарёфти ризку рӯзӣ аз субҳ то шом кор кунад, чунки падари фарзандон аз зиндагияш онҳоро ба тамом хат зада берун кардааст ва дунболи зиндагии ҷадиду орзуву ҳавасҳои худаш асту вақте барои дидорбинии фарзандон ва пуле барои харчи зиндагии онҳо «надорад». Модар машғули

гирудори саҳти зиндагӣ фурсати ба бачаҳо расидан намеёбад. Дуруст аст, ки бачаҳо аз гушнагӣ намемиранд, вале аз бисёр хушихову лаззатҳои ҳаёти ширини кудакӣ баҳрабардорӣ карда наметавонанд. Аз сабабе, ки касе ба онҳо тавачҷуҳо ғамхорӣ намекунад, беназорат монда, мисли гиёҳҳои хурҷу саҳроӣ рушд менамоянд. Аз таълиму тарбияи дуруст дур мемонанд, аксарашон ба роҳҳои бад мераванд, ки оқибатҳои фоҷиабореро дар пай доранд.

Фарзанд мисли навниҳолесту волидайн вазифадоранд, ба монанди боғбонони пуртаҷрибаву мохир онҳоро бо ҳам тарбия карда, ба камол бирасонанд.

Бо воқеъ гаштани талоқ муҳити гарми хонавода аз байн меравад ва фарзандони он хонавода бесарпарасту бепаноҳ мегарданд. Беҳуда нагуфтаанд, ки «ҳангоми ба забон рондани калимаи «Талоқ» аршу курсии Худованд ба ларза медарояд.»

Бародари азиз ва хоҳари гиромӣ, барои ризои Худо ва ба хоштири фарзандони бегуноҳатон фидокорӣ кунед, бар якдигар гузашт кунед, аз ҳавасбозӣ даст бикашед, айбҳои кӯчакро нодида бигиред, беҳудагириро ситезаҷӯӣ накунад. Бидонед, ки дар дунё одами беайбу нуқсон вучуд надорад. Бар оқибати кори худатону фарзандонатон хуб бияндешед, онҳо гунаҳгор нестанд. Ин тифлони муштипар аз шумо интизор доранд, ошиёнаи гарми онҳо, яъне, муҳити гарми оилавино аз байн набаред ва он ҷуҷаҳои бепару болро дар чорроҳаи тақдир хайрону саргардон насозед. Чунки фарзандон метавонанд, танҳо дар оғӯши гарми волидайн хушбахтона ба камол расанд. Ширинии зиндагино эҳсос кунад ва аз ҳаёт лаззат бибаранд.

Пасгуфтор

Қурбонӣ Дилафрӯз 2 июли соли 1981 дар деҳаи Душанбеи ноҳияи Фархор дида ба олами ҳастӣ кушодааст. Айёми тифлию наврасияшро дар ҳамон ҷо паси сар кардааст. Пас аз хатми мактаби миёнаи рақами №52 ба омӯзишгоҳи омӯзгории шаҳри Кӯлоб ҳуччат супорида, пас аз таҳсил соҳибхтисос мегардад. Барои идома додани таҳсил, ба пойтахти кишвар-Душанбе раҳсипор мешавад. Дар Донишгоҳи давлатии хунараҳои зебои ба номи М. Турсунзода дохил шуда, ҳамзамон дар ансамбли эстрадии «Гулшан» ба фаъолияти сарояндагӣ шурӯъ мекунад. Дар ҷамъомадҳову чорабиниҳои давлатӣ ширкати фаъолони менамояд. Новобаста ба душвориҳои донишҷӯӣ чанд суруд оҳанг сабт кардаву ба навор мегирад. Дар барномаҳои театрий низ худашро санчида, нақшофарӣ намудааст.

Баъди хонадоршавӣ, худашро ба оила мебахшад ва сахнаи хунарро тамоман тарк намуда, канор меравад. Бо амри тақдир чандин сол дар Федератсияи Россия кору зиндагӣ кардааст. Оиладор, соҳиби 3 фарзанд.

Аз хурдӣ ба шеърӯ дӯстон, назму наср, хулоса ба адабиёти классики муосир шавқу рағбати беандоза дошт. Орзуи аҳли фарҳангу соҳибқалам шуданро дар дил мепарварид, зеро волидайнӣ фарҳангдӯстдораш ӯро дар як муҳите ба воя мерасонданд, ки саршор аз илму адаб, нақхати хирад ва атри нафиси камолот буд. Ҳанӯз хонандаи синфи панҷум буд, ки шеърӯнаҳоро аз эҷоди хеш ба як дафтар чамъ оварда, мутаассифона, онро аз даст медиҳад. Ба сабаби ин зарба дигар аз навиштан даст мекашад, вале ҳеҷ гоҳ аз олами зебои адабиёту фарҳанг дур набуда. Чандин муддат аст, бо пеш омадани шароити мусоид қаламро дӯсту ҳамнафаси хеш қарор дода, ба навиштану эҷод машғул аст. Мусоҳибаву мақолаҳо, дӯстонҳову ҳикояҳояш дар матбуоти даврӣ, аз ҷумла «Фирӯза», «Адабиёт ва санъат», «Ҷумҳурият», «Омӯзгор», «Ҷавонони Тоҷикистон», «Чархи гардун», «Оила», «Дишидак», «Роҳнамои хонавода» ва ғайра, пайваста рӯи чоп меоянд. Ба узвияти Иттифоқи журналистони Ҷумҳурии Тоҷикистон пазируфта шудааст. Китобҳои то имрӯз рӯи чоп омадаш: китоби «Қуръоннома»-и доктор Умеда Маҷд (баргардон аз фосӣ ба сириллик), китоби «Китоби орзуҳо», китоби «Ҳикоятҳои оқанда аз ҳаёт»-хотироти шифоҳии академик Муҳаммадҷони Шакурии Бухорӣ (рӯи чоповаранда), китоби «Мӯйсафед»-и Аминеи Деҳқӣ (баргардон аз форсӣ

ба сириллик), китоби «Чуръае аз чом» аз «Ҳафт авранг»-и А. Чомӣ (баргардон аз форсӣ ба сириллик), китоби «Шоҳмот бо мошини қиёмат»-и Ҳабиби Аҳмадзода (баргардон аз форсӣ ба сириллик) ...

Дар шабакаҳои иҷтимоӣ иштироки фаёлона дошта, мекӯшад дар фазои маҷозӣ низ рисолати адиб буданро сарбаландона анҷом диҳад.

Забонҳои тоҷикӣ, русӣ ва хатти форсиро мусаллат буда, ба қорҳои тарҷумавию баргардонӣ низ машғул аст. Айни ҳол дар баҳри беканору маввочи «Адабиёт» бо заврақи сухан ба шиноварӣ машғул мебошад. Умед бар он мебандад, ки дар ҷодаи фарҳангу адабиёти кишвар заҳмат кашида, ба халқи азизу сарбаландаш хидматҳои шоёнро ба анҷом бирасонад.

МУНДАРИЧА

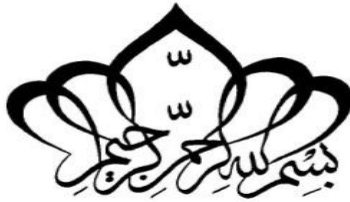
Пешгуфтор
Туро дилест пур аз вафову муҳаббат
Муқаддима
Чаро издивоҷ кунем?
Интихоби ҳамсари шоиста
Меҳру муҳаббат
Эътимоду боварӣ
Қадршиносӣ
Парҳез аз айбҷӯӣ
Созгорӣ
Сарпарастии хонавода
Рӯзгордорӣ
Ҳамбистарӣ
Фарзанддорӣ
Талоқ
Пасгуфтор

مقدمه:

هر پسر و دختری آرزومند آنند، که ازدواجی موفق و زندگی شایسته و شیرینی داشته باشند. ازدواج یک خواسته طبیعی و از نعمت‌های بزرگی الهی به حساب می‌رود. عائله داری کار آسانی نیست، بلکه رمزهای دارد، که هر کس کاملاً به آنها شناس باشد، می‌تواند همسرش را مطابق آرزوهایش راه نمائی نموده، او را به یک جفت دلخواه و ایده آل، حتی به یک فرشته رحمت تبدیل کند.

با استفاده از معلومات‌هایی، که از کتابها، مقالات و مطلب‌های اینترنتی دسترس کرده ام و همچنین بی واسطه از تجربه‌های زندگی شخصی خودم و اطرافیان تلاش می‌کنم، تا به چند بحث و مساله وابسته به عائله داری پرداخته و انشاءالله توصیه‌ها و مصلحت‌های مفید به خوانندگان پیشکش گردانم.

دل افروز قربانی



رازهای عائله‌داری

از همه عزیزانی که در راه پرفراز ادبیات و در چاپ این کتاب
مصلحت‌گر و راهنماییم بوده و هستند سپاسگزارم.

دل تاجیک

مؤلف: دل افروز قربانی

محرر: حورالنساء علیزاده

صفحه بندی و طراحی جلد: رامش شیوعلی

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۳ (۲۰۱۴)

شمارگان: ۵۰۰

