

И.И. ГОРПИНЧЕНКО, Ш.Ш. ҲАКИМОВ,  
Ш.А. ЗОКИРХЎЖАЕВ

# ҲАЁ ВА ИБО СИРЛАРИ



Тошкент  
Ибн Сино номидаги нашриёт  
1992

Русча матни профессорлар *А. Ф. Возианов*  
ва *Д. Л. Арустамов* тақриз қилишган.

**Горпинченко И. И.** ва бошқ.  
Г 74 Ҳаё ва ибo сирлари / И. И. Горпинченко, Ш. Ш.  
Ҳақимов, Ш. А. Зоқирхўжаев. — Т.: Ибн Сино но-  
мидаги нашриёт, 1992. — 143 б.

И. 1,2 Автордош.

**Горпинченко И. И.** и др. Откровенно о сокровенном.

Ешларга мўлжалланган бу китобда одам жинсий ахлоқининг  
интим масалалари кўриб-чиқилади, ҳаё ва ибo ҳақида очиқчасига  
сўз юритилади.

Жинсий ахлоқ маибалари, болаларда ва ёшларда сексуалликни  
шакллантириш масалалари таҳлил қилинади. Жинсий муносабатлар-  
даги келишмовчиликлар, уларга олиб келадиган асосий сабаблар,  
жинсий бузилишлар баён этилади.

Китобнинг айрим боблари жинсий ҳаёт гигиенаси ва психогиги-  
енасига, ҳозирги замон кишининг сексуал ахлоқи шакллариغا, бўйи-  
да бўлишдан сақланиш ва оилани режалаштириш усуллариغا  
бағишланади.

**ББК 56.9+57.1**

Г 4108110100—019  
М 354 (04)—92 72—92

ISBN 5—638—00601—X

© И. И. Горпинченко, Ш. Ш. Хақи-  
мов, Ш. А. Зақирходжаев, 1992.

© И. И. Горпинченко, Ш. Ш. Ҳақи-  
мов, Ш. А. Зоқирхўжаев, 1992  
(русчадан таржима).

## КИРИШ

Дўстлар, келинг, очиқчасига гаплашайлик! Зероки сиз бу китобни қўлингизга олиб, унинг саҳифаларини варақлар экансиз, ўз-ўзингиз билан очиқчасига ва самимий гаплашиш истаги туғилиши шак-шубҳасиз. Чунки сиз бу саҳифалардан шу маҳалгача «сир» сақланиб келинган нарсалар хусусидаги фикрларни ўқишингизга тўғри келади.

Энг аввало кўча-кўйда тез-тез такрорланиб турадиган манзарани кўз олдингизга келтиринг. Рўбарўингиздан аёл келаяпти. Нигоҳингиз бир дақиқа бўлса-да унга тушар экан, ташқи қиёфаси, қадди-қомати, ҳуснини беҳосдан «сурат»га туширади... Бундай ҳолларда камдан-кам эркак (аёллар бу борада ўзини бирмунча босиб олган ҳисобланади) дилининг аллақасерини чертиб ўтган аёл чеҳрасига қайрилиб боқишдан ўзини асрай олади. Илгарилари бундай пайтларда «шайтонга ҳай беринг!» дея ўзгалар ҳам, ана шу эркакнинг ўзи ҳам инсофга чақирарди. Эндиги одамлар сал бошқачароқ. Бунинг устига ана шу ўтиб кетган аёл эркакнинг «қитиқ патига тегиш учун» жўртталикка ўзини бозорга солганлиги ҳам эҳтимолдан ҳоли эмас. (Шу билан бирликда эркакларнинг тўсатдан аёлга бундай қаттиқ қараши унинг жисмоний соғломлигидан дарак беради). Ҳа, қадим-қадимдан аёллар қандайдир сирли жозибадорликлари билан эркакларни ўзларига ром этиб келганлар. Аёлнинг чеҳраси, кийими, сочининг тутами, умуман барча ташқи қиёфаси билан бирликда қандайдир ўзига хос оҳанрабоси ҳам мавжуд эканлигини инкор эта олмаймиз, албатта.

Карел Чапекнинг машҳур «Саламандралар билан жанг» номли афсонавий қиссасида қизиқарли бир лаҳза бор. Саламандралар бамисоли тюленлар ёки денгиз мушуклари сингари ўз оролларидаги қирғоқ бўйида қадим-қадимдан қип-яланғоч ҳолда ётардилар. Оролни забт этган колонизаторлар урғочи саламандраларнинг бирига кўйлак кийгизиб қўядилар. Майин матодан ти-

қилган кийим унинг танасига аллақандаи «жозиба» ато этган шекилли, оролдаги барча нар саламандралар ана шу мода саламандра томон талпина бошлайди. Қолган мода саламандралар ҳам нарларини ўзларига тортиш учун турли хил «ҳунар»ларини ишга солишга киришадилар.

Бу нимани билдиради? Бу ҳали юқорида айтилган оҳанрабодек ўзига тортувчи қудратли кучдир. Ҳажвчи ёзувчи бу ҳолатни жўрттага тубан махлуқларда намойиш этган. Демак, энг ожиз мавжудотларда ана шу «оҳанраболик» ҳисси мавжуд экан. Аслида эса бу қудратга фақатгина руҳияти ниҳоятда ривожланган иккинчи сигнал системаси орқали образлар, тимсоллар ёрдамида фикрлай оладиган, умуман мавжуд бўлмаган ҳолатларни ҳам кўз олдига келтира оладиган, яъни ҳаёл ёрдамида тасаввур қила оладиган инсонгина қодирдир. Ана шу ҳаёлий тасаввургина икки жинс ўртасида мавжуд бўлган тиббий магнетизмни, яъни оҳанраболикни фавқулодда кучайтириш қувватига эга.

Бироқ ана шу тасаввурнинг ҳам воқелик, ҳаётий қонунлар ва инсонийликнинг моҳиятидан келиб чиқувчи қаттиққўл ва шафқатсиз ҳакамлари бор. Бу ҳакамлар тасаввур парвозига «монелик» қилмаган ҳолда замонаси, шахснинг ўз имкониятларига мос келишини ақл тарозусига қўйган ҳолда иш тутишни талаб қиладилар. Зероки ҳаёт аллақандайдир жаннат маконида эмас, балки маълум ижтимоий тузум, ана шу тузумга хос бўлган анъаналар, тирик ва ахлоқ нормалари асосида кечади. Нафсламбрини олганда, севги — инсоннинг ҳаётдаги руҳий ҳолати асосларидан бири эканлигини ҳам унутмаслигимиз керак. Бу қонунни ўз манфаатлари йўлида қурбон қилиш оғир оқибатларга олиб келиши мумкин. Жамиятда қарор топган одат ва ахлоқ нормаларини поймол этиш, севги жабҳасидаги «енгил» ғолибларга маҳлиё бўлиш инсонийлик қонунларини бузишга олиб келади. Бундай шахслар Пушкиннинг «Тош меҳмон» фожиасидаги Дон Гуан сингари жазога мустаҳиқ бўлишлари турган гап. Шаҳвоний ҳирсга берилиш инсонни табиатан қашшоқлашишга олиб келмасдан, балки бефарқлик, бағритошлик, ўзини бошқалардан устун қўйиш каби иллатларнинг пайдо бўлишига, бундай кишиларнинг охир-оқибатда ҳаёт мазмуни — маишатдан иборат деган ақидага сажда қилишларига олиб келади. Табиат томонидан ато этилган иқтидор, гўзаллик, куч-ғайратни ана шундай ўткинчи завққа қурбон этишнинг ўзи шу шахс учун катта жазодир.

Тўғри, ҳаммамиз одаммиз. Шакл-шамойилимиз бир-бирига ўхшаш бўлгани билан ҳар биримиз бу оламда яккаю-ягона ва бетакрор эканлигимизни ҳам унутмаслигимиз лозим. Ҳаёт дафъатан қараганда жуда узунга ўхшаса-да, аммо «туш кўргандек қисқа нафасда ўтиб кетади», дейдилар машойиҳлар. Тақдир тақозоси билан эса инсонга фақатгина битта умр берилган. У зое кетмаслиги учун яшашга, ижод қилишга, ўқиб-ўрганишга, севишга интиқлик билан интилишимиз зарур.

✓ Ҳар бир инсоннинг ҳаёти икки таркибий қисмдан иборат: ижтимоий ва шахсий. Шахсий ҳаётни баъзан интим, яъни лотинча «сирли» сўз билан ҳам ифодалашади. Бу ўринда ижтимоий ёки шахсий ҳаётни чегаралаб бўлмайди, зероки бунга ҳожат ҳам йўқ. Лекин «замон сенга боқмаса, сен замонга боқ» иборасини ҳам унутмаслик керак. Инсон жамиятда яшар экан, на фақат ўзи учун, балки ана шу жамият манфаатини ҳам ўйлаб иш тутади. Бу мавзуда кейинги йилларда, айниқса Сталин «салтанати»дан кейинги 1956 йилда кўпгина баҳслар бўлиб ўтди, аллақанча китоблар чоп этилди. Ана шуларнинг ҳаммасини ўқиб чиққан тақдирингизда ҳам уларда умумий камчилик кўзга ташланади — нима ҳақдадир очиқ-ойдин ёзилмаган. Турғунлик йилларининг даҳолари эса буни кўриб-билиб, «сиполик» билан индамай ўтишни лозим кўрган эдилар.

Бу ерда гап интим, физиологик, яъни инсоннинг жинсий ҳаёти хусусида бормоқда. Авлоддан-авлодга наслнасабни олиб ўтувчи, инсоният зотининг кўпайишига сабаб бўлувчи қудратли ва чуқур табиат оқими ҳақида бормоқда. Ҳаётимизнинг бу қирраси сай-ҳаракатларимизга баъзан бевосита, баъзан билвосита таъсир кўрсатиб, гоҳида айрим инсонларнинг тақдирини тубдан ўзгаришига олиб келмоқда. Бу ҳодиса ҳар бир инсоннинг саломатлиги, ирсий белгилари билангина эмас, балки бутун жамиятнинг маънавий ва жисмоний саломатлиги билан ҳам боғлиқ эканлигини ҳаммамиз ҳам тасаввур қила оламизми?

Ҳаётдаги барча жараёнларга догматик (қотиб қолган) ёндошувларга барҳам берган қайта қуриш даврида яшаш шарафини берган тақдирдан мамнун бўлишимиз керак. Шу пайтгача мавжуд бўлган ғоялар ва шиорлар «омма учун қанчалик тушунарли ва яқин» бўлишидан қатъи назар «казарма социализми» деб ном олган жамиятнинг меъзон ва ўлчовларига тўғрилаш қандай машъум оқибатларга олиб келганлиги ҳақида гапирмаса ҳам бўлади.

Кўп йиллар мобайнида бу масалалар мамлакатимизда ўз ҳолига ташлаб қўйилган эди. Натижасини эса кўриб турибмиз. Ҳаттоки турғунлик йилларидаги «тобора ўсиб борувчи» рақамлар ортида ҳам эр-хотинлар ўртасида қўйди-чиқди сонининг ортиши, аҳоли ўсишининг камайиши (айниқса мамлакатнинг Европа қисмида) жамият тараққиётининг ташвишли анъанаси сифатида яққол кўзга ташлана бошлайди. Бунинг сабаби нимада? Бу иллат қаердан келиб чиқди? Сабабини ахтариш кўрқа-писа давом этса-да, буларни турмуш шароитлари яхшиланган кишиларнинг шахсиятпарастлигига йўйиш билан чекланилди, холос.

Ошкоралик даврига келиб, бундан ҳам баттар ҳолатлар ҳақидаги ҳақиқат: ақли заиф болалар сонининг тобора ортиб бориши, болалар ўртасидаги ўлимнинг кўплиги, оналарнинг ўз фарзандидан воз кечиши каби даҳшатли воқеалар, етим-есирлар сонининг ортиши каби иллатлар рўй-рост айтила бошланди. Норасидалик давридан оила меҳридан жудо бўлганлар жамият учун ниҳоятда қимматга тушади, чунки улар ичкилик ва гиёҳвандликнинг меваси бўлганликлари сабабидан на ўзлари бахтли бўла оладилар, на ўзгаларни бахтли қила оладилар. Ичкиликбозлик ва гиёҳвандлик ёшлар, айтиқса болалар ва ўсмирлар ўртасида авж олаётганлиги ҳам жамиятнинг катта ташвишидир.

Хўш, юқорида зикр этилган негатив ҳолатлар улардан анча узоқда бўлган жинсий ҳаёт масалаларига қай жиҳатдан тааллуқли бўлиши мумкин, деган савол туғилади. Бевосита тааллуқлидир. Зероки физиология ва жинсий майл-табиатнинг қудратли аланга олишга қодир куч ва талабларигагина бўйсунувчи исёнкор куч. Бу куч инсонларга ҳам, жамики мавжудотга ҳам бир хилда таъсир кўрсатади. Инсон эса ана шу мавжудотнинг бир зарраси. Худди ана шу ерда инсон билан бошқа мавжудотлар ўртасидаги ажратувчи омил мавжуддир. Инсон ҳайвонлардан ўзлигидаги йиртқичлик ҳисларини тия олишлиги, қудратли ҳис-туйғусини бошқаришга қодир эканлиги билан ажралиб туради. Инсон ўзини яшашдан завқ ола билишга, насл қолдиришга мослаштирибгина қолмасдан, ажойиб севги олами, юксак муҳаббат, ўткинчи ҳис-туйғулар, мойилликлар каби фазилят ва иллатларни ҳам кашф эта олади. Ҳайвонларда инстинкт ишга тушганда, инсонда муносабатларнинг яқинлиги, гўзалликка интилиш билан ҳирсининг қоришмасидан иборат бўлган олийжаноб ҳис-туйғулар-

нинг рамзи бўлган севги пайдо бўлади. Бу тушунча биз учун янгилик бўлмаса-да, бироқ матбуот саҳифасида чоп этилаётганлиги билан ғаройиброқ туюлиши мумкин.

Яқин-яқинларда ҳам жинсий алоқалар ҳақида гап боргудек бўлса, бамисоли одобсизлик сезилиб, буржуа ахлоқининг таназзули тарғиб қилинаётгандек туюларди. Буржуа жамиятида инсон табиатига хос бўлган олди-сотди бу соҳага ҳам кўчган бўлса, ажаб эмас. Шунга қарамай, биз хорижий мамлакатлардаги, ҳаттоки «қчиқ савдо»даги аҳволга танқидий кўз билан қарар эканмиз, у ерда ҳам ўзига хос чегара ва мезон мавжудлигини кўрамиз. XX аср ўлати деб ном олган, ҳозирчалик давосиз дард саналмиш орттирилган иммунитет танқислиги синдроми (СПИД)нинг инсон саломатлигига солаётган хавфи бу борадаги ишларни тартибга солишни тақозо этди.

Порнография авж олган Ғарбда яқин-яқинларда ҳам бу ҳолни бепарволик билан «жинсий инқилоб» деб писанд қилмаганлар, ҳозирга келиб лаб тишлаб қолдилар. Эндиликда кўпгина мамлакатларда том маънодаги иффат, маъсумликни, жинсий ахлоқлилиқни тарбиялаш учун биринчи навбатда порнографик, ахлоқсизлик, сўз ёрдамида ахлоқни бузиш, маънавий ва жисмоний таназулнинг олдини олиш зарур эканлиги тан олинмоқда. Тўғри, бунда халқларнинг тарихий ва маданий тараққиётининг ўзига хос хусусиятлари, анъаналари ва урф-одатлари ҳам катта роль ўйнаши табиий.

Бу иллатнинг олдини олиш учун эндиликда сиполик билан жинсий тарбия муаммоларини четлаб ўтиш ўрнига ман этилган мавзуда очиқ суҳбат олиб бориш яхши самара бериши амалда исботланмоқда. «Ман этилган мева ҳамиша ширин туюлади», дейишади. Сексология эса узоқ вақтлар мобайнида бизда худди шундай мева бўлиб келди. Натижада бу ҳақда тўлиқ тасаввурга эга бўлмаганлар чекка-чеккадаги гаплар ҳамда яширин порнография ёрдамида ўз «савод»ларини чиқариб юрдилар.

Еш китобхон билан ана шу мавзуда мулоқотда бўлиш ҳам қийин, ҳам масъулиятли. Чунки инсон ҳаётининг интим томонлари ҳақида гап юритишда на фақат тиббий, балки ахлоқий томонларини ҳам ҳисобга олишга тўғри келади. Лекин бу ҳақда маълумотга эга бўлиш ҳамма учун зарурият. Чунки ҳар биримиз ўсмирлик чоғимизда бу мавзуда маслаҳат берувчи, бизни қизиқтирган масалалар ҳақида муфассал гапириб бериш-

га қодир кимсаларни кўплаб ахтарганимиз кўпчилик учун сир бўлмаса керак. Эркак билан аёл ўртасидаги интим муносабатларда йўл қўйилаётган хатоликларнинг асосий сабаби уларнинг ўзаро жинсий алоқаларидаги ўзига хос томонларнинг оддий қоидаларини билмасликлари, мулоқот маданияти, жинсий маданият савиясининг пастлиги ҳам бизни ёш китобхонлар билан очиқ мулоқот қилишга чорлади.

Эндиликда замонавий оиланинг долзарб муаммолари ҳақида рўй-рост гапириш вақти келиб етди. Сталинизм ва турғунлик йилларида мамлакатимиз тараққиётидаги бу борадаги нуқсонлар оила ҳаёти мафкурасига ҳам ўз таъсирини кўрсатмай қолмади. Шахс ролининг инкор этилиши, энг аввало ватан, сўнгра ўзи ҳақида ўйлаши керак бўлган ўртамиёна эркак, аёлни тарбиялаш ва шакллантиришга интилиш кўпгина бадастур оилалардаги нифоқ ва муаммоларни кўриб кўрмасликка олиш, билиб-билмасликка олиш кайфиятини қарор топтирди. Иқтисодий турғунлик даври ҳам оиланинг турмуш фаровонлигига ўзининг салбий таъсирини кўрсатмай қолмади. Кўпгина ижтимоий масалалар (турар жой, тиббий таъминот, мактабгача тарбия, маиший хизмат) нинг ҳал этилмаслиги оиланинг мустақамланишига олиб келмасди, албатта. Бунинг исботи учун айрим йилларда ҳар йили никоҳдан ўтган келин-куёвларнинг 50 фоизи ажралишганини эслатиб ўтиш kifоя. Никоҳ — оила муносабатларининг мустақамлигига, эр ва хотиннинг жинсий ҳаётга муносабатига ҳам сезиларли даражада ўз таъсирини кўрсатади. Турмуш қурганлар ўртасида вужудга келган бир-биридан қониқмаслик никоҳнинг бузилишига хавф солиши билан бирга оилавий ҳаёт учун ёт бўлган бир-бирига хиёнат даражасигача олиб бориши мумкин. Бузилган оилаларни таҳлил қилиш шуни кўрсатмоқдаки, кўпгина ёш эркак ва аёллар мустақам оилавий иттифоқ тузишга тайёр эмас эканлар. Бир кўришда ёқтириб қолишлик севги сифатида қабул қилинар, кейинчалик бу ишқибозлик ўтиб кетар экан. Оиладаги қийинчиликлар ҳам оилавий муносабатларга салбий таъсир кўрсатиб, кейинчалик ўзаро интим муносабатлардаги севги-муҳаббат сўниб, оддий бир мажбуриятга айланиб қолар экан. Бундай оилаларнинг аянчли тақдири ҳаммага аён.

Фақат жинсий муносабатлар масаласидаги номувофиқликлар оилавий муносабатларнинг бузилишига олиб келади, дейиш хато бўлур эди. Бу муаммо бирмунча кенгроқ. Эркак билан аёл ўртасидаги шахсий муноса-



Батларнинг олий чўққиси бўлган севги деган туйғу йўқлигининг боиси, кўп жиҳатдан сева олиш ва сеvimли бўла олиш қобилиятининг йўқлиги, ўзаро мулоқотда ҳамфикрликнинг йўқлиги; натижада бир-бирини тушунишнинг йўқлиги, ўзганинг бахти дея ўз фаровонлигини бузиш истагининг йўқлиги ана шу ёшларнинг ўзида яқин кишисига чин инсоний ғамхўрликка эҳтиёт ҳиссининг йўқлиги демакдир. Бундай фазилатлар болаликдан қалбга жо бўлмоғи керак. Бунда ота-онанинг панд-насихатидан кўра, уларнинг бир-бирларига, атрофидаги кишиларга муносабати юксак ибрат вазифасини ўтайди. Аёлни улуғлаш, онани мадҳ этиш билан эркак — ота бевосита ўз фарзандларининг онаси бўлган аёлга нисбатан ҳурмати, меҳр-муҳаббатини амалда исботламоғи лозим.

Оиланинг асосий элементларидан бири фарзандлардир. Улар ҳаётимиз мазмуни, кўрки. Уларсиз оилани тасаввур қилиб бўлмайди. Шу билан бирга ана шу ўсиб келаётган фарзандларни боқиш, кийинтириш ва жамият олдидаги бурчни ҳам унутмаслик: уларни инсонпарварлик, ёрқин идеалларга садоқат руҳида тарбиялаш; ҳалоллик, инсофлик, зиёлиликни пайванд этиш; меҳнатга ўргатиш, ўз-ўзини такомиллаштиришга одатлантириш, ҳар томонлама баркамол, етук кишилар қилиб тарбиялаш ҳам ота-онанинг зиммасида ётади. Кейинчалик фарзандлари мактабга борганидан кейин педагоглар билан ҳамкорликда севиш ва сеvimли бўла олиш — инсоннинг биринчи даражали эҳтиёжи эканлигини уларга сингдиришда ҳам ота-онанинг роли катта.

Аксари ҳолларда ёшлар жинсий муносабатлар масаласида ўздан катталардан у ёқда турсин, ҳаттоки ўз ота-онасидан вақти келганда керакли кўмак топа олмайди. Улар билан бу мавзуда гап очилгудек бўлса, ота-оналар ўтмиш ёшлари камсуқум, ҳаёли бўлишганини уқтиришадию, ёшларнинг замонасига кўра талаб ва эҳтиёжларини, уларнинг ҳақли саволларини тушунишни исташмайди. Зероки бу даврда улар қуруқ панд-насихатдан кўра фарзандларини тушунишга ҳаракат қилсалар, ёшлар севги «саводи»ни кўчадан ўрганмаган булур эдилар. Энг асосийси шундаки, оила тарбияси чин дилдан, самимий равишда севиш ва севила олишни, ўзганинг дардига ҳамдард бўла олишни, меҳрибонлик ва фидойиликни сингдиришни ўз ичига олиши керак.

Ҳар ким ўз тарозуси билан ўлчайдиган бўлса, бир-бирини тушуниш қийин, албатта. Ота-оналар ва педагоглар ёшлар билан фикрлашишни ўзларига ор бил-

масдан тенг-батенг гаплашишларидан ташқари, улар зиммасига янада катта ва масъулиятлироқ вазифа юк-лэнгай: ёшлар савиясини ошириш, севги, дўстлик, садоқат, инсоний бахт, оила, фарзандлар сингари умум-инсоний тушунчаларнинг том маъносини қалбларига сингдириш йўли билангина мавжуд муаммоларни ҳал этишлари мумкин.

Тарбия — энг мураккаб инсоний муаммолардан саналади. Кўпгина ота-оналар фақат ўзлари фарзандларига бераётган тарбия восита ва усулларини энг тўғри, беҳато, боланинг ҳаётидаги ҳар бир ҳолат учун мос деб ҳисоблайдилар. Аслида эса бундай эмас. Ҳар бир бола тарбияси унга ўз хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда ёндошишни талаб қилади. Бунда ҳаётдаги ҳар бир ҳолат учун мос келадиган тайёр рецепт ёки кўрсатмалар тайёрлаб бериш мумкин эмас.

Жинсий тарбия ва бу борадаги маърифий масалаларда ҳар бир шахснинг узига хослигини ҳисобга олиш ниҳоятда муҳим. Бунда бир қатор ҳолатлар ҳисобга олиниши керак: энг аввало эркаклар билан аёллар ўртасидаги муносабатлар мавзусининг ўзи ниҳоятда нозик муомалада бўлишни талаб қилади. Афсуски, кўпгина ота-оналарнинг ўзлари жинсий тафовутлар, жинсий, интим муносабатлар маданияти хусусида аниқ бир тасаввурга эга эмаслар. Бунинг учун ота-оналарга маърифий маърузалар ўқиш шарт бўлмаса-да, истакларига кўра адабиётлар таклиф этиш мақсадга мувофиқдир.

Жинсий муомала маданиятини инсоният маданиятидан айрим ҳолда талқин қилиш ҳам нотўғри. Жинсий тарбия ва бу борадаги маърифий ишлар меҳнат, ахлоқий, эстетик, жисмоний, ватанпарварлик тарбияси билан узвий равишда олиб борилиши керак. Зероки бу тарбия турларининг ҳар бири у ёки бу тарзда жинсий муомала маданияти асослари билан бевосита боғлиқ бўлиб, ахлоқий мезон вазифасини ўтаб, дунёқарашга таъсир кўрсатиб, шахснинг қарор топишига хизмат қилади. Шундан келиб чиққан ҳолда жинсий тарбия беришнинг мақбул муддатларини аниқ белгилаш мумкин эмас.

Инсоннинг мураккаб руҳий фаолияти асослари ва жисмоний камол топишининг куртаклари она қорнида пайдо бўлиб, кейинчалик такомиллашиб, шахс тараққиёти билан мураккаблашиб боради. Бу нуқтаи назардан ёндошадиган бўлсак, тарбиянинг барча томонлари каторида жинсий тарбия масаласини ҳам орқага суриш мумкин эмас. Бу — мураккаб, аста-секинлик билан бо-

радиган жараён, бунда бола ахлоқий, шахслараро муносабатларда биринчи навбатда ўз ота-онасидан, педагоглардан ибрат олади.

Ота-оналар ўртасида бўлган тотувлик, севги ва муҳаббат, ўзаро садоқат шахснинг шаклланишига ижобий таъсир кўрсатиб қолмасдан, балки Ватанга муҳаббат, меҳнати ва фидойилиги билан ўзгаларга фойда келтириш, садоқат, самимийлик каби хислатларни камол топтиришга хизмат қилади. Фикримизча, болаларга шахсий хислатларнинг шаклланишида уларнинг оилавий бахт ва ота-онасининг ўзаро меҳр-муҳаббатини доимо ҳис қилиши жамиятнинг тўлақонли аъзоси бўлиб етишишига кўмаклашади.

Жамиятдан фақат ҳақ-ҳуқуқларни талаб қилмасдан, худди ана шу жамиятни ривожлантириш ва такомиллаштириш йўлида фаол ва ижодий иштирок этиш, оилавий бахт ҳақидаги тушунчани оиланинг ҳар бир аъзоси болага сингдириб бориши оилавий, шахсий ва умуминсоний бахтнинг маънавий категорияларини шакллантиради. Бундай жамиятдаги аксар аъзоларнинг шахсий бахти, жинсий муомала маданияти ҳақидаги тушунчаси мазкур жамиятнинг умумий қабул қилинган категорияларидан фарқ қилмайди. Бу категориялар ижтимоий ҳисобланса-да, ҳар бир шахс, ҳар бир оиланинг ўзига хослигини инкор этмасдан, балки уни ўзида акс эттирган бўлади. Диалектиканинг асосий қонунларидан бири ҳам худди шунда намқён бўлади.

Жинс, ёшлар ўртасида жинсий муомала ва бунга кекса авлоднинг муносабати масалаларидаги қарама-қаршилиқлар ҳам диалектика нуқтаи назаридан кўриб чиқилмоғи лозим.

Мазкур китоб муаллифлари панд-насиҳат қилмасдан ва ўз фикрларини зўрма-зўраки тикиштирмасдан ҳақиқат олдида ва саволларига жавоб тополмай ўз ёғига ўзи қоврилиб ётган китобхонлар олдида масъулиятни, муаммоларнинг мураккаблигини чуқур ҳис қилган ҳолда оила оламининг энг нозик масалаларини кўриб чиқишни ўз олдларига мақсад қилиб қўйганлар. Китобда ҳаётдаги ҳар бир воқеага доир тайёр рецептлар йўқ (бўлши ҳам мумкин эмас). Биз фақат энг нозик томонлар ҳақида очиқчасига мулоқотга таклиф этаяпмиз, холос.



## СЕВГИ ВА МУҲАББАТ

Бир қатор азалий инсонийлик категориялари орасида муҳаббат ҳақидаги тушунча бирмунча мураккаб ва кам ўрганилган саналади. Муҳаббат — кўп қиррали ҳиссиёт бўлиб, ота-оналар ва болалар ўртасидаги (ота-оналик ва фарзандлик муҳаббати) муносабатни, Ватанга муносабатни (Ватанга муҳаббат), оқибатда инсониятнинг у ёки бу воқеага, нарсага, ҳодисаларга муносабатини (санъатга муҳаббат ва ҳоказо) билдиради. Кенг маънодаги муҳаббат — яккаюягона, қадрли ва энг муҳим саналувчи, кишига шодлик бахш этувчи, руҳини кўтарувчи, ҳаётини қийинчиликларни енгишда куч ва қудрат ато этувчи ҳиссиётлар мажмуаси маъносини англатади.

Биз бу ерда оилавий бахт ва жинсий муносабатлар уйғунлигини таъминловчи асосий ва фарз ҳиссиёт бўлган эркак билан аёл ўртасидаги севги деб аталмиш муҳаббатнинг олий даражадаги кўриниши хусусида гап юритамиз. Севгини инсоннинг бутун маънавий дунёси; жисмоний куч-қувватидан айри ҳолда фақатгина жинсий муомалани йўлга қўйишга даъват этувчи восита сифатида қараш албатта нотўғри бўлур эди. Эркак билан аёл ўртасидаги севги ҳақида гап юритилар экан, уни энг барқамол, шу билан бирликда энг мураккаб инсоний муносабатлар тури сифатида талқин этган маъқул.

Бу ҳиссиётни жамиятда мавжуд ижтимоий-иқтисодий шарт-шароитлардан ва айниқса севишганларнинг ҳар биридан айри ҳолда ҳам талқин этиш мумкин эмас, буюк ҳиссиёт бўлмиш севги бирлаштирган аниқ бир эркак ва аёлнинг шахсий хусусиятлари ҳам инobatга олиниши лозим.

Инсоният қадим-қадимдан буён эркак билан аёл ўртасидаги севги табиатини тушунишга, ўрганишга ҳаркат қилиб келган. Бу ҳиссиётни бошқаришни ўрганишга бўлган истак хамиша одамлар қалбини ром этган. Шоирлар, ёзувчилар, рассомлар бу борада бирмунча муваффақиятга эришганлар. Уларнинг асарларида сев-

гининг ташқи кўринишлари атрофлича баён қилиниб, унинг сўниши сабаблари билан биргаликда бошланишининг ирмоқларини таҳлил қилишга уринишлар кўп бўлган.

Ҳали севги нималигини амалда синаб кўрмаган ёшларда муҳаббат тушунчаси, унинг шиддаткор кучи, айнқса ижодкорлиги билан вайрон қилиш қудрати ҳақида дастлабки тушунчалар пайдо бўла бошлайди. Улар ўз қалбларида суюклиларининг тимсолини ўзлари яратдилар, унга шунчалик ижобий хислатлар ато этадиларки, бу хислатларнинг барчасини ўзида мужассамлаштирган кимсани ҳаётдан топиш аксар ҳолларда амримаҳол бўлади.

Бу ҳодиса ҳам ўзининг тарихий илдизларига эга. Бир неча асрлар мобайнида эркак билан аёл ўртасидаги севги муаммоси файласуфлар, шоирлар, дин арбоблари ўртасидаги қатор баҳсларга ва мунозараларга сабабчи бўлиб келди. Бунда аксар ҳолларда тамомла бир-бирига зид фикрлар айтилди. Муҳолифлар ўз фикрларини баён қилар эканлар, биринчи навбатда ўзларининг мафкуравий платформаларидан келиб чиққан ҳолда баҳолашга интилардилар.

Табиатшунослик фанининг ривожланиши, инсон табиати борасидаги билимлар ортиши натижасида жинсий муҳаббат (севги)нинг биологик (жисмоний) платформаси ҳақидаги тушунчалар ҳам шакллана борди, эркак билан аёл ўртасидаги севгига асос бўлиб хизмат қилувчи куч биологик феномен (ҳис-туйғу тажрибаси билан пайқаладиган ҳодисани англатувчи тушунча) дан иборат бўлиб, уни «либидо» деб атай бошладилар. Либидо ёки бошқа жинсга интилиш асосида зурриёт қолдиришга интилишдек универсаль туғма инстинкт ётади. Бу инстинкт барча мавжудотларга хос бўлиб, бутун бир зот учун ҳам, айрим индивидуум учун ҳам муҳим ва аҳамиятли саналади.

Ҳайвонлардаги (жумладан олий ҳайвонлардаги) либидо фақат насл қолдиришга қаратилган бўлади, фақат инсондагина қарама-қарши жинсга интилиш ва мойиллик насл қолдириш вазифасини бажариб колмай, балки хуш кайфият ва роҳатланиш, ҳузур манбаи ҳам ҳисобланади. Қарама-қарши жинсга бўлган интилиш қулай миқдордаги жинсий гормонлар (эркак ва аёлларники) билан таъминлайди. Гормонлар миқдори пубертат даврда кескин равишда ортади ва фарзанд кўра олиш даври мобайнида маълум даражада сақланиб туради.

**Либидолар миқдори жинсий гормонлар таркибига бевосита боғлиқ бўлган ҳайвонлардан фарқли ўлароқ инсонларда жинсий мойилликнинг қанчалик намоён бўлганлигини ўзининг ахлоқий ва маънавий қадриятларига эга бўлган жамият, унинг қонуниятлари, умуман олганда ташқи муҳит кескин таъсир кўрсата олади.**

Дин ва идеализм тарафдорлари жинсий мойиллик севгининг биологик асослари билан билвосита боғлиқлигини инкор этиб келганлар. Уларнинг тасаввурида қарама-қарши жинсга интилишдек уятли жинсий туйғу ҳеч қачон севги деб аталмиш юксак инсоний ҳисларга асос бўлолмаслиги керак эди. Христиан дини вакиллари соф маънавий ва руҳий ишқни тарғиб қилиш билан бирга севгининг биологик негизларини тамомла рад этганлар. Улар ишқий севги руҳий кучга эга бўлиб, унинг асосий мақсади таналарнинг эмас, балки қалбларнинг қовушувидан иборат деб ҳисоблаганлар. Уларнинг назарида таналар қовушуви ўша заҳотиёқ маънавий ва руҳий бўлган севгини яксон этади.

Севгига нисбатан идеалистик муносабатлар Л. Н. Толстой асарларида ўз ифодасини топган. Адиб ўз қаҳрамонларининг (Анна Каренина, Наташа Ростова) мураккаб севги туғёнига тўла ишқий саргузаштларини моҳирлик билан баён этаркан, севгининг жинсийлигини ва реал ҳаётдаги аҳамиятини инкор этади. Л. Н. Толстой оилавий ҳаётдаги таркидунёчиликни тарғиб қилар, эр-хотин фақатгина зурриёт қолдириш учунгина интим муносабатларга ҳақли деб ҳисобларди.

Ишқ-муҳаббатга нисбатан материалистик дунёқараш эр-хотинларнинг жисмоний ва маънавий яқинлигини диалектик бирлик сифатида талқин этади. Бунда биологик мойилликнинг (насл қолдиришга интилиш) устунлиги тан олингани ҳолда инсон жинсий ҳаёти ҳайвоний жинсий инстинктлардан фарқ қилиши, маънавий қадриятлари юксаклигининг диалектик бирлиги мавжудлиги асос қилиб олинади.

Инсондаги либидонинг ҳайвонлардаги жинсий инстинктдан асосан фарқи шундаки, инсондаги жинсий майлга у яшаётган жамият ва муҳит катта таъсир кўрсатади. Жамият ўзининг янги аъзосини тарбиялар экан, биринчи навбатда ундаги жинсий майллар мазкур жамиятда қарор топган ахлоқий тушунчаларга, жинсий маданият қоидаларига мос келган ҳолда амалга ошиши устидан ғамхўрлик қилиши билан бирга назорат ҳам қилиб боради. Соғлом жамиятда жинс масаласида ҳар

бир шахс ва жамиятнинг манфаатлари бир-бирига мос ва уйғун бўлади.

Тарбия жараёнида жинсий ахлоқни шакллантиришга зарур таъсир кўрсатиш мақсадида туғма жинсий инстинкт (либидо) асосида эркак билан аёл ўртасидаги шахсий ишқ-муҳаббат тасаввури шакллантириб борилади. Тарбия жараёнидаги хатоликлар (айниқса болалик давридаги) оқибатда ахлоқий тушунчаларнинг қарор топишига ўзининг таъсирини кўрсатиб, либидонинг мураккаб, кўп қиррали ва қарама-қарши ҳис-туйғулардан иборат жинсий муҳаббат либосини кийишидаги ижобий ёки салбий хислатларни белгилайди.

Маънавий ва ахлоқий жиҳатдан қашшоқ бўлган шахсда уйғонган либидо ҳайвонлардаги жинсий инстинктдан кўп ҳам фарқ қилавермайди. Аксинча, шахсдаги маънавий ва ахлоқий бойлик ижобий хислатлар уйғонган либидо билан биргаликда ишқ-севги деб аталмиш ёруғ ва бетакрор туйғулар шаклланиши учун пойдевор вазифасини ўтайди.

Либидонинг одамдаги энг муҳим фарқ қилувчи хусусияти шундаки, у маълум бир йўналишга қаратилган бўлади. Бу йўналишга эса ижтимоий муҳит ва тарбия катта таъсир кўрсатади.

«Севги — барча ёшдагиларни ром этиш қудратига эга», дейишади. Буни юз фоиз ҳақ гап деб бўлмайди, албатта. Ҳар ҳолда бу гап болалик ёшига тўғри келмайди. Либидо жинсий гормонлар таъсирида уйғонганлиги боисидан унинг фаол маҳсулотли пубертат даврга тўғри келади. Шундай экан, пубертат даврга қадар ишқ-муҳаббатнинг пайдо бўлиши ҳам мумкин эмас.

Ҳар иккала жинсга мансуб бўлган болалар бир-бирларига қизиқиб, ўзаро мойиллик билдира бошлайдилар. Болаларча бу мойилликни севги деб бўлмайди. Болаларнинг бу ширин муносабатлари севгининг дебочасидан иборат бўлиб, ён-атрофдагилардан, айтиқса ота-оналардан жуда нозик муносабатни талаб қилади. Усмирлик хом хаёллари ва бокира қизларнинг ширин орзулари... Улар бир умрга покиза ва соф бўлиб қолиши қанчалик муҳим. Инсон гўзалликни кўра билиш, ундан завқлана олиш ва таъзим бажо келтириш хислатини ҳеч қачон йўқотмаслиги керак. Бунинг учун ўзга шахсда ҳам инсонни кўра билиш зарур. Ўзида қариндош-уруғ, ёрубиродарлардан ҳеч нимани таъма қилмасдан, уларга қувонч келтира олиш хислатини тарбиялаш ниҳоятда муҳим.

Пубертат даврдаги жисмоний етуклик баъзан шахсий

хислатларнинг шаклланишидан ўзиб кетади. Бу айниқса интим муносабатлар доирасида яққол намоён бўлади. Шунинг учун ҳам баъзи ҳолларда либидо таъсирида ўсмирлар ўртасида жинсий майлга —эҳтиёж соф муҳаббатга интилиш туйғусидан устун келиш ҳоллари учрайди. Бундай мутаносиблиги бузилган ўсмирлар кўп жиҳатдан, айниқса маънавий ва ахлоқий жиҳатдан қашшоқлашадилар.

Севги учун жинсий майлнинг мавжудлиги ва севишганларнинг руҳий етуклиги кифоя деб ўйласак, хато бўлади. Бу ҳиссиётга яна минглаб омиллар ўз таъсирини кўрсатади. Аксар ҳолларда севишганларнинг ўзлари маъшуқларини танлашларида нима устунлик қилганлигини аниқлашга қийналадилар. Бу мураккаб ва қарама-қарши жараёнда ҳис-туйғу аъзоларининг аҳамияти яққолроқ сезилади. Бу аъзолар интим ҳаётда икки томонлама таъсир кўрсатади. Бир жиҳатдан улар бевосита инсоннинг жинсий рефлексларига таъсир кўрсатса, иккинчи томондан марказий нерв системаси олий бўлимларига хабар етказиб, маълум кўтаринки руҳий ҳолат вужудга келишига кўмаклашади.

Севги аъзоларидан кўз дўст танлашда, том маънода эса сеvgи учун суюкли маҳбуб танлашда иштирок этади. Инсон кўриш анализатори орқали ўз қалбида яратган маъбудасига мос келадиган яккаю-ягона суюқлини кўплаб қарама-қарши жинс вакиллари орасидан танлаб олади.

Кўриш анализатори либидонинг уйғониши ва шаклланишида ҳам муҳим роль ўйнайди. Хусусан ҳайвонларда ҳам худди шундай ҳол рўй беради. Кўклам келгач, қуёш нури таъсирида кўпгина ҳайвонларда жинсий инстинкт кучаяди. Шунинг учун ҳам товуқлар пуштини ёширишда қўшимча ёруғлик воситалари катта аҳамиятга эга.

Инсонда либидонинг уйғонишига бир қатор ички ва ташқи омиллар таъсир кўрсатади. Улар орасида кўз орқали қабул қилинган хабарнинг аҳамияти салмоқли. Жанубий минтақаларда яшовчилар ўртасида пубертат давр ва дастлабки жинсий реакциялар (поллюция, онанизм) шимолий минтақаларда яшовчиларга нисбатан бирмунча барвақтроқ пайдо бўлади.

Кўриш анализатори пубертат давр бошлангунга қадар таққослаш йўли билан ўз соҳиби қалбида маъбудаси образини яратади. Инсон кўз орқали рассомлик санъати, ҳайкалтарошлик, адабиёт ва санъат асарларида завқлана олиш имкониятига эга бўлади.



Қарама-қарши жинс вакиллари ўзига маъқул сиймони учратганда мафтун бўлиб, қойил қолади, завқ-шавққа тўлади — туйғулари жўшади. Севишганлар бир-бирларини кўришга интиладилар, бу ҳолат севги ришталарини мустаҳкамлайди.

Кўриш қобилияти — воқеликни ҳис ёрдамида мушоҳада этишнинг энг ёрқин турларидан бири ҳисобланади. У аввало севишганлар қадди-қоматларидаги фазилатларни аниқроқ кўришга кўмаклашади. Бунда аёллар эркакларнинг жисмоний хислатларига кўп ҳам эътибор беравермасалар-да, бироқ эркаклар бунинг акси бўлиб, хотин-қизларнинг ташқи қиёфасига нисбатан бирмунча талабчанроқ бўладилар. Бу қонуният дастлабки (жинсий етукликка қадар бўлган) даврларда ўсмирлар ўртасида намоён бўла бошласа-да, жинсий яқинлик даврига келиб яққол кўзга ташланади. Ана шу қонуниятга кўра аёллар пардоз-андоз қила бошлайдилар ва моданинг энг сўнги ютуқларини ишга солиб, ўзларига оро берадилар, бу эса хотин-қизларга тароват билан эркак эътиборини ўзига тортувчи алоҳида жозоба касб этади. Пардоз ва мода ёрдамида аёллар на фақат жисмоний камчиликларини яширадилар, балки эркаклар нигоҳини бўрттириб кўрсатишга ҳам муваффақ бўладилар.

Суюклисини кўриш айниқса ёш йигитга кўтаринки руҳ, катта завқ-шавқ ато этади.

Сезги аъзоси энг кўҳна севги аъзоларидан бири бўлиб, ишқ муҳаббат туйғусини шакллантиришга бевосита даҳлдордир. Сезгини аксар ҳолларда эроген соҳалар шаҳвоний ҳисни қўзғатадиган соҳаларнинг шаклланиши билан боғлиқ ҳолда талқин этадилар. Суюклилар учун маҳбуби ёки маҳбубаси танасининг ҳар бир жойи эроген соҳага айланади. Ҳаттоки бармоқларнинг бир-бирига тегиши уларнинг баданига қандайдир илиқлик югуртиради.

Таналарнинг бир-бирига тегиши, айниқса эркак танасининг аёл танасидаги интим нуқталарга тегиши улардаги ҳис-туйғунинг кучайишига олиб келади. Бу жараёнда севишганлар ўртасидаги жинсий уйғониш орта боради. Теридаги сезувчанлик жинсий майл билан филогенетик жиҳатдан боғланганлар. Бу туғма алоқа кучи жинсий алоқанинг психоген компонентлари ёрдамида амалга оширилади. Руҳий-эмоционал ривожланиш даражаси паст бўлган кишилар жинсий майлни кучлироқ ҳис қилиш қобилиятига эга бўладилар.

Бўса — жинсий майлни уйғотувчи ёрқин мисоллардан биридир. Бўса жинсий муҳаббат намоиши би-

лангина чекланмайди. Аксар ҳолларда ўпич — оғайнигарчилик, миннатдорчилик белгиси, қувонч, ҳурмат ва меҳрибонликни ифода этиш воситаси ҳам ҳисобланади.

Севишганлар ўртасидаги ўпишиш. — бўса кўпроқ жинсий майл белгисини билдиради. Бу биринчи навбатда эркак билан аёл ўртасидаги маънавий яқинликни, ҳислар туғёнини ифода этади. Иккинчи томондан бўса — севишганлар ўртасидаги шаҳвоний муҳаббат рамзидир. Бундай ҳолларда бўса — жинсий алоқага туртки вазифасини ўтайди. Упишмасдан, бўса олмасдан амалга оширилган жинсий алоқа жисмоний қониқишдан ўзга нарса бўлмай қолади. Бўса эса бу жараёни кучайтириб, ишқ-муҳаббатнинг энг чуққисига олиб чиқади.

Биологик нуқтаи назардан қарайдиган бўлсак, бўса — севишганларнинг шаҳвоний ҳисларини кучайтириб, уларни жинсий алоқага тайёрлайди.

Фрейд издошлари ўпични болаликдан қолган ва қондирилмаган сўриш инстинкти деган нуқтан назарни ўртага ташлаганлар. Шундан келиб чиққан ҳолда уларнинг фикрича, ҳар қандай ўпич — бўсами, ўпишишми — ота-оналар билан фарзандлар ўртасидами, дўст-ёрлар ва бир жинсдаги одамлар ўртасидами, бари бир болаликдан қолган қониқмаслик ҳисси деган маънода талқин қилинади.

Упишишнинг турли маънода талқин этилишини инкор этмаган ҳолда Фрейд тушунчасини бу жараёнинг барча кўринишларига татбиқ этиб бўлмайди, деб ҳисоблаймиз.

Одатда севишганлар бўса олиш чоғида бир-бирларини, самимият билан бағирларига олиб, қучадилар. Бунда севимлининг баданига бадани теккан ошиқнинг интим аъзоларида жинсий уйғониш кучаяди. Айниқса аёл кўкрагига қўл, теккизиш кучли таъсир кўрсатади. Кўпгина эркакларда интим яқинлик чоғида маҳбубасининг кўкрагидан ушлаш хоҳиши пайдо бўлади. Бу биологик асосга эга. Шунингдек, аёл организми турли аъзолари (соннинг йўғонлиги, елканинг нозиклиги, белнинг ингичкалиги, сочнинг узунлиги, кўкрак) нинг кўринишини эркак келгусида бўлажак фарзандини дунёга келтиришга мослиги нуқтаи назаридан ҳам баҳолайди. Бундай табиий танлов жинсий майлнинг бошқа кўринишида ҳам намоён бўлади. Бунда ақлий жиҳатдан мушоҳада қилишдан кўра қучиш ва бўса олиш жараёнидаги тактил рецепторларнинг ҳаракатга келиши натижасида

руҳий потенциалнинг ортиши кучлироқ таъсир кўрсатади.

Ҳид билиш — кўпгина ҳайвонларнинг жинсий муомаласида маълум аҳамиятга эга. Инсонда ҳам бу аъзоларнинг роли ўз таъсир кучини йўқотмаган. Бундай ҳиднинг инсон жинсий майлига биологик таъсир кўрсатишини ва унинг руҳияти орқали шартли рефлекс равишда таъсир этишини тафовут этиш мумкин.

Клиник тажрибаларда жинсий ожизликка мубтало бўлган баъзи эркакларда ҳид сезиш анализаторида касаллик борлиги аниқланган.

Ҳид сезиш билан жинсий майл ўртасида шартли рефлексатор алоқалар бирмунча муҳим аҳамиятга эга. Агар қандайдир бир ҳид у ёки бу жинсий реакция жараёнида маълум муддат иштироқ этса, мустақил равишда жинсий майлни қўзғатиш мумкин. Масалан, сеvimли маҳбубасининг зулфига ҳос бўлган бетакрор ҳид жинсий майлни уйғотади. Тоза бадан ҳиди, атир-упа, дезодорантнинг ҳиди ҳам ижобий таъсир кўрсатади. Эркак киши сеvimли ёридан келаётган ҳидларга нисбатан ўта сезгир бўлса, аёл киши бошқа ҳидлар (тер ҳиди, алкоголь ҳиди, кир тана ҳиди)га бирмунча тоқатли бўлади.

Эшитиш қобилияти жинсий муомалага тааллуқли бўлган сезиш аъзолари ўртасида иккинчи ўринни эгаллайди. Бунда унинг роли кўп қиррали: севишганларнинг интим алоқаси чоғидаги энг оддий товушлар (хўрсиниш) дан тортиб, маънодор равишда айтилган қалб изҳоригача ранг-баранг кўринишда намоён бўлади. Севишганларнинг шивирлаб гаплашиши фақат уларнинг ўзлари учун тушунарли ва қадрли бўлади. Севги таронасини айтмасдан туриб, уни тушунишга қодирлик севгининг энг муҳим шартидир. Агар суюқлиси айтаётган сўзлар қалб торига тегмаса, улар оддий товушлардек ҳис-туйғуларни уйғотмайди.

Нутқ — гапираётган кишининг маданий савияси, тарбияси, билими ҳақида маълум даражада тасаввур ҳосил қилишга кўмаклашади. Нутқ орқали кишининг феъл-атвори ва мижозини ҳам маълум даражада билиб олса бўлади.

Маҳбубаси учун ёқимли сўзларни топиб гапира олиш, маҳбуба томонидан эса уларни тинглай билиш — севишганларнинг ажойиб ва зарур хислатларидан саналади.

## ЖИНСИЙ АХЛОҚ

Жинсий маданият ва жинсий ахлоқ масалалари у ёки бу жамиятни ифодаловчи одоб ва ахлоқ асослари билан чамбарчас боғлиқ бўлиб, бир узвийликни ташкил қилади. Жамиятда кўп вақтдан буён эркак билан аёл ўртасидаги интим муносабат масалалари ҳақида фикр юритиш одобсизлик саналиб, таъқиқлаб келинган эди. Афсуски, аҳолининг баъзи бир қисмида ана шу фикр ҳамон сақланиб келмоқда.

Жинсий муносабатлар ҳақидаги фан (сексология) тараққиётини шартли равишда уч даврга бўлиш мумкин: XIX аср ўрталарига қадар инсоннинг жинсий ахлоқига оид у ёки бу далилларни эътироф этиш одатий ҳол саналган. Бундай далиллар аксар ҳолларда у дунёдаги, диний, оллоҳ таологагина мақбул бўлган, деган маънода шарҳланарди. Бу даврдаги тадқиқотчилар инсонлардаги жинсий майлни уларнинг зурриёт қолдириш вазифаси билан боғлиқ деб ҳисоблашарди. Жамиятда оила бошлиғига (патриархат даврда эрга, матриархат даврда хотинга) сўзсиз итоат этиш, жинсий эркинликларни чеклаш, никоҳгача ва никоҳдан ташқари жинсий алоқаларни таъқиқлаш сингари ахлоқий кўрсатмалар мавжуд эди. Бу қаттиқ чоралар мазкур жамиятнинг анъаналари ва урф-одатларидан, дин ақидаларидан келиб чиққан бўлиб, жинсий ахлоқнинг асосини ташкил қиларди. Жинсий ахлоқ қоидалари жамият иллатларига тамомила мос бўлиб, инсоннинг давлати бор-йўқлиги, диний ва ирқий белгиларига боғлиқлигини ифода этарди. Бой-бадавлат кишилар тоифаси (синфи) жинсий ахлоқ борасидаги ўз маънавий тушунчаларини тарғиб этар экан, куч ва бойлик ишлатиш, ўз таънасини сотиш, хўжайин иродасига тўлиқ бўйсунуш, севги бобида йўқсулларнинг ҳақ-ҳуқуқсизлиги кабиларни ўз ичига оларди. Бундай жамиятдаги эзилган синф вакилларининг жинсий ахлоқи уларнинг моддий жиҳатдан қандай таъминланганига бевосита боғлиқ бўлиб, кибор доираларнинг жинсий ахлоқи қуйи синф вакилларига фақш йўлини кўрсатарди. Бундай жамият ҳеч қачон йўқсуллар синфининг жинсий ахлоқини қўллаб-қувватламаган, буни истамаган ҳам.

XIX асрнинг иккинчи ярмидан бошлаб илғор файлауфлар, иқтисодчилар, табиатшуносларнинг изланишлари натижасида жамият тараққиёти қонуниятларининг кўп

қирралари очилиб, унда инсон омили тўғрисида катта амалий материал тўпланган эди.

Жинсий ахлоқ соҳасида ҳам жиддий ўзгаришлар содир бўлди. У дин белгилаган чеклашлар ва тушовлардан озод бўлиши билан бирга ирқий камситишларга, инсоннинг моддий таъминоти даражаси каби тўсиқларга қарамлиги бирмунча камайди. Жамият ҳам никоҳгача содир этиладиган жинсий алоқаларга, қўйди-чиқдиларга кўника бошлади. Аёллар жинсий муносабатларда бирмунча эркинликка эга бўлдилар.

Бироқ ишлаб чиқариш кучлари жадал суръатлар билан ривожланганлигини ҳисобга оладиган бўлсак, устқурма категориялари, жумладан жинсий ахлоқ даражаси ҳам секинлик билан ўзгара борди.

Ҳозирги замон жамияти ахлоқи кўп жиҳатдан эски элементларни ўзида сақлаб қолган. Янгилик куртаклари ривожланиши кийин кечаётган, лоқайдларча бефарқлик ҳукм сурган жойларда хали ҳам хурофот ва бидъат таъсиридаги негатив ҳолатлар, анъаналар ва расм-русумлар билан ёнма-ён туриб, уларга ўзининг салбий жиҳатларини юқтириб келмоқда.

Мамлакатимизда узоқ йиллар мобайнида жинсий ахлоқ муаммолари ман этилган мавзу саналиб келинди. Хотин-қизлар озод қилинганидан кейин капиталистик тузумга хос бўлган ёт ахлоқ Октябрнинг инқилобий тантанаси таъсирида ўз-ўзидан йўқолиб кетади, деган хато тушунча ҳукмронлик қилиб келди.

Ҳозирги кунда шундай вазият вужудга келдики, бизфан ва техника соҳасидаги улкан ютуқларни яхши билганимиз ҳолда инсон, унинг жамиятдаги роли ҳақида кам тушунчага эга эканлигимизни эътироф этишга мажбур бўляпмиз. Айниқса, инсонлар ўртасидаги муносабатлар, улар ҳаётидаги интим томонлар, ахлоқий категориялар борасидаги билимларимиз ниҳоятда чекланганлиги маълум бўлиб қолди.

Турғунлик давридаги ижтимоий ҳаётда содир этилган кўпол хатолар ва номутаносибликлар жамият маънавиятига ҳам салбий таъсирини кўрсатмай қолмади. Поклик, ҳалоллик, принципиаллик, Ватанга муҳаббат каби анъанавий ва тараққийпарвар категориялар билан бирга порахўрлик, суниестемоллик, мунофиқлик каби кўринишлар ҳам кенг илдиз отди. Бу эса жамиятдаги маънавий муҳитга маълум даражада ўзининг салбий таъсирини кўрсатди.

Жамиятимиздаги жинсий ахлоқ ўзида эркак ва аёлларнинг тенг ҳуқуқлиги, кўнглига ёққанини танлаш эр-

кинлиги, никоҳга ўтиш чоғида эр ёки хотиннинг моддий аҳволи аҳамиятсизлиги, дини, ирқидан қатъий назарлигини инобатга олиш каби бир қатор принципларга асосланади. Бунда турмуш қуриш учун фақатгина битта омил — икки шахс ўртасида севги-муҳаббатнинг бўлиши талаб қилинади, холос.

Жинсий ахлоқни инсонга ҳос бўлган маънавий ва одоб-ахлоқ категорияларидан айрим ҳолда кўриб бўлмайди, албатта. Жинсий ахлоқнинг ўзига хослигини эътироф этган ҳолда унинг шаклланиши жамиятда қарор топган жинслар, севги, никоҳ, оила ҳақидаги тушунчаларга боғлиқ эканлигини ҳам унутмаслик керак. Бундан ташқари, мураккаб, кўп қиррали ва ўзаро зид бу жараёнга оила катта таъсир этади. Оила жамият ячейкаси ва унинг маҳсулотидир, оилада содир бўлаётган жараёнлар унда ойнадек кўриниб туради. Шу билан бирга оила ушбу жамиятдаги ахлоқий принципларга раҳбарлик қилади. Шундай қилиб, жинсий тарбия, маориф ва ниҳоят жинсий ахлоқни шакллантириш оилада амалга оширилса-да, бироқ бу жараёни жамоат назорат қилиб туради ва унга таъсирини ўтказади. Бунда меҳнат, эстетик, ахлоқий ватанпарварлик, жисмоний тарбиянинг роли муҳимдир. Буларнинг ҳаммаси бевосита жинсий тарбиянинг таркибий қисмларидан иборат бўлиб, унинг асосини ташкил этади.

Жинсий тарбиянинг шаклланиши ёшга боғлиқ дейдиганлар хато қиладилар. Жинсий тарбияни қайси ёшда бошлаш керак ёки бу тарбия ниҳоясига етди, дейиш ҳам нотўғри бўлган бўлур эди. Ҳар қандай бошқа категориялар қатори жинсий тарбия ҳам диалектиканинг муайян қоидаларига асосан ривожланиб боради. Ўз аҳамиятини йўқотган категорияларни инкор этиш, янги тушунчаларни илгари суриш, қарама-қарши қарашлар кураши остида узлуксиз равишда такомил топиб боради.

Бўлажак фуқаро, шахснинг шаклланиши (айни чоқда унинг маънавий ҳислатларининг қарор топиши ҳам) фарзанд туғилганга қадар она бағрида шаклланади, десак муболаға бўлмайди. Волидасининг жисмоний ва руҳий саломатлиги, ҳомиладорлик даврининг қулай шароитларда ўтиши она қорнидаги мурғакнинг шаклланишига бевосита таъсир кўрсатади. Фарзанд дунёга келганидан кейин ҳам оилада мавжуд бўлган шароит (биринчи навбатда она ва отанинг муносабати) унинг ривожига у ёки бу даражада яхши ёки ёмон таъсир кўрсатади. Уч ёшга қадар инсон табиати, феъли-атвори замини қарор, топади, худди шу даврда жинсий

мансублик даражаси ҳам намоён бўлиб боради. Оиладаги маънавий муҳит боланинг ахлоқий жиҳатдан, жумладан жинсий томондан ҳам шаклланишига олиб келади. Одамийлик, ахлоқий поклик, ҳалоллик, тўғрисиўзлик ота-онанинг бевосита ибрати орқали фарзанд тарбиясида ўз аксини топади.

Инсон ҳаётининг интим томонларига тааллуқли бўлган одоб-ахлоқ нормалари яқин-яқинларгача муҳокамадан ҳоли ҳисобланарди. Ҳаттоки буюк педагоглар ҳам бу масалани очиқчасига муҳокама қилиш номувофиқдир, деган хато фикрни тарғиб қилар эдилар. Ҳаёт эса бу фикр тамомила нотўғри эканлигини исботлади. Бошқа тарбия воситалари сингари жинсий тарбия ва жинсий ахлоқни шакллантиришга қанчалик катта эътибор берилса, самараси ҳам шунчалик яхши бўлиши амалда синовдан ўтди. Жинсий ахлоқ жинсий маданиятнинг таркибий қисми сифатида унинг пойдеворини яратувчи восита бўлиб, қотиб қолган ақидаларни ва насихатгўйликни инкор этади. У реал ҳаёт қонуниятларига асосланган бўлиб, инсоннинг умумий маданиятини белгиловчи бошқа омиллар билан уйғунлашиб кетади.

\* Шундай қилиб, жинсий ахлоқнинг таркиб топиши шахснинг шаклланиши сингари аниқ ибтидога эга эмас. Шундай экан, у аниқ интиҳони ҳам кўзда тутмайди.

Дарҳақиқат, баркамол шахсда шаклланган жинсий ахлоқ ана шу шахс камолоти билан бирга такомиллашиб боради. У қотиб қолган категория бўлмаганлиги боисидан қандайдир ўзгармас кўрсатмаларнинг йиғиндиси ҳам эмас. У айниқса мутаассиблик ва жаҳолатдан юқори туради.

Ҳаёт тажрибаси ҳалоллик, инсонийлик ҳақидаги тушунчани такомиллаштириб боргани сингари севги ҳақидаги тасаввурни ҳам, ҳар томонлама уйғун бўлган шахс тарақиётида интим муносабатлар аҳамиятини ҳам ўзгартиради. Илгарилари қораланган хатти-ҳаракатлар эндиликда бирмунча чидам билан мушоҳада қилинади, яқин-яқинлардаги ўзимизни тутишимиз ҳам бехато бўлмаганлиги аён бўлади.

Фақатгина аёлни улуғлаш, севгида чуқур ҳисларнинг мавжудлиги, дил яқинлигини ҳисобга олиш, оталик ва оналик ҳиссиётининг юксаклиги каби категориялар ўзгармасдан ўз қадри-қимматини сақлаб қолади.

Мамлакатимиз фуқароларининг жинсий ахлоқи жамиятда ҳамма томонидан қабул қилинган жинсий муомала даражаси ва доирасидан чиқмаган ҳолда белгиланиб, жинсий бебошликни ва ўз-ўзини кўз-кўз қилиш-

ни, севмаган ҳолда интим муносабатларда бўлиш ҳолларини ман этади.

## **ОДАМ ЖИНСИЙ СИСТЕМАСИННИНГ АНАТОМИЯСИ ВА ФИЗИОЛОГИЯСИ. ЖИНСИЙ ҲАЁТ ФИЗИОЛОГИЯСИ ВА ПСИХОЛОГИЯСИ**

Ички ва ташқи жинсий органларнинг тўғри ривожланиши ва асаб-эндокрин системанинг нормал ишлаши — одам жинсий аъзолари соғломлигини таъминловчи асосий заруратдир. Жинсий аъзолар: қўшилиш органлари (эркаклар жинсий олати ва аёллар қини), жинсий безлар ёки гонадалар (эркакларда мойк ва аёлларда тухумдон), жинсий безлардан қўшилиш аъзоларига бўлган йўл (эркакларда уруғ йўли ва аёлларда тухум йўли), қўшимча ёки ёрдамчи жинсий ҳосилалар (простата бези, уруғ пуфакчалари, Купер бези ва бошқалар) дан иборат бўлади.

Эркакларнинг жинсий аъзоси олат (пенис) — анатомик жиҳатдан олганда илдиз, тана ва бошчадан иборат бўлади. Олат учта ғорсимон ғовак таначалардан иборат бўлади, катакчаларнинг қонга тўлиши туфайли таранглашади. Ғовак таначаларнинг биридан сийдик чиқариш йўли ўтади, унинг охири олат учида очилади. Бу тешик олат бошчасининг ўртасида жойлашган. Шундай ҳам бўладики, сийдик чиқариш йўлининг ташқи тешиги жинсий олатнинг орқасида (эписпадия) ёки унинг юзасида (гипоспадия) очилиш ҳоллари ҳам ондасонда учраб туради. Жинсий олат бошчасининг асосида бурма (кертмак) ҳосил қилади, унинг қаватидаги ёғ безчалари доимий равишда ўзига хос мой (смегма) ажратиб туради. Смегма кўпгина ҳолларда олат бошчаси билан кертмак орасига йиғилиб қолиши мумкин. Бундай ҳолларда у олат бошчаси билан кертмакнинг яллиғланишига олиб келиши мумкин. Шунинг учун ҳар куни олат бошчаси билан кертмакни смегмадан ҳоли қилиш учун ювиб туриш керак. Эркаклар бу қоидага амал қилмайдиган оилаларда аёллар жинсий органларининг касалланиш ҳоллари кўпроқ учрайди. Бундай ҳолнинг олдини олиш учун ва гигиена мақсадларида қадимдан болалик чоғидаёқ суннат қилиш одат қилинган. Яҳудийларда чақалоқлар 7—8 кунлик чоғида, мусулмонларда эса бола 13 ёшга тўлишига қадар суннат қилиниши лозим.

Мояк — жуфт жинсий бездан иборат бўлиб, унда сперматозонлар ҳосил бўлади. Бу жараён жинсий



балоғатга етиш давридан (14—16 ёшдан) то қариллик чоғигача давом этади (эркакларда 100 ёш, ҳатто бундан ортиқ ёшгача сперманинг уруғлантириш қобилияти сақланиб қолади). Моякнинг илон изи йўлларида амалга ошириладиган «ишлар ҳажми»ни тасаввур қилиш учун фақатгина битта поллюция ёки уруғ чиқариш чоғида ўртача 200 млн дона сперматозоид «отилиши»ни айтиб ўтиш kifоя.

Простата безининг шакли каштанни эслатади. У 30—50 га айрим-айрим без бўлакчаларидан иборат бўлиб, ўзига хос оқ суюқлик — секрет ишлаб чиқаради. Бу суюқлик сперма таркибига киради ва ҳар сафар уруғ билан бирга ажралиб чиқади.

Олат ғовак таначаларнинг артериядан оқиб келаётган қон билан тўлиши ва вена қони оқимининг секинлашуви натижасида қаттиқлашади. Унинг боши эрекция пайтида танасига нисбатан бирмунча юмшоқ бўлади. Бу ҳол жинсий алоқанинг нормал кечишига бирмунча халақит беради. Бу ҳол олат бошчасининг танасига нисбатан аёл қинига киришида ўзига хос амортизация вазифасини ўтайди.

Энди аёлларнинг жинсий аъзолари устида тўхталамиз. Улар ташқи ва ички аъзоларга бўлинади. Иффат пардаси қинга кираверишдаги йўлни тўсиб туради. Биринчи бор жинсий алоқа чоғида иффат пардаси йиртилиб, қон келади. Бироқ бундай парда ҳалқасимон ёки япроқсимон шаклда бўлса, қон чиқмаслиги, у ҳаттоки аёл туққанидан кейин ҳам сақланиб қолиши мумкин. Қинга кириш олдида кичик жинсий лаблар орасидаги бўшлиқ қин даҳлизи дейилади. Кўпгина безлар фаолияти туфайли унинг сатҳи ҳамиша нам ҳолда бўлади.

Клитор дўмбоқча шаклида бўлиб, кичик жинсий лабларнинг олдинги бирлашган жойида сийдик чиқариш канали тешигидан 1—2 см юқорида жойлашган. Бу аъзо нерв охирлари билан таъминланган.

Қичик жинсий лаблар ташқарисида катта жинсий лаблар жойлашган, улар жинсий ёриқни беркитиб туради. Қин аёлларнинг ички ва ташқи жинсий аъзолари ўртасидаги йўлак вазифасини ўтайди. Қин деворчалари бурмалар билан таъминланган. Ёш ўтган сайин (ҳаттоки бокира қизларда ҳам ва қисман кўз ёришидан кейин) бурмалар силлиқланиб кетади.

Бачадон — мускул аъзо. Бачадон бўшлиғи ҳужайра парда билан қопланган, вақти-вақти билан (ҳайз чоғида) кўчиб тушади. Эркак жинсий ҳужайралари аёллар жинсий йўлида 5 кунгача ҳаёт фаолиятини сақлаб қо-

лишга қодир. Спермалар сони жинсий алоқалар сонига боғлиқ бўлади. Жинсий алоқа ўртасидаги муддат 3—4 кун бўлганда спермалар сони нормал бўлади. Юқори ҳароратда (40 даражадан юқори) сперматозоидлар ҳаракатчанлиги тез йўқолади. Шу сабабли эркакларнинг иш жойидаги ҳарорат унинг фарзанд кўриши учун муҳимдир. Эркак танаси ҳарорати ошганда, мойкада сперматозоидлар ҳосил бўлмайди, шу сабабли мойканинг ҳарорати тана ҳароратидан 3—4 даража паст бўлади.

Ўғил бола организмнинг жинсий хусусиятлари 12—14 ёшда, қизларники 10—12 ёшда намоён бўла бошлайди. Эркаклар 20—22 ёшда, қизлар 18—20 ёшда жинсий жиҳатдан етилиб бўлади. Ўсмир болаларда ҳам қизлар қатори энг кўҳна ва энг кучли инстинктлардан бири — жинсий майл уйғонади.

Инсон ўз жинсий майлини никоҳ йўли билан яхшироқ қондира олади. Жинсий ҳаёт — икки шахс иштирокида кечадиган инсоннинг ягона физиологик функциясидир. Шундай экан, бу жараён фақатгина эркак билан аёлнинг тўла дил уйғунлиги шароитидагина кечиши мумкин.

Юқоридагиларни ҳисобга олиб, бир вақтнинг ўзида ҳар иккала шахс: эркак билан аёл ўртасида жинсий алоқа қандай кечишига оид хусусиятларни баён этмоқчимиз.

Жинсий интилиш — либидо, одам ва ҳайвонларга хос бўлган умумбиологик хусусият, у жинсий майл билан бирга одамнинг туриш-турмуши, руҳий омилларига ҳам боғлиқ бўлади.

Инсоннинг жинсий ахлоқи ижтимоий ахлоқининг бир қисми бўлиб, сексуал ҳаёти ҳам унинг дунёқараши, савияси ва маданиятидан келиб чиққан ҳолда ана шу принципларга бўйсундирилгандир. Бу ерда биз эркак ва аёлларнинг жинсий майли хусусиятлари ва бир-биридан фарқи устида тўхталамиз.

Эркак ва аёлларда жинсий фаоллик турлича бўлади. Агар биз жинсий ҳаёт нималигини билмайдиган ўспирин билан бокира қиз руҳиятига оид омилларни қиёсласак, бу фарқ яққолроқ кўзга ташланади. Ўспирин жинсий ҳаётни ўз бошидан кечирмаган бўлса-да, поллюция (беҳосдан булғаниб қолиш) ёки онанизм пайтида оргазм (хуш ёқиш)нинг ўзига хос томонларини синовдан ўтказган бўлади. Шу сабабли бундай ўспирин жинсий алоқадан қандай лаззат кўришини билади ва фаол алоқа қилишга интилади. Қизлар эса жинсий алоқа билан боғлиқ лаззат ҳисси ҳақида ҳеч қандай тасаввурга

эга бўлмайдилар... Уларда ҳаттоки ҳуш ёқиш ҳиссини берадиган жинсий жиҳатдан ёрқин тушлар кўриш ҳоллари кам бўлади. Шу боис энг бошиданоқ эркак билан аёлнинг жинсий ҳаётидаги омиллар бир-биридан кескин фарқ қилади. Бу ерда яна шуни ҳам эътироф этиш керакки, қизлар ва аёллардаги ибод, ҳаё кучли бўлиб, эркакларники сингари худбин табиат касб этмайди.

Аёлнинг қадди-қомати, яланғоч танаси, жинсий аъзолари эркак ҳирсини кўзғотса, яланғоч эркак танаси аёл учун уйғотувчи омил бўлмасдан, балки аксинча унинг жинсий фаоллигини сундириши мумкинлигини ҳам таъкидлаб ўтиш лозим. Эркак ва аёлларга хос бўлган бу хислатлар на фақат ҳаётда, балки адабиёт ва санъатда ҳам ўз аксини топган. Дилрабо назм асарларини таққослар эканмиз, аёлнинг тафсиф-ташбеҳи эркаклар ижодида кенг намоён бўлгани ҳолда аёллар ижодида деярли кўзга ташланмаслигини кўрамиз. Бу фарқ айниқса расомлар ижодида ёрқинроқ кўзга ташланади. Яланғоч аёл танаси эркак мўйқалам соҳиби асарларида деярли доимий равишда ёрқин бўёқларда ўз аксини топса, бундай мисолларни аёл расомлар асарида тамомила кўрмайсиз.

Кўриш орқали эркак ва аёлларнинг жинсий майлига таъсир кўрсатувчи юқоридаги омиллар уларнинг жинсий алоқа чоғидаги хулқ-атворларида намоён бўлади. Эркакларнинг кўпчилиги чироқ ёруғида жинсий алоқага тайёргарликни ва уни ўтказишни, аёл танасидан завқ олишни маъқул кўрсалар, аёлларнинг аксарияти бу ишни қоронғу шароитда ўтишини афзал кўрадилар.

Эркак ва аёлнинг хулқ-атворидаги бундай номутаносиблик ўзаро муносабатда уйғунликка эришиш учун маълум даражада ён беришни талаб қилади, акс ҳолда бу номутаносиблик икки ўртада жиддий нифоқлар келтириб чиқариши мумкин.

Эркаклар майли аниқ белгиланган танлов табиатида бўлади, ҳатто тасодифий алоқалар чоғида ҳам ўз дидига мос келадиган аёлларни танлайди. Бироқ бу танлов бирмунча кенг табиатга эга бўлганлиги боисидан биологик жиҳатдан эркаклар бошқа типга мансуб бўлган аёлларни кўрганларида ҳам кўзғолишлари мумкин. Эркак эътиборининг бир аёлга қаратилиши ва унга нисбатан майлининг ортиши жинсий ахлоқининг ижтимоий томонини намоёйиш этади. Севги ҳисси эркакларда ёрқин ижтимоий табиат касб этади. Бу ҳиссиёт жамият пайдо бўлганида таркиб топган бўлиб, унинг тараққиёти билан сайқаллашиб борган. Инсон ижтимоий жиҳатдан қанча-

лик обрў-эътиборли ва юксак туйғуга мансуб бўлса, унинг севги ҳисси ҳам шунчалик юксак маъноли бўлади, яъни бундай эркак ўз маҳбубасининг фақатгина фазилатларини севган бўлиб, ишқи-муҳаббати замирида бирон-бир манфаат ётмайди.

Аёллар майли эса бирмунча шахсий табиатга эга. Маълум бир даврда аёлни фақатгина маълум эркак ўзига ром эта олиши мумкин. Бу майлнинг энг юксак чўққиси бўлган севги эса аёлларда бирмунча барқарор, юракдан чиқувчи ва юксакроқ бўлади. Агар эркак ўз маҳбубасининг ташқи қиёфаси ва қадди-қоматини афзал кўришга мойил бўлса, аёл бундай ҳолатларда суюқлисининг ақл-идрокига, инсоний хислатлари ва шахсий белгиларига кўпроқ эътибор беради.

Эркакларда жинсий майл тез қўзғалади, тезда жинсий алоқа жараёнига ўтади. Бунинг учун майлни қўзғотиш талаб ҳам қилинмайди, яъни севимли маҳбубасининг ўзини кўриш, танаси, сочининг ҳиди, айниқса яланғоч қадди-қоматининг ўзи бунга кифоя.

Аёлда жинсий қўзғалиш бирмунча секин бўлиб, жинсий алоқа истаги учун маълум қўзғовчи омиллар талаб қилинади. Ширин сўз ва суюқлисининг эркалашлари ана шундай омиллардан саналади. Айниқса эроген соҳалар деб аталмиш тананинг нозик жойларига тегиш аёлда жинсий яқинлик истагини уйғотади. Аёлларнинг эроген соҳалари жуда кўп бўлиб, генитал соҳалар (аёлларнинг жинсий аъзолари соҳаси — кичик жинсий лаблар ва клитор) ва сонлари, думбаси, кўкрак безлари, бўйнининг ён сатҳи, қулоқ чиғаноғи, лаблари шулар жумласига киради. Бироқ ҳар бир аёлда ана шу соҳалар орасида энг нозиклари бўлади, уларга тегиш жинсий қўзғалишни тезлатади.

Жинсий қўзғатиш усули ва тезлиги ҳар бир одам учун ўзига хос бўлади, мижози, тарбия даражаси, сексуал тажрибасининг ўзига хос хусусиятлари, эркалашнинг ёқиши, эроген соҳаларнинг қўзғалиши жинсий майлни шакллантиради. Бу ўринда шуни таъкидлаш керакки, эроген соҳаларни эркалаш даражаси аёлнинг шахсий майл-истагига мос келмаса, бу ҳол жинсий майлни уйғотиш ўрнига ҳатто сўндириши ҳам мумкин.

Аёллар ҳуқуқини эркаклар билан тенглаштириш, жумладан моддий жиҳатдан қарамликдан озод бўлиш, диний норма ва таъқиқларнинг барбод этилиши — буларнинг ҳаммаси жинсий ҳаётдан қониқиш ҳиссини оила ва никоҳ муносабатларида ҳукмронлик қилувчи воситага айлантирди. Ҳозирги замон сексологияси ҳам худди

ана шу муносабатлардан келиб чиққан ҳолда эркак билан аёл ўртасида уйғунлик бўлишига катта эътибор бермоқда.

Жинсий алоқа нормал кечиши ва муваффақиятли тугалланиши учун ҳар иккала жинс ўртасидаги хатти-ҳаракатларни мувофиқлаштирувчи омиллар мавжуд бўлиши керак. Бу борада озгина бўлса-да оғишлар содир бўлиши жинсий алоқа жараёнининг тўғри кечишига таъсир этиб қолмасдан, балки ноқулай ва номувофиқ ҳолларга ҳам олиб келиши мумкин. Эркак ва аёл ўртасидаги жинсий алоқанинг асосий босқичларида содир бўладиган физиологик фарқ ва тафовутларни инкор этиш (билмаслик, эплей олмаслик ёки хоҳламаслик) шундай ҳолатларга олиб келади. Бундай ҳоллар оиладаги тотувликка таъсир этади, шуни ҳисобга олган ҳолда энг муҳимлари устида қисқача тўхталиб ўтамиз.

Биринчи босқич давомидаги тафовутларни мувофиқлаштиришга ҳаракат қилмаслик ёки истамаслик жинсий алоқа жараёнини барбод қилиши мумкин. Бундай номувофиқлик дастлаб эркак жинсий қўзғалиши биланоқ бу жараён аёлда ҳам юзага келишини кутмасдан жинсий алоқани бошлаб юборганда вужудга келади. Бундай пайтда аёл умуман оргазмни ҳис қилмаслиги ёки икки жинс ўртасидаги босқичларда ўзгариш вужудга келиши, яъни эркакда учинчи босқич (оргазм) бошланганида, аёлда иккинчи босқич бошланиши мумкин. Бундай вазиятда аёлларда вужудга келадиган юксак жинсий қўзғалиш босқичи улардаги жинсий аъзоларнинг ўзига хос қайта қурилиши (яъни қоннинг рўйи-рост қуйилиб қолиши натижасида) ҳамда асаб марказлари функционал ҳолатининг ўзгариши оқибатида оргазм билан тугалланмайди, натижада тўртинчи босқич юзага келмайди. Оқибатда аёл организмда рўй берган бу ўзгаришлар узоқ муддат ривожланмасдан соатлаб сақланиб қолади. Бу ҳол аёл учун ниҳоятда оғир бўлади, асаб системасига, руҳиятига ва жинсий аъзоларига зарарли таъсир кўрсатади. Гинекологларнинг таъкидлашларича, жинсий алоқадан қониқмайдиган аёллар жинсий аъзолар касалликларига кўпроқ чалинадилар.

Психиатрлар шундай қонуниятни аниқладилар: жинсий ҳаётдан қониқмаган, яъни оргазм ҳис қилишга интилса-да, унга эриша олмайдиган аёллар феъли-атвори кескин ўзгариб, улар жиззаки, қўпол бўлиб қоладилар. Бу ҳол на фақат онлада, балки иш жойида ҳам намоён бўлади, бундай аёл арзимас нарсалардан жанжал чиқаради.

Жинсий алоқанинг биринчи босқичидаги нўноқлик аёлга ҳам, эркакка ҳам зарар келтириши мумкин. Агар эркак ўзини тута олмаса, аёл билан жинсий яқинликка уриниш чоғида ўзи қўзғалиб кетиб, иккинчи босқич — жинсий қўзғалиш юксак босқичига ўтиб, жинсий алоқани бошлаб юбориши мумкин. Бундай ҳолатда жинсий аъзони қинга киритиш ёки дастлабки ҳаракатга уриниш (фрикция) чоғида шаҳват муддатидан илгари оқиб кетади. Бундай пайтда аёл ноўрин танбеҳ бериб қолса, бу ҳол эркакка акс таъсир кўрсатади: унда қўрқинч, ўзига ишонмаслик ҳисси пайдо бўлиб, оқибат-натижада жинсий заифлик келиб чиқиши мумкин.

Бир-бирига меҳрибон, бир-бирини қадрлайдиган, севадиган, ҳислари юксак эр-хотинлар жинсий алоқанинг ҳар бир босқичида вужудга келиши мумкин бўлган нонувофиқликни осонгина бартараф қила оладилар. Узаро муносабатлар шакллана борган сари бу борадаги уйғунлик камол толиб, эр-хотин жинсий алоқанинг ҳар бир босқичи давомлилигини ўзгартиришлари мумкин.

Бунда эр-хотиннинг жинсий алоқа босқичларидаги номутаносибликка муносабатлари ҳам муҳимдир. Бунда ҳаёт тажрибаси ўз таъсирини кўрсатади. Мабодо улардан бири жинсий ҳаётга нисбатан ҳайвоний ҳирс туйғусида тарбияланган бўлса, бу ҳолат кейинги йилларда жинсий функциялар фаолиятининг бирмунча бузилишларига олиб келади.

Бунда айниқса аёлнинг тарбияси муҳим аҳамият касб этади. Умуман, аёлларнинг жинсий майли рўйи-рост руҳий таъсиротларга боғлиқ бўлади. Эркак шахси, жинсий алоқага тайёргарлик техникаси ва уни ўтказиш даражаси, оргазм ҳис қила олиши, унинг кучи ва такрорланиши муҳим роль ўйнайди. Жинсий ҳаёт қанчалик узоқ давом этса, аёллар оргазмни шунчалик узоқ вақтгача сезиб юрадилар. А. М. Свядошчининг маълумотларига кўра, аёлларнинг 42 фоизи биринчи бор оргазмни турмуш қурган дастлабки йилда, 30 фоизи кўзи ёриганидан кейин, 11 фоизи туққанидан сўнг бир неча йил ўтгач ва 17 фоизи эркакни алмаштирганида ҳис қилган. Аёл оргазмни сезмаса, жинсий совуқлик (фригидлик) ҳолати ривожлана боради. Жинсий совуқликка олиб келувчи омиллар аксар ҳолларда аёл руҳияти билан боғлиқ бўлади. Юқорида зикр этилганидек, бу ҳол тарбия масалалари ёки жинсий яқинликка мойилликнинг йўқлигидан келиб чиқиши мумкин. Биринчи никоҳ кечасидаги салбий хис-ҳаяжонлар ёки жинсий алоқа-

нинг қиз тасавуридаги тушунчасига мос келмаслиги жинсий совуқликка олиб келади.

Аёлларда фригидлик ҳолатининг олдини олиш учун «никоҳ техникаси», яъни эркак оргазмни қайси йўл билан вужудга келтиришни бошқарса, шу йўл билан аёлни жинсий жиҳатдан қониқтира олиши мумкинлиги устида тўхталамиз.

Биринчидан, юқорида зикр этилганидек, қўзғалишнинг биринчи босқичида ўзни тўғри тутиш зарурлигини такрорлаймиз. Иккинчидан, агарда эркак уруғ ташлаб юбориши мумкинлигини ҳис қилса, фрикцияни 30—40 секундга тўхтатиб, нафасни ростлаб олиши, хаёлини бўлиши, ўзини бир оз қўйиб, тутиб олганидан кейингина фрикцияни давом эттириши мумкин. Учинчидан, жинсий алоқа чоғида эр-хотин баб-баробар фаоллик кўрсатишлари талаб қилинади.

Энди икки оғиз сўз ҳомиладор бўлишдан асровчи воситалар хусусида. Улар жинсий ҳаёт физиологиясига ҳам, психологиясига ҳам бевосита алоқадордир. Аёл ҳомиладорликка қарши воситалар (механик, химик ёки биологик воситалар) дан тўғри фойдаланиши натижа-сида ҳомиладор бўлиш хавфидан бир неча ой халос бўлгач, тўсатдан ҳис-туйғуси туғён уриб, оргазм ҳис қилган ҳоллари кўп мартаба кузатилган.

Жинсий ҳаёт психогигиенаси тўғрисидаги мавзуни ниҳоясига етказиш билан сексология соҳасидаги билимлардан бамисоли қўлланмалардагидек фойдаланиш, шундай қилинган тақдирдагина бахтга эришиш мумкин, деган хом хаёлдан баъзи бировларни огоҳ қилмоқчимиз. Тўғри, ўз йўлини топиш, ўз хулқ-атворини белгилаб олиш, фақат ўзига хос бўлган майлини ҳис қилиш учун билим керак. Бироқ бундай «билимлар» аксар ҳолларда жинсий ҳаёт ва оила ҳаётидан тамомила беҳабар бўлган «билимдон»лардан ўрганилади. Илмий тадқиқотлар ҳам, реал ҳаётдаги турли афсоналар ҳам жинсий ҳаёт эркак жинсий аъзоларининг анатомик хусусиятларига боғлиқлигини тасдиқламайди.

Эркак билан аёл ўртасида қандайдир ўзига хос анатомик мутаносиблик бўлиши керак, шундай бўлган тақдирдагина эр-хотин ўртасидан «қил» ҳам ўтмайди, бу мутаносиблик олдиндан яратилган бўлиши зарур, акс ҳолда ҳеч нарсани ўзгартириб бўлмайди, деган тушунча ҳам ғирт афсонанинг ўзгинасидир. Амалда эса ҳар икки жинс ўртасидаги яқинлик умуман ҳаётда бўлгани сингари узлуксиз равишда бир-бирини ўрганиш ва ўзаро бир-бирига мослашишдан иборатдир.

Эркақларнинг жинсий алоқа қилиш сони чегараланган, бу сон тугагач, эркак аёл билан бошқа алоқа қилолмайди, деган учинчи афсона ҳам нотўғри ва хатодир. Эркак зўриқмасдан ўз имконидан келиб чиққан ҳолда қанчага қурби етса, шунча миқдорда жинсий алоқа қилиши мумкин ва лозим.

Ана шундай афсона ва лофлар ҳамда жинсий алоқалар ҳақидаги турли миш-мишларни ўзгартириш ҳақидаги суҳбатимиз сўнгида сексуал қониқиш ҳисси ҳар иккала жинсга мансуб бўлган шахслар ҳаётдан ва бир-бирларидан қониқиш ҳосил қилганларидагина вужудга келиши мумкинлигини таъкидламоқчимиз. Турмуш ўртоғингизнинг ҳаёти янада бахтлироқ бўлиши учун қўлингиздан келган ёрдам ва мададингизни аяманг. Манфаатлар ва интилишлар бир-бирига мос келсагина ўзaro яқинлик ҳисси меҳр-муҳаббат билан йўғрилиб, жинсий қўзғалиш ва қониқиш ҳиссини кучайтиради. Жинсий муаммолар ва сексуал жаҳолатга қарши эр-хотиннинг ҳамкорликдаги саъйи-ҳаракатлари икковлари учун ниҳоятда муҳим эканлигини бир лаҳза бўлса-да унутмаслигимиз керак.

## ОДАМНИНГ НОРМАЛ ЖИНСИЙ ФУНКЦИЯСИ

Дафъатан қараганда, жинсий майлни (либидо-лотинча хоҳиш, истак, майл) очлик ҳисси мисоли инстинктлар жумласига киритиш мумкин. Бироқ инсоннинг жинсий функцияси бирмунча мураккаброқ, ижтимоий жиҳатдан мавҳумроқ тушунча. Эрекция жинсий олатнинг тарангланиши ва эркак жинсий функциясини намоён этувчи асосий компонентлардан бири бўлиб, пенисни қинга киритиш йўли билан жинсий алоқани амалга ошириш имконини беради. Одатда эрекция чоғида олат 2—3 марта катталашади, унга оқиб келаётган қон эса 6—8 баравар кўпаяди. Соғлом эркак жинсий алоқани оргазм (ҳуш ёқиш) пайтида содир этиладиган уруғ ташлаш (эякуляция) билан тугаллайди. Оргазм — лаззатланиш ҳиссининг энг олий нуқтаси бўлиб, жинсий алоқанинг тугаши чоғида ҳис этилади. Унинг биологик жиҳатдан аҳамияти шундаки, бу жараён зурриёт қолдириш учун қилинган саъйи-ҳаракатларга табиат томонидан ато этилган мукофот вазифасини ўтаб, келгусида



Жинсий алоқада уруғ ташлаш жараёнининг бошланиши кўпгина омилларга: жисмоний ва асабий-руҳий ҳолатга, ёшга, жинсий ҳаёт муддати ва давомийлигига, темпераментга, турли ташқи таъсиротларга боғлиқ бўлади. Жинсий аъзо қинга киргунига қадар ёки кириши билан уруғ ташлаб юбориш, эрекциянинг суст бўлиши ёки тамомила йўқлиги унчалик сезилмайдиган ёки оғриқ берувчи оргазм — буларнинг ҳаммаси эркак жинсий функциясида бузилиш содир бўлганлиги белгиларидир.

Аёллар жинсий майли, қўзғалиш ва оргазм эркаклардагидан фарқ қилади. Кўпчилик аёлларда жинсий алоқага тайёргарлик жараёнидаги эркалалар натижасида жинсий яқинлик майли вужудга келади. Бу жараён аёл танасида ўзига хос жойлашган эроген зоналарга тегиш мобайнида янада кучайиб боради. Аёл лаби, оғзи, қулоқ юмшоғи, энсаси, тана орқа қисмининг ўрта чизиги, сўт безлари, соннинг ички юзаси ва жинсий аъзолар (жинсий лаблар билан клитор ниҳоятда ҳис-туйғуни уйғотувчи нуқталар) саналади.

Эркаклардан фарқли ўлароқ кўпгина аёлларда жинсий майл кучи ўзгариб туради. Масалан, овуляция даври (тухумдонлардан етилган тухум ҳужайраларнинг ажралиб чиқиш пайти) аёлнинг бўйида бўлиши учун энг қулай пайт бўлса-да, жуда оз сонли аёлларда жинсий майл юқори бўлиши мумкин. Ҳайздан олдин ёки ундан кейин аксарият аёлларда жинсий майлнинг кучайиши кузатилади. Ниҳоят, шундай аёллар ҳам учрайдики, уларда ҳайз циклининг маълум кунларидагина жинсий яқинликка хоҳиш бўлади. Аёллар касал пайтида, ақлий ёки жисмоний жиҳатдан қаттиқ ҳориган кезларида жинсий майл вақтинча сусайиши мумкин. Бундай ҳоллар учрашини нафақат аёллар, балки эркаклар ҳам ҳисобга олишлари лозим.

Эркаклардан фарқли равишда аёлларда оргазм тўлқинсимон тарзда кечиб, 5 дан 10 гача бўлган оргастик лаззатланиш тўлқинларидан иборат бўлади. Оргазми узоқ давом этувчи аёллар бундан истисно бўлиб, тўлқинлар ўртасидаги катта паузалар оқибатида оргазм охирида лаззатланиш ҳисси сусаяди. Мультиоргастик аёллар ҳам учрайдики, улар бир жинсий алоқа жараёнида бир неча оргазмни ҳис қилишга қодирдирлар.

Аёлнинг оргазмга эришишидаги муҳим омил — оргастик ҳислар жойи деб аталмиш клитор ва қинни таъсирлашдир. Кўпгина аёллар клитори соҳасида қўзғалиш содир бўлади, деб ҳисобласалар, 35 фоизи бу қинда

рўй беради, деб таъкидлайдилар. Аёлларнинг маълум бир қисмида даставвал қинга хос бўлган оргазм пайдо бўлиб, кейин клитор оргазми ҳисси вужудга келади. Аёлларда оргазмдан кейинги бир неча дақиқа мобайнида лаззатланиш ҳисси сақланади, кейин бу аста-секин сўна бошлайди. Бу пайтда у ҳамон эрининг эркалашларини кутади ва бу эътибор унга ҳузур-ҳаловат бахш этади. Бу ўринда гап эротик характерга эга бўлган эркалашлар хусусида эмас, балки сўз, табассум ва меҳр-муҳаббатнинг бошқа кўринишлари билан эъзозлаб, эр билан яқинликнинг тўла бахтини ҳис қилишга имкон яратиш устида бормоқда.

Жинсий алоқа чоғида одатда аёлларда эроген зоналар кенгайиб, жинсий лаззатланиш манбалари кўпайгандек туюлади. Эркакларда оргазм ҳосил бўлиши учун қандайдир олдиндан синовдан ўтиш талаб қилинмайди, кўпгина аёллар эса жинсий ҳаётни мунтазам равишда бошдан кечирганларидан кейин, кўпинча эса биринчи ёки иккинчи фарзанд кўрганларидан сўнггина оргазмни ҳис қила бошлайдилар. Аёлни ҳар қандай кўринишдаги жинсий алоқа қаноатлантиравермайди. Масалан, баъзи аёллар оргазмсиз ҳам лаззатланишни ҳис қила оладилар. Бундай аёллар учун жинсий алоқа меҳр-муҳаббат ва жисмоний яқинлик рамзини ўтайди. Эркак шуни ҳисобга олиб, ўз хотини нимадан лаззатланишини ўрганиши лозим. Бир-бирини тушунишга интилиш, бу борада сабр-қаноат, ўз суюқлисининг нозик томонларини ҳисобга олиш — эркакни ҳам, аёлни ҳам хоҳишини тўлдирувчи хислатлар саналади.

Кўпгина аёлларда ҳаё, ибо кучли бўлганлиги боисидан улар «забт этилиш» ни маъқул кўрсалар, жинсий алоқага майли бор аёллар эса номигагина қаршилик кўрсатадилар. Шунинг учун айрим ҳолларда эркаклар фаол ҳаракат қилишларига тўғри келади. Бу ерда гап куч ишлатиш, қўполлик қилиш устида эмас, балки одоб доирасидан чиқмаган ҳолда қатъиятлик кўрсатиш ҳақида бормоқда. Ўзини дадил тутолмаслик сингари қўполлик ҳам аёл кўнглини совитиши мумкин. Чунки уларда ҳамма нарсанинг ўз вақтида ва меъёрида бўлиши ҳақидаги тушунча чуқур ўрнашган бўлади. Шунинг учун ҳам эркак севимли ёрининг хоҳишини яхши тушунган ҳолда талаб қилиш ёки чидам-матонат кўрсатиш, ўз сўзида қаттиқ тўриш ёки илтимос қилиш, олиш ёки ҳадья этиш каби масалаларни ўзи ҳал этмоғи лозим. Бу ўринда сўзамоллик,

бўса, чуқур хўрсиниш, мушакларни таранг қилиш, юзни юзига қўйиш, тин олиш сингари омиллар эркак мададкори бўлади.. Аёл ҳиссиёти гўёки кичик булбул мисол: уни кафтингда ушлаб туришинг керак: «кафтингни қаттиқроқ қиссанг, нобуд қиласан, тўлиқ очиб юборсанг, учириб юборасан». Аёл эркакда ўз қалбида яратган маъбудасини кўриши керак, ҳеч бўлмаганда, эри ўзи учун энг яқин, қадрли ва ҳурматли шахс бўлиши лозим.

Сексологлар инсонга хос бўлган жинсий ҳиссиётнинг бир неча босқичлари мавжудлигини таъкидлайдилар. Қўзғалиш босқичи ўзаро жисмоний яқинликка назокат билан тайёргарлик кўриш вазифасини ўтайди. Бу пайтда энг асосийси — эркалашга эҳтиёж сезилишидир. Бу босқичда юрак фаолияти, периферик қон айланиши кучаяди, қон босими ортади, томир уриши тезлашади, мушаклар таранглашади. Эркакда эрекция бошланади, аёлда эса қин ва кичик жинсий лабларнинг қон билан таъминланиши яшиланиши натижасида уларнинг сезгирлиги ортади. Қинга кириш қисмида шиллиқнинг пайдо бўлиши аёлда жинсий яқинликка тайёрлик босқичи бошланганидан далолат беради.

Жинсий олатни қинга киритиш (эмиссия) навбатдаги босқичнинг бошланишидир. Баъзи эркакларда бу пайтда эрекция зўрайса, бошқаларида эса сусайиши ҳам мумкин. Иккаласи ҳам нормал ҳолдир. Эркак ва аёл оргазмига оргастик босқич кучли таъсир кўрсатади. Бир неча сония давомида аввалги босқичларда вужудга келган асаб, қон-томир ва мушак системаларидаги таранглик энг олий нуқтасига — портлаш даражасига етади. Нафас тезлашади, нафас бир дақиқада 40 тага етгани ҳолда қисқаришлари 150—180 тага боради. Энг юксак даражадаги спорт мусобақаларидагина шу рақамлар қайд этилиши мумкин. Қон босими симоб устунининг 200/140 мм гача етади.

Оргазм — қисқача муддатли бўлса-да, организм учун катта юк ҳисобланади. Бу пайтда эркак уруғ ташлайди. Фрикция чоғида эр ўз хотинининг ҳолатини тўғри баҳолай билиши керак. Мабодо аёлда лаззатланиш ҳисси ортда қолаётган бўлса, эркак ўз муносабатини ўзгартириши (фрикциялар тезлигини сусайтириши) зарур. Яқуний босқичда организм аста бўшаша бошлайди: мушаклар таранглиги йўқолади, нафас ва юрак фаолияти нормаллашади, танада қандайдир умумий бўшашити ҳисси пайдо бўлади. Агарда ҳар иккала жинс бир

хилда лаззатланган бўлса, бамайлихотир бир-бирларини бағриларига олиб ётишлари мумкин. Бу ҳолатда ҳатто бўса ҳам қўзғалган асабнинг тинчланишига халақит беради. Бундай пайтда яхши лаззат олган эркак ҳам, аёл ҳам ўринда қулайроқ жойлашиб олишга ҳаракат қиладилар, уларни уйқу босади, бу ҳол айниқса эркакларда кучлироқ кечади.

Одамлар ҳаётининг маълум босқичида климактерик давр бошланади. Бу физиологик ҳодиса бўлиб, жинсий система инволюцияси натижасида юзага келади. Аёлларда ҳайз камаяди, кейинчалик бу жараён тамомила тўхтаydi (менопауза). Аёлларда менопауза даврида жинсий майл кучаяди ва уларнинг мунтазам жинсий ҳаётга бўлган талаби ортади. Климакс даврида аёлнинг жинсий яқинликдан қониқмаслиги турли неврозларга сабаб бўлиши мумкин.

Ёш ўтган сайин баъзи эркаклар жинсий ҳаётга лаёқатлиликлари сақланганини ҳаётдаги бирдан-бир қувонч сифатида қабул қиладилар ва қай йўл билан бўлмасин, ўзларини жинсий яқинлик учун рағбатлантириб туришга интиладилар. «Сочи оқарса-да, шайтон йўлидан чиқмабди», деган нақл ана шундай эркакларга нисбатан айтилган бўлса керак. Баъзи бировлар ёш ўтганидан кейин жинсий ҳаётни давом эттириш организмни қаритиб қўяди, деб ҳисоблаб, жинсий алоқадан мутлақо воз кечадилар.

50—60 ёшда юз берган турли соматик касалликлар ҳам баъзан жинсий ҳаётда узоқ узилишлар бўлишига олиб келиши мумкин. Бундай узилишлардан кейин ўзига хос жинсий ожизлик вужудга келиб, жинсий олатнинг рефлектор тарзда қўзғалиши, жинсий гормонлар ишланиб чиқишининг кескин камайиши кузатилади. Бундай ҳолларда эр ҳам, хотин ҳам, бир-бирининг физиологик имкониятларини ҳисобга олиши керак.

Ёш 50 дан ошгандан кейин жинсий ҳаёт жадаллиги қандай бўлиши лозим? Ўзидаги сексуал имкониятларни «тежаш» мақбул эмас, шунингдек жинсий ҳаётни сунъий равишда кучайтириш ҳам мақсадга мувофиқ бўлмайди. Физиологик жиҳатдан эрекция вужудга келиши учун қўшимча сазъ-ҳаракат талаб этилмаслиги, жинсий алоқалар эса эр-хотин саломатлигига салбий таъсир кўрсатмаслиги лозим. Ёш ўтган сайин жинсий майл сусайиши мумкинлиги, бироқ тамомила йўқолмаслигини унутмаслик зарур.

Қатта ёшдаги одамлар (50—60 ёш) учун жинсий ҳаёт зарарли деган тушунча тамомила нотўғри. Бу ёш-

да ҳам жинсий яқинлик тўлақонли, ҳис-ҳаяжонларга тўлиқ бўлиши керак. Меъёрини билиб яшаган ва жинсий алоқаларда маълум бир тартибни ишлаб чиққан эркаклар кексалик чоғларида ҳам жинсий фаолликни сақлаб қолишга қодирдирлар.

## ОДАМЛАР ЖИНСИЙ ҲАЕТИНИНГ МЕЪЁРИ ВА ПАТОЛОГИЯСИ ЧЕГАРАЛАРИ

Сексопатолог врачларнинг кундалик тажрибаси қабулга келаётган мижозларнинг бир қисми жинсий ҳаёт меъёри хусусида нотўғри тасаввурга эга эканликларини кўрсатмоқда. Одамларнинг бир қисми жинсий алоқа 10—15 дақиқа давом этганида уруғ отилиб кетишидан «даволаниш»ни истайдилар, ҳолбуки бир неча сония ўтганидан кейин эякуляция содир бўлиши уларни ташвишга солмайди.

Ҳар бир жамиятда сексуал ахлоқ бобидаги оғишлар ва нормаларни чегаралаш нисбий бўлиб, одамларнинг аксарияти ёлғиз қолганидан жинсий ахлоқ бобида жамият томонидан қабул қилинган стандартларни эрта-ми-кечми бузадилар. Шу билан бирга баъзи жинсий бузилишлар борки, улар ҳар қандай жамиятда ҳам ғайритабiiий саналади ва кескин қораланади. Гомосексуализм, садизм, жинсий алоқа учун ноадекват тешиклар (оғиз, орқа чиқарув тешиги)дан фойдаланиш ва бошқа ахлоқий бузилишлар шулар жумласига киради. Жинсий бузуқ беморлар психиатр врач кўмагида мажбурий даволанишлари керак. Бузуқликлардан ташқари онанизм ҳодисасига ўхшаш жинсий оғишлар ҳам учраб туради.

Етук сексуаллик даврининг энг характерли белгиси жинсий фаолликнинг шартли-физиологик ритми (ШФР) дан иборат бўлиб, бу никоҳдан ўтган шахсларда ҳисобга олинади. У организмнинг ҳақиқий ички талабларида келиб чиққан бўлиб, ҳафтасига 2—3 жинсий алоқага тўғри келади (ШФРнинг бошланиши 34—35 ёшга тўғри келиб, 16—18 йил давом этади).

Жинсий алоқа давомийлиги муҳим аҳамиятга эга. Бу давомийлик жинсий олатни қинга олиб кирган пайдан уруғ ташлангунга қадар ва фрикциялар (пениснинг қиндаги бориб-келадиган ҳаракатлари)га қараб баҳоланади. Ҳар нафас олганга бир фрикция тўғри келса, бир дақиқадаги сони ўрта ҳисобда 16—18 тага этади. Жинсий алоқа давомийлигининг энг кам миқ-

дори 1 минуту 14 секундга (68 фрикцияда), энг кўпи — 3 минуту, 34 секундга (270 фрикцияда), ўртача давомийлиги эса 2 минуту 2 секундга тўғри келади. Аъзонинг қинга кириш бўйича ўртача ҳаракати 2 минуту 52 секунд.

Климакс даври жинсий фаолиятнинг сўнги даври бўлиб, аниқ бир чегарага эга бўлмай, ҳар бир одамда ўзига хос кечади. Эркакларда бу даврда жинсий майл табиати ўзгаради, талабчанлик, жинсий алоқага интилиш йўқола боради, бўса олиш чоғида эрекция вужудга келмайди, аёл билан бирга ётганида ҳам эрталаб эрекция суст бўлади. Аёлларда инволюцион давр кўпинча 45 ёшдан кейин бошланади ва жинсий алоқа чоғида умумий ҳамда генитал реакциялар (қиннинг намланиши камаяди, кўкрак безлари ўзгаради ва ҳоказо) ўзгаришида намоён бўлади. Жинсий ҳаёт кечириётган аёлларда оргазм жуда кекса ёшгача сақланиб қолади. Ёш ўтган сайин оилада тотувликнинг мавжудлиги ниҳоятда муҳим аҳамият касб этади. Кўпгина маълумотлар мунтазам равишда жинсий ҳаёт кечириш организмнинг касалликларга чидамани ошириб, умрни узайтиришини тасдиқламоқда.

Жинсий яқинлик қилиш қобилияти ва соғлом зурриёт кўриш жинсий фаолиятнинг нормал кечаётганлиги далили ҳисобланади.

Жинсий функциядаги бузилишларни уч турга бўлиш мумкин.

Жинсий алоқа қилиш қобилияти сусайиши ва қовишув имконияти тўла йўқолиши мумкин. Бунда аксар ҳолларда эркакнинг жинсий функциясида табиат томонидан алоқа қилишга даъват этилган аъзоларида нуқсонлар пайдо бўлади.

Уруглантириш ва ҳомилани ривожлантириш қобилиятида бузилишлар содир бўлади. Эркакларда бу ҳол сперма сифатининг бузилишида, аёлларда эса тухум ҳужайрани этилтириш қобилияти йўқолиши ёки бачадон найчалари ўтказувчанлигининг бузилиши, шунингдек ҳомилани тутиб туриш ва уни нормал ривожлантириш имконияти йўқлигида намоён бўлади.

Эркак ёки аёл пушт ҳужайралари (сперматозоид, тухум ҳужайралар)нинг шикастланиши оқибатида туғма нуқсонли фарзандларнинг туғилиши фақатгина айрим оилаларни ташвишга солаётган масала эмас. У катта ижтимоий аҳамиятга ҳам эга. Кейинги йилларда тиббий генетика консультациялари ташкил этилган бўлиб, улар зиммасига ёш эр-хотинларга соғлом зур-

риётни бунёдга келтиришга кўмаклашиш вазифаси юкланган.

Эркак жиңсий функциясининг бузилиши импотенция — жинсий ожизлик деб аталади. У ҳақиқий ва сохта ҳам бўлиши мумкин. Импотенциянинг ҳақиқий турларида жинсий майлнинг йўқлиги, адекват ёки спонтан эрекциядаги бузилишлар, бўш ёки оғриқ берувчи оргазм, муддатидан илгари ёки уруғнинг тез оқиб кетиши ҳоллари кузатилади.

Эякуляциянинг турли хил бузилишлари кўп учрайди.

Эркак жинсий аъзоси қинга кирганига дақиқа ҳам ўтмасдан, кўпи билан 20 фрикция қилинганидан кейин, аёлда оргазм содир бўлмасдан олдин уруғ ташлаш рўй беради, бу тезлашган эякуляция дейилади; муддатидан олдин юз берадиган эякуляцияда, жинсий аъзо қинга кирмасданоқ шахват кетиб қолади. Яна бир ҳолатда жинсий алоқа 20 минутдан ортиқ давом қилиб, ҳолдан тойгунга қадар давом этса-да, уруғ ташлаш рўй бермайди.

Айниқса жинсий ҳаётнинг бошида ёш эркакларда учрайдиган психоген жинсий ожизлик деб аталмиш жинсий функциянинг бузилиш ҳоллари ҳам тез учраб туради. Бу тур аксар ҳолларда асаб системаси суст турга мансуб шахсларда турли психоген омиллар (дастлабки жинсий алоқадаги муваффақиятсизлик, кўполлик, маҳбубасининг норозилиги ёки хиёнати) натижасида вужудга келади ва ривожланиб боради.

Психоген жинсий ожизлик асаб системасидаги функционал ўзгаришлар (невроз турлари) асосида вужудга келиши мумкин. Бундай ҳолларда жинсий функциянинг бузилиши иккиламчи табиатга эга бўлади.

Орқа мия ва умуртқа поғонасидаги жароҳатлар ёки касалликлар оқибатида ҳам жинсий бузилишлар вужудга келиши мумкин, чунки эрекция ва эякуляциянинг орқа марказлари шу ерда бўлади. Эркакларнинг ички ва ташқи жинсий органлари касаллиги ва нормал ривожланмаганлиги натижасида учрайдиган жинсий ожизлик турлари ҳам оз эмас. Бу гуруҳга кирувчи беморлар орасида венерик ва замбуруғ касалликларини даволашга ойда тарбиявий жараёнга алоҳида аҳамият берилади. Бундай беморларнинг ўз дардларини яширишлари ёки махсус даволаш муассасаларидан бошқа жойларда муолажа қилишлари соғайиш ва жинсий функциянинг тикланишига бўлган имкониятларни пайсайтиради.

Сурункали простатитлар кенг тарқалган касаллик саналади. Бу касалликка чалинганлар оғриқдан ташқари тезда уруғ ташлаш, эрекциянинг сустлиги, баъзи ҳолларда эса яширин кечадиган оғриқли оргазмга мубтало бўладилар.

Простата безлари аденомаси касаллиги 50 ёшдан кейин, жинсий функция физиологик жиҳатдан маълум даражада сусайган даврда вужудга келади. Қасаллик бошланган даврда эрекцияда бузилишлар ва жинсий майлнинг сусайиши кузатилади.

Жигарда содир бўладиган турли касалликлар ҳам эркаклар жинсий фаолияти бузилишига ўз таъсирини кўрсатади. чунки жигар жинсий гормонлар метаболизмининг мураккаб жараёнлари содир бўладиган орган ҳисобланади. Сурункали яллиғланиш касалликлари, айниқса алкоголь туфайли жигарнинг зарарсизлантивувчи функцияси бузилиши оқибатида жинсий майл сусаяди, эрекция кучи қирқилади.

Аёлларда жинсий майлнинг йўқлиги ёки сустлиги фригидлик — жинсий совуқлик деб аталади. У бирламчи (жинсий ҳаётга қадам қўйган ёш аёлнинг сексуал жиҳатдан ҳали уйғонмаганлиги) ва иккиламчи турларда бўлиб, бунда жинсий майл аста-секин ёки ўта тез сўнишида намоён бўлади. Аёлларда жинсий функциянинг бузилиши турлари орасида оргазмнинг йўқлиги (аноргазмия) тез учраб туради. Жинсий совуқлик ва аноргазмия бир-бирига яқин бўлса-да, тамомила бошқа-бошқа тушунчалардир. Жинсий совуқ аёл қулай шарт-шароитларга қарамасдан жинсий мойилликни ҳис қилмайди ва бу билан боғлиқ ҳис-ҳаяжонни бошдан кечирмайди. Оргазмни сезмайдиган аёллар жинсий яқинликка мойил бўлсалар-да, оргазмни бутунлай сезмайдилар. Абсолют аноргазмия 10—18 фоиз аёлларда учрайди. Нисбий аноргазмия кўпроқ кузатилади, бунда аёл онда сондагина лаззатланиш ҳиссини бошидан кечиради.

Вагинизм нисбатан кам учрайди. Бунда жинсий алоқага уриниб кўрилганда қин даҳлизи, чаноқ туби, баъзан эса соннинг яқинлаштирувчи мушаги тортишиб қисқаради. Бунга руҳий шикастлар, қўрқув, оғриқ, эрнинг ёқмаслиги сабаб бўлади. Эркак бундай пайтда аёлни зўрламаслиги керак, акс ҳолда жинсий функция бузилиши мумкин.

Одамлардаги жинсий муносабатлар — инсонлар ўртасидаги энг сирли, интим муносабатлардир. Оила ҳам ана шу биологик пойдевор асосига қурилади. Севги-муҳаббат, ўзаро ҳурмат, энг яқин киши бўлган шахс-



нинг — эр ёки хотиннинг майл-истаги ва фикрларини ҳис қила билиш, ўзаро ҳурмат билангина оилада мустаҳкам пойдевор яратиш мумкин.

## РУҲИЙ КАЙФИЯТ

Эр-хотин ўртасидаги яхши муносабатлар на фақат танмаҳрамлик, балки маънавий яқинлик муносабатлари асосига қурилади ва камол топади. Тўлақонли интим яқинлик учун эр-хотинларга, айниқса аёлларга ижобий ҳис-ҳаяжонлар сув ва ҳаводек зарур.

Эркак кишининг жинсий кўзғалиши учун унчалик кўп вақт керак эмас: аёлни кўргач, жинсий яқинлик истаги пайдо бўлади, сўнгра эрекция рўй беради, демак эркак жинсий алоқага тайёр. Аёл эса худди шу тарзда дарров кўзғала олмайди. Руҳий ёки сексуал жиҳатдан носоғлом аёллардагина тез кўзғалиш ҳоллари учраши мумкин, холос. Агар аёл биологик сабабларга кўра кўзғалса, бу нормал ҳол бўлмасдан, балки касалликдир, чунки бундай аёл имконият ва шароит мавжудлиги ёки йўқлигидан қатъи назар жинсий яқинликка мойил бўлаверади. Ҳатто бамаъни оилалардан чиққан қизлар ҳам жинсий майллари жиловсизлиги ва қониқмаслиги боисидан исловоthоналарга тушишлари ёки зино ишларга майл қўйишлари мумкин.

Нормал аёл ҳам жинсий яқинликка эҳтиёж сезади, бироқ бунинг учун унинг кайфияти бўлиши, иккинчи томондан эротик соҳаларини кўзғатиш лозим.

Руҳий кайфият масаласи устида гап юритар эканмиз, бу мавзу устида бош қотириш, бунинг учун зарур омиллар барпо этиш асосан аёлларгагина хослигини таъкидлаб ўтмоқчимиз. Эркак ўзидаги эҳтирос билан аёл учун маълум даражада руҳий фон яратади. Аёл эрини шахс сифатида ҳурмат қилган тақдирдаги унинг онгида шунга монанд равишда руҳий кайфият вужудга кела бошлайди. Мабодо эридан рози бўлмаса, ундан хафа ёки кўнгли тўлмаган бўлса, ижобий руҳий кайфият албатта вужудга келмайди, аёл жинсий майл сезмайди, ўзини суст тутади ва оқибат натижада жинсий яқинликдан лаззат топмайди. Лекин ўзи истаган тақдирда негатив ҳолатларни бир зумга унутиб, эридаги фазилатларни кўз олдига келтириш йўли билан ижобий сексуал кайфият ҳосил қилиши мумкин. Аёл кўнгли бўшлиги ва меҳр-муҳаббатга тўла эканлигини ҳисобга оладиган бўлсак, бундай кайфият ҳосил қилиш унинг

учун қийин иш эмас. Аёлнинг асаб системаси ўзига хос, ўз кайфиятини осонгина бошқара олади. Фақат ундан фойдаланишни билиш керак. Бу борада бир америкалик руҳшуноснинг ўзига хос маслаҳати мавжуд. У аёлга бир варақ қоғоз олиб, чап томонига эрининг барча салбий хислатларини, ўнг томонига эса фазилатларини қайд этишни таклиф қилади. Шундан кейин варақнинг қоқ ўртасидан йиртиб, чап томонини майдалаб ёндириб юборишни, ўнг томонидагисини эса яна яхшироқ ўрганиб, эрининг бошқа яхши фазилатларини ҳам ахтариб топиб, тўлдиришни тавсия қилади. Нафсламбрини олганда, ҳар бир эркак қанчадан-қанча фазилатларга эга! Ўз эрига кўникиб қолган аёлларгина улардаги фазилатларнинг ҳаммасини сезиб, қадрига етавермайдилар. Бунинг учун кўнгилни ҳамиша покиза тутиш, одамлардаги яхши хислатларни кўра билишга ўзни ўргатиш керак бўлади.

Зероки, ҳар бир қиз ўз қайлиғида кўпгина яхши фазилатларни кўра олган эди-ку! Яхшиларнинг ичидан тавлаб олган аълоси шу эмасмиди?! Ахир фазилатлари сон-саноқсиз эди-ку! Ёмон томонлари эса деярли йўқ эди. Кўнгил-кўнгилга кўникканидан кейин бир оз совиб, фазилатлар буюм сингари унчалик кўзга ташланмай қолади. Энг ёмон томони шундаки, эридаги салбий хислатлар кўз ўнгида намоён бўлгани етмаганидек, тунлари ҳам ором бермаганидан кейин бундай эрга нисбатан руҳий кайфият яратиш ҳақида гап ҳам бўлиши мумкин эмас.

Ўз аёли ҳамиша ҳурмат қилиши ва у билан фахрланиши учун эркак ўз хотинига нисбатан ўзаро ҳурматда бўлиши, ўз хулқи учун жавобгарлик ҳисси билан яшаши, бошқаларга ҳам яхши муомалада бўлиши талаб этилади. Ҳар қандай маънавий куч ва қудратга эга бўлган аёл ҳам ўз эрида қалбининг ҳокимини, фикр-ўйлариининг соҳибини, жисмоний жиҳатдан баркамол ва шу билан бирга хушмуомалали эркакни кўргиси келади. Унинг севимли эри ҳам ақлли ва жасур, меҳнаткаш ва юқори малакали, тиришқоқ ва ҳалол, ўзини дадил тута оладиган ва камтарин бўлиши керак. Ҳар қандай ёшдаги эркак учун ҳам кенг елкали бўлиш, қорин қўймаслик, енгил одим ташлаш, ўзига ҳамиша қараб юриш ҳусн саналиб келинган.

З. В. Рожановская жинсий номутаносиб — эрига совиған аёл (совиған аёл — жинсий қаноат ҳосил қилмайдиган хотин) даволаниш учун олдиға келганида айтиб берған қизиқарли воқеани ҳикоя қилған эди. У аёлнинг

Ўзи ҳақида гапириб беришига қараганда, бўлажак эри билан никоҳдан ўтганига қадар икки йил мобайнида у билан жинсий алоқада яшаган ва шу муддат ичида ҳамиша жинсий майл ва қониқиш ҳисси унга ҳамроҳ бўлган. Онаси қарши бўлгани учун шу муддат ичида турмуш қуришмаган. Охири никоҳдан ўтганларидан кейин аёл эриникига кўчиб келган. Дарров қайнонаси билан унинг ўртасида келишмовчилик бошланган. Эри онасини хафа қилишни истамас, шу боис хотини кўз ёши қилганида, уни овутишга ҳаракат қилмасди. Орадан икки ой ўтгач, аёл врач қабулига келиб: «...Мени жинсий совуқликдан даволанг, эримдан совидим, на истак, на хоҳиш бор менда, жинсий яқинлик эса менга малол келяпти», деган шикоят сўзлари билан мурожаат қилган.

Бу воқеа жисмоний баркамолликнинг ўзи жинсий уйғунликни таъминлай олмаслигига мисол бўла олади. Бу шахсларнинг жисмоний белгилари ўзгаргани йўқ, фақат руҳий жиҳатдан муносабатларида ўзгариш содир бўлди, холос. Ўртага хафалик оралади. Аёл киши уни ҳимоя қилолмайдиган, маънавий жиҳатдан ундан устун туролмайдиган эркакни шахс сифатида қабул қилолмайди. Иродасиз, ташаббус кўрсатолмайдиган кимсани ўзидаги оналик инстинкти туфайли аёл сифатида ўз ҳимояси остига олиши мумкин, бироқ бундай эркак унда ғурур ҳиссини уйғотмайди, бундай эркак билан фахрлана олмайди, турмуш ўртоғи сифатида ҳам қабул қилолмайди, балки оиласига малол келадиган бир юк сифатида қараши мумкин, холос. Ҳар қандай бўш-баёв хотин ҳам эрга таянади. Эркакни ҳимоячи сифатида қабул қилолмаган, эркак сифатида ҳурмат қилмаган аёл уни кўрганда қўзғолиш ҳиссини ҳам йўқотади, у билан яқинликдан лаззатланиш ҳисси ҳам сўнади. Бу ерда асосий айб эркак зиммасига тушади.

Оила шароитида ўзаро ҳамкорликдаги меҳнат ниҳоятда муҳим, зероки ҳозирги кунда уй-рўзғорда фақатгина аёлга ёки эркакка хос бўлган юмушлар йўқ, шу боис қўш арава бўлиб, юк баробар тортилса, бундай уйдан тотувлик ва яхши кайфият ҳеч қачон аримайди.

Аёллар уй-рўзғор ишлари билан ўралашиб, эркаклар бекор ўтирганида, ўртада қандайдир совуқлик пайдо бўлади. Чунки эркак бу ҳолдан зерикади, аёл бечоранинг эса эркак билан дилхушлик қилишга вақти йўқ. Аёл ҳам турмуш ўртоғи ва дўсти бўлиши, у эрининг манфаатлари билан яшаши, ташвишларидан бохабар бўлиб, уни ечишда фаол иштирок этиши эркак учун

ниҳоятда муҳимдир. Акс ҳолда эри дўстни ташқаридан қидириши, сирини ҳам бошқаларга айтишга кўникиб қолиши мумкин. Ҳақиқий хотин эркак кишининг кўнглида нима кечаётганлигини яхши билиши, унинг кайфиятидан хабардор бўлиши, ҳамиша унга мададкор бўлиши лозим.

Эркак ҳам оилада қадри баланд эканлигини ҳис қилиши зарур. Бу қадр, обрў-эътибор аёл кишининг муомаласи ва ишлари билан бунёд этилади. Гина-кудурат ва танбеҳлардан ҳали бирон-бир эркак инсофга келганини ҳеч ким билмайди. Аксинча, ундаги ижобий хислатларнинг бўрттирилиши руҳий алоқани мустаҳкамлайди ва ўзаро яхши кайфият яратишга имконият яради.

Афсуски, уй-рўзгор ташвиши ва шахсий ишлари билан банд бўлган аёллар эр билан муомалада ҳамиша ширин сўз ва иболи бўлишни унутиб қўядилар. Улар уйда ҳам кўчадагидек башанг бўлиб юришни, «онангни отанга бепардоз кўрсатма» деган нақлни эсдан чиқариб қўядилар. Ҳаттоки ўзларидаги эротик хусусиятларнинг нақадар ранг-баранглиги ва бойлигини ўз эрларига намойиш қилишдан ҳам тортинадилар.

Аёл киши ўз табиатидан келиб чиққан ҳолда оилада меҳр-муҳаббат, яхши кайфиятни яратувчи ва уни ушлаб турувчи зот ҳам ҳисобланади. У эротик жиҳатдан эрини ўзига мафтун этиш билан бирга ўзида ҳам эротик кайфият яратиб, дилхушликка мойиллик ҳосил қила билиши керак. Бу кўп жиҳатдан аёлнинг ўзига боғлиқ.

## ОИЛА — ЖАМИЯТ ЯЧЕЙҚАСИ

Оиласиз, наслни давом эттирмасдан инсоният ҳаёт учун зарур бўлган ишлаб чиқариш воситалари сингари на яшаши, на ривожланиши мумкин. Аҳолини сифат ва миқдор жиҳатидан такрор тиклаш ва бошқа функцияларни фақатгина мустаҳкам оила ёрдамидагина амалга ошириш мумкин. Афсуски, қўйди-чиқдилар бўйича маълумотлар бу борада бизда аҳвол яхши эмаслигини кўрсатмоқда. Никоҳ — инсоният томонидан ишлаб чиқилган энг олийжаноб маънавий принциплар — севги-муҳаббат, дўстлик, садоқат, вафодорлик ва ўзаро ҳурмат асосида оила қуришга аҳд қилган тенг ҳуқуқли ва эркин одамлар иттифоқидир. Никоҳдан ўтганлар ўзаро муносабатда ўз мавқеларини белгилаб олишлари ниҳоятда муҳимдир. Бир-бирини тўлиқ тушуна билиш, бир-бирининг камчилик ва нуқсонларига нисбатан сабр-матонат,

оилани бузишга, ўртага нифоқ солишга, кўнгилбузарликка олиб келувчи кундалик майда-чуйдаларда бир-бирини авф эта билиш ва бағри кенг бўлиш турмуш қуришда катта аҳамиятга эга. Зеро ҳар бир инсонда фазилатлар қатори камчилик ва нуқсонлар ҳам бўлади, фазилатни қадрлай билган ҳолда нуқсонлар билан келиша олиш ҳам талаб этилади.

Мамлакатимизда оила манфаатларини ҳимоя қилувчи сиёсат тюрғизиб келинди. Оилани муҳофаза қилиш уни мустаҳкамлашга қаратилган бир қатор тадбирларда ўз аксини топган. Оила ахлоқий пойдеворининг таянч нуқтаси бўлган севги-муҳаббатни ҳамиша мустаҳкамлаб бориш зарур. Севги — шоирлар айтганидек, «инсонга хос бўлган энг олий ҳис-туйғудир».

У маънавий ва жисмоний таркибий қисмлардан иборат бўлиб, «ҳар иккаласининг муштараклиги севгининг ҳақиқий эканлигини белгилайди». Севги — ҳис-туйғу, қалб изҳори сифатида инсоният томонидан бирмунча кеч кашф этилган ҳиссиётдир.

Севги ҳисси — кўп қиррали («Севги минг хил кўринишда намоён бўлади, уларнинг ҳар бири ўз ёғдусига, ўз дардига, ўз бахтига, ўз ҳидига эга». К. Паустовский), унда инсонга табиат томонидан ато этилган туйғу билан фан ва маданият олиб келган ҳислар бир-бирига уйғунлашиб, мужассам бўлган. Синтония (дил оҳангининг бирлиги) — севги элементларидан биридир.

Севги инсоний муносабатлар дурдонаси бўлса, никоҳ унинг узугидир. «Севги — бир-бирига тикилиш эмас, бир йўналишга нигоҳ қадашдир». Аксар ҳолларда ана шу ҳиссиёт инсонни шахс сифатида баркамол қила олган. Буни улкан руҳшунос ва муҳаббат куйчиси И. А. Куприн аниқ ифода этолган: «Инсон шахси кучда, эпчилликда, иқтидорда, ранг-баранг бўёқларда, ижодкорликда, юриш-туришда эмас, балки севгида ўз шахсиятини намоён қила олади. Зероки юқорида зикр этилганларнинг барчаси севгига таянч вазифасини ўтай олади, холос».

Утган асрнинг 60-йилларига қадар оила ва жинсий муносабатларнинг ривожланиш тарихи ҳақидаги фан тушунчаси асосан Инжилга асосланган бўлиб, ниҳоятда содда кўринишда эди.

Жинсий инстинкт уйғониши натижасида табиий тикланиш ва инсон зотини давом эттириш имконини берадиган ниҳоятда муҳим биологик механизм ҳаракатга келади. Бу механизм инсон Ер куррасида яшаб келаётган минг йиллар мобайнида деярли ўзгаришсиз қолган.

Жинсий муносабатлар ижтимоий омиллар ва уларнинг таъсири остида кўзгуда акс этгандек жамиятда мавжуд бўлган урф-одатлар, анъаналар, ахлоқий нормалар, диний ақидалар ва маданиятнинг таъсири остида қарор топиб, шаклланиб борган.

Энг ибтидоий даврда яшаган ибтидоий одамлар қондош бўлган тўдаларга бирлашиб, унинг ичида тартибсиз равишда (промискуитет) жинсий ҳаётни бошдан кечирганлар. Бундан қондош-қариндошлар — ота-оналар билан фарзандлар, ака-укалар билан опа-сингиллар жинсий муносабатда бўлганлар. Ибтидоий промискуитетнинг такрорланиши тадқиқотчилар томонидан ўтган асрда кузатилган.

Масалан, Шимолий Америкадаги чеппева ҳинд қабиласида эркак ўз синглиси ва онасини хотинликка олиш воқеаси содир бўлган. Ёки бўлмаса, инклар (Перуда) да даставвал подшо ёки қабилла бошлиғи вориси албатта катта синглисига уйланиши одат ҳисобланган.

Ибтидоий жамоалардаги яқин қондошликка асосланган тартибсиз жинсий ҳаёт оқибатда наслнинг айнашига, кейинги авлодда зотнинг давом этишини хавф остига қўядиган фарзандларда нуқсонлар пайдо бўлишига олиб келган.

Шундай қилиб, энг оддий кўринишдаги жинсий ҳаётни ижтимоий жиҳатдан бошқариш зарурати аста-секин вужудга келиб, қондошлар ўртасида никоҳ ман этилган. Бунинг оқибатида гуруҳли оилалар вужудга келган: бир гуруҳнинг эркаклари жамоа бўлиб, бошқа гуруҳ аёллари учун умумий эр ҳисобланганлар. Бугунга келиб, қондош оилалар тугаб битган, ҳаттоки энг ёввойи қабилаларда ҳам бу ҳол учрамаяпти.

Кейинги тарихий босқичда қондошлик бобида ман этиш ота-оналар билан фарзандлар ўртасидаги ҳолатдан ака-укалар билан опа-сингиллар ўртасида никоҳга ҳам таъқиқ белгисини қўйган. Кейинчалик бу таъқиқ ака-укалар ва опа-сингилларнинг фарзандлари, набиралари ва абираларига ҳам жорий этила бошлаган.

Қон қўшилишини таъқиқлаш оиланинг янги шакллари вужудга келишига имкон яратган. Бундай шакллар ўтган асрнинг охирида Гавайя оролларида истиқомат қилувчи қабилалар ўртасида учраганлигини ҳисобга олиб, тадқиқотчилар уни пуналуал (гавайяча «пуналуа» — интим дўст) деб атаганлар. Пуналуал оиласига хос томон шунда эдики, маълум оила даврида хотинлар умумий бўлиб, ундан фақат хотинларнинг акалари ва эрларнинг сингиллари истисно қили-

нарди. Бундай оилада, демак, уруғнинг ядроси аёл ҳисобланарди. Фарзанднинг отаси номаълум бўлиб, уни фақат онасигина биларди, холос. Шундай қилиб тарихда дастлабки уруғ — матриархал даври бошланган ва ибтидоий жамоа тузуми даврида аёл ҳукмронлик қилган. Кейинчалик аёл бошқа эркаклар ўртасида биттасини ўзига бош эр қилиб белгилаган, эркаклар ҳам бора-бора бошқа аёллар орасида бош хотинни тайинлашга ўтганлар, шундай қилиб, оилавий жуфтлар пайдо бўла бошлаган.

Демак, оиланинг таркиб топиши жинсий алоқада бўлувчилар сонининг узлуксиз камайиб бориши оқибатида жуфтларга олиб келдики, уларнинг ҳам бузилиши натижасида никоҳнинг ўзига ҳам хожат қолмаган бўлур эди.

Бойлик ортиб бориши билан эркак оилада тобора бошлиқлик даражасини эгаллай бошлади. Оқибатда «сналик ҳуқуқи» бекор қилиниб, унинг ўрнига «оталик ҳуқуқи» келди. Эркак уйда жиловни ўз қўлига олди, аёл эса ўзининг фахрли ўрнини бўшатиб беришга мажбур бўлди, эрга қарам аёлга, унинг истаклари қулига, зурриёт қолдиришнинг энг оддий қуролига айланиб қолди». Оиланинг оралиқ — патриархал шакли вужудга келди. Оилага қуллар ва ғуломларнинг киритилиши, отанинг мисли кўрилмаган даражада ҳукмронлиги — бу шаклнинг ўзига хос белгиларидир.

Оиланинг патриархал шакли жуфт никоҳни осонлик билан бекор қилиб, кўпхотинли эркак бош бўлган оиланинг қарор топишига олиб келди. Бироқ бундай жуфт иттифоқлар замирида эркак билан аёл ўртасида, жумладан жинсий муносабатлар соҳасида ҳам тенглик мавжуд, деган гап эмас эди. Оилада эрнинг сўзсиз ҳукмронлиги аёлнинг тўлиқ қарамлигини, эрга бўйсунганлигини ҳамда ҳуқуқсизлигини кўрсатарди. Кўпхотинлилик (полигамия) ва кўпэрлилик (полиандрия) кўринишларига келсак, бу қулчилик системасининг маҳсули бўлиб, жамиятда ким юқори мавқега эга бўлса, ўша кўнглига келган ишни қила оларди. Шарқда кўпхотинлилик кибор доира вакиллари ва бой-бадавлат кишиларнинг нуфузи ҳисобланиб, оддий халқ оммаси моногам шаклга риоя қилишга мажбур эди.

Кўпхотинли оилалар ташкил топганида кўпчилик уни маъқул кўрмаганлиги аён. Гуруҳли никоҳ шакли сингари ўтмиш сарқитларига эргашиш оқибатида «натура билан солиқ тўлаш» каби урф-одатлар расм қилина бошланди. Масалан, бир қатор халқлар ораси-

да: Болеар оролларида, Африка, Абиссинияда шундай одат мавжуд эдики, унга кўра тўйга таклиф этилган ёр-биродарлар ва қариндош-уруғлар қадимдан мавжуд бўлган одат — келинга ворислик ҳуқуқидан фойдаланишар, куёв бечора эса улар орасидаги навбатда энг охирида қолар эди. Кейинчалик бу одат, яъни «биринчи никоҳ кечаси» ҳуқуқи қабилаларнинг бошлиқлари, қоҳинлар, шомонлар қўлига ўтди.

Қадимги юнон ибодатхоналарида фидойи — қоҳин аёллар ўзларини севги маъбудасининг хизматкорлари деб эълон қилиб, дуч келган эркак бағрига кириш билан шуғулланганлар. Ҳиндистон ибодатхоналаридаги раққосалар ҳам худди шундай ролни бажарганлар. Баъзи бир халқ ва элатларда аёл никоҳдан ўтгунига қадар жинсий алоқа қилиш эркинлигига эга бўлган. Бу ҳол ҳам гуруҳли никоҳ шаклидан қолган иллат ҳисобланади.

Демак, кўпхотинли оилада эркак тўла ҳуқуқли хўжайин ва пирлик даражасига кўтарилгани ҳолда аёл қулга, сотиш ва сотиб олиш мумкин бўлган буюмга айланиб қолди. Масалан, қадимги Грецияда чиройли аёлнинг қиммати бир неча бош қорамолга тенг бўлган: «Бир аёл учун тўрт ҳўкиз» (Гомер).

Шу билан бирликда моногамли оила ичида иккинчи қарама-қаршилик вужудга келди: хотин ўзининг таҳқирланишдан аламини олиш мақсадида ўйнаш орттириши одат қила бошлади.

Қулчилик давридаги жинсий муҳаббат Қадимги Вавилон, Миср, Ҳиндистон, Қадимги Юнонистонда мавжуд бўлган сексуал муносабатларнинг ўзига хос кўриниши сифатида шаклланди. Жинсий муҳаббат вужудга келган чоғидаёқ кўп компонентли эди: унда ёрқин эҳтирос, кўнгиш боғлиқлиги, хуш кўриш (симпатия), кучли жинсий майл мужассам эди. Минг йиллардан буён оғиздан-оғизга кўчиб келаётган Қадимги Мисрнинг дилрабо шеърляти бу севги-муҳаббатнинг бадий ифодаси эканлигини ҳаммамиз яхши биламиз.

Қадимги юнонлар «эрос»ни сирли бир қудрат сифатида талқин қилганлар. Аёлларда у кўпайишга интилишдек табиий шаклда намоён бўлган бўлса, эркакларда олий даражада — маънавий баркамолликка интилиш, фалсафагўйликка ружу қўйиш шаклида ўз ифодасини топган. «Эрос — Афродитанинг йўлдоши ва хизматкоридир, — деб ёзган эди Платон, — у том маънода ана шу муҳаббат маъбудасининг пуштидан бўлиб, табиатан гўзалликка мойилдир».



Севги — инсоннинг «гўзал тана ва ёшликка» интилишидир. Қачонлардир кимдир ўзга кимсани «бутун вужуди билан севиб қолади», сўнгра «ажойиб хаёллар» оғушида парвоз қилади ва шундан кейингина инсон қалбини қадрлашни ўрганadi. Феодализм даврида, Оврупода христиан дини ҳукмронлик қилган даврда сеvgи ва севиш гуноҳ, шайтонларга хос хислат саналган. Дин аҳллари на фақат сексуал муносабатларни қоралардилар, балки аёлга майл қўйишнинг ўзини гуноҳи азим деб санардилар. Урта асрларда жинсий муносабатларнинг таъқиб этилиши бузуқчиликнинг кўпайишига, яширин айш-ишрат базмига ва фоҳишабозликнинг кенг авж олишига олиб келди. Юзлаб йиллар давомида крепостной деҳқонларнинг оилавий никоҳ муносабатлари феодалларнинг муносабат ва манфаатлари нуқтаи назаридан белгиланиб, «дастлабки никоҳ кечаси хуқуқи» уларга насиб этиб келди (Германия, Франция, Шотландия ва бошқалар).

Феодализм даврида эр билан хотин муносабати кўп жиҳатдан хўжайин билан хизматкор, заминдор билан батрак ўртасидаги муносабатни эслатарди. Худди шу даврда ўрта аср рицарлик сеvgи-муҳаббати гуллаб-яшнаб бошлади. Рицарлик сеvgи-муҳаббати прогрессив роль ўйнади. У ҳисоб-китобга асосланган никоҳга ҳиссиётга асосланган никоҳни қарши қўйиб, сексуал муносабатларни ўлуғлаб, олижаноблик, мардлик, танглик хислатлари билан йўғрилишига олиб келади. Феодализм давридан кейин ижтимоий ҳаётнинг барча соҳаларида кескин сифат ўзгаришлари содир бўла бошлади. Жинсий муносабатлар табиати ҳам ўзгарди. Эндиликда аёлнинг инсонлик моҳиятини инкор этган ҳолда унга товар сифатида муносабатда бўла бошладилар. Никоҳ эса томонларнинг синфийлиги даражасини белгилар, шу боис ҳамisha ҳисоб-китобга асосланган бўларди.

Эзилган синф вакиллари ўртасидагина жинсий сеvgи аёллар билан муносабатда қоида тусини олиши мумкин эди. Пролетариат биринчи бўлиб оиланинг янги типини намойиш қилди ва том маънода аёллар эмансипациясини амалга оширди.

Мамлакатимизда никоҳ эркак билан аёлнинг ихтиёр розилигига асосланган бўлиб, улар оилавий муносабатларда тўлиқ тенг ҳуқуқлидирлар. Маънавий қонуният талаблари асосида, биринчи навбатда ўзаро сеvgи-муҳаббат, ҳурмат, бир-бирига чуқур садоқат асосида турмуш қуриш кишиларимиз учун норма ҳисобланади.

Чин инсоний муҳаббатнинг шаклланишида севимли ва суюқлисига хизмат қилишдек фидойилик ҳисси севгига йўлдош бўлмоқда.

Одамлар севги-муҳаббатсиз ўз тақдирларини бошқалар билан боғлашларидек руҳий уйғунсизлик бўлмаса керак дунёда. Эркак билан аёл ўртасидаги муносабатларни ривожлантиришда севги катта роль ўйнамоқда. У инсонни зурриётни давом эттиришдек биологик инстинктини янги ижтимоий, эстетик ва маънавий қадриятлар билан бойитмоқда, тараққийпарвар инсоният маданияти дурдоналаридан баҳраманд этган ҳолда жинсий алоқаларининг инсонпарварлашувига ўз таъсирини кўрсатмоқда. Никоҳга аҳд қилган инсон ҳаёти фидойилик, холисона таъмасизлик, меҳрибонлик, самимийлик ҳислари билан йўғрилган бўлиши керак. Бу ўринда интим ҳаётда уйғунликка эришиш учун ҳар сафар севги-муҳаббат ўйини туфайли бир-бирида оргазм ҳосил қилолса бўлгани деб фикр юритувчилар албатта адашадилар.

Эр ва хотинда сексуал майлнинг вужудга келиши ва намоён бўлишидаги бир маромлилик кўп жиҳатдан бир-бирига нисбатан меҳрибон ва хушфеъл бўла олишларида, маҳбубаси (суюқлиси) нинг қалбига йўл топа олишида намоён бўлади. «Сексуал мақбуллик чегараси (диапазони)» деган тушунча (гап чегараси ҳақида бормоқда) ҳам мавжудлигини унутмаслигимиз, бу диапазон аёлларда чекланганлигини ҳам эркак албатта ҳисобга олиши шарт.

## **БУГУНГИ ВА ЭРТАНГИ КҮН ОИЛАСИ**

Оила — инсоният тарихидаги энг кўҳна жамият шакли ҳисобланади. У ҳар қандай жамиятнинг ибтидоий заминини ташкил этиб, мазкур жамиятнинг моҳиятини белгилайди ва жамиятнинг таркибий қисми сифатида ўз навбатида унга таъсир кўрсатади.

Оила ижтимоий мазмунга эга бўлиб, инсоният тараққиётининг маълум бир босқичида вужудга келган ва ижтимоий тараққиёт қонунларига мувофиқ ўзгариб, ривожланиб келмоқда.

Ҳозирги замон оиласининг дастлабки кўринишлари хусусий мулкчилик даврида қарор топа бошлаган. Инсонларнинг қардошликка интилишга кўра ўзаро никоҳ асосида ихтиёрий бирлашуви — оила демакдир. Никоҳ оила қураётган икки жинсга тааллуқли шахсларнинг ҳуқуқ ва вазифаларини ҳуқуқий қонун йўллари билан мустаҳкамлайди.

Оиланинг вужудга келиш ва ривожланиш қонуниятлари инсонларни қадим-қадимдан жуда қизиқтириб келган.

Баъзи буржуа олимлари оила ва никоҳ муаммоларини бир-бирига мос келган шахвоний парастлар-иттифоқи сифатида биологик мавқеидан туриб тадқиқот қилмоқдалар. Уларнинг фикрича, жинсий мойиллик оилавий муносабатлар асосини ташкил этибгина қолмасдан оила тараққиётининг асосий йўналишларини ҳам белгилайди.

Оила мазмунини бу тарзда жўн талқин қилишнинг хатолиги ўз-ўзидан кўриниб турибди, зероки унда оилавий муносабатларнинг ижтимоий томонлари ҳисобга олинмаган, оиланинг кўпқиррали вазифаси инкор этилади.

Тарихан оиланинг икки шакли мавжуд. Полигам шаклида оилада бир неча хотин ёки бир неча эр бўлса; моногам оила эса биттадан эр ва хотинга эга. Турмуш қурганларнинг оиладаги мавқеидан келиб чиққан ҳолда оила матриархал (она, аёлнинг ҳукмронлиги) ва патриархал (эркак оила бошлиғи саналади) га бўлинади. Ҳозирги замоннинг маданий жамиятларида оилани бошқаришнинг демократик тури кенг тарқалган бўлиб, бундан фаолият доираси эр-хотиннинг шахсий хислат ва қобилиятларидан, у ёки бу ролни бажаришга қодирлик даражасидан келиб чиққан ҳолда тақсимланади.

Оиланинг эски модели ёмон эди, янгиси барча нуқсонлардан ҳоли деб бўлмайди, албатта. Эски турдаги оилалар ҳаётда мослашганлиги, барқарорлиги, қўйди-чиқдининг камлиги билан ажралиб туради, деган фикр мавжуд. Аксинча, ҳозирги замон оиласи бирмунча жўшқин бўлиши билан бирликда ниҳоятда нозик бўлиб, унда ўз даврининг барча қарама-қаршиликлари ўз ифодасини топган.

«Эр — хотин учун пирдир» деган ақида биргина аёлларга эмас, балки бутун жамиятга ҳам эркакларга кўр-кўрона бўйсунуш, унинг ҳар бир истагини бажо келтириш ғоясини сингдиради. Аёлларнинг ҳақ-ҳуқуқсизлиги эса бу ақиданинг сўзсиз бажарлишига имкон берарди. Инқилобдан аввалги Россияда ҳам ва ҳозирги даврдаги капиталистик мамлакатларда ҳам никоҳ ва оила қуриш учун севги туйғусининг бўлиши шарт эмас. Куёв ва келиннинг бой-бадавлатлиги, уларнинг диний карашлари, ирқий белгилари биринчи ўринда туради. Аммо ҳозирги пайтда капиталистик мамлакатларда

Барча никоҳлар ана шу асосга қурилган дейиш ҳам хато бўлур эди. Ҳозирги бизнинг жамиятдаги эркак билан хотин-қизларнинг ижтимоий жиҳатдан тенглиги никоҳ ва оила қуриш учун биргина шартни — эркак билан аёл ўртасидаги муҳаббатни асосий мезонга айлантирди. Оиланинг мустаҳкамлигига раҳна солувчи эр-хотиннинг моддий аҳволи, диний эътиқоди, ирқий мансублиги ёки миллати каби камситишлардан халос этилишига қарамай, оила барбод бўлишининг бошқа сабаблари дунёга келди.

Хотин-қизларнинг ижтимоий мавқеи ўзгарганлиги билан биргаликда оила-никоҳ муносабатларига яна бир қатор омиллар ҳам сезиларли даражада ўз таъсирини кўрсатди. Улар орасида эмансипация, урбанизация, саводлилик ва маданиятнинг ошишини санаб ўтиш мумкин.

Урбанизация (қишлоқда яшовчиларнинг шаҳарга кўчиб ўтиши натижасида саноат марказлари аҳолисининг ортиши) натижасида оила-никоҳ муносабатлари янгича шакллана бошлади, янги ҳаёт тарзини ўзлаштириш билан birlikда турмушнинг (жумладан оила-никоҳ муносабатларининг ҳам) қишлоққа хос кўпгина томонлари сақланиб қолмоқда. Бу ўринда оиланинг барқарорлигига таъсир кўрсатувчи ташқи кучлар: ижтимоий фикрнинг таъсири, қариндош-уруғлар, кўниқушнилари таъсири бирмунча сусайди.

Саводнинг ва маданий савиянинг ошиши қўйди-чиқди, оилавий садоқат масалаларига ўз таъсирини кўрсата бошлади. Эндиликда эр ёки хотин ижтимоий фикрни инкор этган ҳолда оилани сақлаб қолиш ёки ажралиш масалаларини ўзлари мустақил равишда ҳал этишни афзал кўрмоқдалар.

Фикримизча, ҳозирги замон оиласи ўз ичига тўрт функцияни олади: репродуктив (зурриёт қолдириш), тарбиявий, бўш вақтни тўлдириш ва жинсий. Бу функциялар билан бир қаторда оила-хўжалик, ишлаб чиқариш, моддий, ҳуқуқронлик ва етакчилик қилиш жабҳаси, шахвоний муносабатлар ва маънавий мулоқот ҳамда ибтидоий-ижтимоий назорат жабҳаларини ҳам ўз ичига олади.

Зикр этилган функциялар эски турдаги оилаларга ҳам тааллуқлидир. Бироқ уларнинг таъсир доирасининг табиати бир хил эмас. Масалан, эски тушунчаларга кўра оиланинг репродуктив функцияси кўп фарзандли оилага қаратилган бўлса, ҳозирги замон шароитида туғилиш оиланинг моддий аҳволи, эр-хотин-

нинг фарзандлар миқдорига нисбатан ҳоҳишларини инobatга олган ҳолда икки томонлама қатъий равишда режалаштирилади.

Қаттиқ иңтизом ва отанинг барча томонидан тан олинган обрўси эски турдаги оилада тарбия функциясининг асосини ташкил этса, янги оила шароитида тарбия бирмунча демократик йўлга қўйилган бўлиб, бу иш билан эр-хотин баб-баробар шуғулланишади. Бунда кўпроқ ижобий ўрнак, намуна, ишонтириш ва рағбатлантириш принциплари кенг қўлланилади. Тарбиянинг демократик йўлга қўйилганлиги болаларнинг қизиқишлари, табиатининг ўзига хос томонларини ва уларнинг у ёки бу масала юзасидан ўз фикрлари бўлишини инobatга олишда намоён бўлади.

Бўш вақтни ўтказиш функцияси эски турдаги оилаларда барча аъзоларнинг иштирокида амалга оширилса-да, вақтни қай тарзда ўтказиш, кўнгилхушлик, кўнгилочарлик ўйинлари ва томошаларида иштирок этиш (бунда иқтисодий томони ҳам) аксар ҳолларда оила бошлиғи (эркак) томонидан ҳал этиларди.

Замонавий оилада эса оиланинг ҳар бир аъзоси ўз вақтини ўз ҳоҳишига кўра ўтказиш ҳуқуқига эга. Фарзандларнинг ота-оналарнинг бирига иқтисодий жиҳатдан мутелиги ҳам йўқ. Уларнинг манфаатлари кўп ҳолларда ота-она манфаатларига зид келмоқда.

Оиладаги жинсий функцияни идора этиш эски турдаги оилаларда тўлиқ эркакнинг инон-ихтиёрида эди. Эр-хотиннинг никоҳдан ташқари жинсий алоқасига йўл қўйилмас ва бундай ҳоллар жамият томонидан қораланар эди. Бундай турдаги оилаларнинг реакцион мазмунга эга бўлганларида эса эр-хотиннинг жинсий алоқалари фақатгина фарзандни дунёга келтиришга қаратилган эди.

Замонавий оилада эса аёл ҳам эркак қатори никоҳдан шаҳвоний ҳирсини қондириш ҳуқуқига эга, эр-хотиннинг жинсий фаоллиги икки томоннинг ҳоҳишига боғлиқ. Лекин янги турдаги оилада ҳам эр ёки хотиннинг никоҳдан ташқари жинсий алоқада бўлиши кескин қораланади.

Оиланинг бошқа функцияларига келсак, бу борада кескин тафовутлар мавжуд. Масалан, эски типдаги оиланинг ишлаб чиқариш функциясини оладиган бўлсак, унда фақат эркакнинг ишлаши кўзда тутилган бўлиб, жуда ночорлик ҳолларидагина аёлларнинг ҳам илашига рухсат бериларди.

Янги шароитларда эса эр ва хотин ишлаб чиқариш

ва ижтимоий фаолиятда тенгҳуқуқлилиқ асосида иштирок этадилар, меҳнатлари ҳам тенг равишда тақдирланади.

Фикримизча, бу тенгликда қандайдир адолатсизлик элементлари яширингандек туюлади. Ҳозирги даврнинг реал шароитларида аёл зиммасига кўпроқ ташвиш тушишини ҳисобга оладиган бўлсак (фарзандларни тарбиялаш, уй-рўзғорни юритиш), уларнинг меҳнатига ҳақ тўлашни эски миқдорда қолдирилган ҳолда иш вақтларини бирмунча камайтиришни адолатдан деб ҳисоблаймиз. Шунда аёлларимиз кўпроқ вақтларини оилага сарфлаган бўлардилар. Жамият ўсиб келаётган ёш авлодни қайта тарбиялаш, фарзандларнинг касаллиги учун оналарга берилаётган касаллик варақаларига кетаётган маблағ ҳисобига бундан кўпроқ маблағ сарфлаётгани эндиликда ҳеч кимга сир эмас. Тарбиядаги нуқсонлар ҳисобига бўлган йўқотишлар ҳақида гапирмаса ҳам бўлади. Жамиятимиздаги ҳозирги реал шароитда бевосита ота-она ўз фарзанди тарбияси билан том маънода шугулланмас экан, соғлом оила ҳақида гап бўлиши ҳам мумкин эмас. Бу борадаги йўқотишни тарбиянинг бошқа ҳар қандай турлари билан ҳам тўлдириб бўлмайди.

Эски турдаги оилаларда хўжалик функциясини одатда аёл бажарган, моддий жиҳатдан бадастур бўлганлари эса бу масалани ўз назоратлари остига олганлар. Қашшоқ оилаларда эса аёл уй-рўзғордаги барча оғир юмушларни ўзи бажарган.

Ҳозирги замон оилаларида хўжалик масалалари оила аъзолари ўртасида бир текисда тақсимланиши одат тусига кирган. Шундай бўлсада, индаллосини айтадиган бўлсак, зоҳирий тенглик мавжуд бўлсада, аёл киши уй-рўзғор юмушларига эркакка нисбатан 2—3 барабар кўп вақт сарфлаши ҳеч кимга сир эмас.

Эски турдаги оилаларда моддий неъматлар манбаи асосан эр меҳнати ҳисобланади. Ҳозирги замон оиласида эса эр-хотин баҳоли қудрат ўз улушларини қўшишга ҳаракат қилишади. Аёл эндиликда оила даромадининг тўла ҳуқуқли бошқарувчисига айланган.

Эски турдаги оилаларда маънавий мулоқот асосан оила аъзоларининг ўртасида бўлса, ҳозирги замон шароитида эрнинг, шунингдек хотиннинг манфаатларини ҳисобга олган ҳолда оиладан ташқарига ҳам кўчмоқда.

Эски турдаги оилада эр ҳукмрон саналади. У аксар ҳолларда хотини ва оиланинг бошқа аъзолари манфа-

атларини ҳисобга олмай туриб, қарорлар қабул қилишга одатланган. Янги типдаги оилаларда эса бундай қарорлар эр-хотиннинг ўзига хос объектив хислатларига қараб, аксар ҳолларда эса маъзкур муаммони барча оила аъзолари томонидан муҳокама этилиши асосида қабул қилинади.

Эски турдаги оилаларда назорат масаласи биринчи навбатда хотин кишининг хулқ-атворига қаратилган бўлади. Эр эса моддий таъминот манбаи сифатида ҳукмрон бўлганлиги боисидан бундай назоратдан истисно қилинган. Ҳозирги шароитда оила ҳар бир аъзонинг хулқ-атворини назорат қилади, моддий жиҳатдан устунлиги бўлган шахслар назоратдан мустасно этилмайди.

Эски турдаги оилаларда меҳр-шафқат, ҳис-туйғу масалаларида кўпроқ аёлдан ташаббус талаб қилинади. Эркақ аёлдан меҳрибонлик, ғамхўрлик, диққат-эътиборни талаб қилишга ҳақли. Ҳозирги замон оиласида эса бу хислатлар бир-бирини суювчи ҳар икки жинсга ҳам тааллуқли. Оиланинг функциясидаги бу ёки шунга ўхшаш ўзгаришлар жамиятимиз шароитларидаги ижтимоий-иқтисодий омиллар билан чамбарчас боғлиқдир.

Жамият тараққиёти ва бу жараёнда вужудга келадиган муаммолар биринчи навбатда оила қуришда, никоҳ-оила муносабатларида ва оиланинг функциясида ўз аксини топмоқда.

Ҳозирги замон никоҳ-оила вазияти муқим истиқомат қилувчи ҳар 1000 кишига нисбатан оилалар миқдорининг ўсишида ўз аксини топмоқда. Катта (кўп фарзандли) оилалар миқдори сезиларли даражада камайиб, тўлиқ бўлмаган оилалар сони ортмоқда.

Эндиликда ёшларнинг иқтисодий-ижтимоий аҳволи, уларнинг ирқи ва диний эътиқоди эркин равишда оила қуришга монелик қилмаяпти.

«Енгил-елпи» оила қуриш натижасида ёш келин-куёвлар ўртасида қўйди-чиқдининг ортиб бориши ҳозирги даврга хос ҳолдир.

Замонавий ёш оилаларнинг аксар ҳолларда моддий жиҳатдан ота-оналарига қарамлиги ортмоқда, лекин уларнинг яқин қариндошлари билан руҳий яқинликлари сусайиб бормоқда.

Эски турдаги оилаларга нисбатан ҳозирги пайтда ота-оналарнинг ёшларни никоҳга тайёрлаш соҳасидаги таъсир кучи камаймоқда.

Жамиятнинг ёшлар ўртасидаги никоҳгача бўлган

жинсий алоқага муносабати ҳам сезиларли даражада ўзгарган. Энг ачинарли томони шундаки, ҳозирги кунда никоҳнинг бузилиш даражаси тобора ортиб бормоқда.

Давлатимизнинг демографик сиёсати ўсиб келаётган ёш авлоднинг тарбияси учун янада тўлароқ қулай шароитлар яратиш, фаол, ижодий ҳаётни узайтиришга қаратилгандир. Бу моҳияти жиҳатидан улкан ва том маънодаги инсонпарвар вазифаларни фақатгина оилани мустаҳкамлаш, уни ривожлантириш ва такомиллаштириш учун шарт-шароитлар яратиш йўли билангина бажариш мумкин. Оилани ривожлантириш йўли билан фақат жамият ҳар бир аъзосининг шахсини баркамол қилиш масаласи, балки ёш авлодни тарбиялаш, халқ саломатлигини мустаҳкамлаш, зарур даражада аҳоли сонини ўстиришни таъминлаш сингари ўта муҳим давлат масалалари ҳам ҳал этилади.

Оила — бу тарихий жиҳатдан таркиб топган институт бўлиб, унда энг яхши инсоний фазилатлар шаклланиди ва камол топади, ҳар бир оила аъзосининг саломатлиги муҳофаза этилади, ўзаро муносабатларнинг янги шакллари қарор топа боради. Ана шу муҳим ва масъулиятли вазифалардан келиб чиққан ҳолда оила ижтимоий шунослар, демографлар, ҳуқуқшунослар, тиббиёт аҳли учун тадқиқот объектига айланиб бормоқда.

Ҳозирги замон оиласининг тиббий жиҳозлари бирмунча кам ўрганилганини эътироф этмай иложимиз йўқ. Оила, турмуш тарзи ва ундаги муҳит аъзолар саломатлигига қай даражада таъсир кўрсатмоқда? Соғлиқни сақлаш бўйича амалга оширилаётган тадбирлар оила саломатлигига, унинг пойдеворини мустаҳкамлашга қандай таъсир кўрсатаяпти? Оила аъзоларининг жисмоний жиҳатдан саломатлиги ва такомилга етганлиги оиланинг маънавий дунёсига, унинг ахлоқий теранлигига, ҳар бир оила аъзосининг руҳий кайфиятига қай даражада таъсир кўрсатмоқда? Оила ўз аъзоларининг маънавий дунёсини ривожлантиришни қай даражада таъминлаяпти? Ниҳоят, эр-хотиннинг интим муносабатлари оила мустаҳкамланишига, ундаги муҳитга қандай таъсир кўрсатмоқда?

Бу ва бошқа масалалар қўйди-чиқди, эр-хотиннинг бир-бирига хиёнат қилиши, жинсий муносабатларнинг уйғунлиги муаммолари билан бевосита боғлиқдир. Пировард натижада оиладаги тотувлик, фаровонлик жамиятнинг иқтисодий кўрсаткичларига ҳам ўз таъсирини кўрсатишини унутмаслигимиз керак.



Аҳоли сонининг ўсиши, ҳар бир жамият аъзосининг ҳам жисмоий, ҳам руҳий саломатлиги, унинг юқори унум билан ижодкорона меҳнат қила олиши ҳам оилага боғлиқ. Оиладаги маънавий муҳит оқибат-натижасида жамият маънавий оламни белгилайди.

Кейинги йилларда бир қатор объектив ва субъектив сабабларга кўра оила муаммоларининг кўпгина қисми ечилмаслиги унинг бир қатор функцияларига ўзининг салбий таъсирини кўрсатди. Аҳоли сонининг ўсиш суръатлари секинлашди, аҳолининг ёш жиҳатидан ва жинсий таркибдаги диспропорция яққол кўзга ташлана бошлади, қўйди-чиқдилар сони кескин даражада кўпайди, турмуш қурмасдан фарзанд кўрувчи эркак ва аёллар миқдори ортди. Бир қатор ижтимоий-иқтисодий муаммоларнинг (турар-жой, маиший хизмат, турмуш даражаси) ҳал этилмаслиги билан бир қаторда тарбиявий соҳадаги нуқсонлар ҳам оила мустақкамлигига салбий таъсир кўрсатди. Ёшларнинг жинсий тарбияси муаммолари хусусида узоқ вақтгача оғиз очилмай келинди, қўйди-чиқдилар ва жинсий уйғунсизликнинг ҳақиқий сабаблари таҳлил қилинмади, оила ҳақидаги, оила шароитида унинг ҳар бир аъзоси камолотининг ўзига хослиги тўғрисидаги қотиб қолган ва эскирган ақидалар хусусида лоф уришдан нарига ўтилмади. Адабий асарларда, кино ва телеэкранда нотинч ва бахтсиз оилалар ҳақидаги сюжетлар кўпайиб кетди, бу эса ибрат олишга арзидиган намуналар йўқолишига олиб келди. Инсонларда қўйди-чиқди, эр-хотиннинг бир-бирига хиёнатига, ёлғизликка мурасасизлик кайфияти пайдо қилишга уринишлар бўлмади. Ана шундай шароитда жамиятда оила тўғрисида, унинг ўсиб келаётган ёш авлодни тарбиялашдаги, шахсни камол топтиришдаги роли ҳақида бир хил фикр туғдириш қийин эди, албатта.

Жамият тараққиётининг ҳозирги босқичида оила ўз аҳамиятини йўқотди, деган фикрлар ҳам пайдо бўла бошлади, севги-муҳаббат, оилавий бахт сингари категорияларнинг аҳамияти шубҳа остига олинди. Ўсиб келаётган ёш авлодда маънавий хислатларни тарбиялашга етарли эътибор берилмаслиги, ўсмирларни оилавий ҳаётга тайёргарликдаги саёзлик, сексуал маданият муаммоларини тўлиқ инкор этиш шундай вазиятга олиб келдики, эндиликда мустақкам ва соғлом оила пойдеворини ташкил этувчи ахлоқий категориялар ўз қадрини йўқота бошлади.

Оилада жамиятнинг асосий бойлиги бўлган инсон туғилади ва камол топади. Шундай экан, жамият оила

қандай шахсни: фаол, ижодкор, ахлоқий пок, сева оладиган ва севимли бўлишга қодир шахсними ёки пассив, жисмоний ва маънавий жиҳатдан бўш ва қашшоқ шахсни тарбиялаётганига бефарқ қараб туrolмайди. Айниқса, инсон омили муҳим ва белгиловчи куч сифатида улкан иқтисодий вазифаларни ҳал этишга киришган бир пайтда жамият оила институти орқали баркамол шахс шаклланишини кўзда тутган ҳолда оилани ривожлантириш учун барча қулайликлар ва шарт-шароитларни яратишга эътиборни қаратмоғи лозим. Шу билан биргаликда севги-муҳаббат ва оилавий бахт деб аталмиш абадий категорияларнинг аҳамияти ҳам йўқолмаслиги керак.

## **БИОЛОГИК ЕТИЛИШДАН ИЖТИМОЙ ЕТУКЛИККАЧА**

### **ЖИНСИЙ АХЛОҚНИНГ ШАКЛЛАНИШИ**

Етук шахснинг ривожланиши ва шаклланиши жараёни функционал (биологик) ва маънавий етилишни ўз ичига олади. Биологик етилиш (шу жумладан жинсий органларнинг етилиши ҳам) 16—18 ёшга бориб тугалланади. Кейинги 10—15 йил ичида ўсмирлар қатори қизларнинг бирмунча эрта балогатга етиши (акселерация) кузатилмоқда.

Чақалоқ туғилганида асексуал бўлади, деб ҳисоблашади, яъни унинг хулқ-атворида сексуал мотивлар кўзга ташланмайди, жинсий фарқланиш ҳам ҳали яққол кўзга ташланарли даражада бўлмайди. Кейинги йиллардаги тадқиқотлар ана шу асексуал деб аталмиш давр 3—4 йил давом этишини, кейинчалик жинсий фарқланиш ташқи аломатларда намоён бўлишини тасдиқламоқда. Масалан, 3—4 ёшга борган ўғил болалар «эркак» кийимини афзал кўрадилар, мабодо уларга ўзга жинс кийими ёки пойабзали таклиф килинса, норозилик билдирадилар. Тўғри, ҳали бу фақатгина ташқи жиҳатдан фарқланиш бўлса-да, сексуал (жинсий) маънога ҳам эга бўлиб, тарбия даражасига қараб намоён бўлади.

Жинс ўзи нима? Жинс — жинсий кўпайишни таъминлай оладиган (генетик, биологик, морфологик, физиологик) туғма аломатлар ва ҳосил қилинган малакалар мажмуасидир. Рисоладаги жинсий ахлоқ у ёки бу

жинсга мос келади. Унинг биологик пойдевори аниқ бўлса-да, ташқи муҳит (биринчи навбатда тарбия) та-сирида шаклланади.

Сексуаллик тушунчасига кўпроқ ва кенгроқ маъно беришади. У жинсий майл билан боғлиқ бўлган ҳис-туйғулар, аниқ ҳаракатлар йиғиндисидир.

3 ёшдан 6 ёшгача бўлган даврда болада жинсий майл (аксари ўғил болаларда) оддий физиологик реак-циялар тарзида (ўғил болаларда жинсий олатнинг эрекцияси шаклида) намоён бўлади. Ўғил болалар бу ёшда шўх ва уришқоқ бўлсалар, қизалоқлар бош-қаларнинг ташвишларига шерик бўлишга интила-дилар.

Бола ёки кизча 12—16 ёшида атроф дунёни мушо-ҳада этиб, ўзининг жинсий роли системасини, эркак ёки қизларга хос хулқини ўзлаштириб олади. Бу давр-да жинсга мансублик ва шунга яраша хатти-ҳаракатлар системаси шаклланади.

Бола ҳаётининг дастлабки йиллариданоқ жинсга оид хатти-ҳаракатларнинг ўзига хос томонлари кўзга таш-лана бошлайди. Ўғил болалар фаолроқ бўлиб, ўзлари-ни эркин ҳис қила бошлайдилар, ҳукмронлик қилишга интилиш, тадбиркорлик, ҳис-туйғуларни бошқариш хис-латлари пайдо бўлади. Қизлар эса мулоғимлик, кўнгил бўшлиғи, суеткашлик, мутелик, ҳар нарсага ишонаве-риш, кўпроқ ҳис-ҳаяжонга берилиш белгиларини на-моён қиладилар.

Пубертат ёш (12—14. ёш) жинсий майлни соғлом тарзда шакллантиришда ниҳоятда муҳим давр ҳисобла-нади. Бу ёшда организмда жинсий тафовут аломатлари пайдо бўлади. Жинсий гормонлар зўр бериб ишланиб чиқиши натижасида йигитлик даври бошланади.

Пубертат даврининг аҳамияти шундаки, амалда бу даврга келиб, жинсий безлар ва жинсий органларнинг етилиши тугалланади, яъни инсон биологик жиҳатдан балоғатга етади.

Ўғил болаларда пубертат даврда тунда уруғ таш-лаш (поллюция) содир бўлади, овоз тембрида ўзгариш-лар рўй беради, лаби устида, юзида, кўлтик остида, ковуғи усти ва остида мўй ўсиши тезлашади. Бу даврда мушак кучи ортади. Ўғил болалар кўпчилигининг юзи-да ҳуснбузар пайло бўлади. Усмир феъли-атвори ўзга-ради, у бетга чопарроқ, қўрсроқ ва кайсарроқ бўлиб қолади. Бу ёшдаги ўсмирларнинг баъзи бирлари ўқишга иштиёқлари пасайиб кетади, кўпроқ вақтни хаёлпа-

растликка (шу жумладан эротик мавзуда), бекорчи санғишларга сарф қилади. Улар тез жаҳли чиқадиган, катталар, ота-оналари билан тил допишга қийналаган бўлиб қоладилар.

Сексуалликнинг ошиши пубертат давр учун хосдир. Табиий алоқа имкониятидан маҳрум бўлган бундай ўсмирлар онанизмга ружу қилиб, жинсий майдларини қондиришга ҳаракат қиладилар. Бироқ бу аҳвол руҳий жароҳатга олиб келиши ҳам мумкин.

Ўсмирлик даврида онанизмнинг зарарини бўрттириб кўрсатиш ҳоллари (шу жумладан врачлар ўртасида ҳам) учраб туради. Мамлакатимизда (1970 йил, Г. С. Васильченко), шунингдек ҳорижда ўтказилган тадқиқотлар, ўсмирларда учрайдиган онанизм ҳодисаси ижтимоий жиҳатдан етилмаган ёш йигитларда сексуалликнинг табиий кўринишидан ўзга нарса эмаслигини ва тамомила зарарсиз эканлигини кўрсатади.

Пубертат даврда онанизм билан шуғулланиш фақатгина ўсмирларга хослигини таъкидлаб ўтиш лозим. Қизларда бу ҳол жуда кам учрайди, етук ёшдаги аёлларда онанизм кўпроқ кузатилади.

Пубертат давр жинсий системанинг тўлиқ соматик (биологик) етилиши билан ниҳоясига етади. Мояклар эндиликда пишиб етилган жинсий ҳужайралар (сперматозоидлар) ҳосил қилиб, аёл ҳужайрасини (тухум ҳужайрани) уруғлантиришга қодирдир. Шу билан бирга жинсий гормонлар (ўсмир қизларда ҳам, ўсмир болаларда ҳам) қон оқими таркибида пайдо бўлади, улар эркакнинг ўзигагина хос бўлган ташқи белгиларда акс этиб, унинг сексуал ахлоқига ўз таъсирини кўрсатади. Шундай қилиб, ўсмирнинг жинсий системаси сексуал ва зурриёт ҳосил қилиш функцияларини бажариш учун етилади.

Қизларда пубертат давр ўғил болаларга нисбатан 2—3 йил олдин бошланади. Бунда қиз бола биринчи марта ҳайз кўради, кўкраклари тўлишади, қадди-қомати, овози ўзгаради, лутфи-латофати бирдан кўзга ташланиб қолади. Ўзини тутишида ҳам кескин ўзгаришлар содир бўлади. Пубертат даврнинг бошида қизлар кайфияти бекарор бўлиб, йиғлоқи, сержахл, кўрс бўлиб қолади. Пубертат давр тугашига бориб, аёлларга хос бўлган мулоимлик, назокат, меҳрибонлик, ҳис-туйғуларнинг барқарорлиги намоён бўлади. Пубертат даврнинг охирида қизнинг жинсий системаси тўла етилади, жинсий ва генератив функцияларни бажаришга қодир бўлади.

На фақат биологик, балки ижтимоий етукликдан кейингина инсон том маънодаги баркамол ва уйғун жинсий ҳаёт учун етилган ҳисобланади. Ижтимоий балоғат маъноси остида инсоннинг ўз хатти-ҳаракати учун жавобгарлик ҳиссини англаб етиши, ўйлаб иш тутишга одатланиши, на фақат ўзи учун, балки суюқлиси учун ҳам масъулият ҳиссига эга бўлиши керак, ўз эътиқоди, дунёқарашига эга бўлган, ўз фикрини ва принципларини ҳимоя қила оладиган бўлиши керак. Бундай инсон жамиятда муҳим ўринга эга бўлиб, жамият учун фойда келтиришга қодир шахс бўлиши лозим.

Баъзан жинсий муносабатнинг шаклланиши жинсининг биологик асосига зид тарзда кечиши мумкин. Эркакларнинг 2—5 фоизда гомосексуаллик, яъни ўз жинсига мойиллик белгиси намоён бўлади. Бундай эркакларнинг учдан икки қисмида гомосексуаллик туғма хусусиятга (биологик жиҳатдан шунга мойил) эга бўлиб, бундай ҳол билан курашиш бефойда. Қолган қисмида гомосексуаллик йўналиши тарбиядаги нуқсонлар ва ташқи сабаблар таъсирига боғлиқ бўлиб, шунга ўхшаш жинсий муносабатларнинг шаклланиши жараёнидаги бузилишлардан келиб чиқади. Аксар ҳолларда орттирилган гомосексуализм руҳий жиҳатдан беқарор бўлган, ҳали тўла вояга етмаган ўсмирларни авраш йўли билан шаклланади. Бундай пайтларда гомосексуаллар ўртасида куч ишлатиш ёки таҳдид қилиш ҳоллари ҳам учраши мумкин.

Гомосексуализмнинг орттирилган турларига психотерапевтик ва тарбиявий усуллар ёрдамида даво қилинади.

Гомосексуализм билан шуғулланувчи одамлар кўпгина ҳолларда ўз айбларини инсон эркинлиги тўғрисидаги конституцион кафолатлар билан оқламоқчи бўладилар. Ҳақиқатан ҳам гомосексуал ҳаёт кўпгина мамлакатларда расман тан олинган. Гомосексуалларнинг жамиятлари ҳам тузилган.

Яқин-яқинларгача гомосексуалистларга мамлакатимизда жинсий жазо бериларди. Ҳозирги кунда эса уларга фақат жинсий алоқа қилишга мажбур этиш ёки балоғатга етмаган болаларни бу ишга жалб этиш таъқиб этилади. Қолган барча ҳодисаларда жинсий майлини қондириш (гетеро ёки гомосексуал) шахснинг ўз истагига боғлиқ бўлиб, қораланмайди.

Шунга қарамай, жамият гомосексуал ҳаёт кечирувчи ўз аъзоларига бефарқ қараши мумкинми? Жамият-

нинг умумий манфаатларидан келиб чиқадиган бўлсак, гомосексуализм инкор этилади, ҳар қандай жамият бола туғиш вазифасини бажарувчи гетеросексуал алоқаларга манфаатдордир.

Гомосексуализм демографик вазиятга ўз таъсирини кўрсатиши мумкинми? Гомосексуализм билан шуғулланувчилар сони кам эканлигини эътиборга оладиган бўлсак (эркаклар ўртасида 2—5 фоиз), бу ҳол демографик вазиятга таъсир кўрсата олмайди. Бундан жамият гомосексуализм билан курашиши керакми, деган савол туғилади. Фикримизча, туғма хусусиятга эга бўлган гомосексуалларнинг учдан икки қисмига қарши курашиш чамаси талаб қилинмайди. Бирмунча «тажрибалироқ» мижоз ёрдамида орттирилган гомосексуализм ҳақида гапирадиган бўлсак, тамомила бошқа масала. Жамият бундай гомосексуализмга қарши курашиши албатта зарур. Фақат қоралаш ва қувғин қилиш йўли билан эмас, балки тарбиявий воситаларни қўллаш орқали ўсиб келаётган ёш авлодга тўғри руҳий-жинсий йўналиш бериб, шакллантириш талаб этилади. Бу огоҳ қилиш йўли оғир ва машаққатли бўлишига қарамай, яккаю-ягона тўғри йўл бўлиб, тарбия воситаси билангина соғлом муҳитни вужудга келтириш мумкин. Бунда панд-насиҳат ва ҳар бир қадамни улчаш йўлидан бормасдан, шахсий ибрат, биринчи навбатда ота-оналар намунаси асосида иш олиб бориш лозим.

Гомосексуализм касаллигига мубтало бўлган шахсга ёрдам бериш ва унинг жинсий майлини ўзга жинсга буриб юбориш мумкинми? Ҳа, мумкин. Нима бўлганда ҳам ана шу гомосексуаллар биз билан яшайдилар, бирга нафас оладилар, биздек тарбия олганлар. Шундай экан, уларга гетеросексуал йўналишни бемалол сингирса бўлади.

Тақиқловчи чоралар кўришнинг нотўғрилиги маълум бўлди.

Яқин-яқинларгача қонун йўли билан таъқиб этилган гомосексуализмни ман этишга қаратилган тадбирларнинг фойдасизлиги аён бўлиб қолди. Чунки бундай шахслар жазодан қўрқиб, врачларга ёрдам сўраб, улардан маслаҳат олиш учун боришга чўчишарди. Зоҳиран ҳаётимизнинг барча жабҳаларида ҳамма нарса рисоладагидек кўринсада, аслида юзлаб ва минглаб фуқаролар ўз айбларидан қутулишга чора тополмай, интим муносабатларда ўзга жинс билан тўлақонли муомалада бўлишдан маҳрум этилган эдилар.

Туғма гомосексуализм касаллигига мубтало бўлган-

ларни-чи? Тажриба бундай беморларни даволаш ниҳоятда мушкул эканлигини кўрсатди. Ҳамма гап шундаки, бундай шахслар аксар ҳолларда ўзларини айбсиз санаб, ҳатто гетеросексуал алоқалардан бирмунча хатолар ҳам топадилар. Одатда туғма гомосексуализм дардига учраганларни психотерапевтик йўллар билан ҳам, бошқа усуллар билан ҳам даволаб бўлмайди.

Китобхонда фақат эркаклар ўртасидагина гомосексуаллар бўлар экан, деган фикр туғилмаслиги учун аёллар гомосексуализми ҳам мавжудлигини, аммо у бирмунча кам тарқалганлигини айтиб ўтишимиз лозим. Бундай аёллар сони ҳақида аниқ маълумотлар йўқ. Аёлда гомосексуализмга олиб келувчи сабаблардан бири эркак билан жинсий алоқадан тўла қониқмасликдир. Қизларда жинсий истак пайдо бўлганида дастлабки ҳоллардаёқ ўз жинси (аёл)га мурожаат қилиш ҳоллари жуда кам учрайди. Аксар ҳолларда қиз гетеросексуал жинсий ҳаётни бошлаганидан кейин у ёки бу сабабларга кўра жинсий иштиёқ йўналиши ўзгариши мумкин.

Жинсий майлни қондиришда гомосексуализм касаллигига мубтало бўлганлар руҳий жиҳатдан ўз дардларидан ўзларини ноқулай сезиб, мавжуд вазиятдан чиқишга ҳаракат қилсаларда ўзлари ҳал этолмайдилар.

## **ЭРКАК ВА АЁЛ СЕКСУАЛЛИГИНИНГ ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИ**

Одамларда сексуал хулқ ниҳоятда ранг-баранг бўлади, эркак ва аёлларнинг жинсий ахлоқи эса, умумий биологик асосга эга бўлса ҳам, ўзига хослиги билан ажралиб туради. Пубертат даврда пайдо бўлган дастлабки сексуаллик аломатлари инволюцияга қадар давом этади.

Умумий биологик асосга, яъни инсоннинг ўз наслини қолдиришга интилиш, унинг сексуал хулқ-атвори жинсий қониқишнинг турли шаклларини белгилайдиган ижтимоий омилларнинг кучли таъсири остида бўлади.

Жинсий гормонлар миқдори ва даражаси жинсий майлнинг намоён бўлишига кучли таъсир кўрсатади. Маълумки, эркак ва аёл қонида ҳам эркак, ҳам аёл жинсий гормонлари айланиб юради, бироқ уларнинг нисбати ва даражаси турлича бўлади. Жинсий майл

асосан эркак жинсий гормонлари миқдорига боғлиқ бўлади. Эркак организмдаги аёл жинсий гормонларининг аҳамияти номаълум, аёлларда эса улар ҳайз циклини бошқаради, иккиламчи жинсий белгиларнинг кўринишини ва ривожланишини таъминлайди, шунингдек аёлларгагина хос бўлган хулқ-атворни ҳосил қилишга кўмаклашади.

Илгари таъкидланганидек, эркак ва аёлларда жинсий майл—либидо бир хил бўлмайди. Масалан, эркакларда либидо ҳиссиётга асосланган бўлади. Эркак бунингламаган ҳолда аёлнинг ҳуснига, қадди-қоматига маҳлиё бўлиб, танмахрамликка интилади. Интим яқинликка интилишнинг онгдан ташқарида бўлган бу майли барча эркакларга хосдир. Эркаклардан фарқли ўлароқ аёллар танмахрамликдан кўра, яъни жинсий алоқадан кўра унча ва ундан кейин бўладиган жараёнларни хуш кўрадилар. Ҳар қандай ёшдаги аёл ҳам фақатгина жинсий алоқадан кўра меҳр-муҳаббат белгисини, эротик эркалашларни, сексуал ўйиндан олдин бўладиган барча жараёнларни афзал кўрадилар. Улар учун жинсий алоқа иккинчи ўринда туради.

Ана шу асоелардан келиб чиқадиган бўлсак, ўсмирларда пубертат даврдаги сексуаллик тажовузкорлик табиатига эга бўлиб, қизни жисмоний жиҳатдан маҳв этишга қаратилган бўлади. Қиз эса жинсий алоқага майл сезмаган ҳолда бўсадан лаззатланади, эротик эркалашлар, севги изҳори ва эътиборнинг бошқа шакллари унга кўпроқ таъсир қилади.

Ёш йигитлардаги тўлиб-тошган жинсий ҳис-туйғулар булғаниш туфайли биринчи жинсий алоқани жисмоний жиҳатдан бирмунча аниқ тасаввур қилади. Қизларда эса жинсий алоқа ҳақидаги тасаввур ниҳоятда мавҳум бўлиб, либидо ҳам ана шу хаёлий интим яқинлик, яъни реал ҳаётдан тамомила узоқ бўлган тасаввур асосида шакллланади. Шу сабабли ўсмирлар дастлабки жинсий алоқага қизларга нисбатан бирмунча тайёр ҳолда келадилар. Аксар ҳолларда ўсмир биринчи жинсий алоқа чоғида сабрсизлик кўрсатади, шошилади, баъзан эса қўполликка ҳам йўл кўяди. Бунингламаган эркак сексуаллигининг биологик хусусиятларини рўқач қилиш билангина оқлаш мумкин. Қизлар эса интим яқинликнинг жисмоний томонлари хусусида реал тасаввурга эга бўлмаганликлари сабабли ёш йигит билан тенг вазиятда бўлолмайдилар ва жисмоний яқинликка унчалик ўзларида эҳтиёж ҳам сезмайдилар.

Никоҳгача қизнинг жинсий яқинлик қилишига иф-



фат пардасининг мавжудлиги ҳам монелик қилади. Биологик нуқтаи назардан қараганда, иффат пардаси қиз жинсий йўллари ташқи салбий омиллар таъсиридан асраб туради. Иффат пардасининг сақланиб қолишини аксар ҳолларда қизнинг бокираллик белгиси рамзи сифатида баҳолайдилар. Қандай бўлган тақдирда ҳам иффат пардаси маълум давргача қизни жинсий яқинликка мойилликдан асраб туради. Қизлардан фарқли ўлароқ йигитларда никоҳгача жинсий алоқа қилиш учун ҳеч қандай тўсиқлар йўқ. Бунинг устига одамлар никоҳга қадар жинсий алоқада бўлган қизни қоралагани ҳолда эркекларга бу борада бармоқ орасидан қарайди.

Ўзлари учун ёр ва маҳбуб танлашда эркек ва аёллар турлича ёндошувларга асосланган ҳолда иш кўрадилар. Эркекларда танлов доираси унчалик кенг бўлмайди. Улар дастлабки босқичларда ўз маҳбубаларининг фақат ташқи кўринишигагина эътибор берадилар, холос. Бундай муносабат аёлни бутун бир шахс сифатида баҳолашга имкон бермайди. Аёлнинг ҳусни-латофати ҳақидаги тасаввур эркекка мос келадими, йўқми, шу томонларигина уни қизиқтиради. Агарда аёл ана шу мезонга жавоб беролса, кейинчалик бевосита танишув ва мулоқот жараёнида маҳбубанинг мураккаб инсоний фазилатлари ўрганилади. Агар аёлнинг бу томонлари эркекнинг қалбида қарор топган тасаввурга мос келмаса, танишув шу даражада, яъни тамомила самимий, ўртоқларча муносабатлар даражасида қолади. Агарда қизнинг ташқи ҳамда ботиний хислат ва фазилатлари йигитнинг ўз қалбида яратган маъбудасига кўп жиҳатдан мос келса, улар ўртасидаги шахсий муносабатлар кенгайиб, чуқурлашиб боради.

Соф муҳаббатнинг таркиб топиши, бу ҳиссиёт шахсининг ўзи англамаган ҳолда онгидан ташқарида содир бўлса-да, бир-бирини қачон ва қаерда, қандай фазилатлари учун севиб қолганлиги ҳақидаги саволга аниқ-равшан жавоб беролмайди. Йигитда бу жараён қуйидаги тартибда қарор топади: қизнинг ташқи белгилари йигитнинг аёл гўзаллиги ҳақидаги шахсий тасаввурига мос келиши, қиздаги шахсий фазилатлар чин муҳаббат ҳиссининг пайдо бўлишида ўз аксини топади.

Аёлларда бу жараён бирмунча мураккаброқ кечади. Аёл учун эркекнинг ташқи қиёфаси биринчи даражали аҳамиятга эга эмас. Асосий эътибор эркекнинг шахсий хислатларига қаратилган бўлади. Агарда аёл ўз қалбида яратган образига мос келадиган эркекни учратса,

уни шахс сифатида ҳурмат қилади ва улар орасидаги муносабатлар чуқурлаша боради. Шундай қилиб, аёл танлови ҳар томонлама асосланганлиги билан мураккаброқдир. Бу танлов тўғри ҳамдир, зероки аёл бир қатор ижобий хислатларга эга бўлган бақувват шахсни эр қилишни хоҳлайди.

Ана шу хусусиятлардан келиб чиққан ҳолда ёндошадиган бўлсак, йигитларнинг қизларга нисбатан бир кўришда яхши кўриб қолиши, танлашда ҳам камсуқумлиги, тез қарор қабул қилишга мойиллиги аён бўлади. Аёлларда бир қарашда севиб қолиш ҳоллари ниҳоятда кам, ёр танлашда улар ҳис-туйғудан кўра ақл тарозуси асосида танлов ўтказишни маъқул кўришади. Бироқ, баъзи ҳолларда эркак ёки аёлнинг танлаган ёри биронта ҳам мантиқ қоидаларига тўғри келмайдиган ҳоллари ҳам учрайди. Бир қарашда севиб қолиш, танишув чоғидаёқ ҳислари туғён уриб, тез орада муҳаббатга айланиши ана шундай ҳоллар жумласига киради. Нозик дидли, ҳис-туйғуга тез берилувчан ёшларда бир қарашда севиб қолиш ҳоллари кўпроқ учрайди.

Аёллар энг олий даражадаги ҳис-туйғуларга бериладиган бўладилар. Аёл фақатгина ўзи севган эркакка нисбатан интим яқинлик белгилари намоён қила олади. У на фақат жисмоний яқинликдан, балки эротик табиатдаги эркалалашлар, севги изҳори, севимлиси билан мулоқотдан ҳам лаззатлана олади.

Эркакларнинг жинсий майли энг олий даражадаги ҳис-туйғуларга аёллар сингари унчалик боғлиқ бўлмайди. Эркак жисмоний яқинлик қилганда сексуал қониқиш, ҳиссини сезади, уруғ ташлаш натижасида жуда лаззатланади. Оргастик ҳис-туйғулар туғёнининг намоён бўлиши ҳис-ҳаяжоннинг бошқа шакллари билан ниҳоятда устун бўлади. Ана шу лаззатланиш ҳисси оргазм билан боғлиқ бўлганлиги боисидан эркакнинг жисмоний яқинликка интилиши ҳам кучли намоён бўлади.

Аёл ўзи севган эркак билан жинсий алоқада бўлган чоғидагина сексуал жиҳатдан қониқади. Агар аёл жинсий мулоқотга руҳий тайёрланмаса, эркакка чуқур муҳаббати бўлмаса, у жинсий алоқадан қониқмайди. Эркакларда эса севги ҳисси туфайлигина юксак даражадаги сексуал ҳис-туйғуга эришиш яққол намоён бўлмайди.

Аёлнинг жинсий майли даражаси унинг руҳий кайфиятига кўп жиҳатдан боғлиқ бўлади. Кайфиятнинг тез-тез ўзгариб туриши, салбий кечинмалар аёлнинг жинсий яқинлик қилишига кескин таъсир кўрсатади,

бунда у ҳатто интим яқинликдан воз кечади. Масалан, эркакнинг қўполлиги, одобсизлиги, шошма-шошарлиги тайёргарлик давридаги қаттиқ ботадиган танбеҳлар натижасида аёлнинг жинсий яқинликка хоҳиши сўниши ва бу ишдан бутунлай безиллаб қолиши мумкин.

Эркакларнинг кўпчилиги интим яқинликнинг оиладаги барқарорлик ва бахтни таъминлашдаги аҳамиятига катта баҳо берадилар. Аёллар эса оиладаги аҳилликни камдан-кам ҳоллардагина сексуал муносабатлар билан боғлиқ деб ҳисоблайдилар. Улар учун эр-хотин ўртасидаги ўзаро ҳурмат ва бир-бирини тушуна олиш, оила манфаати учун фидойилик қила олиш ҳислатлари катта аҳамият касб этади.

Ёш ўтган сайин интим яқинлик оилани барқарор қилишда унчалик зарбдор бўлмай қолади. Бироқ эркак ёшлигидаги сингари бу масалага кўпроқ эътибор беради. Аёл эса фарзанд ва набиралар тарбиясида оила фаровонлигини кўриши туфайли, интим муносабатларга иккинчи даражали ишлар қаторида қарайди.

## ЖИНСИЙ АЛОҚА

Эркак билан аёл ўртасида интим яқинлик (жинсий алоқа) севги-муҳаббатнинг энг олий нуқтаси, инсонга хос жинсий муносабатларнинг энг чўққиси ҳисобланади. Юқорида зикр этилганидек, интим яқинликка эҳтиёж эркаклар ва аёллар ўртасида турлича намоён бўлади. Эркакларда жисмоний яқинлик истаги кучли бўлса, аёлларда севги-муҳаббатнинг руҳий ва маънавий кўришилари яққолроқ намоён бўлади.

Жинсий алоқани шартли равишда бир неча узвий босқич (даврлар)га бўлиш мумкин. Эркаклардаги тайёрилик фазасида ҳам ички, ҳам ташқи импульслар (суюқлисини кўришдан завқланиш, аввалги сексуал лаззатланиш чоғларини эслаш ва ҳоказолар) таъсирида жинсий олатда эрекция содир бўлади. Нормал физиология нуқтаи назаридан қарайдиган бўлсак, эрекцияда жинсий олатнинг ғовак таначаларига қон қуйилиб келади ва вена томирлари бўйлаб эса қон оқими камаяди. Жинсий олат эрекцияси баъзан сексуал яқинлик шароитидан бошқа вазиятларда ҳам содир бўлиши мумкин. Буни ноадекват (спонтан) эрекция деб аташди. Бу ҳодиса ёш йигитларда гиперсексуал даврда ҳамда мунтазам жинсий ҳаёт кечиришдан маҳрум бўлган ёш эркакларда юз беради.

Эркакларда интим яқинликка тайёргарлик чоғида уретранинг ташқи тешигидан (пешоб чиқариш йўлидан) озгина тиниқ ёпишқоқ шилимшиқ ажралиб чиқади. Бу модда эркак жинсий олатининг аёл жинсий йўлига (қинига) киришига ёрдам берувчи мой вазифасини ўтайди ва айни пайтда эркак жинсий хужайралари (сперматозоидлар) тутган уруғлар (эякулят)нинг ҳаракатланишига ҳам қулай шароит яратиб беради. Ажралиб чиқадиган модданинг миқдори ҳар бир эркакда ўзига хос бўлади, бу кўп жиҳатдан жинсий қўзғалиш даражасига боғлиқ. Жинсий қўзғалиш даражаси қанчалик кучли бўлса, ажралиб чиқадиган шилимшиқ модда миқдори ҳам шунчалик кўп бўлади.

Эркакларда (айниқса ёшроқ даврда) тайёргарлик босқичи тез вужудга келади, баъзи пайтларда эса у кутилмаган ноқулай вазиятларда ҳам содир бўлиши мумкин. Аёлларда эса интим яқинликка тайёргарлик босқичи бирмунча мураккаброқ кечади. Бунинг учун ички омиллар қаторида ташқи омиллар: эркакни севиш даражаси, унга мойиллиги, интим яқинлик вазиятини вужудга келтириш учун қилган саъй-ҳаракатлари ҳам ўз таъсирини кўрсатади.

Аёлнинг интим яқинликка жисмоний жиҳатдан тайёрлиги энг аввало унинг руҳий жиҳатдан мойиллигига боғлиқ бўлади. Агарда аёл эркакка нисбатан ўзида мойиллик сезмаса, уни шахс сифатида ҳурмат қилмаса, ана шу эркак мазкур аёлнинг гўзаллик тўғрисидаги тасаввурига мос келмаса (на фақат ташқи қиёфаси, балки ички дунёси ҳам) бундай шароитда интим яқинликка тайёргарлик босқичи вужудга келмайди.

Интим яқинлик учун мавжуд бўлган шароит ҳам аёлларнинг тайёргарлик даврида муҳим аҳамият касб этади. Хонанинг қанчалик ёритилгани, унинг ҳашами яқинлик чоғида ўзга кимсанинг ҳалақит бермаслиги каби ҳолатлар катта роль ўйнайди. Аёлларда интим яқинликка тайёргарлик босқичи эркакларникига нисбатан бирмунча секинроқ шаклланади. Бунда аёлнинг интим яқинликка нисбатан руҳий тайёргарлиги катта аҳамиятга эга бўлади.

Аёлларда интим яқинликка тайёргарлик босқичида қинда озроқ ёки бирмунча кўпроқ миқдорда шилимшиқ модда ажралиб чиқади, бу модда жинсий олатнинг қинга киришини осонлаштиради. Эркакларда бўлгани сингари аёлларда ҳам бу босқичда жинсий аъзоларга келадиган қон оқими кучаяди, клитор ва қин шакли ўзга-

ради, аёлнинг жинсий аъзоларида ҳомиладор бўлиш учун қулай шароитлар вужудга келади.

Интим яқинликнинг иккинчи босқичи эркак жинсий олатини аёл жинсий йўлига киритишдан иборат. Кўп ҳолатларда бу босқичда эркакларда бирон-бир қийинчилик содир бўлмайди. Эркак жинсий олатининг таранглиги қиздаги ифбат пардасини йиртишга ожизлик қилиб қолганда ёки вагинизм ҳолатида қизда бўлажак яқинликдан қўрқув хисси устун келиб, сон қин мушаклари тортишиб, қисқариб жинсий аъзонинг киришига монелик қилганда жинсий олатни қинга киритиш имкони бўлмайди.

Навбатдаги интим яқинлик босқичи мазкур жараён учун уйғунлик ярата олиши жиҳатидан катта аҳамиятга эга бўлганлиги боисидан ниҳоятда муҳимдир. Ҳамма гап шундаки, бу босқич жараёнида барча сексуал таъсиротлар жамланиб, оргазмни сезиш учун шарт-шароитлар яратилади.

Эркакларда сексуал таъсир кўрсатувчи омиллар бирмунча яққолроқ намоён бўлиб, бунда барча сезги аъзолари кўрув, эшитув, сезги аъзолари ва бошқалар иштирок этади.

Эркаклардан фарқли равишда аёллардаги сексуал таъсир кўрсатувчи омиллар унчалик кучли эмас. Ҳамма гап шундаки, аёлларда барча сезги аъзолари сексуал таъсир кўрсатиш омили бўлиб хизмат қилолмайди. Бундан ташқари, аёлларнинг жинсий кўзғолиши унинг руҳий ҳолатига ва ташқи омилларга боғлиқ бўлади. Аёлларда жинсий кўзғолиш эркаклардагига нисбатан бирмунча сустроқ кечади. Ана шу шароитлардан келиб чиққан ҳолда аёллардаги сексуал таъсиротлар мажмуаси эркакларнинг жинсий кўзғолиш динамикасидан орқанда қолади, шу сабабли жинсий циклнинг бошланган навбатдаги босқичи кўпинча эркакларда содир бўладиган уруғ ташлаш ва оргазм босқичига мос келмай қолади.

Эркакларда оргазм босқичида ўзининг физиологик моҳиятидан келиб чиққан ҳолда тор уруғ чиқариш йўллари уруғ отилиб чиқади, бу марказий асаб системасининг олий бўлимларида ўз аксини топади.

Эмоционал ҳис-туйғунинг намоён бўлиши жиҳатидан эркаклардаги оргазм ҳиссига тенг келадигани топилмайди, деб ҳисоблашади.

Аёлларнинг ҳаммаси ҳам оргазмни ҳис қилмайди. Тадқиқотлар ёш, ҳали сексуал тажрибага эга бўлмаган аёлларда оргазм камдан-кам содир бўлишини тасдиқ-

ламоқда. Оргазмни ҳис қилиши жиҳатидан аёлларни шартли равишда 4 гуруҳга бўлиш мумкин.

Биринчи гуруҳга тегишли (сексологик жиҳатдан соғлом) аёллар жинсий алоқанинг 70—80 фоизда оргазмни сезиши мумкин. Маълум даврларда уларда оргазмнинг бўлмаслиги касаллик эмас, бу одатда уларни безовта қилмайди.

Иккинчи гуруҳга мансуб аёллар ҳар бир жинсий алоқа жараёнида бир неча оргазмни ҳис қилишлари мумкин (мультиоргастик аёллар) ва бу ҳам нормал ҳолат саналади. Одатда бундай аёллар интим яқинликка жуда мойил бўлишлари билан бирга маълум даражада сексуал тажрибага ҳам эга бўладилар. Улардан фарқли ўлароқ учинчи гуруҳга тегишли шундай аёллар ҳам борки, уларда оргазм жуда кам ҳолларда содир бўлади, бироқ улар оргазмни сезмасликдан хафа ҳам бўлмайдилар.

Ниҳоят тўртинчи гуруҳга мансуб бўлган аёлларда оргазмнинг бўлмаслиги кўп ҳолларда эркакнинг нотўғри хатти-ҳаракатига, интим яқинликнинг ноадекват техникасига, аёлнинг сексуал ҳис-ҳаяжонига тўлиғича берилмаслигига боғлиқ бўлади. Бундай ҳолларда жинсий алоқанинг тўлиғича тугалланмаслиги туфайли аёл ҳам жисмоний, ҳам руҳий азият чекади. Агарда жинсий алоқалар узоқ муддат давомида оргазм билан якунланмайдиган бўлса, аёл бундан доимо қониқмай юради, натижада унда интим яқинликка нисбатан мойиллик йўқолиши у ёқда турсин, ҳатто бундай иш унга мутлақо ёқмайдиган бўлиб қолади.

Бу гуруҳга мансуб аёлларда оргазм йўқлигининг сабабларини таҳлил қилиш шуни кўрсатдики, кўпгина ҳолларда бундай ҳолат эркакнинг жинсий яқинликка қадар ноадекват хатти-ҳаракатига, жинсий алоқадан олдин аёлни бу ишга тайёрлашдаги ноқобилликка, интим яқинликнинг энг содда ва шаблон техникасидан фойдаланилганига, уруғ ташланганидан кейин тезда эротик эркалашлар тўхтатиб қўйилганига боғлиқ бўлади. Бундай ҳолатларнинг яна бир сабаби аёлнинг руҳий жиҳатдан тайёр эмаслигидан, бўлажак интим яқинликка ўзини тайёрлай олишга қодир эмаслигидан ҳам келиб чиқиши мумкин.

Кўпгина аёллар интим яқинлик масалаларида фақатгина эркак фаоллик ва ташаббус кўрсатиши, ўз турмуш ўртоғини бўлажак жинсий алоқага тайёрлаши керак, деган ақидага сажда қилиб келадилар. Албатта, бу нотўғри тушунчадир. Эр-хотин интим яқинликда уйғунлик

бўлиши учун баб-баробар масъулдирлар. Шундан келиб чиқадиган бўлсак, аёл интим яқинлик чоғида пассив бўлмаслиги, у ўзини тутиши, эркаликлари, нози-истигноси билан интим муносабатларда уйғунлик бўлишига таъсир кўрсатиши керак. Эрнинг жинсий фаоллиги ҳам кўп жиҳатдан аёлга боғлиқ. Аёлнинг ташқи кўриниши, ўзини тутиши, эротик эркалашлари эркада интим яқинликка интилиш ҳиссини уйғотиши керак. Аёлнинг руҳий ҳолати эрининг эркалашларига, унга борлигини беришга тайёрлиги биринчи навбатда ўзидаги жинсий эҳтиёжни қондириш учун керак бўлади.

Бир-бирини севувчи эр-хотинлар ўртасида альтруизм деб аталмиш ўзгани қондиришга эҳтиёж ҳисси, яъни фидойилик ривожланган бўлади. Бундай эр-хотинлар ўртасида ўзаро муносабатларда ҳеч қачон нифоқ бўлмайди, бир-бирларини эътиборсизликда айблашлар ҳам учрамайди. Улар маҳбуб ва маҳбубаларига борлиқларини ҳада этиш билан ўзларини ана шундай шарафга муяссар бўлаётгандек ҳис қиладилар. Ҳеч нарса талаб қилмасдан вужудини, муҳаббатини тўхфа этган инсонларгина интим яқинликдан энг олий лаззат ҳиссини олишга муваффақ бўладилар. Улар орасида жинсий алоқанинг қисқача муддат давом этиши, техникасининг талаб даражасида бўлмаслиги ҳам қониқиш ҳиссига ноил бўлишига монелик қилолмайди. Бундай шахслар шундай руҳий ҳолатда бўладиларки, ёри жинсий қониқиш ҳиссини тўлалигича сипқориши учун ўзларининг сексуал қониқишларидан ҳам воз кечишга тайёр бўладилар.

Юқорида тилга олинганидек, эркаларда жинсий қўзғолиш тез содир бўлиб, жинсий алоқа тугаганидан кейин (уруғ ташлагандан сўнг) тез сўнади ҳам. Аёлларда эса жинсий қўзғолиш аста-секинлик билан ортиб боради ва оргазмни сезгандан кейин ҳам аста-секинлик билан сўнади. Шунинг учун ҳам аёлларда тўлиқ жинсий қониқиш ҳосил бўлиши учун жинсий алоқадан кейин ҳам эротик табиатдаги эркалашларни тўхтатмаслик талаб этилади. Бу пайтда аёлнинг энг эроген соҳаси бўлган эшитиш ҳиссига таъсир кўрсатиш мақсадга мувофиқдир, бу аёлларда жинсий қўзғолишнинг асосий манбаи эканлигини унутмаслик лозим. Шу сабабдан интим яқинлик чоғида ўз маҳбубалари қулоғига ширин сўзларни шивирлаш, муҳаббат изҳор қилиш, уни мадҳ этиш оҳанрабодек таъсир этишини унутиб қўядиган эркалар кўп жиҳатдан ютқизадилар.

Жинсий алоқа инсонда сексуаллик намоён бўлиши-

нинг ягона шакли эмас. Биз юқорида жинсий функцияни амалга оширишнинг: эркак билан эркак, аёл билан аёл ўртасидаги сексуал муносабатлар шакли мавжудлиги ҳақида тўхталган эдик. Шу билан бирликда жинсий қониқишнинг тўла бўлмаган, тўлақонли бўлмаган (суррогат) шакллари ҳам мавжуд.

Жинсий алоқаларнинг шундай шакллари ҳам борки, бунда жинсий аъзолар иштирок этмайди. Соф, руҳий муҳаббат, рақслар, гейшизм шулар жумласига киради (Г. С. Васильченко, 1977). Рақсларни экстрагенитал севгининг бир тури сифатида талқин қилиниши бизнинг фикримизча нотўғридир. Рақслар қадим-қадимда инсон ўзлигини намоиш қилишининг шакли сифатида вужудга келган. Рақслар расм-русм, сиғиниш, маросимий табиатда бўлган. Вақт ўтиши билан рақслар дастлабки маъносини йўқотиб, кўнгилочар шаклга айланиб борди. Кўпгина рақсларни (шу жумладан замонавийларини ҳам) эркак ва аёллар гуруҳ-гуруҳ бўлиб ижро этишмоқда. Бунда рақсга тушувчиларнинг баданлари бири-бирига тегиши шарт эмас, аксар ҳолларда улар бири-бирларидан бирмунча олис масофада туриб, рақсга тушадилар. Баъзи бир рақсларни ҳисобга олмаганда, қолганлари, яъни кўпчилиги сексуал маънога эга эмас.

Соф, руҳий муҳаббатга келсак, жинсий мулоқотнинг бу шакли ёш, ниҳоятда нозик дидли кишиларга хосдир. Бизнинг фикримизча, муносабатларнинг бу шакли ҳар қандай ёшдаги кишилар ўртасидаги жинсий севгининг дебочаси вазифасини ўташи керак. У эмоционал жиҳатдан севгини бойитади, унга инсонийлик бахш этади.

Гейшизм Шарқ мамлакатлари (Хитой, Ҳиндистон, Япония)да тарқалган бўлиб, фоҳишабозликка ҳеч қандай алоқаси йўқ. Гейшалар одатда ўқимишли ва яхши тарбия кўрган, мулоқот санъатидан воқиф, мусиқа ва рақснинг нозик томонларини ҳам тушуна оладиган аёллардир. Улар кибор доиралари кўнглини хушнуд этиш учун махсус тайёрланганлар.

Эркаклар одатда тунлари эротик мазмундаги туш кўришганида содир бўладиган тунги булғаниб қолиш (поллюция) жараёнида сексуал қониқишга эришишлари мумкин. Бу ҳодиса мунтазам равишда жинсий ҳаёт кечирмайдиган ёш йигитларга хосдир. Аёлларда эркакларнинг тунги уруғ ташлашига ўхшаш ҳодисалар содир бўлмасда-онда онда-сонда эротик табиатдаги тушлар ва оргазми ҳис қилиш ҳоллари онда-сонда учраб туради.

Мастурбация (онанизм) йўли билан эркаклар қатори



аёллар ҳам сексуал қониқишга эришишлари мумкин ва бу қониқиш суррогат табиатда бўлади.

Кўпгина оммабоп, шунингдек илмий мақолаларда онанизмнинг эркак сексуаллигига зарарли таъсири тўғрисида фикрлар баён қилинади, бу ҳақда юқорида айтиб ўтган эдик. Бунда ёш йигитлардаги гиперсексуалликка хос онанизмни фарқлаш лозим, зероки бу ўзига хос сексуал қониқишнинг ўриндош шакли бўлиб, ҳеч қандай касалликка алоқаси йўқ. Нормал жинсий ҳаёт кечираётган етук эркак гетеросексуал алоқаларни инкор этиб, онанизмни маъқул кўриши бутунлай бошқа гап.

Эркак билан аёл жинсий аъзолари бевосита алоқада бўлмагани ҳолда жинсий ҳаёт кечириш шакли ёшлар ўртасида кенг тарқалмоқда. Сексуал қониқишнинг бу шакли петтинг номини олган. Бу қониқишда қизлар учун ифбат пардасини йўқотиш хавфи йўқ, кутилмаганда ҳомила орттириш муаммоси ҳам бўлмайди.

Сексуал қониқишнинг юқорида зикр этилган шаклларидан ташқари, ахлоқ-одоб нормалари чегарасида бўлган, баъзиларида эса жинсий бузуқликка мансуб шакллари ҳам учраб туради.

## **ЖИНСИЙ ФУНКЦИЯЛАРНИ БОШҚАРИШ**

Инсоннинг сексуал ахлоқи бир қатор йўллар: марказий асаб системасининг олий бўлимлари, мия қобиғи остидаги сексуал марказлар, гипоталамо-гипофизар бошқарув марказлари, орқа миядаги жинсий марказлар орқали бошқарилади.

Шу билан бирликда жинсий функцияларни бошқаришда периферик эндокрин безлар (мойклар, тухумдонлар) қонга биологик фаол моддалар — гормонлар ажратиб чиқариш йўли билан сезиларли таъсир кўрсатади. Шунингдек, вегетатив асаб системаси олий марказлари билан вегетатив асаб чигаллари ва периферик нервлар ҳам асосий физиологик реакцияни: эрекция ва эякуляцияни таъминлашда муҳим роль ўйнайди.

Шундай қилиб мураккаб ва оддий сексуал реакцияларни ҳам асаб, ҳам эндокрин системалар бошқаради, бу эса бутун системанинг ишончли фаолият кўрсатишига имкон яратади.

Инсоннинг мураккаб, хатти-ҳаракатлари марказий асаб системасининг олий бўлимлари орқали амалга оширилади. Кўп сонли ташқи омиллар таъсирида марказий асаб системасининг олий бўлимларида жинсий

марказлар шаклланади. Ҳайвонларда ўтказилган тажрибалар жинсий марказларнинг айрим соҳаларига таъсир кўрсатиш жинсий фаолликнинг кучайишига ва баъзан аксинча сусайишига олиб келган. Бош мия қобиғидаги жинсий марказлар жойлашуви ҳақидаги маълумотлар бир-бирига қарама-қаршидир. Баъзи тадқиқотчилар жинсий функцияни бошқарувчи марказлар **сигмасимон эгриликларда жойлашган деб ҳисобласалар**, бошқалари ҳид билиш маркази ёнида жойлашган деган фикрни билдирмоқдалар. Қандай бўлишидан қатъи назар бош миёдаги жинсий функциялар бошқа муҳим ҳаётий функциялар билан узвий алоқадор бўлиш билан бирга ташқи дунё билан боғланиб, сексуал хатти-ҳаракатнинг руҳий фаолиятига боғлиқлигини белгилаб беради.

Мия қобиғи остидаги жинсий марказлар гипоталамус қисмида жойлашган бўлиб, унга бир қатор ҳаётий муҳим марказларни бошқариш нуқталари бирлашгандир. Ҳис-ҳаяжон туйғусини бошқарадиган мия қобиғи остидаги марказлар ҳам-шу ерда жойлашган. Ҳайвонларда ўтказилган тажрибалар ва клиникалардаги кузатишлар гипоталамик марказларнинг шикастланиши барча турдаги моддалар алмашинуви жараёнлари, вегетатив функциялар, жинсий реакцияларнинг бузилишига олиб келишини кўрсатди. Шунини таъкидлаш керакки, фақатгина шикастланиш гипоталамус марказлари фаолиятининг бузилишига олиб келмасдан, балки турли хил интоксикациялар (кимёвий, дори-дармонлар туфайли юзага келган заҳарланишлар), юқори энергияларнинг таъсири (радиацион нурланиш, ўта юқори частоталар), тебраниш ва бошқа омиллар ҳам ана шундай оқибатларга олиб келиши мумкин.

Мия қобиғидаги жинсий марказлар фаолияти бузилиши сексуал хатти-ҳаракатга салбий таъсир кўрсатади, гипоталамик марказларнинг жароҳатланиши эса жинсий хатти-ҳаракатнинг физиологик компонентлари (либидо, эрекция, эякуляция, оргазм) да ўз аксини топади.

Гипоталамик жинсий марказлар гипофиз билан чамбарчас боғлангандир. Бу алоқа икки йўл — асаб ва гуморал — махсус юксак фаол моддалар — нейромедиаторлар ишлаб чиқариш билан амалга оширилади.

Шундай қилиб, гипоталамус гипофиз даражасида бошқарувчи механизмлар бир-бирининг ўрнини тўлдириб энг муҳим (шу жумладан жинсий) функцияларнинг нормал фаолиятини таъминлайди.

Гипофизнинг олдинги бўлагиде гипоталамус нейроме-

диаторларининг таъсирида периферик эндокрин безларга, биринчи навбатда — жинсий безларга — эркакларнинг мойига ва аёллар тухумдонига таъсир кўрсатувчи гонадотроп гормонлар ишлаб чиқарилиб, қонга ажратилади. Жинсий безларда жинсий ҳужайралар (сперматозоидлар ва тухум ҳужайралар) етилади, шунингдек жинсий гормонлар ишлаб чиқарилиб, қонга тушади. Бу гормонлар жинсий функцияга, моддалар алмашинувининг барча турларига таъсир этади. Бу гормонлар индивидуалнинг ташқи қиёфасини белгилайди, унга эркак ёки аёлга хос хислатлар ато этади. Жинсий гормонлар эркак ёки аёлга хос ташқи жинсий аъзолар ривожини ҳам белгилайди.

Жинсий гормонлар ва уларни бошқарувчи марказлар ўртасида акс таъсир ҳам мавжуд. Яъни қонда гормон миқдорининг кўпайиб кетиши уни ишланиб чиқилишини ва қонга ажратиб беришини рағбатлантирувчи гормон маҳсулотининг камайишига олиб келади. Шу билан бирга жинсий гормонлар орқа миядаги жинсий марказларга таъсир кўрсатади ва шу йўл билан жинсий функцияларни бошқаришда бош-бошдоқликка йўл қўймайди.

Жинсий гормонлар таъсири жинсий функцияларни бошқаришнинг олий даражасида ҳам намоён бўлади. Эркак жинсий гормонларининг инсон ахлоқига эротик таъсири маълум, бу ҳол айниқса организм тараққиётининг дастлабки босқичларида намоён бўлади. Ҳайвонларда тажриба ўтказилиб, эркаклар жинсий гормони бўғоз мода қонига киритилганда, бу мурғак миясида жинсий табақаланишга олиб келгани аниқланган.

Кастрация (жинсий безларнинг олиб ташланиши) организм тараққиётининг дастлабки босқичларида ўтказилса, жинсий хатти-ҳаракат стереотипининг шаклланишини бирмунча бузади.

Инсоннинг жинсий хатти-ҳаракати асаб ва эндокрин системалар томонидан икки томонлама назорат остида бўлсада, кўп жиҳатдан ижтимоий муҳит, мазкур инсон яшаётган жамиятга ҳам бевосита боғлиқдир. Туғма жинсий реакциялар жамият томонидан қарор топган сексуал хатти-ҳаракатнинг шаклланишида пойдевор ва зифасини ўтайди.

Бу мураккаб ва кўпқиррали жараёнда таълим ва тарбиянинг аҳамияти янада ортади. Агарда тарбия жараёнида сексуал ахлоқнинг маънавий категориялари шаклланса, таълим жараёнида жинсий стереотипнинг индивидуал ўзига хослиги белгиланади. Бундай ҳол-

ларда «норма»га тўғри келмайдиганлари ҳам топилиб қолади.

Жинсий ахлоқнинг тобора ижтимоийлашуви оқибатида инсонга хос сексуал муаммоларнинг кўпчилиги физиологик бошқарув механизмларининг ишдан чиқиши билан эмас, балки эркак ва аёлнинг жинсий муносабатларидаги номуносибликлар оила-никоҳ муносабатларини барқарорлаштиришда жинсий ҳаёт аҳамиятининг ортиши, интим яқинликда уларнинг шахсий ролининг кучайиши билан ҳам боғлиқдир.

Шу билан бирликда жинсий функцияни бошқаришнинг турли даражасида вужудга келадиган ранг-баранг функционал ва органик бузилишлар аҳамиятини ҳам ҳисобга олиш зарур.

Интим ҳаётга монелик қилувчи омиллар мия қобиғидаги (психоген), мия қобиғи остидаги, орқа мия жинсий функцияларини бошқариш ҳамда эндокрин таъминотидаги бузилишлар ва жароҳатланишларга ҳам боғлиқ бўлиши мумкин.

## **ИНТИМ ЯҚИНЛИКНИНГ ТАРҚИБИЙ ҚИСМЛАРИ**

Эркак ва аёлнинг интим яқинлиги бир неча босқичдан таркиб топган. Уларнинг энг муҳимлари: интим яқинликдан, олдинги эркалалашлар, интим яқинлик жараёни (унинг механик томони), шундан кейинги эркалалашлардир.

Интим яқинликдан олдинги сексуал эркалалашлар жисмоний яқинлик дебocasидир. Эркалалашлар икки томонлама бўлиши лозим!!! Аёллар томонидан йўл қўйилаётган хатолардан бири шундаки, уларда эркак аёлнинг фаол иштирокисиз ўз эҳтиросларини қондиришлари мумкин, деган нотўғри тасаввур мияларига ўрнашиб қолган. Аёлнинг ўринда доим лоқайд бўлиши эрни толықтиради ва охир-оқибат у хотиндан совиши мумкин. Интим яқинлик учун нозик эркалалашлар тобора эҳтирос касб этиб, охирида муродга етиши керак.

«Мақбуллилик, яроқлилик диапазони» деган тушунча мавжуд. Мақбуллилик диапазони: эроген соҳаларни (асосий ва иккинчи даражали) ва уларга таъсир кўрсатиш усулларини, мазкур эр-хотинга мақбул жинсий яқинлик ҳолатини (қай ҳолатда ётиб-туришни), жинсий яқинликдаги шароитни, бу пайтда ўзини қай даражада тутишни, жинсий ҳаёт интенсивлиги каби масалаларини ўз ичига олади. Эр-хотин «танам, вужудим, борлигим сеники!» принципи асосида яшасалар, бу

диапазон тўлиқ бўлади. Бунда аёл эрига барча эроген соҳаларга тегишга рухсат беради, оқибатда қисқа муддат ичида интенсив жинсий қўзғолиш содир бўлиб аёл алоқага тайёрлик изҳор этади. Аёл баъзан эркак бу ҳолатда ўпишишдан нарига ўтишни айб санайди. Бундан ташқарига чиқиш уларда салбий ҳиссиёт уйғотади. Бундай аёл тарбияси, тасаввуридан келиб чиққан ҳолда эрини аксар ҳолларда эркалашдан чеклайди, бунинг учун ажратиладиган вақтни ҳам камайтиради. Бундай ҳолда аёлнинг жинсий қўзғолиши тўлиқ бўлмай, у оргазмни сезмайди.

Хотини билан бир вақтда оргазм ҳосил қилиш учун эркакда икки йўл бор. Биринчиси — оргазмни ушлаб, тутиб туриш, афсуски, аксарият эркаклар бунинг уддасидан чиқолмайдилар. Бироқ баъзи эркаклар жинсий яқинликни чўзиш учун шундай йўл тутадилар: уруғ отиб юборишни сезганидан кейин фрикцияни тўхтатади, хаёлини бошқа томонга буришга ҳаракат қилади, ўзини тутиб олганидан кейингина алоқани давом эттиради, бир неча бор такрорлайди. Тўғри, бу ҳол эркаклар учун зарарлидир, чунки биринчи навбатда бош мия қобиғидаги асосий асаб жараёнларида (қўзғолиш ва тормозланиш), «хато»ликлар рўй беради, шунингдек жинсий аъзоларда димланиш аломатлари пайдо бўлади. Агар эркак жинсий алоқани маълум даражада бошқара олса, яъни жинсий яқинлик (эякуляция) ни тезлаштира ёки секинлаштира, бунда тўртта омилни ҳисобга олишга тўғри келади: ақлий фаолият, кўриш, сезиш қобилияти ва ҳаракат қилиш. Эркак ўзи англамаса-да, жинсий алоқани рағбатлантириш унинг ақлий фаолияти маҳсули саналади. Истак — фикрни бошқаради, дейиш мумкин. Барча эркаклар интим яқинлик вазиятини кўз олдига келтириш йўли билан ҳам эрекцияга эришиш мумкинлигини яхши биладилар. Қинзи статистикасида эркакни қўзғатувчи 33 руҳий рағбатлантириш баён қилинган бўлиб, уларнинг биронтаси ҳам аёлларга таъсир кўрсатмайди.

Иккинчи йўл — севги-муҳаббат изҳори, эркалашлар билан аёлни интим яқинлик учун жинсий қўзғолишнинг энг олий нуқтасига олиб келиш мумкин.

Худди ана шу иккинчи йўл физиологик жиҳатдан мақбул бўлиб, унга риоя қилиш керак. Бу йўл жинсий яқинлик бошлагунга қадар аёлнинг қўзғолишига хизмат қилувчи барча ҳаракатларни ўз ичига олган бўлиб, бу — эркаклар учун эрмакдек туюлса-да, аёллар учун заруратдир.

«Аёл севги бобида арфа чолғуси мисол, ким уни яхши чала олса, унга ўз сирини ошкор этади» — деб ёзган эди Бальзак. Жинсий қўзғолиш давридагина қин деворларида жойлашган жуда кичик безчалар мойловчи суюқлик чиқаради ва деворларни намлайди. Қинни ана шундай аҳволга келтирмасдан жинсий алоқани бошлаш керак эмас, акс ҳолда аёл оғриқ ҳис қилади.

Инсон танасининг устки қисмида айниқса эроген соҳалари деб аталмиш жойларида шундай нуқталар борки, уларга тегиш ёки таъсирлаш жинсий қўзғолишни ниҳоятда тезлаштиради. Оғиз ва лаб шиллиқ пардаси, қулоқ солинчоғи, бўйин, кўкрак безлари (айниқса сўргич атрофи), бел, соннинг ички юзаси, ташқи жинсий аъзолар ва айниқса клитор шулар жумласига киради. Клитор жинсий сезгирликнинг ўзига хос аъзоси ҳисобланади. Унинг бирдан-бир физиологик вазифаси — аёлларда лаззатланиш ҳиссини уйғотиш. Ҳатто севимлиси қўлининг ана шу ерга тегиши лаззатли жинсий қўзғолишга олиб келади.

Эроген соҳаларга таъсир кўрсатиш эркаклар ва аёлларга қай даражада самара беришини В. И. Здравамислов томонидан 250 аёлни, Р. В. Беледа томонидан 159 эркакни сўраш асосида тузилган жадвалдан ҳам билиб олса бўлади.

Жадвалда тадқиқотчилар ва тадқиқот қилинувчилар бирор эроген соҳага тегиш ҳеч қандай ҳис-ҳаяжон уйғотмайди, деб ҳисоблашган ёки бунга тўғри жавоб беришга қийналишган маълумотлар киритилмаган.

Эроген соҳаларни таъсирлаш чоғида жинсий қўзғолиш содир бўлишида руҳий кайфиятнинг роли ниҳоятда катта. Бирон-бир сабабга кўра (ишдаги кўнгилсизликлар, чарчаш, ўзини ёмон ҳис қилиш, кайфиятнинг йўқлиги) организмга ёмон таъсир кўрсатади, оқибатда эроген соҳаларга тегиш жинсий қўзғолиш ўрнига, ёқимсиз ҳолатга ҳам олиб келиши мумкин.

Яхши кайфият чоғида эроген соҳаларга таъсир кўрсатиш тезда жинсий қўзғолишга олиб келади. Ҳар бир интим яқинлик олдидан маълум бир эроген соҳани мунтазам равишда пайпаслашга одатланилса, эроген соҳалар сезгирлигини янада ошириш мумкин, Маълум муддат ўтиши билан ана шу соҳага тегишнинг ўзи тезда лаззатланиш ҳиссини келтириб чиқаради ва жинсий қўзғолиш содир бўлади. Эроген соҳаларга таъсир кўрсатишда аста тегиш, силаш кучли самара беради.

Доктор Ван Вельде бундан бир неча йил муқаддам интим эркалашларнинг классик баёнини берган эди:

**Эроген соҳаларга тегилганда содир бўладиган эмоционал реакциялар (% да)**

Эроген соҳалар	Қузгатади		Салбий таъсир кўрсатади	
	эркакда	аёлда	эркакда	аёлда
Сезги аъзолари орқали қабул қилиш:				
қуз	84,3	26,8	4,9	15,6
қулоқ	39,7	63,2	6,8	0,8
сезиш, пайпаслаш	40,4	32,8	21,6	11,2
ҳид	58,6	18,0	41,4	20,0
Тана соҳалари билан ҳис қилиш:				
лаблар	68,0	77,2	14,3	5,2
тил	31,1	39,2	32,6	22,8
қулоқ солинчоғи	24,3	31,2	9,5	4,8
буйин	21,8	53,6	8,1	2,8
Кураклар ўртаси	9,2	11,6	3,4	0,8
Сут безлари (эркакларда кукрак безларининг пигментли ўрни)	53,4	70,0	19,2	7,2
Сут безлари сўргичи	70,3	65,6	4,8	9,2
Қўл бармоқлари	23,0	36,0	2,8	0,4
Кўндик	14,6	22,4	19,3	4,8
Қорин пасти	37,5	42,0	7,6	2,0
Клитор (эркакларда пенис ва мойк)	97,2	82,0	0,9	5,6
Соннинг ички юзаси	52,2	58,0	6,7	2,0

«Эротик ўйинлар чоғида ўзаро ҳурмат ва назокатни ўрнига қўйган ҳолда жинсий аъзолар қўшилгунга қадар маълум бир вақт бўса олишлар ва эркалалашларга ажратилмоғи лозим. «Ердамчи» соҳаларни енгил силаб ўтгандан кейин эркак қўли аёл қорнига, човига, оёғининг ички томонларига ўтиши, сўнгра жинсий аъзоларига сезилар-сезилмас теккан ҳолда иккинчи оёққа ўтиши зарур. Асосий мақсади бўлган жойга етиш учун эркак аёл танасини сийпалаб ўтганидан кейингина мулойимлик билан жинсий аъзога қўл теккизишга ижозат сўраши керак. Эркак бармоғи учининг оҳишта тегиши билан бу нозик аъзо шишиб, эҳтиросла туғён ура бошлайди. Севги-муҳаббат изҳори, кўкраги ва сўргичларини ўпиш аёлдаги эҳтиросни янада кучайтиради, оқибатда у жинсий яқинлик учун ўзида мойиллик сеза бошлайди».

«Тўлиқ уйғунликка эришиш учун эр ёки хотиннинг ўзи томонидан клиторга қўшимча таъсир кўрсатиш та-лаб этилади. Бу ҳол нормал ҳисобланиб, аёлларда ор-газм ҳосил бўлиш учун ҳатто шарт эканлигини унутмас-лик керак. Бу ўринда қандайдир одобсизлик ёки ахлоқ-сизлик ҳақида гап ҳам бўлиши мумкин эмас», — деб ёзади ўзининг «Ёш келин-куёвларга» деган китобида психиатр-сексопатолог Н. М. Ходаков.

Жинсий алоқага тайёргарликнинг қулай муддати аёл-нинг индивидуал хусусиятларига боғлиқ. Баъзи бир аёллар учун 2-3 дақиқа кифоя бўлса, бошқалари учун 10-15 минут вақт керак бўлади. Бу пайтда яхшиси аёл-нинг ўзи эркакка жинсий алоқа учун энди тайёр бўлган-ини маълум қилгани маъқул. Жинсий алоқага тайёр-гарликни ортиқча чўзиб юбориш жинсий қўзғалишнинг сусайишига олиб келишини ҳам унутмаслик керак. Кат-та жинсий лаблар намланганда жинсий алоқани бошлаш мумкин.

Эркакнинг жинсий аъзосига қўл теккизадиган аёлни «одобсиз», «ҳаттоки «бузуқ» деган фикрлар қулоққа ча-линиб туради. Бундай фикрлаш тамомила нотўғри, зероки бу асосланган физиологик ҳаракатлардир. Кўп-гина мисоллар шуни кўрсатадики, эркаклар эрекцияга эришишда қийналган чоғларда хотинининг эркалалашлари унда кучли жинсий майл уйғотибгина қолмасдан, барқа-рор эрекцияни таъминлайди. Н. М. Ходаков шундай деб ёзади: «Инсон организмида уятли соҳалар йўқ. Барча аъзолар зарур ва рационалдир. Эр-хотинда завқ-шавқ, бир-бирига мойиллик уйғотадиган аъзолар ҳам шу жум-лага киради. Эр-хотинлар ётадиган хонага кўзга кўрин-мас жойга: «Ўринда, кўрпа остида қилинаётган барча хатти-ҳаракатлар — тўғридир» деган шиорни осиб қўйса, бўлади».

Оилали эркаклар бирор сабабга кўра (қаттиқ чар-чаш, турли хил кўнгилсизликлар) жинсий яқинликка интилиш вақтинча йўқолган пайтлар бўлишини яхши билишади. Бу — эркакни қўзғотиб бўлмайди, деган сўз эмас. Эри ҳориган ёки бирон-бир нарсадан жаҳли чиқ-қан бўлса-да, хотини унда жинсий майл уйғотишга қо-дир. Бундай пайтларда ширин сўзлар, назокат билан эркалалашлар, ноз-ишва ўз кучини кўрсатади.

Демак, интим яқинликка бериладиган импульс фақат-гина бош мия қобиғидан берилган буйруққа асосангина содир бўлмайди. Аёлнинг эркалалашларига жавобан пайдо бўладиган физиологик реакция ҳам худди ана шундай таъсир кўрсатиши мумкин. Бундай пайтда қўзғолиш бир-



мунча секинроқ кечади, жинсий алоқа ҳам анча узоқ давом этади. Интим яқинликка ташаббус аёлдан чиққан пайтда унда оргазм тезроқ содир бўлади.

Кама Сутранинг севгиси тўғрисидаги қадимги ҳинд трактатида шундай сўзлар бор: «Оқида аёл — севги бобида тенгсиздир. Бундай аёл эркакда майл ҳосил қилишнинг кўпгина усулларини билади, севги-муҳаббат изҳори учун шунчалик кўп изҳори дил ва эркалашларга қодирки, хоҳлаган пайтда ундан моҳирлик билан фойдалана олади. Ёш аёлларни таом пиширишни урганиш учун тажрибали аёллар ҳузурига юборишлари тахсинга лойиқ, бироқ севги-муҳаббат бобидаги тажрибалар ҳам бир йўла ўрганилса, нур устига нур бўлур-эди».

Ана шу маҳоратни эркак эгалласа, янада яхшироқ. Чунки кўпгина аёллар ўз эрларининг тажрибасизликлари туфайли тўлақонли алоқани таъминлай олмасликларидан зорланадилар, бундай пайтда ўзлари ҳам қониқмасликдан нолийдилар.

Баъзан эркаклар ёш аёлларда жинсий ҳаётга нисбатан эҳтиёжни ортиқча талқин қилган ҳолда етук аёллар учун бу нарса ҳамиша зарур эканлигини тўғри баҳолай олмайдилар. Уттиз ёшгача бўлган аёллар уларнинг эрлари жинсий муносабатда жуда фаол эканликларидан нолисалар, уттиз ёшдан кейин эса етарли даражада фаоллик кўрсатмаётганликларидан шикоят қиладилар.

Америкалик тадқиқотчилар У. Мастерс ва В. Джонсон жинсий алоқа физиологиясини атрофлича текшириш жараёнида унинг тўрт босқичда кечишини аниқладилар. Биринчи босқич (қўзғолиш босқичи) эркакларда бошланади. Бунда кўриш, эшитиш, ҳид сезиш, тактил ва бошқа таъсиротлар натижасида бош мия қобиғи ва қобиқ остидаги жинсий марказлар ҳаракатга келади, оқибатда орқа миёдаги эрекция маркази уйғонади. Ташқи кўринишда бу ҳол жинсий алоқани бажаришга қаратилган ҳаракатлар ва эрекциянинг пайдо бўлишида намоён бўлади.

Аёлларда эроген соҳалар таъсириланиши натижасида бош мия қобиғи ва қобиқ остидаги жинсий марказлар ҳаракатга келиши, тегишли вегетатив ҳосилалардаги тормозланиш йўқолиши натижасида қўзғолиш босқичи бошланади. Бунда сут безларига, ташқи жинсий аъзоларга, қин ва бачадонга қон оқиб келиши кучаяди. Натижада сут безларининг ҳажми бирмунча ортади, сўргич атрофидаги пигментли соҳалар шишади. Катта жинсий лаблар ростланади, ичкилари эса шишиб, катталашади. Клитор қонга тўлиб, катталашади — унда эрекция содир

бўлади. Қин эса (қон оқимининг кучайиши натижасида) бирмунча торайиб, узаяди. Шундай қилиб, эркак жинсий олатини аёл жинсий йўлига киритиш (эмиссия) учун қулай шароит яратилади. Бунда эркак жинсий аъзоси қалпоқчасини ҳўллаб турувчи қин томонидан ажратиладиган суюқлик мой вазифасини ўтаб, жинсий аъзонинг қинга киришини ва фрикцияларни осонлаштиради. Фрикциялар (эркак жинсий аъзосининг қинга қириб-чиқиши) нинг бошланиши юксак жинсий қўзғолиш деб аталмиш жинсий алоқанинг иккинчи босқичига тўғри келади. Эркакларда бу босқичда жинсий олат бошчаси ва таъасидан келаётган импульслар оқими (асаб қўзғатгичлари) орқа миянинг жинсий марказларига етиб боради, у орқали бош мия қобиғи ва қобиқ ости жинсий марказларига ўтади. Бу жараён бир томондан ўзига хос лаззатланиш ҳиссини вужудга келтирса, иккинчи томондан эякуляция маркази қўзғолишини тезлаштиришга олиб келади.

Аёлларда жинсий йўллардан орқа мия марказларига йўлланган импульслар оқими бир томондан бош мия қобиғи ва қобиқ ости марказларига таъсир қилиб, ёқимли лаззатланиш ҳиссини уйғотса, иккинчи томондан томирларга, чаноқ туби мускулатураси ва гениталийга олиб борувчи импульслар оқимини вужудга келтиради. Жинсий алоқанинг навбатдаги энг муҳим босқичи — оргазм ва эякуляция босқичига ўтиш бошланади.

Эркакларда оргазм уруғ отиш билан боғлиқ. Уруғ отиш йўллари оғзи ва уруғ дўмбоқчасидаги юқори босим нерв охирларини таъсирлаб, импульслар оқими бош мия қобиғи остига ва бош мия қобиғига етиб боради ва ўзига хос лаззат — оргазмни ҳосил қилади. Аёлларда жинсий ҳиссиётлар чуққиси ҳисобланган оргазм эркакларникидан бир қатор томонлари билан ажралади. Биринчидан, аёлларда оргазм уруғ отишга боғлиқ бўлмайди. Аёллардаги оргазм асаб марказларидаги импульслар йиғиндиси сифатида вужудга келади. Оргазм пайтида қин, чаноқ туби мушаклари, баъзи аёлларда эса бачадон мускулатураси тез ва ритмик қисқаради.

Эр-хотин оргазмни ҳис қилганларидан кейин жинсий алоқанинг сўниш босқичи — жинсий қўзғолишнинг сўниш босқичи бошланади. Бу босқич ҳам эркаклар ва аёлларда бир хил кечмайди. Эркакларда эякуляциядан кейин жинсий қўзғолиш тез сусаяди, эрекция бўшашиб, тўлиқ йўқолади. Бунинг оқибатида эркак жинсий алоқани тез тўхтатиб энди хотинига қарамай қўяди. Аёлларда

эса жинсий қўзғолиш аста-секинлик билан сўниб, яқуний эркалашларни талаб қилади.

Чехословакиялик юрист Франтишек Павек ўзининг «Қўйди-чиқди ҳакам сўзи билан» китобида интим яқинликнинг миқдори ҳақидаги англашилмовчиликлар ёш эр-хотинлар орасида эмас, балки бирмунча вақт биргалликда яшаган (15—20 йил ва ҳаттоки ундан ҳам кўп) эр-хотинлар орасида кўпроқ учрашининг сабаби шундаки, бу ёшдаги аёллар ўз эрларини жинсий яқинлик учун кам фаолликда айблайдилар, деб ҳисоблайди.

Интим яқинликнинг иккинчи муҳим қисми — бевосита жинсий алоқа жараёни бўлиб, бу ҳақда кўп нарса билишимизга қарамай, барчасидан воқиф эмасмиз. Бу ўринда кўпчиликни жинсий яқинлик чоғидаги гавда вазияти (поза ва позициялар) ҳақидаги масала кўпроқ қизиқтиради. Жинсий алоқа қилишнинг кўпгина усуллари мавжуд, уларнинг ҳаммаси ҳам яхши, фақат ана шу усуллар эркакка ҳам, аёлга ҳам тўлиқ лаззатланиш ҳиссини ато этса!

«Севишганлар холи қолганларида кўнгилларига келганини қилишса, қилишаверсин. Агарда улардан бири иккинчисига жисмоний ёки маънавий зарар етказмаса, барча саъй-ҳаракатлар самимият ва севги-муҳаббатга асосланган бўлса, ўзлигини унутиб, борлигини суюқлисига бахшида этса, бундан олинадиган оргазм, лаззатланиш ҳисси клиторданми, қиннинг олд ёки орқа девориданми, қаердан пайдо бўлишидан қатъи назар, нормал ҳисобланади» — деб ёзади Р. Нойберт

Овидий «Севги санъати» деб номланган китобида эркакка шундай мурожаат қилади:

Ҳар ким энг мақбул ҳаракат усулини танлашни ихтиёр  
этмиш,  
Севги бобида ҳар кимнинг йўли, бахти ўзгача.  
Ишон, менга дўстим, севги лаззатин тотмоққа  
шошилма,  
Бу лаззат қанчалик узоқ бўлса, кайфи ҳам шунга  
яраша!

Эр-хотин ўртасида тўлиқ жинсий уйғунликни таъминловчи интим яқинлик пайтидаги тана вазияти бундан кўн аср муқаддам қадимги Ҳиндистон олимлари томонидан баён этилган эди. Уша пайтдаёқ эр билан

хотин ўртасида жинсий ҳаётда тўлиқ уйғунлик йўқ жойдан бахт ҳам нари кетиши ёзиб қолдирилган. Улар тананинг бирор вазиятини интим яқинлик чоғида қўллашни тавсия этар эканлар, эркак ва аёлнинг анатомик хусусиятлари, соғлиғи, миждозининг ўзига хос томонларини ҳисобга олган эдилар.

Ҳозирги кунда интим яқинликдан қониқиш ҳосил қилмаётган эр-хотинлар сексологларга мурожаат қилар эканлар, врачлар худди ана шу ҳиндистонлик олимлар тавсия этган мезондан келиб чиқиб, зарур ҳолларда уларга ўзига хос равишда тавсиялар берадилар, натижада эр-хотин ўртасидаги муносабатлар нормага келади. Шу билан бирга бир қатор хасталиклар, айниқса юрак-томир ва нафас системалари касалликлари (миокард инфарктини бошидан ўтказган, 2-3-босқичдаги гипертония касаллиги, стенокардия, юрак ритмининг бузилиши ва бошқалар)да одатда амалдаги интим яқинлик вазиятлари эркакка монелик қилади, чунки улар эркак томонидан жадал жисмоний кучни талаб қилганлиги боисдан кўнгилсиз оқибатларга олиб келиши мумкин. Бундай ҳолларда шундай тана вазияти тавсия этиладики, бунда асосий жисмоний куч эркак устидаги аёлга тўғри келади.

Интим яқинлик чоғида тўлиқ қаноатланиш учун жинсий яқинликнинг қулай вазиятини танлаш катта аҳамиятга эга. Чунки турли хил позицияларда аёлнинг эроген соҳаларига турлича таъсир кўрсатилади, шу боис бир тана ҳолатида жинсий қониқиш ҳосил қилолмаган аёл тананинг бошқа бир ҳолатида бунга эришиши мумкин.

Аёл чалқанча ётган, эркак эса унинг устидаги ҳолат энг тарқалган усуллардан саналади. Агарда аёл белининг тагига ёстиқча қўйилса ва у интим яқинликдан кейин оёқларини кўкрагига тортган ҳолда бир оз ётса, бу бўйида бўлиши учун қулай вазият ҳисобланади. √

Агар аёл оёқларини узатиб ётса, бунда клитор соҳаси ниҳоятда кучли таъсирланади. Клиторнинг эркак жинсий аъзоси билан яхшироқ контактда бўлиши учун жинсий алоқа чоғида аёлга қўли билан қовни босиб, клиторни бир оз пастга суриш тавсия этилади.

Бундай вазиятда эркак жинсий аъзоси қинда осонроқ ушланиб туради, бу ҳол эркак тўлиқ эрекцияга эришмаган пайтда мақбул саналади.

Аёл эркакнинг устида бўлган вазиятда эса унинг ўзи

эркак жинсий аъзосини қинга қай даражада киритиш ва фрикциялар ритмини бошқара олади.

Жинсий алоқа организмдан катта жисмоний ва рухий куч талаб қилади, шунинг учун сексологлар интим яқинлик учун кечқурун уйқу олдидан вақт ажратишни тавсия қиладилар, бунда тун бўйи сарфланган қувват тикланади. Марказий асаб системаси фаолиятининг ўзига хос хусусиятларидан келиб чиққан ҳолда ҳам интим яқинлик вақтини тавсия қилиш мумкин. Баъзи кишилар борки куннинг иккинчи ярми ва кечқурунлари асаблари таранг ҳолда юради, улар уйқуга кеч ётиб, эрталаб зўр-базўр турадилар. Бундайларни «бойўғли» деб ҳам аташади. Улар уйқу олдидан интим алоқада бўлганлари маъқул. Эрта тонгда ва куннинг биринчи ярмида тетик юриб, кечга бориб чарчаб қоладиган, барвақт ухлаб, эрта турадиганларни «тўрғай» дейишади, улар уйқудан кейин жинсий алоқада бўлганлари маъқул.

Эркаклар интим яқинликнинг қай бир пайтида аёл учун фрикциялар ритми ва амплитудаси қандай бўлиши кераклиги масаласида қийналадилар. Бундай пайтда аёл ташаббусни ўз қўлига олиб, эрига қандай йўл тутишни энгил ишора қилгани дуруст. Масалан, қўлини эрининг белига қўйиб, энгил ҳаракатлар билан унинг фаоллигини бошқариши мумкин. Шу йўл билан у суръатни секинлаштириш ёки тезлаштиришни ўз қўлига олади. Шунингдек у эрининг қўлини ўзига мақбул бўлган эроген соҳаларга йўллаши мумкин.

«Узилиб қолган» ёки «чўзилиб кетган» деб аталмиш жинсий алоқаларга алоҳида эътиборни қаратмоқни истардик. Бунда уруғ отиш ва оргазм яқинлашган пайтда аёлнинг бўйида бўлиб қолмаслиги учун жинсий олат қиндан суғуриб олинади. Одатда уруғ рефлектор тарзда, иродани ишга солмасдан отилиши керак. Узилиб қоладиган жинсий алоқа чоғида эркак диққат билан уруғ отилиши ва оргазмнинг олдини олиш муддатини пойлаш билан машғул бўлади. Лаззатланишнинг энг олий нуқтасига етай деган чоғида у ирода кучи билан рефлектор жараёнга аралашади.

Тўсатдан рўй берган тормозланиш оқибатида жинсий қўзғолишда кескин ўзгариш содир бўлади, бу эса асосий нерв жараёнлари қўзғолиш ва тормозланиш жараёнларининг «адашиши»га олиб келади. Оқибат-натижада марказий асаб системаси фаолияти бузилади, невроз ривожланади, шунингдек эрекциянинг сусайишига имкон яратилади. Шу билан бирга эркак жинсий аъзоларида қон оқими жуда секин ва етарлича бўлма-

гани туфайли асабий-трофик бузилишлар содир бўлади: простатада қон димланади, бу эса турғун простатитни келтириб чиқаради, уруғ дўмбоқчаси ва уретранинг орқа қисми кўпчйди, оқибат натижада буларнинг ҳаммаси простата безининг атониясига олиб келади ва инфекциялар тушишига ва яллиғланиш жараёнининг ривожланишига имкон яратилади.

«Тўлиқ бўлмаган», яъни уруғ отилишигача имкон бермайдиган, шунингдек «чўзилиб кетган», яъни фрикциялар маълум муддатга тўхтатилиб, яъни қайтадан давом эттириладиган жинсий алоқалар ҳам организмга зарарли таъсир кўрсатади. Бу нормал алоқаларнинг зарари шундаки, узоқ вақт давом этган эҳтирос ниҳоясига етмайди, бу эса эркак жинсий аъзоларида асабий-трофик ўзгаришларга олиб келади, орқа мия жинсий марказлари ҳолдан тояди, шунингдек мия қобиғидаги шартли-рефлектор механизм фаолиятининг сўнишига олиб боради.

Тўхтаб-тўхтаб амалга ошириладиган, яъни узилиб қоладиган жинсий алоқалар аёллар учун ҳам зарарлидир. А. М. Свядошч ва З. В. Рожанскийларнинг маълумотларига қараганда, оргазми бирор марта ҳис қилмаган аёлларнинг 50 фоизи илгарилари узилиб қоладиган жинсий алоқада бўлган эканлар.

Интим алоқани чўзиш мақсадида онгли равишда уруғ отилишини тўхтатиб турадиган эр-хотинлар ўртасидаги бу ҳолат эркаклар жинсий мижозига салбий таъсир кўрсатади.

«Шафтоли новдаси» -деб номланган қадимги ҳинд трактатида жинсий қовушувга шундай шоирона таъбир берилади: «Севги сўқмоғига қадам қўйган инсоннинг ҳолати қандай? Эҳтирос ва руҳий тарангликдан иборат. Севгининг берган самари қандай? Назокат ва руҳ енгиллиги». Бу тадбир — эр-хотиннинг интим яқинликкача ва ундан кейин бўлган ҳолатини бирмунча аниқ таърифлайди.

Агарда ана шу ёқимли сезгилар ўрнига бўшашиш, чарчоқ, асабийлашиш, бош оғриғи пайдо бўлиб, уйқу ёмонлашса, меҳнат қобилияти пасайса, бу ҳолат эрхотин томонидан амалда содир этилаётган интим алоқалар сони улар организми имкониятларидан ортиқча бўлаётганлигидан далолат беради ва саломатликка зарар етказиши. Бу хусусда академик А. А. Богомолец шундай деб ёзган эди: «Жинсий аъзоларнинг табиий функцияси — инсон зотини, зурриётини давом эттириш. Сунъий равишда уни лаззатланиш манбаига айланган

риш, сунистеъмол қилиш организм силласини қуритади, кишини эртароқ қаритиб қўяди... Истакни ҳам жиловлай билиш керак. У ижоднинг қудратли омили, севги-муҳаббат омили, узоқ умр омили».

Интим муносабатларнинг учинчи таркибий қисми бўлган якуний эркалалашлар аёллар учун ниҳоятда муҳимдир. Уруғ отилиши билан эркакларда эрекция кескин равишда сўнади, қандайдир ёқимли чарчоқлик ҳисси пайдо бўлади, вужуд ҳордиқ талаб қилади. Эркак учун табиий бўлган бу ҳодиса аёлни қониқмаган ҳолда қолдириши мумкин, эркақ ва аёлда жинсий қўзғолишнинг бу тарзда турли даражада сўниши мақсадга мувофиқ эмас. Интим яқинликдап кейин аёлда эркалалашларга талаб ва эҳтиёж сақланиб қолади, у эри учун бир неча дақиқа оядин қандай севимли бўлган бўлса, шундай эъозли бўлишни истайди. Эътиборли эр бундай пайтда хотинини бағрига олиб, то икковлари ухлаб қолгунга қадар шу аҳволда қолади. Бу — жинсий алоқанинг энг тўғри якунидир.

Интим яқинликдан кейин эри унга қараб: «хайрли тун, азизим!» дея орқасини ўгириб ётиб олиши хар бир аёл учун малол келади. Жинсий алоқа чоғида эри билан бир тан-бир жонлик ҳисси аёлда йўқолиб, андуҳ ҳамда маънавий қониқмаслик ҳисси қалбини қамраб олади. Бунинг устига аёл оргазмни сезмаган бўлса, бу ҳиссиёт янада аламли кечади. Эр хотинининг кайфиятидаги заррача ўзгаришни ҳам сезиб олишга ўрганиши, унинг қониқмаганини билиб, энг сўнги чорага ўтиши — клиторни таъсирлаб, хотинида оргазм пайдо бўлишига кўмаклашиши лозим. Акс ҳолда аёл қониқмасдан қолади, ундаги ёмон кайфият эрига ҳам утади, бу эса ўртада нифоққа олиб келиши мумкин.

«Қанча узоқ бўлса, шунча яхши» деган хато туншунчанинг эр-хотин ўртасида қондага айланиши тамомила нотўғридир. Улар жинсий алоқани чўзиш учун нималар қилмайди дейсиз (бундай чораларнинг аксарияти эркаклар миждози учун зарарлидир). Ҳолбуки, жинсий алоқадан олдинги эркалалашлар маромида ва меъёрида ўтказилса (яъни хотин етарли даражада қўзғотилса), интим алоқа давомийлиги ўртача 2—4 дақиқани ташкил этади, аёл ҳам шу вақт ичида қониқади (оргазмни сезади). Мабодо интим яқинлик давомийлиги бундан икки-уч баробар кўп вақтни ташкил этса, бу аёлга завқ-шавқ ўрнига ноқулайлик туғдириши мумкин.

Афсуски, яна «Қанча кам бўлса, шунча яхши» деган ақида ҳам мавжуддирки, бу тамомила хатодир. Бу ақида тарафдорлари интим яқинлик инсоннинг қувватини сўриб олади, уни ҳолдан тойдиради, мижозини сусайтиради, шу сабабли ўзни тийиб туриш керак, деган фикрни ўртага ташлайдилар. Бундай фикрлар, юқорида айтганимиздек, тамомила нотўғри. Жинсий ҳаётда инсоннинг ёши, жинсий майли, мижози, саломатлиги, бошқа ташқи ва ички омиллардан келиб чиққан ҳолда мунтазамлилик, ўзига хос ритм зарур бўлади.

Энди жинсий фаоллик деб аталмиш тушунча устида қисқача тўхталиб ўтамиз. Одамнинг жинсий фаоллиги маълум даражада ўзгариб туради. Масалан, тинмай ақлий меҳнат билан шуғулланиш, ишхонадаги кўнгилсизликлар, ҳасталиклар оқибатида жинсий фаоллик сусаяди, бу нормал ҳол бўлиб, ташвишга ўрин бўлмаслиги керак. Ахир биз вақтинчалик уйқу яхши-бўлмаётганлигига, иштаҳа йўқолганига, кайфият ёмонлашганига эътибор ҳам бермаймиз-ку! Лекин жинсий фаоллик сусайиб қолса, бунга дарров эътибор берамиз, турли хаёлларга борамиз, бу ҳол айниқса салга ваҳима қиладиган одамларга қаттиқ таъсир кўрсатади. Бу ўринда жинсий соҳага эътиборнинг кучлилиги ҳам ўз ролини ўтайди. Нимагадир, эркак ҳар қандай шароитда ҳам эҳтирос-ла жинсий мойиллик изҳор этиши керак, деган фикр миямизга ўрнашиб қолган. Лекин аслида бундай эмас.

Жинсий функция ўзига хослиги билан ажралиб туради, унинг норма чегаралари тамомила шартлидир, бу эса баъзан ортиқча гап-сўзларга сабабчи бўлади. Нормал жинсий ҳаёт кечираётган баъзи одамлар ана шундай лофчиларнинг жинсий қувватлари ҳақидаги мақтанишларини тинглаб, ўзларини суст мижозли деб ҳисоблаганлар ва шифокорга мурожаат қилганлар. Ҳолбуки уларнинг ҳаммаси ҳам жинсий жиҳатдан сопа-соғ кишилардир.

«Эркакларнинг жинсий конституцияси» деб аталмиш тушунча мавжудлигини билиш зарур. Бу кучли, ўрта ва кучсиз бўлади. Агар эркак кучсиз жинсий конституцияга эга бўлса, ўз ёши учун лозим бўлган ўртача жинсий яқинлик миқдорига етказмасдан, бир оз камроқ алоқада бўлиши мумкин. Бироқ бундай эркак ҳеч қачон ўзини жинсий ожиз деб ҳисобламаслиги керак. Бу ҳолни унинг хотини ҳам билиши лозим, токи у ўз эрини бекордан-бекорга жинсий сустликда айбламасин.



Нафсламбрини олганда, бу борада гинахонлик эр-хотин ўртасидаги муносабатни ёмонлаштиришга олиб келади, холос.

Эр-хотин ўртасидаги уйғунлик на фақат жинсий алоқалар сонига боғлиқ, балки аввалги алоқадан кейин ўтган муддатнинг иккови учун мақбуллиги, айниқса алоқадан кейинги якуний эркалалашлар даражасига ҳам боғлиқ эканлигини унутмаслик керак.

Шундай қилиб, юқоридагиларга якун ясар эканмиз, турмушда тўлиқ жинсий уйғунлик бўлиши учун нималарга эътибор бериш кераклигини санаб ўтишимиз лозим.

1. Аёл интим яқинликка тайёр бўлгунга қадар маълум вақтни ишқ-муҳаббат изҳори ва эркалалашларга ажратиш керак. Аёлнинг алоқага етилганлигини сут безлари сўрғичларининг кескин катталашуви ва қиндан шиллиқли ажралма келганлигидан билиш мумкин.

2. Алоқа қилгунга қадар, алоқа пайтида ва ундан кейин ҳам клиторни қўзғатиб туриш зарур (бу гап оргазм аёлларга нисбатан эрта бошланадиган эркакларга тааллуқли).

3. Зарурат туғилса, алоқа учун энг мақбул ва қулай вазиятни танлаш лозим.

4. Эркак биринчи навбатда хотинида оргазм ҳосил бўлишини ўйлаши керак.

5. Оргазмдан кейин қўзғолиш даражаси тезда сўнишига қарамай, эркак аёлни яна бир муддат эркалаб туриши зарур.

Агарда аёл мунтазам равишда жинсий қониқиш ҳосил қилмаса, бу унинг саломатлигига ёмон таъсир кўрсатиши мумкин. Натижада бир қатор хасталиклар, жумладан аёл жинсий аъзоларининг касаллиги ҳамда иккиламчи жинсий совуқлик ривожланади. Бироқ аввало аёлнинг асаби бузилади, кейинчалик бу жинсий неврозга айланади. Аёл тез чарчайдиган, сержаҳл бўлиб қолади, уйқуси бузилади, боши оғрийди, ишига нисбатан қизиқиши камайиб кетади, барча танбеҳларга, айниқса эрининг бир оғиз тапига ловуллаб ёнадиган бўлиб қолади. «Аёлнинг афти-ангорига қараб, унинг эри қанақалигини билса бўлади»,— деб ёзган эди Гёте.

Рус психиатри В. М. Бехтеревнинг маълумотларига кўра, уйқусизликка мубтало бўлган аёлларнинг 80 фоизи ва эркакларнинг 30 фоизида бу дардга жинсий соҳадаги бузилишлар сабаб бўлар экан. П. И. Загороднийнинг маълумотларига қараганда (1975), жинсий

касалликка мубтало бўлганларнинг 50 фоизи уйқусизликдан азоб чекар экан.

Агарда аёлнинг жинсий ҳаёти нормал изга тушмаса, невроз таъсирида кичик чаноқ соҳасида қоннинг сурункали димланиб қолиши оқибатида вагинит, эндоцервицит, эндометрит, сальпингит, сальпингоофорит, аднексит сингари хасталиклар пайдо бўлади. Оргазм билан тугалланмаган жинсий алоқадан кейин аёлнинг жинсий аъзоларидан қоннинг қайтиши ва мушакларнинг бўшашиши кузатилмайди. Америкалик олимлар Мастерс ва Джонсоннинг кузатишича, жинсий қўзғолиш узоқ давом этиб, оргазм билан тугалланмаганда аёлнинг бачадони 2-3 баробар катталашади, сербар боғлам эса кескин қалинлашади, қин деворлари шишади, катта ва кичик жинсий лаблар ўлчами 2-3 баробар ортади. Оргазмни сезгандан сўнг эса 10-15 дақиқадан кейин бу аломатлар йўқолади. Бу касалликларни дори-дармонлар билан даволаш қисқа муддатли самара беради. Жинсий ҳаёт нормал изга тушгандан кейингина аёл тўла даво топади, агар даволаш охирига етказилмаса, унда иккиламчи жинсий совуқлик рўй беради. Бу куйидаги тарзда намоён бўлади: илгарилари жинсий майли жойида бўлган аёл оргазмни доимий равишда сезмагани сабабли жинсий ҳаётдан совийди. Бундай аёл интим яқинлик ёмон кайфият, бел оғриғи, бош оғриғидан бўлак ҳеч нарса бермаслигини билгани туфайли жинсий алоқадан безиллаб қолади, бунинг учун турли баҳоналар ахтаради. Аксар ҳолларда бундай аёлларнинг эрлари хотинидаги бу ҳолатнинг туб сабабларини билмаганидан «совуқ» аёлга уйланганлигидан, омади юришмаганлиги, хотини жинсий яқинликни истамаётганидан шикоят қилиб, врачга мурожаат қилади. Бундай эр шундан кейин «бахтини четдан» излашга киришади, бу борада ҳам омади юришмайди.

Жинсий ҳаётнинг йўлга қўйилмаганлиги ва хотинида оргазм ҳиссини содир этолмаслиги эркакда ҳам асаб касалликларининг келиб чиқишига сабаб бўлади. Бунда биринчи навбатда эркаклик ғурури лат ейди, хотин кетиб қолиши мумкин ёки бошқа эркакка кўнгил қўйиб, мажбуран ҳиёнат қилиши мумкин, деган ўй-хаёллар миясини кемира бошлайди, эркак сержаҳл, камқувват, уйқусиз бўлиб қолади, боши оғрийди, ана шуларнинг оқибатида неврознинг умумий белгилари пайдо бўлади. Буларнинг ҳаммаси унинг жинсий функциясига путур етказилади.

## НИЗОЛАР, НИЗОЛАР...

Никоҳнинг барқарорлиги, оилавий ҳаётдаги уйғунлик ва турмушдаги низолар — бир муаммонинг икки қутбидир. Ахир турмушнинг аччиқ-чучугини тотмай яшаб бўлмайди, дейди доно халқимиз. Узаро бир-бирини тушуна олиш, оилавий тотувлик, тинчлик, хотиржамликка оилада фақатгина икки киши — эр ва хотиннинг саъй-ҳаракатлари туфайли эришилади. Феъл-атворнинг бир-бирига мос келиши, оилавий ҳаётнинг биринчи кунидан бошлабоқ тил топиша олиш ва бунинг бутун умр мобайнида сақлаб қолиш — ҳаммага ҳам насиб этаверадиган омад эмас.

Одатда тўй — бир бирига йўл топишнинг бошланишидир. Бу — интим яқинлик ва кундалик муносабатларга ҳам тааллуқли. Севган кишингда фазилатни кўра билишнинг керак. Камчилик ҳаммамиздан ҳам топилади. Одатда эр-хотиннинг бири иккинчисининг талаб ва эҳтиёжини қондиришга монелик қилиши натижасида ўртада низолар чиқади.

Сабабларига кўра жанжалли вазиятларни уч асосий низолар гуруҳига бўлиш мумкин:

— эр-хотинлик ҳуқуқ ва вазифаларини бир ҳил тушунмаслик, айниқса уй юмушларини нотўғри тақсимлаш боисидан вужудга келадиган низолар;

— у ёки бу шахснинг талабини доимий равишда қондирмаслик асосида келиб чиқадиган низолар (жумладан жинсий эҳтиёждан қониқмаслик);

— эр-хотиннинг бирида тарбиядаги, феъл-атвордаги, ахлоқий ривожланишдаги камчилик ва нуқсонлардан келиб чиқадиган низолар.

Бугун эр-хотин бўлганлар келин ва куёв бўлишдан олдин бир-бирининг висолига ошиқиб, учрашувга чиққанларида қандайдир деталлар ҳақида ўйлаб ҳам кўрмаган ва тушунчага ҳам эга эмас эдилар. Бу ҳақида ўйлашга вақтлари ҳам йўқ эди.

Айни севишган пайтида ёшлар бир-бирларини идеаллаштиришга ҳаракат қилишлари табиий. Эндиликда эса ёнма-ён яшагандан кейин кўп нуқсонлар кўзга ташлана бошлайди. Идеалларда ҳам бир-бирига мос келмаган жойлари чиқиб қолади. Эр-хотиннинг ҳаёт йўлида дастлабки танглик вазияти «тушунчалар низоси» вужудга келади (тўйгача инсон хулқ-атворида, ташқи кўриниш ва кийинишда, одатларида бошқа одам эди, эндиликда эса тамомила бошқа одам бўлиб қолибди). Одатда дастлабки низолар тагида қандайдир муҳим бир сабаб эмас,

балки ёшларнинг тезлиги, мурасасизлиги, ҳаёт тажрибасининг йўқлиги, ўзаро вазифалар ҳақида нотўғри тушунчага эга бўлиши, бир-бирининг олдидаги масъулиятини тўлиқ англаб етмаслиги, баъзан озгина бўлсада, шахсиятпарастлик белгилари ётади.

Кўзга яққол кўринадиган нарсалардан бошлайлик— одатларга кўниколмаслик. Ҳар биримизнинг ўзимизга яраша қон-қонимизгача сингиб кетган кўпгина одатларимиз бор. Биз ўзимиз буни сезмаймиз ҳам, ҳаттоки хаёлимизга ҳам келмайди. Ҳаётда ҳар биримиз майда-чуйда нарсаларнинг, кўнгилхушликнинг, одатларнинг қули бўлиб қолганмиз, десак муболаға бўлмайди. Ана шундай «сингиб кетган» одатларни руҳшунослар «динамик стереотип» деб аташади. Икки ёш бир-бирига қанчалик меҳр-муҳаббат изҳор этмасин, дастлабки пайтларда уларнинг муносабатларида қандайдир ички қаршилик сақланиб туради. Бунинг устига оиладаги майда-чуьдалар, айниқса турар жой ва моддий таъминот билан боғлиқ келишмовчиликлар ҳисларининг дағаллашувига олиб келади. Кечагина бир-бирининг қўлини ушлашдан ўзини бахтиёр сезган ёшлар бугун ким нон олиб келгани дўконга бориши керак ёки телевизорда қайси программани кўриш кераклиги устида баҳс-мунозара юрита бошлайдилар. Дастлабки келишмовчиликлар оилага раҳна солиши мумкин. Бир-бирини ерга уриш, бир-биридан норози бўлиш каби иллатлар интим муносабатларга ҳам хавф солади. Ҳамма гап шундаки, ўртада тўлиқ бир-бирини тушуниш мавжуд бўлган ҳолда ҳам аёл интим муносабатлар чоғида эри каби дарров қониқиш ҳосил қила олмайди. Ҳафта, ой, йил ўтгандан кейингина унда «сексуал уйғониш» содир бўлганидан кейингина бунга мушарраф бўлади. У қачон содир бўлиши кўпгина омилларга боғлиқ. Асосийси эр-хотиннинг ўзаро меҳр-муҳаббатига, бу муҳаббатнинг қандай намойиш этилишига (ўзаро ҳурмат, меҳрибонлик, севги изҳори ва нозу ишвалар) боғлиқ. Севгилисининг бирон-бир хатти-ҳаракати шубҳа туғдирса, дарров хаёлга минг хил ўйлар келади: тўйга розилик бериб шовилмадими, умидлари пуч бўлмасин-да?! Оила ҳақида яхши тасаввурга эга бўлмаслик ана шундай хом-хаёлларга олиб келади.

Кўпгина ёш аёллар эркакларга хос бўлган физиологик хусусиятларни билмаганликлари боисидан кўпол хатоликларга йўл қўядилар: паспортига муҳр босилиши биланоқ эндиликда қайлиқ эмас, қонуний хотин эканлигидан мағрурланиб «бундан кейин мен қандай қиёфада бўлишимдан катъи назар эрим мени «қонун» бўйича

севиши керак», деб мияларига қуйиб оладилар. Шундай қилиб, ўз ташқи қиёфаларига эътибор бермай қўядилар.<sup>5</sup> Орадан бир оз муддат ўтгач, эр хотини сочининг ранги ҳам бокиралик чоғидагидек эмаслигини ўз кўзи билан кўради. Кечаги гўзал малак бугун сочлари тўзғиган, кийимлари фижимланган, бошига бигудини териб ташлаган ҳолда юрганини кўриб энсаси қотади.

Азиз ва мунис аёллар! Бигудини бошингизга териш билан сиз кечқурун дўстларингиз, ёру-биродарларингиз олдида гўзал қиёфада кўринишни ўйлаганингиз тайин. Ҳолбуки, сиз биринчи навбатда суюклигингиз бўлмиш эрингиз олдида гўзал ва жозибали қиёфада туришингизни унутмаслигингиз керак. Шу сабабли эрингиз олдида тузукроқ кийиниб, ўзингизга қараб юришни ҳеч қачон унутманг. Эрингиз олдида ички кийимда юрманг. Ахир ҳалқимиз: «Онангни отангга бепардоз кўрсатма», деб бекорга айтмаган..

Биз миждозлардан бирини хотинига ҳиёнат қилишда айблаганимизда, у шундай жавоб берган эди: «..бир куни хотиним кириб келди-да, алланималар дея бошлади. Дазмол кўрмаган ҳалатнинг остидан мен бир неча йиллардан буён киймай, ташлаб қўйган иссиқ кальсоним кўриниб турарди. Хотиним бўлса нуқул совқотгани-совқотган, шунинг учун ҳам ҳамиша уйда менинг эски кийимларимни кийиб юради...»

Эрингизни кутиб олар экансиз, сочларингизни тартибга келтиринг, пардозни ҳам ўрнига қўйинг. Кийимларингиз топ-тоза, дазмолланган бўлсин... Эшикни очишингиз билан эрингиз: «Оҳ-хў, бугун жуда очилиб кетибсан-а! Яккаю-ягона гўзалимсан!» десин. Шунингдек эркаклар юрагига йўл ошқозон орқали ўтишини ҳам унутманг ва эрга жавобан: «Бугун сиз яхши кўрадиган таомни тайёрлаб қўйдим», десангиз олам гулистон!

Бу тавсияларга жавобан кўпгина аёллар: Эркакларга осон. Ҳозир яшаш қанчалик қийин бўлиб кетганлигини ўзингиз биласиз. Мадор қолмаяпти, ишда ҳам қаттиқ чарчаяпмиз... деб жавоб беришади. Тўғри, аёллар кунига бамисоли икки сменада ишлашади. Биринчи сменада ишлаб чиқариш бўлса, иккинчиси — уй ишлари, бу ишда на дам олиш, на байрам, на таътил кунлари тиним йўқ!

470 оилани тадқиқ қилган З. А. Янковнинг маълумотларига қараганда, «Аёллар ўзларининг бош вазифаларини — ишлаб чиқаришдами ёки фарзандлар тарбияси ва уй ишларини ташкил этишдами, қай бирида кўрадилар?» деган саволга сўралганларнинг 86 фоизи ҳар иккови ҳам бош вазифадир, деб жавоб беришган. «Ҳар иккала вази-

фани уддалаш қийин эмасми?» деган саволга сўралганларнинг 10 фоизи — қийин, 10 фоизи — жуда қийин, 52 фоизи — қийин бўлса-да чидаса бўлади, биз аёлларнинг чекимизга тушгани шу, деб жавоб берганлар. Сўралганларнинг кўпчилиги уй вазифаларини бажариш ишхонадаги меҳнатга нисбатан кўпроқ жисмоний ва асабий куч талаб қилади, деб жавоб қайтаришган.

Болали аёллар ишга кетмасдан олдиноқ чарчаб қоладилар: эрта билан эри ва фарзандларига нонушта тайёрлайди, кейин болаларини боғчага олиб боради, сўнгра ишхонаси томон шошилади. Кўп сонли статистик маълумотлар аёл уй ишлари билан эркакка нисбатан 2,5 — 3 барабар кўп банд бўлишини, бу эса амалда оилада тенгсизлик шароити вужудга келтиришини кўрсатади. Эр-хотиннинг уй ишлари ва фарзандлари билан машғул бўлишида асосий юк хотинлар зиммасига тушади. Ана шу тенгсизликдан ҳам оиладаги тотувликка раҳна тушиши мумкинлигини унутмаслик керак. Кўпгина уруш-жанжаллар оилавий низолар ҳам худди шу асосда вужудга келмоқда. Ана шундай шароитда нима қилмоқ керак?

Уй ишларининг бир қисмини эркак ўзининг бақувват елкасига олиши лозим. Агарда у ҳақиқатан ўз хотинини севса, бу фақат сўз изҳори билан белгиланмайди, бундай ҳолда ўзаро ёрдам, мадад, ғамхўрлик, меҳрибонлик билан хотинига кўмак беради.

Агар эр-хотинни том маънодаги севги қовуштирган бўлса, севгининг биринчи белгиси — бу юкнинг оғирини ўз зиммасига олиш, суюқлисининг оғирини енгил қилишга интилишдан иборатдир. Бу ўзни қурбон қилиш, миннат ҳам эмас, балки севги-муҳаббатнинг мезонига айланган чин инсонийлик белгиси.

Доно она ҳамisha ўз ўғлига шундай насиҳат қилади: «Хотиним доим соғ бўлсин, қўша-қўша фарзандлар туғиб берсин, десанг, ҳеч қачон унинг чарчаб, толиқиб қолишига йўл қўйма!»

Профессор А. Г. Харчевнинг «СССРда никоҳ ва оила» китобида шундай маълумотлар бор.

Агар юк баробар тақсимланса, бахтли оилалар сони уч марта ортиб (61 фоиз), бахтсиз ва омадсиз оилалар сони 7 марта (5,6 фоиз) камаяр экан. Кўрдингизми, муҳтарам эркаклар, Сизнинг уй юмушларида кўмаклашингиз оиладаги руҳий иқлимга қай даражада ижобий таъсир кўрсатар экан!

Эр-хотинлар никоҳгача бўлган севги билан никоҳдан кейинги севги ўртасидаги тафовутни унутиб, бир-бирларига бас келишга ҳаракат қилсалар, низоли вазиятлар

**Никоҳдан қаноат ҳосил қилишларига қараб эр-хотин ўртасидаги вазифаларнинг тақсимланиши (%)**

Эр-хотин ўртасида уй юмушларининг тақсимланиши	Н и к о ҳ л а р			
	бахтли	қониқарли	бахтсиз, омадсиз	Ж а м и
Тўлиқ ёки деярли тулиқ ҳолда аёл бажаради	21,6	38,27	40,12	99,99
Эр хотинга ёрдам беради	45,0	41,3	11,9	100
Иккови ҳам юкни баробар тартади	60,8	33,6	5,6	100

ва неврозлар сони ортар экан. Зероки, никоҳдан кейинги севги сабот-матонатга, бир гапдан қолишга, ўзганинг Фикри ҳам тўғри эканлигини тан олишга асослангандир.

Ҳар бир инсон биринчи навбатда ўзини ҳимоя қиладди. Ўзгандан эса севги-муҳаббат изҳорини, ҳурмат ва эътиборни, ўз шахсига нисбатан қизиқиш ва майлини кутади. Севги-муҳаббат, эътибор, ҳурмат ва иззат шахс имкониятлари, характери ва хислатларининг юксак баҳоси сифатида қабул қилинади. Шундай қилиб, ўз қадрини билиш: ғурурни асраш, ўзлигини унутмаслик инсон психикасининг туб-тубига тааллуқлидир. Шу сабабли оилада маълум даражада ўз қадрини билиш ва сақлашга эҳтиёж ҳеч қачон йўқолмаслиги керак. Инсонлар биринчи навбатда ўз хатти-ҳаракатлари учун оиладаги энг яқин кишиларидан қўллаб-қувватлашни ва мададни кутади.

Баъзан эркак уйда ишхонасидагидек иззат-эътибор, обрў топмайди. Ҳолбуки ишхонада унинг ҳар бир сўзига қулоқ тутиб, сўзсиз бажаришади-ку! Лекин барча оилавий низоларда аёллар айбдор дейиш ҳам нотўғри бўлур эди. Агарда эркак оилага ҳам худди ишдагидек ақалли заррача эътиборни кучайтирганида, бахтли оилалар сони кўпроқ бўлармиди?!

Эр-хотин ўртасида низо келтириб чиқарувчи яна бир сабаб бор, унинг номи — рашк. «Рашк — бу севувчи учун азоб-уқубат манбаи, севилган учун эса хафагарчилик ва алам манбаи», деб ёзганди Р. Гальдони. Инсон рашкка олиб келувчи сабаблар ҳақида қанчалик кўп ўйласа ёки гапирса, унда шубҳа уйғотган ҳодисадан шунчалик кўп кутилмаган тафсилотлар топаверади. Арзимаган воқеа ҳам рашкчининг кўзида тамомила янги маъно касб этиши ҳеч гап эмас. Шу аснода кеча шубҳа қилгани бугунга келиб, ўз-ўзидан ростга ўхшаб

кўринаверади. У қанчалик ўзини тутишга ҳаракат қилмасин, рашк қалбини кемириб, аллақандай қарама-қарши ва мавҳум ҳодиса ва воқеаларни ўйлаб чиқараверади. Рашк севгини нафратга айлантириши ҳеч гап эмас. Рашкчи инсон ҳар нарсага ишонадиган, ҳар нарсадан шубҳа қиладиган бўлиб қолганидан ўзи ҳам азият чекади, иккиланади, ҳаттоки ўз-ўзидан нафратланиш даражасигача бориб етади. Муқим бир қарорга келиб, барча тўрларни кесиб ташлашга интилса-да, ҳеч нарсанинг улдасидан чиқолмайди. Рашкчининг меҳнатини Сизиф меҳнатига қиёс қилишади. Унинг ҳам, бунинг ҳам меҳнати самарасиз, йўли эса оғир ва хавфли. Субъектив жиҳатдан рашк севгининг кўриқчиси ҳисобланса-да, объектив жиҳатдан уни қурбон қилади. Рашкнинг таъналари суюқлисини ҳақорат қилибгина қолмасдан ўзидаги бор камчиликларни ҳам рўй-рост намоён этади.

Карел Витек 476 нафар уйланган эркак ва турмуш қурган аёллар гуруҳи ўртасида тадқиқот ўтказган. Уларга кўпи билан учта ижобий ва салбий хислатни тилга олиш таклиф қилинди. Сўралганларнинг фикрича, эркак шундай бўлиши керак (жавоблар сони): ақлли, зиёли — 237, ўзини тутиб олган, қалбан етук — 190, диққат-эътиборли, тушунадиган — 178, ишончли, садоқатли — 170, оилани севадиган — 89, бақувват, соғлом — 57, ғайратли, собитқадам — 32, ишчан — 25, қадди-қомати келишган — 20, қора сочли — 19, чиройли — 14, бошқа хислатли — 12.

Эркакда қуйидаги хислатлар бўлмаслиги керак: кўполлик, тошбағирлик, оғзи шалоқлик, бераҳмлиқ шафқатсизлик — 258, бўшанглик, кўрқоқлик — 169, вафосизлик, садоқатсизлик — 109, ёлғончилик — 107, ишонмаслик — 94, бепарқлик, лоқайдлик — 94, рашк — 81, ичкиликка ружу қўйиш — 80, одамовилик — 67, маданиятсизлик — 67, дангасалик — 29, кашандалик — 7, исқиртлик — 5.

Худди шу муаллиф томонидан 2210 кишидан иборат гуруҳ билан мулоқотда бўлиб, уларга қуйидаги савол тақдим этилган эди: «Оила ва никоҳни сақлаб қолишга кўпроқ нима ёрдам беради?» (уч омилдан кўп бўлмаган жавобни айтиш лозим эди. Жавоблар фоиз ҳисобида): фарзандлар — 51,8, оила учун масъулият ҳисси — 40,2, севги-муҳаббат — 37,0, эр ёки хотиннинг вафодорлиги — 27,8, сексуал уйғунликнинг мавжудлиги — 20,6, моддий сабаблар — 7,2 ва бошқа сабаблар — 1,1.

«Турмушда сизга кўпроқ нима етишмаяпти?» деган



саволга 2200 киши қуйидаги жавобни қайтарган (уч омилдан кўп бўлмаган жавобни айтиш лозим эди. Жавоблар фоиз ҳисобида): тинчлик, хотиржамлик — 23,9, манфатларнинг муштараклиги — 25,3, моддий маблағларнинг етарли бўлиши — 23,9, интим ҳаётдаги уйғунлик — 23,5, хўжаликни оқилона юрита билиш — 21,8, дунёкарашларнинг муштараклиги — 19,9, ўз орзу-ҳавасига етишиш имкониятлари — 16,5, эркинлик ҳисси — 13,9, эри ёки хотиннинг оилага меҳр-муҳаббатини — 13,3, партнернинг ишончи — 13,0, ўзаро бир-бирини тушуниш — 11,9, самимийлик — 11,4, сабр-қаноат, марҳамат ва шафқат — 10,3, камтарлик — 9,9, эътибор ва назорат — 8,9, эр ёки хотиннинг уй ишларидаги ўзаро ёрдами — 5,5, фарзанд тарбиясида эр-хотиннинг ўзаро кўмаги — 3,3.

Интим муносабатлардан қониқишнинг даражасини куп жиҳатдан ташқи таъсиротларга, инсоннинг руҳий ҳолатига ва эр-хотиннинг психологик тайёргарлигига боғлиқ эканлиги маълум. 2210 кишилик гуруҳни тадқиқ қилиш (Қарел Витек маълумотлари) қандай ташқи таъсиротлар кескин сексуал қўзғолишга ёрдам қилишини аниқлашга имкон берди. Бунда қуйидаги омиллар тилга олинди (учта омилдан кўп бўлмаганини айтиш мумкин эди, фоиз ҳисобида): оиладаги қулай муҳит — 47,9, партнернинг рисоладаги хулқ-атвори — 34,0, санъат асарларидан таассуроти — 15,3, ҳордиқ чиқариши — 6,4, узоқ муддат дам олиши — таътил — 13,6, маълум миқдордаги (озроқ) алкоголь дозаси — 10,4, қўзғатувчи воситалар — 1,8, бошқа омиллар — 0,8.

Жинсий қўзғолишни сусайтирувчи омиллар ҳам айтиб ўтилди (учтагача бўлган омилни айтиш мумкин эди, фоиз ҳисобида): партнернинг узини доим бир зайлда тутиши — 15,9, вақтнинг етишмаслиги — 10,8, интим шартнинг етарли эмаслиги — 14,4, ғам-ташвиш — 10,6, ёмон кайфият — 9,0, партнернинг ноўрин хатти-ҳаракати — 5,8, партнернинг асосиз рашк қилиши — 4,7 ва бошқа омиллар — 1,0.

Турмуш қурган, бир неча йилдан буён бирга яшаб келаётган эркак ва аёллар гуруҳига мабодо қайтадан никоҳдан ўтиш имконияти бўлиб қолганда, биринчи навбатда партнердан қай бир хислатни излаган бўлур эдингиз деган, савол берилди. Жавоблар қуйидагича бўлди: оилага муҳаббат — 57,4 фоиз, сабр-қаноат, меҳр-шафқатлилик, иноқ-тотувлик — 25,8 фоиз, вафо ва садоқат, ишонч — 25,8 фоиз, меҳнатсеварлик — 22,9 фоиз.

К. Витекнинг социологик тадқиқотлари турмуш қурган эркак ва хотинларнинг никоҳнинг нимаси яхши ва

у қандай чиқим, сарф ҳаражатлар билан боғлиқ эканлиги ҳақидаги фикрини яхшироқ билиб олишга имкон беради. Бу саволлар саноат корхонасининг 2210 нафар ходимларига берилганда, улар қуйидаги жавобни қайтардилар (ҳар бири фақат уч хислатни айтиши мумкин эди, фоиз ҳисобида): тинчлик-хотиржамлик ва ҳордиқ — 40,8, дадиллик, ишонч, хавфсизлик, ҳимояда эканлиги — 39,8, ташвишлар ҳам, шодликлар ҳам тенг-батенг — 29,7, ёқимли хотиралар ва таассуротлар — 27,4, руҳий мадад ва таянч — 22,6, бир-бирини ҳар томонлама тушуниш — 18,2, ташвиш ва азоб-уқубатлар — 8,8, қулай, ғам-андуҳсиз ҳаёт — 8,3, меҳнати кўп-у, шодлиги кам — 3,3, беҳаловатлик ва азоб-уқубат — 2,9, асаблар таранглиги ва низолар — 2,8, ҳеч қандай аҳамиятга эга эмас — 1,0.

Шундай қилиб, жавоб берганларнинг кўпчилиги оила-ни маънавий-руҳий куч-қувват олиш манбаи, руҳий таянч ва инсон ўзини барча бало-қазолардан ҳимояда ҳис қила оладиган маскан сифатида кўради ва талқин қилади.

Оилавий ҳаётдаги низолар кўп жиҳатдан бир-бирига ўхшайди. Бундай низоларнинг оқибатини башорат қилиш қийин. Шунинг учун севгини каттаю кичик низолардан асрангиз.

## ЖИНСИЙ ҲАЁТДА УЙҒУНЛИКНИНГ ЙУҚЛИГИ

Шу пайтгача гап эркак билан аёл ўртасидаги интим муносабатлардаги уйғунлик ва унга эришиш йўллари хусусида борган эди. Ҳаётда баъзан шундай бўладики, бу уйғунлик бузилади. Шу боис жинсий ҳаётда уйғунликнинг йўқлиги эркак ва аёллардаги жинсий бузилишлар ва уларни бартараф қилиш йўллари устида қисқача тўхталиб ўтамиз.

Юқорида зикр этилганидек, эркакнинг жинсий функцияси ёшга ва унинг ўзига хос хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда ўзгариб туради. Бу ҳодиса нормал, физиологик табиатда бўлади. Бу тамомила соғлом кишиларда ҳам кузатилади. Эркаклар ўртасида жуда кам, онда-сонда бўлса-да, жинсий майли тамомила ёки қисман йўқ бўлган, «совуқ таналар» учраб туради, бу ҳол уларда туғма бўлади. Бироқ шу билан бирликда жинсий функциянинг турли касалликлари ҳам мавжуд.

Эркаклардаги бу ҳолнинг сабаблари ранг-баранг. Бош мия қобиғи ва орқа миянинг органик касалликлари (жароҳатланиш натижасидаги, шунингдек томир касалликлари, ўсмалар ва бошқалар), эндокрин хасталиклар, сурункали интоксикациялар (алкоголь, никотин ва бошқалар билан), астенияни келтириб чиқарувчи соматоген касалликлар (инфекциялар, авитаминозлар, алиментар дистрофиялар), простата безининг, уретра орқа қисми ва уруғ дўмбоқчасининг сурункали яллиғланиши каби хасталиклар шулар жумласидандир. Жинсий ҳаётдаги турли ўзгаришлар: узиб қўйилган ва чўзиб юборилган жинсий алоқа, жинсий ортиқчаликлар, узоқ вақтгача онанизм билан жадал шуғулланиш ҳам сексуал бузилишларга сабаб бўлиши мумкин.

Бироқ кўп ҳолларда жинсий функция касалликлари психоген омилларга боғлиқ бўлади. Бу борадаги бузилишлар асосан жинсий ожизлик — импотенция шаклида намоён бўлади. Бунда жинсий майл сусаяди, спонтан ҳамда адекват эрекциялар суст бўлади ёки йўқолади; уруғ муддатидан илгари отилади, шунингдек оргазм ҳам камаяди. Эрекция ва эякуляциянинг бузилиши мустақил равишда, шунингдек жинсий майл ёки оргазмдаги бузилишлар билан бирга кечади.

Психоген мижоз сустлигининг сабаблари кўп. Сексуал функциянинг тормозланишига олиб борадиган элементар шартли рефлектор алоқаларнинг пайдо бўлиши ана шундай сабаблардан бири бўлиши мумкин. Жинсий яқинликка интилиш ташқи таъсиротларга кўра муваффақиятсиз чиққан ҳолларда ана шу алоқа вужудга келиши мумкин. Бундай муваффақиятсизлик сал нарсага шубҳа қилаверади, ўзига ишонмаган кишиларда содир бўлса, эндиликда бўладиган жинсий алоқага тайёргарлик чоғида шартли рефлекторли йўл билан жинсий қўзғолиш ўрнига жинсий функциянинг тормозланиши рўй беради. Сексуал муваффақиятсизлик эркакнинг жинсий жиҳатдан тўлақонли эмаслиги ҳақидаги ўзи очган даҳшатли «кашфиётига» мос келса, у ич-этини еб, руҳий қаттиқ жароҳатга олиб келади.

Хотиннинг жинсий алоқа чоғидаги руҳиятга жароҳат етказувчи хатти-ҳаракатлари ҳам импотенцияга сабабчи бўлади. Жинсий совуқ аёл ўз совуқлигини яшириш мақсадида эрини жинсий жиҳатдан камситиб, алоқа унга ҳеч қандай лаззат бермаётганини айтади. Эркакка бу жуда оғир ботади, оқибатда унинг жинсий фаоллиги кескин сусаяди. Агар илгари хотинининг ёнида бўлиш унда жинсий майл уйғотган бўлса, унга яқинлашишнинг

Ўзи тормозланишга олиб келади. Хотин туфайли шартли рефлектор жинсий таъсиротларнинг аввалги аҳамияти йўқолади.

Танловчи (вазиятга хос) жинсий ожизлик кузатилади. У маълум бир таъсиротнинг жинсий функцияга тормозлантирувчи таъсири туфайли вужудга келади. Масалан, маълум бир вазиятда ёки хотинига ўхшаш бошқа аёлни куз олдига келтирганда ҳам жинсий ожизлик пайдо булиши мумкин. Бундай ҳол истисно этилганда жинсий қўзғолиш даражаси нормал кечади. Аёлдаги жинсий совуқлик жинсий ҳаётга намойишкорона лоқайдлик билан муносабатда бўлганда, хотини билан уришиб қолиб, узоқ вақт гаплашмай унга нисбатан лоқайд бўлиб юрганда, жинсий алоқа чоғида қандайдир кўнгил айнитувчи нарсани кўрганда (аёлнинг бадбашаралигини кўрганида ёки ёқимсиз ҳид димоққа урилганда), одатдаги жинсий алоқа стереотипи бузилганда (вақтнинг ёки шароитнинг ўзгариши) юқоридаги жинсий ожизлик тури юз бериши мумкин. Шуни ҳам айтиб ўтиш керакки, соғлом кишиларнинг кўпчилиги учун бу омилларнинг биронтаси ҳам касалликка хос бўлмайди. Бундай ҳолатлар астенизациялашган, сензитив, эмоционал жиҳатдан лабил ёки асаб жараёнлари камҳаракат бўлган шахсда жинсий ожизликка олиб келиши мумкин.

Аксар ҳолларда жинсий сустлик неврознинг, биринчи навбатда неврастения аломатларидан бири бўлади. Бу ҳасталик чоғида жинсий майлнинг сусайиши умумий астенияга бевосита боғлиқлигини унутмаслик керак. Бу узоқ вақтгача ҳис-ҳаяжонлар таъсирида юриш ва руҳиятга қаттиқ жароҳат етказилиши оқибатида вужудга келади, гормонал ўзгаришлар содир бўлади.

Ҳасталик бошланишида баъзан жинсий майлдаги тормозланиш йўқолиб, эрекциянинг тезлашиши кузатилади. Астения кучайиб борган сайин жинсий фаоллик сўниб боради, бу ҳолатда аёлга бўлган интилиш йўқолади, эрекция қобилияти сусаяди, спонтан (уйқудан уйғониш чоғидаги) эрекциялар, эротик туш кўришлар ва поллюциялар (булғаниб қолиш) йўқолади, шартли рефлектор қўзғатувчилар таъсирида эрекция содир бўлмайди. Баъзан эркаклар мижоз сусайиб қолганлигидан хавотирланиб, ҳар қандай йўл билан жинсий қўзғолишни сунъий равишда вужудга келтиришга интиладилар. Бу эса жинсий функциянинг янада ҳолдан тойишига ва организм умумий ҳолатининг ёмонлашувига олиб келади.

Ҳолбуки, юқорида айтиб ўтилган бузилишларни осон-

лик билан йўлга қўйиш мумкин. Бу ҳол астения аломатларининг йўқолиши ва кайфиятнинг яхшиланиши натижасида ўз-ўзидан йўқолади. Бундай пайтда хотин кишининг ўзини тўғри ва оқилона тутиши ҳам аҳамиятга эга бўлади. Агарда хотин бундай хасталикка учраган эрини тинчлантирса, бу билан сексуал функциянинг руҳиятга алоқадор тўхталиб қолиши олдини олади. Ортиқча хавотирланишлардан халос бўлган эр эса тезда ўз ҳолатига қайтади.

Эркакларда жинсий касалликларнинг олдини олишда аёллар роли беқиёсслиги ҳаммага маълум. Хаттоки эри жиддий жинсий хасталикка учраган чоғида ҳам аёл киши норозилигини ошкор қилмаслиги керак. Усиз ҳам бундай пайтда эри руҳан эзилган бўлади. Ана шунда аёл киши назокат кўрсатиб, вақтинча жинсий яқинликдан ўзини четга олиш йўллари ахтарса, нур устига нур бўларди.

Баъзан эркаклар ўта тез қўзғаладилар. Бу ҳол шартли-рефлектор ва шартли рефлекторсиз қўзғотгичлар таъсирида тезда эрекция ҳолатини вужудга келтириши мумкин. Эрекциянинг тез пайдо бўлиши хасталик ёки номақбул ҳол эмас, албатта. Бу ҳол айниқса жинсий жиҳатдан бақувват ёш эркакларда кўпроқ учрайди. Бироқ неврастенияга учраган эркакда эрекция тез вужудга келса-да, тез чарчаб, муддатидан илгари уруғ отилиши мумкин.

Баъзи олимлар 20 та фрикциядан олдин уруғ отилишини муддатидан илгари юз берадиган жараён деб баҳо беришади. Эркакларда жинсий алоқа муддати кескин қисқарган, бир неча дақиқадан бир неча сонияга тушиб қолган пайтлардагина муддатидан илгари уруғ отилиши ҳақида гапирса бўлади.

Муддатидан илгари уруғ отилиши жинсий ҳаёт бошланишиданоқ аён бўлиши ёки турли касалликлар туфайли кейинчалик вужудга келиши мумкин. Кўпгина ҳолларда бу миждознинг сусайиши билан боғлиқ бўлади. Бундай пайтда жинсий ҳаётда уйғунлик бўлмайди, хотин киши узоқ вақтгача қониқмай юради. Бу ҳолда эри ўзини врачга кўрсатиши лозим. Унинг шифо топишида хотини ҳам озмунча роль ўйнамайди. Сексолог врачнинг тавсиясига кўра хотини эрининг шифо топишини тезлаштириши мумкин.

Жинсий функциянинг бузилиши аёлларда кўпроқ учрайди. Оргазми сезмасликка биринчи навбатда аёлнинг жинсий совуқлиги ёки эр-хотин жинсий муносабатларида уйғунлик йўқлиги сабаб бўлади.

Аёлда оргазмнинг йўқлиги жуда кўп учрайдиган ҳолдир. Тиббий адабиётларда ҳам кўпгина муаллифлар бу тушунчани шарҳлашга турлича муносабатда бўладилар. Шу сабабли жинсий совуқ аёллар сони ҳақида турли маълумотлар келтирадилар. Профессор А. М. Свядошчни мисол қилиб оладиган бўлсак, у аёлларнинг 30 фоизини жинсий совуқ деб ҳисоблайди.

Аёллардан фарқли ўлароқ эркакларда оргазмнинг йўқлиги (аноргазмия) одатда кўзатилмайдиган ёки жуда кам учрайди. Буни чамаси биологик омиллар: эркакларда оргазм эякуляция натижасида содир бўлишини, аёлларда эса бу ҳол тухумҳужайранинг ажралиб чиқиши билан боғлиқ эмаслиги билан баҳоланади (жинсий қониқиш ёки қониқмасликдан қатъи назар ҳомиладор бўлиш мумкин). Бироқ эркакларда оргазм кескин камайиши, суст намоён бўлиши мумкин. Аёлларнинг бир қисми эса оргазмни вақти-вақти билан сезади. Шунини айтиш керакки, жинсий совуқлик аёл кишининг севишига ҳалақат бермайди, суюкли рафиқа ва она бўлишга, ўзи, эри ва фарзандлари учун бахтли оила ярата олишга монелик қилмайди. Лекин аёл жинсий алоқа чоғида на маънавий, на жисмоний қониқиш ҳис қилолмаганидан кейин бундай оргазмнинг тўлақонли физиологик фаолият кўрсатиши ҳақида гап бўлиши мумкинми? Албатта йўқ. Шу сабабли бундай ҳодисанинг сабабларини ўрганиб чиқмоқ зарур.

Жинсий совуқлик вақтинчалик ёки доимий бўлиши мумкин. Ўзини намоён қилиши бўйича жинсий совуқликнинг уч даражаси тафовут қилинади: I даражасида жинсий алоқа давомида қандайдир ёқимли қўзғолиш сезилса-да, оргазм содир бўлмайди; II даражасида жинсий алоқа чоғида аёлда қандайдир лоқайдлик, бефарқлик ҳисси ҳукмрон бўлиб, у қўзғолиш ёки ёқимли ҳиссиётни сезмайди, хаёллари тамомила бошқа нарсалар билан банд бўлади; III даражаси жинсий алоқа ноҳушлик уйғотиб, оғриқ ёки жирканиш ҳиссини қўзғотади, аёл киши бундай жинсий яқинликдан қочишга ҳаракат қилади.

Сабабларига кўра жинсий совуқликнинг қуйидаги турлари — ретардацион, симптоматик, психоген ва конституцион турлари тафовут қилинади.

Бу турларини батафсил таҳлил қилишни истисно этган ҳолда қуйидагиларга эътиборни қаратган маъқул. Ретардацион жинсий совуқлик вақтинчалик табиатга эга бўлиб, бунда жинсий ҳиссиёт ривожланиши кечиккан бўлади. Баъзи аёллар оргазмни жуда эрта ҳис қила бош-

ласалар, бошқалари эса турмуш қургандан кейин бир неча йил ўтгач ёки фарзанд кўрганидан кейин буни сезади. Бундай жинсий совуқлик фақат жинсий аъзолари чала ривожланган аёлларда эмас, балки жинсий белгилари баркамол аёлларда ҳам кузатилади.

Жинсий совуқликнинг вужудга келишида мижознинг ўзига хос хусусиятлари ҳам катта роль ўйнайди. Жинсий майлини тийиб туриш мақсадида қизларга нисбатан жуда қаттиқ туриш жинсий ҳиссиёт ривожига айниқса турмуш қурганининг дастлабки даврида тормозлантирувчи таъсир кўрсатади.

Симптоматик жинсий совуқлик қандайдир хасталик, масалан, мия ва орқа миянинг органик касалликлари, неврозлар, сурункали интоксикациялар, эндокрин бузилишлар, гинекологик касалликлар оқибатида вужудга келади.

Авитаминоз, инфекциядан кейин пайдо бўладиган астения, қаттиқ чарчаш ва бошқа омиллар ҳам жинсий майлининг сусайишига ёки вақтинчалик йўқолишига олиб келиши мумкин.

Руҳий омиллар сексуал функцияларга тормозлантирувчи таъсир кўрсатиши психоген жинсий совуқликнинг келиб чиқишига сабабчи бўлади. Қалбида яратган маъбудасига эрининг мос келмаслиги, унга нисбатан кўнгилсизлиги (севмайдиган кишига турмушга чиқиш), оилавий муносабатларнинг барқарорлигига ишончсизлик ҳам ана шундай жинсий совуқликни келтириб чиқаради. Кучли руҳий кечинмалар — айниқса сексуал сабаблар билан боғлиқ бўлгани; биринчи никоҳ кечасида жинсий яқинлик чоғидаги қўполлик, ҳомиладор бўлиб қолишдан чўчиш, бошқалар жинсий алоқа гувоҳи бўлиб турганлигидан қўрқув ҳисси ҳам жинсий ҳиссиётнинг руҳий жиҳатдан тормозланишига олиб келади. Баъзан аёл қониқиш ҳиссини бермайдиган жинсий яқинликдан қочади, бу ҳам жинсий совуқликка олиб келади. Масалан, эрида муддатидан илгари эякуляция содир бўлиб, аёл кўпгина ҳолларда жинсий жиҳатдан қониқиш ҳиссига мушарраф бўлмаса, бундай ҳолларда эрини кўриш ёки жинсий яқинлик вазиятининг ўзи аёл жинсий функциясини тормозлайди.

Баъзан аёл киши жинсий алоқа чоғида жинсий майли кучли бўлса-да, бироқ ҳеч қачон оргазми сезмайди. Бундай аёл ўзини тўлиқ қаноатлантирадиган эркак излай бошлайди. Баъзан бунинг замирида дисгамия ётади. Унинг олдини олиш йўллари ҳақида кейинроқ тўхтаймиз.

Психосексуал функцияда туғма камчилик бўлган аёллар ҳам учрайди. Улар ҳар томонлама соғ ва мучаллари саломат, жинсий безлари фаолияти нормал, иккиламчи жинсий белгилари яхши ривожланган, она бўлиш қобилияти ҳам тўлиқ сақланиб қолган бўлади. Улар орасида эркакларга нисбатан жинсий майл йўқ, эркаклар, буса ва жинсий алоқадан бирон-бир қониқиш ҳис қилмайдиганлари ҳам учраб туради. Бундай аёлларнинг аксарияти дилкаш, назокатли, лобар, эркаклар даврасида бўлишни хуш кўрадиган, рақслар ва кўнгил изҳорларини яхши қабул қиладиган аёллар тоифасидан бўладилар. Бироқ ҳар иккала тоифага мансуб аёллар жинсий алоқа чоғида оргазм ҳис қилолмайдилар. Улар учун жинсий совуқлик жинсий функциядаги бузилиш бўлмасдан, балки туғма хусусиятга эгадир. Бундай жинсий совуқликни конституцион деб аташади. Бунинг сабаблари ҳали аниқланмаган.

Жинсий майли ниҳоятда суст бўлган аёллар конституцион жинсий совуқ аёлларга-яқин турадилар. Улар ойлаб жинсий яқинликка эҳтиёж сезмайдилар. Бундай аёллар оргазмни йилига бир-икки ёки бутун умр мобайнида бир неча мартагина сезадилар, холос. Бундай аёллар учун ҳаётнинг сексуал томони унчалик аҳамият касб этмайди.

Жинсий совуқликдан ташқари дисгамия, яъни эрхотин ўртасидаги жинсий муносабатларда уйғунликнинг йўқлиги (дисгармония) оқибатида жинсий қониқмаслик ҳоллари кенг тарқалган. Бундай ҳолларда аёлларнинг кўпчилиги жинсий қаноат ҳосил қилгунига қадар эри жинсий алоқани тўхтатиб қўйишидан нолийдилар. Бундай ҳолатнинг асосий сабаби шундаки, аёлларда оргазм ҳисси бирмунча кечроқ содир бўлиб, узоқроқ давом этади, эркакларникига нисбатан анча секин, кечроқ сўнади.

Аёлларда оргазм пайдо бўлиш тезлиги кўп жиҳатдан мижозининг ўзига хос хусусиятларига боғлиқ. Шу биле баъзи аёлларда оргазм жинсий алоқа бошланганидан кейин бир неча сония ўтгач содир бўлса, бошқаларида эса ўн дақиқадан кейин рўй бериши мумкин. Баъзан узоқ муддатли, бир, ярим соат ва ундан кўпроқ вақтга чўнладиган тўлқинсимон оргазмга эга бўлган аёллар ҳам учрайди. Бир аёлнинг ўзидаги оргазмнинг қачон пайдо бўлиши жинсий алоқалар орасида ўтган муддатга, жинсий майлнинг қанчалик жадаллигига, алоқа олдиан жинсий қўзғолиш даражасига боғлиқ бўлади.



Жинсий алоқа чоғида уйғунликка эришиш учун эр ва хотин буларнинг ҳаммасини ҳисобга олиши лозим. Жинсий яқинликка тайёргарлик табии, аёлдаги эроген соҳаларни қўзғатиш давомийлиги, қай бир соҳани қачон уйғотиш зарурлиги каби томонларини ҳисобга олиш зарур. Турли хил мижозга мансуб эр ва хотинларда ҳам бир-бирига мослашиш йўлларини топиш, оргазм бир вақтда содир бўлишига эришиш мумкин. Ҳатто оргазми тўлқинсимон бўлиб, узоққа чўзиладиган аёлнинг клитори соҳасини қўшимча мануал таъсирлаш йўли билан уни қониқтириш мумкин.

Баъзи аёлларда жинсий алоқа пайтида гавданинг маълум бир вазиятидагина эроген соҳаларни етарли даражада таъсирлаш мумкин. Бунга рюя қилмаслик жинсий алоқа чоғидаги қониқишга тўсқинлик қилади. Баъзан доим бир хил ҳолатдаги жинсий алоқалар дисгармонияга олиб келади. Баъзан эса фрикцияларнинг маълум ритмда бўлиши, клиторни қўшимча равишда таъсирлаш, жинсий алоқа олдидан эркалашлар турига одам ўрганиб қолади ва оргазм пайдо бўлишининг асосий омилларига айланади. Агар аёл буни ўз эрига айтишдан тортинса ёки эр буни бажо келтиришдан бўйин товласа, дисгармония вужудга келади. Эркак ҳам эроген соҳаларининг қўзғолишига эҳтиёж сезса-ю, хотини уялиб ёки ўзини уялганга солиб, буни бажармаса ҳам шундай вазият содир бўлади.

Эркакларда муддатидан илгари уруғ отилиши, шунингдек ҳомиладорликнинг олдини олиш мақсадида узилган жинсий алоқа дисгамия сабабчиси бўлиши мумкинлиги тўғрисида юқорида тўхталган эдик. Уларнинг оқибатлари ҳақида ҳам гапириб ўтдик. Жинсий алоқа бошланишидан олдин эр ва хотиннинг қўзғолиш даражаси бир хилда бўлмаслиги ҳам дисгамияга олиб келади. Кўпгина ҳолларда жинсий алоқани эркак аёлга нисбатан кучлироқ қўзғолган тарзда бошлайди (эрекция бўлмаса, алоқани ҳам бошлай олмайди-да). Шу сабабли эркакда уруғ отилиши аёлда оргазм ҳисси пайдо бўлгунга қадар содир этилади, бинобарин хотини қониқмаганича қолаверади.

Жинсий алоқа бошлангунига қадар аёлларда қўзғолиш даражаси эркакларникига нисбатан пастроқ бўлишининг сабаби шундаки, уларнинг ўзларига ҳис бўлган шартли-рефлектор таъсиротлар аёлларга эркакларга нисбатан камроқ таъсир кўрсатади. Бундан ташқари, аёлларда жинсий алоқа учун руҳий-эротик кайфият ҳам қийинроқ таркиб топади, эркакларга нисбатан улар тез-

роқ чалғийди. Шу сабабли, аёл кишининг хаёлпарисонлиги, эридан норозилиги, жинсий алоқага қандайдир ахлоқсизлик деб қараши, алоқа бўлаётган жойдаги шароит ва бошқа омиллар ҳам оргазм ҳиссининг тормозланишига олиб келади. Агарда аёл ўзини жинсий лаззат ҳиссини ҳосил қилишга руҳий жиҳатдан тайёрламаган бўлса, унинг жинсий аъзоларини таъсирлаганда ҳам жинсий яқинликдан кўнгли тўлмайди. Баъзи ҳолларда аёлда жинсий яқинлик руҳий-эротик тайёрлик вужудга келиши учун эр олдиндан севги-муҳаббат изҳор қилиши, бутун танани эркалаши, жинсий аъзоларнинг эроген соҳаларини (айниқса клиторни) кўзгаши талаб этилади. Эркак бунга эриша билиши керак.

Жинсий совуқликдан фарқли ўлароқ аёлларда дисгармония оғир кечади, улар бундан изтироб чекиб, ич этларини еб қўядилар.

Бу ҳол ўзининг «эркаклик бурчи»ни бажара олман деб ҳис қилган эркак томонидан ҳам оғир қабул қилиниб, у ўзини айбдор ҳис этади. Бундай ахвол эрхотин ўртасидаги низоларга, оиланинг бузилишига олиб келибгина қолмасдан, асаб системасининг функционал жиҳатдан бузилиши — неврозга ҳам сабабчи бўлади.

Вагинизм аёллар жинсий функциясидаги бузилишлар ҳам жинсий муносабатлардаги дисгармонияга олиб келади. Вагинизм — жинсий алоқа ёки гинекологик текшириш ўтказиш чоғида қин ва чаноқ туби мушакларининг тортишиб қолишидир. Бу ҳол психоген омиллар, шартли-рефлектор таъсиротлар таъсирида содир бўлади.

Вагинизм ҳодисаси кўпинча аёл жинсий алоқа пайтида кучли жисмоний оғриқ ҳис қилганидан кейин содир бўлади. Биринчи никоҳ кечасида жинсий алоқадаги қўполлик, жинсий аъзолардаги яллиғланиш жараёнлари ва бошқа аломатлар вагинизмга олиб келиши мумкин. Бундай пайтдаги оғриқ туфайли рефлектор ҳимоя реакцияси пайдо бўлади — чаноқ ости мушаклари тортишиб қолади ва натижада аёл жинсий алоқадан чўчийди. Кейинчалик жинсий яқинлик тўғрисидаги сўзнинг ўзи қин чаноқ туби мушакларининг шартли-рефлектор равишда тортишишига олиб келади. Баъзан сон ва қорин бўшлиғи девори мушаклари тортишади. Булар эса қинга йўл қўймайди, жинсий ҳаётнинг нормал кечишини йўққа чиқаради.

Сексуал соҳадаги бузилишлар одамларга кўпгина оғир дақиқалар, ғам-ташвиш олиб келишини унутмаслик керак. Мутахассислар ҳаттоки ҳаётга хавф солувчи касалликлар ҳам ана шу хасталиклардек ташвиш кел-

тирмаслигини аниқлаганлар. Бунинг сабаби кўпинча жинсий ҳаёт физиологиясини билмасликдир. Жинсий алоқа чоғида эр ёки хотиннинг нотўғри хатти-ҳаракатлари, узаро жинсий қониқиш ҳосил қила олмасликлари, ўта уятчанлик — дисгармониянинг асосий сабабларидан саналади. Кўпинча ёш келин-кўёвларда жинсий муносабатлар изга тушмайди, натижада улар «характеримиз тўғри келмабди» деган хато фикрга бориб, ажралишгача бориб етадилар.

60-йилларнинг ўрталаридан бошлаб, онла-никоҳ кўрсаткичларининг ёмонлашуви кузатилаётганлигини ҳам эслатиб ўтиш зарур. Нафақат ёш турмуш қуриш, балки ёшларнинг тез ажралаётганлари ҳам кузатиламоқда. Қўйди-чиқдининг 40 фоизи — бефарзандлик, жинсий қониқмаслик каби ва бошқа сабабларга тўғри келмоқда. Жинсий аъзолар функциясининг бузилишлари сони ҳам ортиб бормоқда. Бунда ёшларда акселерация ҳолатининг яққол кўзга ташланаётганини ҳам ҳисобга оладиган бўлсак, ёш қизлар ва ўсмирларни, ёш келин-кўёвларни никоҳдан кейинги жинсий ҳаёт физиологияси ва патологияси билан, сексуал ёрдам кўрсатишни кенгайтиришнинг муҳимлиги билан таништириб боришнинг аҳамияти намоён бўлади.

Эркак ва аёллар жинсий функцияси касалликларини даволаш мумкинлиги ҳаммага маълум. Уларнинг аксарияти жуда осон шифо топади. Бунинг учун ўз вақтида тиббий ёрдам сўраб, сексопатолог врачга мурожаат қилинса, бас. Бироқ кўпгина ҳолларда ана шундай беморларнинг кўпчилиги уялибми ёки бошқа сабабданми, ўз дардларини яшириб, вақтида врачга бормаيدилар. Баъзи ҳолларда эса улар бу соҳада диагностика қилиш ва даволашда тўлиқ маълумотга эга бўлмаган врачларга — уролог, тери-таносил врачларига, аёллар эса гинекологларга мурожаат қиладилар. Шу сабабли жинсий функцияси бузилган беморлар вилоят психоневрологик касалхонасининг сексология кабинетига мурожаат қилишлари зарур.

Жинсий бузилишларга ўз вақтида даво қилиш, асосийси уларнинг олдини олиш, алоқа физиологиясини, техникасини билиш — сексуал ҳаётда, oilавий муносабатларни мустақкамлашда катта аҳамиятга эга. Эр-хотиннинг руҳий жиҳатдан бир-бирига мослиги уларнинг ўзаро иззат-ҳурмати ва севги-муҳаббати ҳам тўлақонли жинсий ҳаётни таъминловчи омил эканлигини яна бир эслатиб ўтишни истардик. Эр-хотиннинг бир-бирига меҳр-муҳаббатининг ошишига, кўнгил риш-

таларининг мустаҳкам боғланишига жинсий муносабатлар қаторида биргаликдаги ҳаётдан маънавий қониқиш ҳисси, руҳий манфаатларнинг, ҳис-туйғуларнинг умумийлиги, фарзандлар тарбиясидаги қарашларнинг муштараклиги ҳам муҳим аҳамият касб этади. Ана шу омилларнинг ҳаммаси бир бўлиб, оилавий муносабатларнинг мустаҳкамлиги ва барқарорлигини таъминлайди.

## **ЖИНСИЙ ҲАЁТ ГИГИЕНАСИ. ЖИНСИЙ ХАСТАЛИКЛАР ПСИХОГИГИЕНАСИ ВА ПСИХОПРОФИЛАКТИКАСИ**

Ёш келин-куёвлар ва биргаликда кўп йил яшаган оилалар ўртасидаги низолар таҳлили сексуал бузилишларнинг сабаблари биринчи навбатда уларда жинсий ҳаёт психогигиенаси масалаларида энг оддий билимларнинг ҳам йўқлиги, сексуал ахлоқнинг индивидуал хусусиятларини инкор этилишида эканлигини кўрсатмоқда.

Жинсий ҳаёт гигиенаси ҳақида гап борганда, унинг физиологик томони тушунилади. Кўрпа-тўшак, чойшаб-ёстиқларни, ички кийимларни, ташқи жинсий аъзоларни рисоладагидек тоза тутиш зарурлиги ҳеч кимда шубҳа туғдирмаса керак. Интим яқинлик олдидан ва ундай кейини душда чўмилиш лозим.

Оғиз бўшлигини, тишларни тоза тутиш ҳам интим яқинлик чоғида муҳим аҳамият касб этади. Оғиздан келаётган ёқимсиз ҳид жинсий истак ва майлнинг тусайишига олиб келиши мумкин.

Жинсий ҳаёт психогигиенаси деган тушунча бирмунча мураккаброқ ва кўп қирралироқдир. Соф инсоний мулоқот қобилияти билан бирга тайёргарлик даврини (севги ўйинларини) самарали тарзда ташкил эта билиш психогигиенанинг таркибий қисмларига киради.

Жинсий ҳаёт психогигиенаси бевосита жинсий алоқа олдидан ва алоқа чоғидаги сабъи-харакат билан боғлиқ дейиш, тамомла нотўғри эканлигини таъкидлаш лозим. Интим яқинликка мос ҳолда кайфият яратиш жинсий алоқага қадар эркак билан аёл ўзаро муносабатларидаги икир-чыкирлардан таркиб топади. Ўз хотинига (эрига) кундалик ҳаётда қўпол муносабатда бўлиш жинсий алоқа олдидан бўладиган кайфиятга салбий таъсир кўрсатмаслигини инкор этиш қийин. Севишганлар учун интим яқинлик — улар ўртасидаги му-

носабатларнинг энг олий нуқтаси, севги-муҳаббатнинг энг олий чўққиси бўлишини таъминлаш ниҳоятда муҳим. Акс ҳолда жинсий алоқа сексуал чанқоқликни қондириш усулига айланиб, ҳайвонлар ўртасидаги жинсий яқинликдан фарқи қолмайди.

Сексуал ҳаёт унғунлиги деганда бир-бирининг ички дунёсини тушуниш, манфаатлар, эҳтиёжлар муштараклигини билдиради. Бунда руҳий яқинлик, бирлик жисмоний тармахрамликка олиб келиши керак, аксинча бўлмаслиги лозим. Бундай руҳий ҳолат фақат севги-муҳаббат ҳисси билан йўғрилган икки жинс уртасидагина таркиб топиши мумкин. Бундан эркак ва аёл (ўспирин ва қиз) шахс сифатида камол топганлари тақдирдагина улар ўртасида ана шундай севги бўлиши деган хулоса келиб чиқади.

Биз эркак ёки аёлнинг у ёки бу хислати ва фазилати ҳақида сўз юритар эканмиз, на фақат жисмоний баркамоллиги ва қадди-қоматини, балки мулоқот усулини, ўз севги муҳаббатини изҳор эта олиш қобилиятини ҳам кўзда тутамиз. Демак, биз инсоннинг жинсий маданияти ҳақида гапирар эканмиз, унинг сексуал хулқ-атвори билан боғлиқ бўлган маданиятини кўзда тутамиз.

Ҳар биримиз ҳам бирор камчиликдан ҳоли эмасмиз (жисмоний, маънавий, интеллектуал). Фақат бу камчиликлар биримизда кўпроқ бўлса, иккинчимизда озроқдир. Ҳақиқий инсонлар, ўз ёрини севувчилар суюқликнинг камчилик ва нуқсонини ҳеч қачон юзига солмайди, унинг қалбига жароҳат етказмайди. Аксинча, суюқликнинг ҳар бир фазилатини кўкларга кўтариб мактайди.

Узоқ вақт мобайлида эр-хотинлар ўртасидаги сексуал низолар ва эр-хотин ўртасида уйғунлик йўқлиги сабабларини ўрганиб ва таҳлил қилиб, шу фикрга келдикки, кўпгина эркаклар ва аёллар ҳам ўзининг жисмоний хислатларига етарли эътибор бермайдилар, саломатликларига бепарволик қиладилар, ташқи қиёфаларига қараб юришни унутиб кўядилар. Ҳар бир куёв ёки келин истисносиз гўзал ва баркамол, деган нақл бор. Улар на фақат ёш бўлганликлари туфайли ана шу таъбирга лойиқ бўлганлар. Йўқ, асло. Ўзингиз ўйлаб кўринг, қай бир йигит ёки қиз учрашувга тозаланмаган пойабзалда, дазмолланмаган кўйлақда, кир ички кийимда келган? Афсуски, тўйдан кейин кўп ўтмай тамомила бошқа манзаранинг гувоҳи бўласиз. Қадди-қоматини кўз-кўз қилиш, тартиб ва башанглик, гўзал-

лик ва бокиралик қаерда қолди? Ўзаро ширинсуханликлар-чи? Гулдаста тутишлар-чи? Иззат-эйтиборнинг бошқа белгилари-чи?

Мен оила қурганларнинг биридан: -«Охирги марта қачон ўз хотинингизга гул тақдим этган эдингиз?» дея савол берганимда, кишига малол келувчи узоқ сукунат чўкди ўртага...

Оиланинг икир-чикирни севги-муҳаббатга раҳна солади, деган фикр бор. Барчамиз аксар ҳолларда бунга қўшилишамиз ҳам. Наҳотки, фақат инсонгагина хос бўлган ва унга ато этилган юксак туйғу — севги-муҳаббатни турмушнинг оиланинг аллақандай икир-чикирлари (ҳаттоки катта кўнгилсизликлар) маҳв эта оlsa?

Энг асосийсини кўра билиш, майда-чуйдалар билан ўралашиб қолмаслик — инсоннинг энг яхши фазилатларидан саналади. Афсуски бу фазилат кўпгина эрхотинларга мансуб эмас. Майда-чуйдаларга, икир-чикирларга эйтибор берманг, турмушнинг ботқоғига ботиб қолманг. Бунинг учун ҳамиша бир-бирингизга иззат-эйтиборда бўлинг, севгингиз абадий эканлигини унутманг ва бу ҳиссиётни бир умрга қалбингизда асрашга ҳаракат қилинг!

Энди мен аёлларга мурожаат қилмоқчиман (эркаклар бу сатрларни ўтказиб юборишлари мумкин). Аёллар! Ўзингизга яхшилаб бир тикилиб кўринг! Ўзгариш кўрмаяпсизми? Иффат, ҳаё, ибо ҳали ҳам ўша-ўшами? Эркак кийимини кийиш, сочни уларга ўхшатиш, хатти-ҳаракатда ҳам уларга тақлид қилишга ҳожат борми? Нозик лабларингиздаги сигарета қандай беўхшов кўриняпти! Қўполлик ва хатти-ҳаракатдаги «эркинлик» ҳам сизга ярашмаётганлигини ҳис қилаяпсизми?

Оғзидан тамаки ва ароқ ҳиди анқиб турган аёл эркакни ром этиши мумкинми? Ҳар қандай эркак Сизнинг жисмоний ва ахлоқий нопоклигингизга бефарқ қараб туради, деб ўйлайсизми? Аслини олганда, эркакнинг аёлга нисбатан (шу жумладан ўз хотинига ҳам) беадаблиги, дағаллигига ана шу аёлнинг ўзи томонидан ф а т в о берилмаганми?

Яна бир нарса хусусида. Танқид тўғрисида. Ошқо-ралик даври келиб, танқид қилиш мумкин бўлган кўпгина соҳалардан ман этиш белгиси олиб ташланганига қарамай, ҳамон интим-яқинлик чоғидаги адабсизликни танқид қилиш тақиқланганича қолмоқда. Аксар ҳолларда аёллар ўзларига ҳам ҳисоб бермасдан ўз эрлари шаънига танқидий фикрлар билдиришлари у ёқда түр-

син, уларни аллакимлар ва алланималар билан таққос-лашга уринмоқдалар.

Аёллар, шуни унутмангки, ҳар қандай эркак ҳам ўзининг сексуал имкониятлари юзасидан билдирилган танқидий фикрларни жуда оғир қабул қиладилар. Агарда эркак қай бир жиҳатидан тўлақонли эмаслигини, жинсий заифроқ эканлигини ҳис қилса, бундай оилада интим яқинликда уйғунлик бўла одмаслигини ҳам эсдан чиқарманг. Эркакка ўзини эркак ҳис қилишига имкон яратинг, бу йўлда зарур бўлса, ортиқча ҳамдусанолар айтишдан ҳам тортинманг. Хоҳласангиз ҳам, хоҳламасангиз ҳам у сиз учун яккаю-ягона, беқиёс, су-юкли ва матлуб, бақувват ва ўзига ишонган инсон. Тасав-вурингиздан ана шу фикрлар ҳеч қачон нари кетмасин.

Аёлларга қаратилган бу сатрларни ўқиган ҳар қандай эркак ҳам ўз хулқ-атвори хусусида ўйлашига имоним комил. Ҳақиқатан ҳам биз аёлларга доимо меҳр-мурувват кўрсатаяпмизми? Дил изҳорини баён қилган чоғимизда ўз севгимиз ҳақида гапириб қолмасдан унга ҳам иззат-эътибор кўрсатаяпмизми? Ҳамиша ҳам ўз хотинимиз тимсолида яккаю-ягона, бетакрор ва севимли аёлни кўра олаяпмизми? Унинг кайфияти, имкониятлари ва хоҳиш-истагини инобатга олаяпмизми? Интим яқинлик чоғидаги хатти-ҳаракатларимизда фақатгина ўзимизни ўйлаб иш тутмаяпмизми? Аёлларга хос бўлган сексуал ахлоқ хусусиятларини ҳисобга олаяпмизми? Шаҳвоний эҳтиросимизни қондирганимиздан кейин ҳам унга нисбатан меҳр-муҳаббатимизни дариғ тутмаяпмизми? Оғзимиздан шалоқ қўпол сўзлар чиқмаяптими, йиллар ўтганидан кейин ўз жозибасини йўқотган ташқи қиёфаси ҳақида ғашга тегадиган гаплар билан кўнглига озор етказмаяпмизми?

Ҳар бир аёл (эркак) ўзига яна қанчадан-қанча саволлар берган бўлармиди...

## ЎЗНИ ТУТА БИЛИШ МАҲОРАТИ

Ҳар биримиз ўзга бир оламимиз. Феъл-атворимиз ва одатларимиз, жисмоний белгиларимиз ва ўзимизни тутишимиз билан бир-биримиздан ажралиб турамыз. Биримиз навбатдаги ноҳақликни кўриб, пинагимизни ҳам бузмасак, иккинчимиз учун заррача ноҳақлик тинчлик ва уйқу бермайди. Ҳис-ҳаяжонимизни намойиш этишимиз ҳам бир хил эмас. Биримизда бу ҳол юзга қизиллик юритса, бошқамизни эса шундай кўйга соладики, ҳаттоки ўзини бошқаролмай ҳам қолади. Лекин насламб-рини олганда, ўзини тутиш ва идора этиш — инсоннинг буюк хислати!

Ҳис-ҳаяжон (эмоция) — бу ҳодиса ва воқеалар, ҳаёт-  
тий вазиятларнинг ҳар бир инсонда акс этишидир. Бу —  
инсоннинг у ёки бу воқеага, одамларнинг хатти-ҳаракат-  
тига муносабати ҳамдир.

Она билан боланинг, артист ва спортчининг, севиш-  
ган йигит ва қизнинг ҳис-ҳаяжони ҳамма учун тушу-  
нарли. Эмоциясиз ҳиссиёт ҳам йўқ, ҳаётдаги ранг-ба-  
ранг кўринишлар — шодлик ва қайғу, муваффақият ва  
омадсизлик, ҳаёт ва ўлимни ҳис қила олиш туйғуси ҳам  
йўқ. Эмоция бўлмаса, инсон ҳаёти қашшоқ, ўзи эса  
олий даражадаги ҳиссиз машинага айланиб қолган бў-  
ларди.

Ҳис-ҳаяжонлар ижобий ва салбий бўлади. Ажойиб  
инсон билан мулоқотда бўлганда, ўзи истаган ва орзу  
қилган натижага эришганда, ҳаётий эҳтиёжлари қон-  
дирилганда (жумладан ўз сексуал истагини ҳам қон-  
дирганида) ижобий ҳис-ҳаяжон вужудга келади.

Ифлос, исқирт, харом ва гуноҳли вазиятни кўриш  
ёки унга даҳлдорлик салбий ҳис-ҳаяжонни уйғотади. У  
ёки бу муваффақиятсизликда, энг зарур ҳаётий эҳтиёж-  
лар қондирилмаганида (жумладан узоқ муддатли сек-  
суал қониқмаслик) ҳам ана шу ҳиссиётни вужудга кел-  
тиради.

Ижобий эмоциялар кишига ҳаёт қийинчиликларини  
енгишда ёрдам беради, унда ўзига ишонч ҳиссини уй-  
ғотади, ижодий илҳом манбаи бўлиб хизмат қилади.  
Салбий эмоциялар эса инсондаги бор иқтидор ва жис-  
моний имкониятларнинг тўла намоён бўлишига моне-  
лик қилади, унинг меҳнат ва ижодий фаоллигини су-  
сайтиради.

Ижобий ва салбий эмоциялар нисбати қандай бў-  
лиши керак? Бу — бир таёқнинг икки томонидек гап.  
Улар бир-бирисиз мавжуд бўлолмайди, бирининг ўрни-  
га иккинчиси келади ва ўрин алмашади. Дарҳақиқат,  
шодлик заманида тўсатдан бошга тушган қайғу бе-  
қиёс туюлса, омадсизликдан кейин қўлга киритилган  
бахт нашидаси ўзгача ҳис этилади. Дард чекмаган ин-  
сон шодликнинг қадрига ҳам етмайди.

Битта ҳаётий воқеа ёки вазиятга одамлар турлича  
муносабатда бўладилар. Худди шундай бир воқеа ва  
вазият кимдадир истеҳзоли кулгу пайдо қилса, кимга-  
дир қайғули кўринади. Мушоҳада кучи инсон мижоз-  
зига ҳам боғлиқ бўлади.

Тўртта асосий мижоз фарқланади: сангвиник, холе-  
рик, флегматик, меланхолик.

Сангвиник — кучли, вазмин ва асаб системаси ҳара-



катчан инсон. Холерик — кучли, ammo бир зайлда турмайдиган, салга ловуллаб кетадиган асаб ситемаси билан характерланади. Меланхоликлар — асаб системаси кучсиз, флегматиклар эса — ҳам кучли, ҳам вазмин, фақат кам ҳаракатчан бўладилар.

Бир-биримиз яна бир хислатимиз — характеримиз билан фарқланамиз. У туғма хислатлар қатори тарбияга ҳам боғлиқ бўлади. Феъли-атвори яхши бўлган инсонлар жамиятда ҳамма билан чиқишиб кета олади, суҳандон, суҳбати ширин одамнинг дўст ва ўртоқлари кўп бўлади. Феъли-атвори ёмон одамлар (ҳар нарсадан гумонсирайдиган, минғир-минғир, вайсақи, ўзига бино қўядиганлар) на фақат ўз умрини эғовлайди, балки бошқалар билан ҳам тил топишга қийналади.

Инсонга узоқ вақт мобайнида таъсир кўрсатувчи салбий эмоциялар, руҳий жароҳатлар (айниқса сексуал табиатдаги руҳий жароҳатлар) неврознинг шаклланишига олиб келиши мумкин. Бунда икки омил: номақбул туғма шахсий хислатлар ва ташқи салбий таъсиротлар бирга келади.

Агар сексуал неврозлар сабаби таҳлил қилинса, кўпинча бу хасталик ҳар нарсага шубҳа билан қаровчи, ҳар нарсадан кучли таъсирланадиган, ўз имкониятларига етарли баҳо беролмайдиган, ваҳимачи, умидсиз эркакларда кўпроқ учрашини кўрамиз. Шу билан бирга ўзига ишонадиган (ўзига бино қўйиш эмас), жасур матонатли шахслар ҳар қандай мураккаб вазиятдан ҳам чиқиш йўлини топа олишга қодирлар.

Сексуал неврознинг пайдо бўлишига сабабчи бўлувчи ташқи омилларга биринчи навбатда жинсий мижозга, аниқроғи турмуш ўртоғининг нотўғри хатти-ҳаракатига, қўпол (ҳақли бўлса ҳам) танқидига, танбеҳига, охирини ўйламасдан баҳо беришига боғлиқ. Эркаклар жинсий қобилиятларининг баҳоланишига жуда таъсирчан бўладилар, шу боис ҳар қандай жинсий фаолликдаги салбий ўзгаришни оғир қабул қиладилар.

Аёлларда ҳам сексуал невроз шаклланиши мумкин. Аёл ўзининг лобар, жозибали, гўзал эканига ишончсизлик пайдо бўлганида невроз шаклланади. Баъзи аёллар ташқи қиёфаси унчалик жозибадор бўлмайди, шу билан бирга улар ўта уятчан, таъсирчан, ўзига ишонмайдиган бўладилар. Бунда аёл ўзини ўта кўримсиз ва жозибасиз деб ҳисоблаб, энг яхши инсоний хислатларининг намоён бўлишига ўзи монелик қилади.

Бу ўринда инсондаги барча ижобий хислатларни намоён этишда сўз билан далда бериш, бўрттириб кўр-

сатишнинг аҳамияти катта эканлигини таъкидлаб ўтиш лозим. Сўз қудрати ниҳоятда кучли, у ҳам ижобий, ҳам салбий маънода ишлатилишини ҳисобга олиб, фойдаланишда жуда эҳтиёткор бўлиш керак. Фарзандига кўрак сутини бераётган онанинг мулойим сўзлари норасиданинг лабида шодиёна кулгуга сабабчи бўлади. Суюклисининг бир оғиз сўзи қизга қанот бахш этади, уни ўзини дадил ҳис қилишига сабаб бўлади. Маҳбубасининг лабидан учган мадакдор сўзлар йигитни дунёда энг кучли шахсга айлантиради.

Қўпол сўз, ноҳақ берилган танбеҳ қалбни пора-пора қилади. Айниқса аёллар қалби жуда нозик бўлади. Суюклисининг ҳар бир ширин сўзи дилини хушнуд этса, ҳар бир қўпол сўзи эса қалбини вайрон қилади.

Тарбия кўрган инсон ўз эмоциясини жиловлашга қодир, энг нозик ва мураккаб шароитда ҳам ўзини тута билади ва қадрини ерга урмайди. Одам ўзини тутишга ва идора этишга ўрганиши керак!

Ўзингизда эзгулик, меҳрибонлик, ғамхўрлик, андишалилик, мулойимлик, жасурлик, зиёлилик каби энг яхши инсоний ҳислатларни камол топтиришга интилинг! Ўзингизда мавжуд бўлган барча ижобий ҳислатларни сақлаб қолган ҳолда камчилик ва нуқсонларингизни йўқотишга ҳаракат қилинг!

Тарбиялаш, шахсни шакллантириш жараёни она қорнида бошланиб, инсон ҳаётининг охири дақиқаларигача давом этади. Жисмоний жиҳатдан камол топиш билан биргалликда маънавий жиҳатдан янгиланиб, баркамол бўлиб бориш талаб этилади.

Инсон ҳаётининг икки муҳим даври борки, бунда тан ва руҳ ўзаро аниқ ва бир маромда ҳаракатда бўлиши талаб этилади. Пубертат даврда (14-16 ёш) ақл-идрок ривожини жисмоний камолот кетидан етиб улгуролмайди. Климакс даврида эса (45-59 ёш) жисмоний ривожланиш интеллектуал тараққиётдан орқада қолади. Ҳар томонлама уйғун камол топаётган шахсларда жисмоний ва руҳий ривожланишдаги бу тафовутлар унчалик аниқ сезилмайди. Ривожланиш бир томонлама бўлса, бу фарқ яққол кўзга ташланади.

Ўз-ўзини бошқариш, ўз ҳис-туйғуларини идора этиш, уни ўзига бўйсундира олиш, майда-чуйда эҳтиросларга берилмаслик ҳиссини тарбиялаш ниҳоятда муҳимдир. Бунинг учун биринчи навбатда инсон ўзгада ҳам инсонни кўра билиши керак. Ўз ижобий ва салбий ҳислатларига, ўз камчилик ва фазилатларигача эга бўлган шахсни, аммо **инсонни** кўра олиш лозим.

Ўзингизда ўзганинг эътиқоди, урф-одати, қадриятларига эҳтиёткорлик билан муносабатда бўлиш эҳтиёжини тарбияланг.

Суҳбатдошингизнинг сўзини бўлмайд, диққат ва ҳурмат билан охиригача тинглай олиш хислатини ўзингизда камол топтиринг.

Ўз хотирангизни мунтазам равишда машқ қилдириб, ривожлантириб боринг, уни ранг-баранг фойдали билимлар билан бойитинг, ортиқча, кераксиз, зарарли нарсалар билан тўлдирманг.

Бўлар-бўлмасга жаҳлингиз чиқмасин, одамларнинг айбини кечира олишни одат қилинг, ўзгаларнинг камчилик ва нуқсонларига нисбатан чидамлироқ бўлиб, улардаги эътиқод, одат, меҳр-садоқатни қадрлашга ўрганинг.

Ўз эътиқодингизни бошқаларга тиқиштиришга одатланманг! Ўз рақибингиз, мухолифингиз эътиқодини ўзгартиришга вақт беринг. Сизнинг ҳақлигингизга биринчи навбатда унинг ўзи ишонч ҳосил қилсин.

Бу оддий ҳақиқатга риоя қилиш нақадар осондек туюлади, лекин бу ҳақиқатни биринчи ва асосий эҳтиёжимизга айлантириш нақадар мушкул. Лекин ўзга йўл йўқлигини ҳам унутмаслик керак.

## **ОИЛАНИ РЕЖАЛАШТИРИШ, ЖИНСИЙ САЛОМАТЛИК ВА ОИЛАВИЙ БАХТ**

Бахт тушунчаси ва оиланинг мустаҳкамлиги кўп жиҳатдан фарзандларнинг бўлишига боғлиқ. Фарзандлар эр-хотин ўртасидаги меҳр-муҳаббатни, оила аъзолари ўртасида оқибат-садоқатни мустаҳкамлаб, улар ўртасидаги муносабатларга тамомила янги хусусият бахш этадилар.

Ҳозирги кунда оила таркибига таъсир кўрсатувчи, унинг мустаҳкамлигини намоиш этувчи бир қатор йўналишлар кўзга ташланмоқда. Ҳозирги пайтда ёш турмуш қуриш билан бирликда ёшларнинг тез ажралиб кетиш ҳоллари кузатилмоқда. Бу аҳвол кўпроқ шаҳар аҳолисига тааллуқлидир. Шу билан бирликда шаҳар аҳолиси сони тобора ортиб, қишлоқдаги оилалар сони камайиб бормоқда. Умуман олганда, мамлакатимизда оила аъзолари сонинг камайиши ва оддий тўла оилаларнинг (ота-она ва бир фарзанд) кўпайиши кузатилмоқда. Бироқ Ўрта Осиёнинг айрим жумҳуриятлари ва Озарбайжонда кўп болали оилалар сони кўпайиб бормоқда.

Камфарзандли оилалар сонининг ортиши жамият олдига демография жараёнларини бошқариш, тараққиёт учун зарур бўлган миқдорда фарзанд туғилишини тартибга келтириш, бунда жамият ҳар бир аъзосининг манфаатларини ҳисобга олиш вазифасини кўндаланг қилиб қўйди. Бунини тушуниш учун кейинги 20 йил ичида мамлакатимиздаги аҳолининг ҳар 1000 ҳисобига табиий ўсиш икки баробар камайганлигини айтиб ўтишнинг ўзи kifоя.

Оилани режалаштиришга онгли тарзда ёндошув ва контрацепция (бўйида бўлишнинг олдини оладиган воситалар)нинг адекват усулларидан фойдаланиш ҳар бир ёш оила соҳибларига қулай бўлавермайди. Бундан оилани режалаштириш биргина ҳомиладор бўлишни назорат қилишдан иборат бўлмасдан, балки репродуктив йўналишни ўзгартиришга қаратилган, шунингдек уларни амалга ошириш учун зарур шароитлар яратилган умумдават миқёсидаги улкан тадбирлар кўламидан ҳам ўз ичига олиши кераклиги ўз-ўзидан кўриниб турибди.

Амалиёт режалаштирилмаган ҳомиладорлик ёш келин-куёвлар учун қанчадан-қанча муаммолар келтириб чиқаришини кўрсатмоқда. Бундай пайтда аёл киши нима қилиши керак? Бўлажак фарзандидан воз кечиши керакми? Эракка ўзини қандай тутиши лозим? Вужудга келган вазиятдан чиқиш йўлини топиш ташаббускори бўлиши зарурми? Фикримизча, бу ўринда ҳал қилувчи сўз аёлга тегишли бўлиши керак. Фақатгина аёл фарзанд туғилиши керакми ёки йўқми (режалаштирилмаган бўлса ҳам), бунинг учун ҳомилани олдириб ташлаш масаласини ҳам фақатгина ўзи ҳал қилиши лозим.

Абортлар, айниқса биринчи бор ҳомиладорликда бола олдириш муаммоси мамлакатимизда ҳозирги кундаги энг долзарб муаммолардан саналади. Абортлар миқдори бўйича биз жаҳонда биринчи ўринда туришимиз ҳеч ким учун сир бўлмаса керак. Бу ҳол ҳам жинс масалаларига нисбатан иккиёқлама ёндошувимиз, контрацепция масалаларида нафақат эр-хотинлар, балки кўпгина врачларимизнинг ўта саводсизлиги оқибатидир. Оилани режалаштириш масаласини тушунмаслик ва инкор этиш шунга олиб келадикки, мамлакатимизда контрацепциянинг илмий-асосланган усулларини ишлаб чиқиш деярли тўхтатиб қўйилди, саноат-эса ҳомиладорликнинг ишончли тарзда олдини олувчи ва барча учун қулай ҳисобланган мосламаларни етарли миқдорда тайёрлашни йўлга қўя олмади.

Бу масалалар на фақат жамоатчилик ўртасида, балки

тиббиёт ходимлари ўртасида ҳам рибкорлик билан тилга олинмай келиниши катта зарар келтирди.

Хорижий мамлакатлар тажрибаси оилани режалаштириш ва ҳомиладорликдан сақланиш муаммолари на фақат оила қурган кишилар ўртасида, балки ёшлар, ҳаттоки юқори синф ўқувчилари ўртасида ҳам муҳокама этилиши лозимлигини кўрсатмоқда. Ҳар қандай ман қилишлар ва чеклашлар, жамоатчилик фикри ва бошқа сунъий тўсиқларга қарамай, никоҳгача бўлган жинсий ҳаёт тобора кўпроқ учрайдиган ҳодисага айланиб бораётган экан, бундай йўл тутишнинг фойдаси ўз-ўзидан кўриниб турибди. Шундай экан, ота-оналар ва педагоглар ёшларга на фақат юксак ахлоқий принципларни (бу на фақат ота-она ва педагогларнинг, балки бутун жамиятнинг вазифаси) сингдирибгина қолмасдан, юксак сексуал фаоллик намоён бўладиган ёшда содир бўладиган мураккабликларни ҳал этишда ёрдам беришлари лозим. Бунда қон-қонимизга сингиб кетган абадий ахлоқ категориялари ва қонунлари билан реал ҳаёт ўртасидаги «мутаносибликни» топиш муҳим аҳамият касб этади.

## **ТУҒИЛИШНИ БОШҚАРИШ УСУЛЛАРИ**

Ҳозирги кунда туғилишни бошқариш муаммоси айрим оила доирасидан чиқиб, умумдавлат аҳамиятига молик бўлиб қолди. Бу муаммо ортида муҳим демографик кўрсаткичлар яширинганлиги боисидан на фақат давлатнинг, шунингдек кенг жамоатчилик эътиборини ҳам ўзига тортмоқда.

Ер курраси аҳолиси сони тобора ортиб бормоқда. Бироқ кўпгина мамлакатлар, шу жумладан иқтисодий жиҳатдан ривожланган мамлакатлар учун ҳам аҳоли сонини табиий йўл билан кўпайишнинг олдини олиш биринчи даражали вазифалардан бирига айланмоқда. Туғилишни бошқариш муаммосини ҳал қилиш тиббий, ижтимоий масалалар билан уйғунлашиб кетиши табиий ҳол, албатта. Ҳақиқатан ҳам бирмунча юқори ҳаёт тарзига эга бўлган кўпгина капиталистик мамлакатларда туғилиш даражаси пастлигини нима билан изоҳлаш мумкин?! Мамлакатимизда ҳам ана шу қонуният кўзга ташлана бошлади. Коммунал хўжалик хизмати, ривожланган тиббий муассасаларга эга бўлган йирик шаҳарларда туғилиш даражаси паст бўлгани ҳолда қишлоқ жойларида ҳамда яшаш даражаси юқори бўлмаган баъзи жумҳуриятларда туғилишнинг юқори кўрсаткичлари сақланмоқда.

Туғилиш иқтисодий, ижтимоий, ахлоқий, жуғрофий, тиббий каби омилларга боғлиқ. Улар орасида тиббий омил, аввало фарзанд кўриш функциясини бошқариш усуллари бизни кўпроқ қизиқтиради.

Маданият оламида фарзанд кўриш масаласи фақатгина эр-хотин томонидан ҳал этилиши лозим бўлган масала эканлигини ҳеч ким инкор этмайди. Тиббиёт фани ва амалиётининг вазифаси эса режалаштирилмаган ҳомиладорликнинг олдини олишнинг физиологик, зарарсиз, юқори самарали усуллари (контрацепция усуллари) ни ишлаб чиқиш ва тавсия этишдан иборатдир.

Контрацепциянинг тарихи узоқ бўлишига қарамай, уларнинг биронтасини ҳам универсал деб бўлмайди, зероки улар қуйидаги нормаларга мос келиши лозим: юксак самарали ва фойдаланиш учун қулай бўлиши; саломатликка зарар келтирмаслиги, вақтинча ҳомиладорликнинг олдини олиши, жинсий алоқа физиологиясига путур етказмаслиги, салбий эмоциялар келтириб чиқармаслиги, унчалик киммат бўлмаслиги керак.

Яқин-яқинларгача механик контрацептивлар кенг қўлланиб келинган эди. Оддийлиги ва самаралилигига қарамай, эркаклар презервативи (кондом) бир қатор ноқулайликларга эга. Презервативдан фойдаланилганда жинсий аъзо сезгирлиги сусаяди, шу билан бирга презервативлар етарли даражада пишиқ эмас. Кейинги йилларда орттирилган иммунитет танқислиги синдроми (СПИД) муаммоси пайдо бўлгани туфайли презервативлар яна кенг қўлланила бошлади.

Қин диафрагмалари («КР» қалпоқчалари), «Кафка» қалпоқчаси каби аёллар қўлланадиган презервативлар ҳам ҳомиладорликка қарши механик воситалар жумласига киради. Бироқ аёллар презервативларининг самараси эркакларникига нисбатан камроқ бўлганлиги боисидан у кенг қўлланилмай қолди.

Баъзи аёллар сперматоцид восита шимдирилган қин тампонларидан фойдаланишни афзал кўрадилар. Бунда контрацепцияни таъминловчи ҳам механик, ҳам кимёвий омиллардан биргаликда фойдаланилади.

Баъзи ҳолларда аёллар ҳомиладор бўлмаслик учун кислоталар (сут, сирка кислота)ларнинг кучсиз эритмаси ёки ишқорли (сода, совун) эритмаларини қинга пуркаш усулидан ҳам фойдаланадилар.

Ҳомиладорликнинг олдини олиш мақсадида дорилар тайёрлаш учун кўпроқ борат кислота, сут кислота, лимон кислота, салицилат кислоталар сингари кимёвий

моддалардан фойдаланилади. Аёллар томонидан жинсий алоқага қадар қинга киритиладиган сперматоцид воситаларни тайёрлашда ҳам худди шу моддалар асос бўлади.

Маҳаллий кимёвий контрацептивлар содда бўлиб, уларни ҳар қандай аёл ҳам мустақил ўзи тайёрлай олиши мумкин. Бироқ улар юқори даражада самара бермайди, эстетик жиҳатдан ҳам номувофиқ саналади.

Кейинги йилларда бўйида бўлишнинг олдини олиш учун таркибида гормонал препаратлар бўлган, қинга киритиладиган воситалардан кўпроқ фойдаланилмоқда. Уларнинг ҳаммаси ҳам ҳомиладорликнинг олдини олувчи гормонал усул турларидан иборат.

Гормонал контрацептивлар тухум ҳужайранинг ажралиб чиқишига тўсқинлик қилади. Гормонал контрацептивлардан фойдаланиш натижасида аёл қонидида жинсий безлар фаолиятини бошқарувчи гормонлар — гонадотропинлар миқдори камаяди.

Гормонал контрацептивларни ишлатиш қулай, юксак самарали бўлса-да, улар бошқа эндокрин безлар фаолиятини бузади, тромбоемболик асоратлар пайдо қилади. Стероид гормонал контрацептивлар хавфли ўсмаларни пайдо қилиши мумкин, бу жуда жиддий асоратдир. Шу сабабли аёллар ҳомиладорликка йўл қўймайдиган гормонал воситалардан эҳтиёткорлик билан фойдаланишга ҳаракат қиладилар.

Гормонал контрацептив воситалар календарь бўйича биологик, физиологик усулда қўлланади, бунда тухумҳужайралар ажралиб чиқадиган маълум бир давр — ҳайз циклининг тахминан ўрталарида аёлнинг бўйида бўлиб қолиши мумкинлиги эътиборга олинади.

Тухумҳужайра ажралиб чиқиши чоғида базаль ҳарорат 0,5—1 даражага кўтарилади. Эрта билан ўриндан туришдан олдин аёл киши тўғри ичаги ҳароратини ўлчаб, овуляция (тухумҳужайранинг ажралиб чиқиши) кунини бирмунча аниқ белгилаб олиши мумкин. Тўғри ичак ҳароратини 2—3 ҳайз цикли мобайнида ўлчаш лозим.

Сперматозоидлар ҳам тухумҳужайралар сингари 48 соат мобайнида уруғлантириш қобилиятини сақлаб қолади. Шундай қилиб, 28 кунлик ҳайз циклида ҳайзнинг 10—17-кунлари аёлнинг бўйида бўлиб қолиши мумкин. Овуляция куни қанчалик тўғри аниқланса ва ҳайз цикли қанчалик барқарор бўлса, ҳомиладорликка йўл қўймасликнинг календарь усули шунчалик яхши самара беради.

Кейинги пайтларда бачадон ичига киритиладиган ҳомиладорликка қарши воситалар кенг қўлланадиган бўлди. Бу усулнинг моҳияти шундаки, бачадонга киритилган восита бачадоннинг узлуксиз қисқаришига олиб келади, бу ҳол сперматозоидлар ҳаракатига тўсқинлик қилади ёки уруғланган тухумҳужайранинг чиқиб кетишига имкон яратади.

Бачадон бўшлиғидаги ёт тана (илгак, спираль, ҳалқа) ҳомиладорликка йўл қўймайди, шу билан бирга тухумдонлар функциясига ҳам (бунда овуляция жараёни бузилмайди), аёлнинг сексуал ҳиссиётига ҳам салбий таъсир кўрсатмайди. Бундай контрацепция 3—5 йил ичида яхши самара беради. Улар камдан-кам ҳолларда асорат бериб, яллиғланишни келтириб чиқариши мумкин.

Ҳомиладорликка йўл қўймаслик мақсадида жинсий алоқани тўхтатиб (узиб) қўйиш усули кенг қўлланилади. Адабиётларда келтирилган маълумотлар ва клиник кузатишлар бундай усулдан фойдаланиш мумкин эмас, деган хулосага олиб келди.

Бу усул физиологик эмас, чунки жинсий алоқа бирдан узиб қўйилганда эркак ва аёлдаги сексуал ҳиссиёт ҳам кескин сўнади. Бунда ҳомиладорликнинг тўлиқ олдини олишга комил ишонч ҳам йўқ. Бундай усулдан узоқ муддат фойдаланиш оқибатида эркакнинг ҳам, аёлнинг ҳам жинсий ҳисларига салбий таъсир кўрсатилади.

Ўз саломатлиги ва имкониятларидан келиб чиққан ҳолда жинсий майли фаоллигини ҳам ҳисобга олиб, эрхотиннинг ўзи у ёки бу усулни танлаши (бир неча усулдан фойдаланиши) мумкин. Шу йўл билан ҳомиладорликнинг олди олиниб, фарзанд кўриш оқилона тарзда режалаштирилади.

Контрацепция муаммоси биринчи навбатда ёш оилалар учун ниҳоятда долзарб ҳисобланади. Чунки биринчи ҳомилани аборт қилдириш кўпинча ёш аёлни бир умрга бефарзанд қилиб қўяди.

## БЕФАРЗАНДЛИК САБАБЛАРИ

Оилада фарзанд бўлмаса, уни бахтли оила дейиш қийин. Фарзандлар кўз нури, бахт шамчироғи, ҳаётимиз мазмуни.

Оила учун бефарзандликдан ўзга бахтсизлик бўлмаса керак. Ўз тажрибангни ўзгага қолдирилмасанг, ўзгалар бошида парвона бўлолмасанг, тунлари чақалоқ



Йиғисини эшитолмасанг, бундан ҳам бахтиқаролик бўладими?!

Эр-хотин бир йил мобайнида ҳеч қандай эҳтиёт чораларини кўрмай, тўлақонли жинсий ҳаёт кечирсаларда, аёл хомиладор бўлмаса, бу бепушт никоҳ саналади.

Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилотининг маълумотларига қараганда, никоҳларнинг 10—15 фоизи бепушт саналади. Шундан 40 фоизида «айб» эркакда, 40 фоизида аёлда бўлса, 20 фоизида «айб» икки томонлама бўлади.

Эркаклардаги бепуштлик сабабларини таҳлил қилар эканмиз, уларнинг фарзанд кўриш қобилиятига тўлиғича ёки қисман таъсир кўрсатувчи бир қатор сабабларни кўрсатиш мумкин.

Шундай туғма касалликлар борки, ундаги генетик коднинг бузилиши бепуштликка олиб келади. Клайнфельтер синдроми билан оғриган беморлар бунга мисол бўлиши мумкин. Уларда хромосомалар йиғиндиси 47 XXV. Бу касаллик кўп (1:1000 эркакда) учрайди. Бундай эркаклар баланд бўйли, қови ва қўлтиқ остида аёллардагига ўхшаш жун бўлади, юзида соқол яхши ўсмайди. Мояклари одатда кичик, думалоқ, қаттиқ бўлади, кўпчилигида кўкрак безлари катталашган бўлади. Бу касалликда эркакнинг сексуал функцияси бузилмаган бўлса-да, жинсий ҳужайралар (сперматозоидлар) ишланиб чиқмайди. Клайнфельтер синдромида бепуштликка даво қилиш самара бермайди.

Камдан-кам ҳолларда ўғил болалар жинсий безларсиз туғилади (агонадизм). Бундай ҳолатда эркак фақат бепушт бўлмасдан унинг ташқи кўриниши кўп жиҳатдан аёлга ўхшайди. Аксар ҳолларда гонада дисгенезияси деб ном олган ҳолат учрайди. Бундай беморларда жинсий ҳужайраларнинг айрим элементларигина аниқланади. Бу эркакларда ҳам фарзанд кўриш имконияти йўқ.

Адабиётларда жинсий безларида ҳам аёл, ҳам эркак жинсий ҳужайралари бўладиган ва функцияси аралаш турдаги (хунаса)лар ҳақида ҳам баён қилинган. Бу **гермафродитизм** деб аталади, бундай одам ҳам бепуштликка маҳкум. Яхшиямки ҳақиқий гермафродитизмга учраган беморлар жуда оз. Аксар ҳолларда сохта гермафродитизм учрайди. Бундай шахсларда эркак жинсий безлари ривожланса-да, уларнинг ташқи кўриниши аёлсифат бўлади.

**Крипторхизм** — эркак жинсий беши касалликлари

орасида кенг учрайдиган хасталикдир. Бу хасталикда мояклар нотўғри жойлашган бўлади. Улар қорин бўшлиғида жойлашган бўлса (қорин крипторхизми), бундай эркак учун бепуштлик пешонасига ёзилган бўлади. Чов крипторхизмида (мойклар чов йўлида жойлашган бўлади) фарзанд кўриш функцияси бузилган бўлса-да, беморни даволаш мумкин бўлади.

Болаларда учрайдиган кўпгина инфекцион касалликлар мойкларга асорат беради. Бу айниқса, эпидемик паротит (тепки), скарлатина, қизамиқ касалликларига тегишли. Бундай асоратлардан кейин мойклар ривожланишдан орқада қолади, аксар ҳолларда эса гормонал активлик сақланиб қолингани ҳолда генератив функцияси бузилади.

Юқорида зикр этилган касалликлар эркакларнинг фарзанд кўриш қобилиятини сезиларли тарзда буздики, даволаш йўли билан уни тиклашга ҳамиша ҳам муяссар бўлинавермайди.

Моякнинг жароҳатланиши, шунингдек мойк ва мойк ортиғининг ўткир ва сурункали яллиғланиш жараёнлари фарзанд кўриш эпителийсига салбий таъсир кўрсатиб, бир умрга бепуштлик дардига мубтало қилиши мумкин.

Жинсий безларда ўтказилган нотўғри операциялар (мойк истисқоси, крипторхизм, уруғ тизимчаси венасининг варикоз кенгайиши юзасидан қилинган операциялар) ҳам зурриёт кўриш функцияси учун маълум даражада хавф туғдиради. Агарда бу операциялар асорат қолдирса, генератив функциядаги бузилишларга олиб келади. Ҳаттоки арзимас ҳисобланган чурра операцияси ҳам бепуштликка олиб келиши мумкин.

Қўшимча жинсий аъзоларнинг яллиғланиши оқибатида ҳам эркакларда зурриёт кўриш функцияси бузилиши мумкин. Простатит, везикулит, эпидидимит, уретрит каби хасталиклар узоқ давом этганда, жинсий ҳужайралар (сперматозоидлар) ҳаракатчанлигини бузиб, уларни уруғлантириш қобилиятидан маҳрум этади. Вазиятнинг мураккаблиги шундаки, бу хасталикларнинг аксарияти яширин кечади, клиник жиҳатдан намоён бўлмайди, атрофлича текширилгандагина аниқланиши мумкин. Жинсий аъзоларнинг яллиғланиш касалликлари сурункали кечганда даволаш мушкул бўлиб, бунинг учун қўлланиладиган антибактериал терапия ҳам фарзанд кўриш функциясига салбий таъсир кўрсатади.

Ишлаб чиқаришдаги зарарли омиллар (кимёвий

моддалар, юқори ва ўта юқори частоталар, вибрация (тебраниш), шовқин, ҳавонинг ифлосланиши) эркалар бепуштлигини ташкил қилувчи алоҳида гуруҳга киради. Фарзанд кўриш эпителийси айниқса радиоактив нурланишга жуда таъсирчан бўлади.

Алкоголь фарзанд кўриш функциясига кучли заҳардек таъсир кўрсатади. Биологик тўсиқлар бўлишига қарамай, у жинсий ҳужайраларгача кириб боради ва уларга ҳалокатли таъсир этади. Алкоголь ва соғлом фарзанд кўриш функцияси — иккиси икки қутбдек бирибирига зиддир!

Аёлларда эркаларники сингари бепуштлиқ абсолют ва нисбий бўлиши мумкин. Абсолют бепуштлиқда аёлнинг ҳомиладор бўлишига умид қилмаса ҳам бўлади. Абсолют бепуштлиқни аксар ҳолларда туғма генетик касалликларга боғлиқ деб ҳисоблашади. Бундан ташқари, бепуштлиқ бирламчи (аёлнинг умуман бўйида бўлмаган бўлади) ва иккиламчи (бунда аввал ҳомиладор бўлганлиги тўғрисида аниқ маълумотлар мавжуд) бўлади.

Баъзи эркаларда 14—15 ёшданоқ то климакс даврига қадар доимий равишда етук жинсий ҳужайралар (сперматозонидлар) етилиб, ажралиб туради, аёлларда эса тухум ҳужайралар циклик равишда тахминан ҳайз циклининг ўрталарида (ҳайзнинг биринчи кунидан кейинги ҳайз бошлангунга қадар) ажралиб чиқади. Шундай қилиб, эркак ўзининг фарзанд кўриш қобилиятини доимо намойиш қилиш имкониятига эга бўлса, аёл киши эса овуляциянинг маълум кунларида (тухумҳужайралар ажралиб чиқадиган кунларда) бўйида бўлади.

Аёллардаги бепуштлиқнинг бир қатор омиллари тафовут қилинади. Тухумдоннинг туғма ва орттирилган касалликлари (тухумдонларнинг киста ва ўсмалари, тухумдонларнинг юқумли касалликлардан сўнг зарарланиши) оқибатида вужудга келадиган бепуштлиқ.

Рентген нурлари, радиоактив моддалар, юқори ва ўта юқори тўлқинлар таъсирида ҳам тухумдонларда тузатиб бўлмас ўзгаришлар содир бўлиши мумкин.

Жинсий безлар бошқа эндокрин аъзолар билан бевосита яқин алоқада бўлганлиги боисидан бу аъзолар функциясининг бузилиши ҳам бепуштлиқка сабаб бўлади.

Тухумдонлар касалланса, одатда тухумҳужайраларнинг етилиши ва ажралиб чиқиши жараёни бузилади.

Бачадон найчасининг турли касалликлари туфайли ҳам аёлнинг бўйида бўлмайди. Бунда бачадон найчалари тўлиқ ёки қисман тиқилиб қолади ёки функционал ўтказувчанлиги бузилган бўлади.

Яллиғланиш касалликлари (сўзак, сил, аборт асорати) ҳам бачадон найчасининг тиқилиб қолишига сабаб бўлади. Бачадон найчасининг функционал жиҳатдан ўтказмас бўлиб қолиши бу сегментнинг нейроэндокрин бошқарувидаги бузилишларга боғлиқ бўлиши мумкин.

Бачадоннинг кўпгина туғма ва орттирилган хасталиклари бепуштликка сабаб бўлиши мумкин. Улар орасида бачадоннинг туғма аномалияларини (бир шохли, икки шохли бачадон, унинг чала ривожлангани, бачадоннинг нотўғри жойлашиши) ва яллиғланиши асоратларини айтиб ўтиш мумкин.

Бачадон бўйни орқали сперматозоидларнинг ўтиши қийинлашуви билан боғлиқ бўлган бепуштлик ҳам тез-тез учраб туради. Бунга аксар ҳолларда яллиғланиш жараёнлари (сўзак, трихомонада) сабаб бўлади. Бўйин канали оғзининг туғма ва орттирилган торайиши ҳам аёлнинг бўйида бўлмаслигида маълум даражада аҳамиятга эга. Чунки бундай торайган жойда сперматозоидлар ҳаракатланишига қулай шароит бўлмайди.

Қиннинг чала ривожланганлиги ва ундаги яллиғланиш касалликлари ҳам бепуштликка сабаб бўлиши мумкин, бироқ бундай бепуштлик жуда кам учрайди.

Бепуштлик жинсий яқинлик табиатига: жуда оз ёки жуда кўп жинсий алоқалар, вагинизм ва бошқа сабабларга нисбатан камроқ боғлиқ бўлади. Масалан, жуда оз, яъни онда-сонда жинсий алоқа қилинганда, сперматозоидларнинг аёлни уруғлантириш учун қулай имконият бўладиган даврига тўғри келиши қийин бўлади. Тез-тез, кўп бўладиган жинсий алоқаларда эса сперматозоидлар мойкада етилишнинг барча босқичларини тўлиқ ўтишга улгуролмайди. Вагинизмда эса қин мушаклари беихтиёр қисқариб, жинсий алоқа қилиш имконияти йўққа чиқади.

Баъзи муаллифлар аёлнинг жинсий алоқадан қониқмаслиги ҳам бепуштликка сабаб бўлиши мумкин, деб ҳисоблайдилар. Маълумотларимиз буни инкор этмоқда. Одатда оргазмни ҳали ҳис қилмаган ёш жувонларнинг бўйида бўлиши кўп кузатилган. Бунинг устига номусга тегиш оқибатида (бунда ҳеч қандай сексуал қаноатланиш ҳақида гап ҳам бўлиши мумкин эмас) ҳам ҳомиладор бўлиш ҳоллари маълум.

Бепуштликнинг 20 фоизи ҳам эркак, ҳам аёлга боғлиқ бўлади. Ҳақиқатан ҳам жинсий аъзоларнинг яллиғланиш жараёни бепуштликка сабаб бўладиган бўлса (эркаклар қатори аёлларда ҳам) эр билан хотин алоқа қилган чоғида касаллик қўзғовчи микроорганизмлар ўзга жинс органларига ўтмайди, деб ким кафолат бера олади.

Шу нуқтаи назардан қарайдиган бўлсак, бепуштликни аниқлаш учун эр ва хотинни текшириш ва даволаш зарур.

Жинсий аъзоларнинг туғма ва орттириладиган касалликларини ўз вақтида аниқлаш ва даволаш, алкоголь, чекиш каби зарарли одатларни тарк этиш, соғлом турмуш тарзига риоя қилиш, жинсий муносабатларда уйғунликка эришиш — оилада фарзанд кўриш функциясини сақлаб қолишнинг муҳим гаровидир.

## **ОРТТИРИЛГАН ИММУНИТЕТ ТАНҚИСЛИГИ СИНДРОМИ (СПИД)**

Янги касаллик — орттирилган иммунитет танқислиги синдроми (СПИД) нинг XX аср ўлати деб номлангани бежиз эмас. СПИД ватани Марказий Африка ҳисобланади. Бу касаллик вируси маҳаллий аҳоли ва маймунлар орасида тарқалган экан. Кейинчалик аҳоли миграцияси туфайли вирус биринчи навбатда Америкага (АҚШ), сўнгра Европага тарқалди.

СПИД касаллигини вирусларнинг икки тури — ВИЧ-1 ва ВИЧ-2 пайдо қилади, улар орасида ВИЧ-2 касалликнинг бирмунча енгил тури саналади.

СПИД — биз одатда тушуниб келган, билган касаллик эмаслигини таъкидлаш лозим. ВИЧ-1 ёки ВИЧ-2 вируслари таъсирида вужудга келадиган иммунитет танқислиги шунга олиб келадик, бунда ҳар қандай, энг енгил хасталик ҳам организмда оғир кечади, организм инфекцияга қарши кураша олмайди, оқибатда бошқа ҳолларда 100 фоиз соғайиш имконияти бўлган дард ҳам инсоннинг ўлимига олиб келади.

СПИД учун хавфли гуруҳ, яъни ана шу касалликка мубтало бўлган кишилар гуруҳи мавжудлиги аниқланган. Гомосексуаллар, фоҳишалар, ҳаёт тарзини бетартиб ўтказадиганлар, гиёҳвандлар ана шу гуруҳга кирдилар. Қон қуйиш, инъекция учун ишлатиладиган игнадан бир неча бор фойдаланиш СПИД билан касалланиш хавфини орттириб юборади.

СПИДга эркаклар кўпроқ мубтало бўладилар (10:1),

бу эркаклар ўртасида гомосексуализм ҳамда гиёҳвандларнинг кўплиги билан боғлиқ бўлса керак.

Нима бўлганда ҳам ВИЧ-1 ёки ВИЧ-2 вируси бемор (ёки касаллик ташувчи) қони орқали соғлом кишига ўтади. Узоқ муддат давомида (бир неча ойдан бир неча йилгача) вирус янги хўжайин организмида клиник жиҳатдан ўзини намоён этмайди, киши ўзини соғлом ҳис этиб юраверади. Бу шуниси билан хавфлики, бемор бу давр ичида вирус ташувчи вазифасини ўтаб, жинсий алоқалар чоғида (шу жумладан гомосексуал алоқаларда ҳам), шприц ва игналарни инъекция учун ишлатиш чоғида ҳам, донор сифатида қон топшириш пайтида ҳам вирусни тарқатиб, бу касалликка қарши курашни қийинлаштиради. Оқибатда бу занжирга янгидан-янги одамлар келиб қўшилаверади ва улар ҳам вирус ташиб, касаллик тарқатадилар.

Маълум муддатдан кейин (бир неча ой, баъзан йилдан сўнг) СПИДнинг дастлабки клиник аломатлари намоён бўла бошлайди. Беморнинг ҳеч қандай сабабсиз узоқ вақт иситмаси чиқади (37—38 даража). Бу пайтда бўйинда, тирсак букимидаги, қўлтиқ остидаги, човдаги лимфа тугунчалари катталашади. Беморнинг узоқ вақт мобайнида ичи кетиб юради, натижада аввалгидек овқатланиб юрса ҳам, озиб кетади. Организмнинг беқувватлиги ёки ҳимоя кучларининг тамомила йўқолиши натижасида терида ва жинсий аъзоларда йирингли яралар пайдо бўлади ёки яллиғланади. Иммунологик ҳимоядан маҳрум бўлган организм ВИЧ вирусидан эмас, балки ривожланган (аксар ҳолларда шамоллаш табиатидаги) касалликлардан ҳаяжот бўлади. Ҳозирги кунда СПИДга даво қилишнинг бирор самарали усули топилмаган ва амалда бу дардга мубтало бўлганларнинг 100 фоизи ўлимга маҳкум.

Шундан келиб чиқадиган бўлсак, касалликдан сақланишнинг энг самарали усули унинг олдини олиш эканлиги аён бўлади. Бу борада ишлар уч йўналишда: ахлоқий, тиббий ва ташкилий йўналишда олиб борилиши лозимлигини таъкидламоқчимиз.

Ахлоқий йўналиш дейилганда, биз никоҳгача, никоҳдан ташқари бўлган жинсий алоқалар, умуман сексуал шерик танлашда йўл қўйилаётган жинсий бебошликнинг «эркин» турларига қарши ишлаб чиқиладиган тадбирларнинг яхлит мажмуасини тушунамиз. Шунда жинсий ҳаётдаги уйғунлик — никоҳдан ташқари алоқаларга монелик қилувчи омил СПИД даражасини камайтиради, деган хулоса келиб чиқади.

Гомосексуализм ва фоҳишабозликнинг олдини олишга қаратилган жамоатчилик фикрини шакллантириш табиатидаги тадбирларни ҳам ахлоқий тадбирлар жумласига киритамиз. Бу ҳақда барқарор жамоатчилик фикрини туғдириш ҳам СПИДнинг олдини олишга ёрдам бериши шак-шубҳасиз.

Тиббий табиатдаги тадбирлар бир неча йўналишда олиб борилади. СПИДга қарши кураш ташвиқоти ва индивидуал муҳофаза воситаси — презервативлардан фойдаланиш учун имкон яратиш биринчи галдаги вазифалар жумласига киради. Афсуски, sanoатимиз СПИДнинг олдини олишнинг самарали усули бўлган презервативларга бўлган аҳоли эҳтиёжини қондиролмапти.

Инъекциялар учун бир марта ишлатиладиган шприцлардан қўлланишга ўтиш, дори-дармоннинг игнасииз усулларини ишлаб чиқиш ҳам СПИД профилактикасида муҳим аҳамиятга эга.

Ниҳоят, ташкилий тадбирлар. Бу сўз остида нафақат аҳолининг турли табақаларини СПИД муаммолари тўғрисидаги информациялар системасидан воқиф этиш, балки бир қатор директив ҳужжатлар ҳам тушунилади. 1987 йилда СССР Олий Совети Президиумининг «СПИД вируси билан касалланишнинг олдини олиш чоралари тўғрисида»ги фармони чиқди. Фармонга кўра СПИД касаллигини юқтириш хавфини туғдирган шахслар 5 йилгача муддатга, ўзида СПИД касаллиги мавжудлигини билла туриб, бошқа шахсга юқтирган фуқаролар 8 йилгача озодликдан маҳрум этиладилар. Бундан ташқари, Украина ССР Жиноят Кодексининг 122 бандига мувофиқ гомосексуализм бир йилгача озодликдан маҳрум этиш ёки уч йилгача сургун қилиш билан жазоланади. Худди шу ҳаракатлар зўрлаш билан ёки балоғат ёшига етмаганларга нисбатан қўлланилса, озодликдан маҳрум этиш муддати беш йилгача узайтирилади.

1987 йилга қадар қонунчиликда фоҳишабозлик учун жазолаш банди кўзда тутилмаган эди. Ҳозирги пайтда фоҳишабозлик билан шуғулланганлиги учун жазолаш юзасидан қонунга махсус модда киритилган.

УССР Жиноят Кодексининг 229<sup>1</sup>—229<sup>7</sup> бандларида гиёҳвандлик билан боғлиқ бўлган хатти-ҳаракатлар учун жиноий жавобгарликка тортиш кўзда тутилган. Наркотик моддаларни қонунсиз равишда сотиб олиш, тайёрлаш, асраш ёки сотиш мақсадида бошқа манзилга жўнатиш, шунингдек гиёҳларни ва ундан тайёрланган маҳсулотни қонунсиз равишда сотиш мол-мулки мусодара қилинган ҳолда 10 йилгача озодликдан маҳ-

рум этиш билан жазоланади. Худди шу ҳаракатлар такроран ёки бир гуруҳ шахслар билан тил бириктирилган ҳолда ёки илгари худди шу айби учун жазоланган шахс билан биргаликда содир этилса ёхуд бунда ўта хавфли рецидивист иштирок этса, УССР ЖКнинг 229<sup>2</sup>—229<sup>5</sup> бандларига мувофиқ кенг ҳажмда гиёҳвандлик маҳсулотларини сотган қатори мол-мулки мусодара этилган ҳолда 6 йилдан 15 йилгача озодликдан маҳрум этиш жазосига маҳкум этилади.

Наркотик моддаларни қонунсиз равишда тайёрлаш, асраш, харид қилиш, ташиш ёки бошқа манзилга жўнатиш сотиш мақсадида бўлмаса-да, 3 йилгача озодликдан маҳрум этиш ёки бир йилгача ахлоқ тузатиш ишларига жалб этиш билан жазоланади (УССР ЖКнинг 229<sup>6</sup> банди). Худди шу ҳаракатлар такроран ёки гиёҳвандликка қарши қонунчиликка зид ҳаракатлари учун илгари судланган шахс томонидан содир этилса, 5 йилгача муддат билан озодликдан маҳрум этилади (УССРнинг ЖК 229<sup>6</sup> банди). Худди шу ҳаракат такроран ёки олдиндан бир гуруҳ кишилар тил бириктирилган ёки ҳаёт ва саломатлик учун хавф туғдирмайдиган ҳолда куч ишлатиш билан содир этилса, ёхуд ўз хизмат вазифасига кўра худди шу моддаларни қўриқлаши керак бўлган, шунингдек УССР ЖКнинг 229<sup>1</sup>, 229<sup>3</sup> — 229<sup>5</sup> бандларида кўрсатилган жиноятни илгари содир этган шахс томонидан бажарилса, мол-мулки мусодара этилган ва этилмаган ҳолда, маълум лавозимни эгаллашдан маҳрум этган ва этилмаган ҳолда, 10 йилгача озодликдан маҳрум этилади (УССР ЖКнинг 229<sup>2</sup> банди, 2-қисми).

Наркотик моддаларни ўта хавфли рецидивист томонидан ёки босқинчилик йўли билан ўғирлаш, шу билан бирга уларни йирик миқдорда ўғирлаш мол-мулки мусодара этилган ҳолда 7 йилдан 15 йилгача озодликдан маҳрум этиш билан жазоланади.

Кўкнори, ҳинд нашасини, шунингдек экиш ман этилган, таркибида наркотик моддалари бўлган ўсимликларни эккан ёки ўстирган шахслар 5 йилгача муддат билан озодликдан маҳрум этилади (УССР ЖКнинг 229<sup>3</sup> банди). Шу хатти-ҳаракатлар такроран ёки илгари УССР ЖКнинг 229<sup>1</sup>, 229<sup>2</sup>, 229<sup>4</sup> ва 229<sup>5</sup> бандларига мувофиқ жиноий жавобгарликка тортилган шахс томонидан содир этилса, 3 йилдан 8 йилгача озодликдан маҳрум этилади (УССР ЖКнинг 229<sup>3</sup> банди, 2-қисми).

Наркотик моддаларни истеъмол қилишга мўлжал-



ланган гиёҳвандлар учун бино тақдим этганлиги учун бериладиган жазо муддати мол-мулкни мусодара этган ёки этмаган ҳолда 5 йилдан 10 йилгача озодликдан маҳрум этиш билан жазоланади (УССР ЖКнинг 229<sup>4</sup> банди).

Гиёҳвандликка жалб этиш 5 йилгача озодликдан маҳрум этишга олиб боради (УССР ЖКнинг 229<sup>5</sup> банди, 1-қисми). Худди шу хатти-ҳаракатлар 2 ёки undan кўп кишига нисбатан қўлланилса ёки илгари гиёҳвандликка қарши қонунни бузганлиги учун жазоланган киши томонидан содир этилса, озодликдан маҳрум этиш муддати 10 йилгача бўлиши мумкин (УССР ЖКнинг 229<sup>5</sup> банди, 2-қисми).

Наркотик моддаларни ишлаб чиқариш, харид қилиш, сақлаш, ҳисобга олиш, бериш, ташиш ёки бирон манзилга жўнатишнинг, белгиланган қоидаларини бузиш келтирган хавфга ёки унинг зарарига қараб, маъмурий ёки жинойий жавобгарликка тортилади (УССР ЖКнинг 229<sup>7</sup> банди).

Наркотик моддалар билан қонунга хилоф ҳаракатда бўлганларга нисбатан жинойий жавобгарлик билан бир қаторда маъмурий жавобгарлик ҳам кўзда тутилган.

Афсуски, СПИДнинг олдини олиш юзасидан кўрилатган чораларга қарамай, беморларнинг ўлгани ҳақидаги дастлабки ҳодисалар ва болаларга юқтириш ҳоллари рўй бермоқда.

## АЛКОГОЛЬ — ИЖТИМОИЙ ИЛЛАТ

Яна панд-насиҳатгўйликми, деб ўйлаш мумкин китобхон бу бобнинг сарлавҳасини ўқиб. Хулоса чиқаришга ошиқманг. Ўзингизга ҳавола. Ичиш ёки... яшаш, бунинг ўзингиз ҳал қиласиз. Тўлақонли, инсонлар билан мулоқотдан завқланиб, ҳаётдан лаззатланиб, маза қилиб яшаганга нима етсин!

«Маданий» тарзда ичишни билмаслигимиз энг асосий айбимиз, деган фикр мавжуд. «Ҳамиша ва ҳамма ичган» деб ўзимизга далда беришимизни айтмайсизми? Бу фикрларга мутлақо қўшилиб бўлмайди. Ичишган, лекин ҳамиша ва ҳамма эмас. Бутун-бутун халқлар (мусулмонлар) юзлаб йиллардан буён алкоғолнинг ҳар қандай турини инкор этиб келяптилар, уларга ҳеч нарса қилгани йўқ. Кам ҳам бўлмадилар, камбағал ҳам. Қўлёмалардан бизга етиб келган маълумотларга қараганда, рус халқи ҳақида гапирадиган бўлсак,

Қадимги Русда жуда кам ичишган (одатда байрамларда), асосан асал шарбати билан пиво ичишган, уларнинг қуввати ҳам 5—8 даражадан ошмаган. Русда пиянисталик катта шармандагарчилик саналган.

Ўткир ичимликлар (ароқ) Россияга XVI асрда Фарбий Европадан келтирилган. Шундан буён киши бошига бу заҳри-қотилни истеъмол қилиш кескин ошди. Агарда 1545 йилда Россияда атиги битта майхона мавжуд бўлган бўлса, XIX аср ўрталарида, алкоголь фабрика ва заводларда кўплаб ишлаб чиқарила бошлагач, 500 мингтадан ошиб кетди. Ҳар бир майхонада кечаю-кундуз ароқ сотиб олиш мумкин эди. Халқни маст қилиш ҳисобига бойиган фабрикантлар сони кўпайди, ҳукумат ҳам халқни тобора чуқурлашяётган ижтимоий муаммолардан: ҳуқуқсизлик, қашшоқлик, саводсизликдан чалғитиш мақсадида миллатни ёппасига заҳарлашдан манфаатдор эди. Россиянинг тараққийпарвар кишилари (Ф. М. Достоевский, Л. Н. Толстой ва бошқалар) ҳушёр ва соғлом турмуш тарзининг жўшқин тарғиботчилари эдилар. Рус жамиятининг виждони бўлган Россия зиёлилари алкогольнинг миллат саломатлигига ҳалокатли таъсирини кўрибгина қолмасдан ёппасига ичкиликбозликнинг ҳақиқий манбаи сабабларини билишар, бу иллатнинг илдиз отишидан ким манфаатдор эканлигини ҳам сезишарди. 1895 йилдан бошлаб, Россия ҳукумати ароқ-вино маҳсулотларини ишлаб чиқариш ва сотиш ишини ўз тасарруфига олди. Алкоголь ишлаб чиқариш ва уни сотиш мисли кўрилмаган даражада фойда келтира бошлади ва аҳолининг ҳар бири ҳисобига спирт ишлаб чиқариш кескин оширилди. Агарда бу рақам 1894 йилда 2,98 литрни ташкил этган бўлса, 1913 йилга келиб бир киши ҳисобига 4,7 литр спирт ишлаб чиқарилади. Биринчи жаҳон уруши бошланганидан кейин Россия ҳукумати ўз алкоголь курсининг жиноий эканлигини ҳис қилди. У алкогольли ичимликларни сотишни ман этишга рқзи бўлди. Бу қарор биринчи навбатда Россия халқлари ўртасида қизғин қўллаб-қувватланди. Масалан, сўралганларнинг 84 фоизи алкогольли ичимликларнинг доимий равишда ман этилиши тарафдори эканлигини билдирди.

Мамлакатимизда 1921 йили самогон тайёрлашга қарши кескин кураш эълон қилинди. Ароқ давлат учун иқтисодий жиҳатдан қанчалик фойдали бўлишига қарамай, уни ишлаб чиқариш ва сотишни кенгайтириш мумкин эмаслиги таъкидланди. Бироқ 1922 йилдан

бошлаб ана шу сиёсатдан аста-секин чекиниш рўй бера бошлади. Сталин бошқаруви даври алкоғолли ичимликларни ишлаб чиқариш ва сотишни кенгайтириш билан нишонланиб, давлат хазинасини тўлдириш баҳонасида кўпайтирила бошлади. Алкоғол ичиш кўпайишининг навбатдаги тўлқини 50-йилларга тўғри келди. Ақоли сонининг ўсиши ва алкоғол истеъмол қилиш суръатларининг қайғули статистикасига назар ташласак, мамлакат аҳолиси 1940 йилдан 1980 йилгача 35 фоз ошган ҳолда, алкоғолли ичимликлар истеъмол қилиш 7,8 баравар кўпайган. Уйда ҳам, ишлаб чиқаришда ҳам, шодликда ҳам, қайғули кунларда ҳам ичкилик ичиш турғунлик даврига хос бир ҳол бўлиб қолди.

Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти экспертларининг аниқлашларича, алкоғол наркотик заҳарлар жумласига киради. Алкоғолнинг киши иродасини фалаж қилиши, уни ўзига бўйсундириш қобилияти қадимдан маълум.

Ичкиликбозлар ўртасида меъда-ичак касалликлари (гастрит, яра касаллиги, холецистит, панкреатит), юрак хасталиклари (стенокардия, миокард инфаркти), ўпка касалликлари (хроник бронхит, пневмония, пневмосклероз) кабилар кўп учрайди. Пиянистанинг жигари ўзининг муҳим зарарсизлантирувчи функциясини йўқотади, унинг ҳужайраларидаги ўзига хослик хусусияти барбод бўлиб, бириктирувчи тўқималар билан алмашинади.

Алкоғол жинсий функцияга қандай таъсир кўрсатади? Зурриёт кўриш функциясига келсак, эркак жинсий ҳужайраси (сперматозоид), шунингдек аёл жинсий ҳужайраси (тухум ҳужайра) алкоғолга жуда сезгир бўлади. Даҳшатли томони шундаки, алкоғол заҳри билан зарарланган жинсий ҳужайралар ўзидаги уруғлантириш қобилиятини йўқотмайди. Оқибатда тўлақонли бўлмаган жинсий ҳужайралардан ҳомила ҳосил бўлиб, майиб-мажруҳ фарзандлар дунёга келади. Баъзан бу норасолик фарзанд туғилиши билан ундаги қандайдир жисмоний камчиликда ўз аксини топса, руҳий норасолик ойлар, баъзан йиллар ўтгач, намоён бўлади. Алкоғол бахти «шодиёнаси» бизга қимматга тушмаяптимикин? Фарзандларимизни соғлом тана ва руҳият бахтидан жудо этишга маънавий ҳақимиз борми? Халқимизни руҳий жиҳатдан қашшоқлашишга, жисмоний жиҳатдан қирилиб битишига маҳкум этишга бизга ким ҳуқуқ берди?

Аҳвол шунга олиб -келаётганлигини қайғули ста-

тистика рўйи рост кўрсатиб турибди. Отаси ёки онасининг, баъзан икковининг маст ҳолида жинсий алоқада бўлиши натижасида дунёга келган норасо фарзандлар сони юз маротабалаб кўпайган. Ақли заиф болалар учун очилган мактаблар ва мактабгача тарбия муассасаларида бундай болалар тўлиб-тошиб ётибди. Туғма мажруҳ болалар сони йил сайин ортиб бормоқда.

Сексуал функциясига келсак, бу ерда алкогольнинг салбий таъсири аста-секин, яширинча намоён бўла болади. Ичкиликни оз миқдорда ичиш баъзи эркак ва аёлларда жинсий майлни кўзғотади. Нафсиламбрини айтганда том маънодаги жинсий майл эмас, балки тормозларнинг олиб ташланиши ўзига нисбатан, ўз хулқи, обрў-эътиборига нисбатан ва сексуал шеригининг камчиликларига нисбатан талабчанликнинг камайиши оқибатида жинсий майлнинг бошқарилмайдиган шакли намоён бўлади. Бунда алкоголь таъсирида мураккаб сексуал ахлоқнинг кульминацияси, севги созининг юксак пардаси бўлган ҳиссиёт энг оддий эҳтиросни қондиришга айланади-қолади. Эркаклар қатори аёлларда ҳам алкоголь наркози таъсири жинсий ҳиссиётнинг энг олий нуқтаси — оргазм ҳолатидаги лаззатланиш том маънода ва тўлиқ ҳис қилинмайди.

Онда-сонда. (бирон-бир воқеа ёки байрам муносабати билан) ичувчи шахс билан ашаддий алкоголизм ўртасида масофа узоқ эмас. Бу икки шахснинг ташқи қиёфаси, ички дунёси ўртасидаги тафовутни бир тасаввур қилиб кўринг-а! Ичкиликбознинг талаб ва эҳтиёжи — таомга ва жинсий алоқага бўлган туғма инстинктни қондиришдан нарига ўтмай қолади. Унинг учун ким билан, қанча ва нимани ичиш, ким билан, қаерда интим яқинлик ҳиссига эга бўлиш эндиликда бундай шахс учун бари бир бўлиб қолади. Бундай кишилар билан мулоқот қилишдан ҳамма ўзини олиб қочади. Бу тамомила табиий ва қонуний ҳол. Чунки интим муносабатлар — бу севги-муҳаббатнинг чуққиси, энг олий нуқтаси. Бу — шахслараро муносабатларнинг, яъни икки шахс ўртасидаги муносабатнинг энг олий нуқтаси.

Алкоголнинг ўзига хос хусусияти шундаки, у жисмоний яқинликка қадар инсон шахсини деформацияга дучор қилади. Биринчи навбатда унинг бетакрор, бошқа кишилардан ажратиб турувчи шахсий инсоний хислатларига путур етади. Ҳолбуки унинг ана шу шахсий хислатлари аёлларга маъқул бўлиб, уларни ўзига тортар эди. Жасурлик, дадиллик, инсонийлик каби эркак-

**ларга хос хислатлар соҳиби эди у.** Алкоголь унинг юзига қора суртиб, барча яхши хислатлардан жудо қилиши билан бирга ундаги ўзига хосликни ҳам поймол этиб, ҳам маънавий, ҳам жисмоний жиҳатдан қашшоқланишига олиб келади. Қани энди ундаги жозиба, ҳис-ҳаяжон, камолотга интилиш, янги билимлар, дунёқарашини бойитишга интилиш! Энди унга бари бир.

Агарда дастлабки пайтларда алкоголь жинсий майлни «қўзғотса», уни суниестемол қилиш оқибатида ҳам фарзанд кўриш, ҳам жинсий функциялар таназзулга учрайди. Алкоголни суниестемол қилувчи эркакда интим яқинликка истак кескин сусаяди, бу жараёнга хос ёрқин ҳис-туйғулар сўнади. Жинсий алоқага бўлган майл сақланиб қолган тақдирда ҳам аксар ҳолларда уни амалга ошириш учун жисмоний куч етарли даражада бўлмайди. Интим ҳаётдаги дастлабки қийинчиликлар вужудга келади. Бу эса ўз навбатида ночорлик, тўлақонли эркак эмаслиги тўғрисидаги шахсий ҳиссиётнинг кучайишига олиб боради. Оқибатда эркак яна ичкиликка ружу қилади, ундан ўзига дардкаш ахтаради, вақтинчалик булса-да барча муҳим ҳаётий муаммоларни кейинга суришга ҳаракат қилади. Бир ёки (ҳар иккала) сексуал шерик вужудга келган вазиятни тўғри баҳолаб, тегишли хулоса чиқаришга қодир бўлолмаса, бундай ҳолатда жинсий ҳаёт уйғунлиги ҳақида гап бўлиши мумкинми?

Аёллар алкоголиزم бундан ҳам баттароқ ҳодиса. Зероки табиат аёлларга назокат, жозиба, қадди-қомат, севги-муҳаббат ато этган. Бу хислатларнинг барчаси аёлларда мужассам бўлмоғи керак. Маст-аластлик наҳотки аёлларга хос бўлса? Ҳолбуки жуда оз миқдорда ичкилик ичиш ҳам уни аёлларга хос бўлган табиий уятчанликдан, назокатдан, жозибадан маҳрум этади. Улар ўрнини бетакаллуфлик, қўполлик, хаёсизлик эгаллайди. Қачонлардир ўта нозик бўлган лабларидан шалоқ сўз учади. Бундай ҳолатдаги аёл кимга ҳам керак, дейсиз?! Кўнгил истагани, яккаю-ягонаси, бетакрор маликаси деб аталмиш ҳурилиқо шу аёлми? Наҳотки бирон-бир эркак ичиб олган, ўзлигини унутган аёлнинг фазилатлари, гўзаллиги ва жозибаси олдида бош эгса?! Наҳотки бундай аёл унда жинсий майл уйғотса?! Уйғотганда ҳам бундай аёл том маънодаги эҳтиросга, қалб ва тан бирлигини таъминлашга қодирми? Чунки захри-қотил бўлган ароқ унинг қалбини эгаллаб олган, танасини забт этган. Фикри ҳам тиниқ эмас. Қарахтлик бутун вужудини қоплаб олган. Қал-

бида севги-муҳаббат ҳиссини ўлдирган ароқ! Бундай аёл бу пайтда севгилисига эмас, балки вино худоси — Бахусга сажда қилади.

Алкоголь наркози инсондаги жинсий ахлоққа кескин ва зарарли таъсир кўрсатади. Ичкиликка ружу қўйган инсон кўпгина инсоний қадриятларга бўлган муносабатини ўзгартиради. Оилага, хотини ёки эрига бўлган муносабатида ҳам худди шундай аҳвол рўй беради.

Ичкиликни мунтазам равишда ичадиган шахсларда ижтимоий фаоллик пасаяди, манфаатлар доираси тораяди, вақти келиб улар касб-малакаларини йўқотадилар, иш жойларини тез-тез ўзгартирадиган бўлиб қоладилар. Ичкиликбознинг уйида бундан ҳам каттароқ ўзгаришлар содир бўлади. Оилада муҳит, эр-хотиннинг қизиқиш ва интилишлари ўзгаради. Улар ўртасида ҳам инсоний, ҳам сексуал маънода нифоқ ва низолар пайдо бўлади. Эр-хотиннинг дунёқарашида, интилишида қанчалик тафовут кескинлашса, интим ҳаётда ҳам уйғунликка эришиш шунчалик қийинлашади, оилавий бахтни сақлаб қолиш имконияти қўлдан кетади.

Оиладаги келишмовчиликлар никоҳнинг бузилишига олиб келувчи сабаблардан бири бўлиб, у нафақат айрим оила, балки жамият фаровонлигига ҳам таъсир қилади. Энди муаммо манбаига қайтадиган бўлсак, эсланг-а, ҳаммаси нимадан бошланган эди? «Саломатлик учун!» кўтарилган бир қадаҳ, «Байрамингиз билан!» кўтарилган бир қадаҳ, «Кўп қатори!» кўтарилган бир қадаҳдан бошланган эмасмиди?! Кўнгилхушлик билан ичкиликбозлик ўртасида бир чегара борми ўзи? Қаерда бардош тугайдию, қаерда ахлоқсизлик бошланади? Жамиятнинг ҳар бир аъзоси саломатлигига, шу қатори бутун жамиятнинг саломатлигига алкоголь зарари ва офатини ўлчаб бўладими?

Энди буёғини ўзингиз ҳал қилинг. Ичиш ёки... яшаш. Тўлақонли ҳаёт билан, бахт-саодатга ошна бўлиб, завқ-шавқ билан, инсоний баркамоллик ва ўзаро уйғунликда яшашга нима етсин!

Буёғи ўзингизга ҳавола...

## ОИЛА ВА ҚОНУН

Никоҳ — оила қуриш мақсадида эркак ва аёлнинг ихтиёрий иттифоқидир. Бир-бирини севувчи, балоғат ёшига етган шахсларнинг икки томонлама розилиғи

асосида никоҳдан ўтилади (53-модда). Эрак ва аёлнинг икки томонлама розилиги асосида оила қуриш никоҳнинг муҳим шarti ҳисобланади. Тўғри, ҳамиша ҳам бу қондага риоя қилинган эмас. Яқин тарихда бизнинг мамлакатимизда ва ҳозирги пайтда баъзи бир мамлакатларда никоҳдан ўтиш учун аёлнинг розилиги талаб қилинмайди.

Никоҳ ёши масаласига келсак, энг паст чегараси 18 ёш (Украина ва Ўзбекистон бундан мустасно, бу жумҳуриятларда қуйи чегара 17 ёшга тенг). Никоҳнинг юқори чегараси белгиланмаган. Маълум вазиятлар никоҳ ёшининг қуйи чегараси маҳаллий Кенгашлар қарорига мувофиқ истисно тариқасида ўзгартирилиши мумкин. Кўпгина мамлакатларнинг қонунчилиги моногамияни, яъни никоҳ ёшига етган эрак ёки аёл бир вақтнинг ўзида фақат бир эрак ва бир аёл билан иттифоқда бўлиши ва бир оилада туришини кўзда тутади.

Баъзи бир мамлакатларда полигамия (кўп никоҳлик) мавжуд. Бунда аксар ҳолларда битта эракнинг бир неча хотини бўлиши мумкин. Мусулмон мамлакатларида тўрт хотинга эга бўлиш одати тарқалган. Полигамия шароитида хотинлар сони эракнинг иқтисодий имкониётлари билан белгиланади. У қанчалик бой бўлса, шунчалик кўп хотини бўлиши мумкин.

Кўпгина маданий мамлакатларда полигамия манъ этилган. Агарда эр ёки хотиннинг бири илгари рўйхатдан ўтган бўлса, никоҳ ҳақиқий ҳисобланмайди.

Келгуси авлод саломатлиги ҳақида ғамхўрлик барча маданий мамлакатларда яқин қариндошлар (ака-укалар, опа-сингиллар) ўртасидаги никоҳни инкор этади. Баъзи мамлакатларда бу таъқиқ қатъий бўлмасдан бевосита қондош бўлмаган (холаваччалар, амакиваччалар, тоғаваччалар) ўртасида никоҳ манъ этилмайди. Бевосита қондош-қариндошлар билан никоҳдан ўтишни манъ этишда биринчи навбатда тиббий томонлари ҳисобга олинган. Яқин қариндошлар никоҳдан кўпинча туғма касалликлари бор болалар дунёга келади.

Руҳий хаста (эси паст) кишиларнинг оила қуриши мумкин эмас. Оғир руҳий хасталик, ақли заифлик, афсуски фарзандларга ота-онандан ўтиши мумкин. Шу сабабли никоҳдан ўтишдан олдин келин билан куёв саломатликлари ҳақидаги тиббий хулосани ЗАГСга тақдим этишларини талаб қилувчи қонун қабул қилинса, мақсадга мувофиқ бўларди. Бу ўринда гап чамаси руҳий хасталик, алкоголизм, гиёҳвандлик, онкологик, венерик

касалликлар, қон касалликлари ва СПИД ҳақида бо-риши мумкин. Балки бу қонун маънавий ва ахлоқий жиҳатдан бирмунча ўринсиз кўринса-да, оила ва ўсиб келаётган ёш авлод саломатлиги ва фаровонлиги шуни тақозо этади.

Мамлакатимизда бошқа маданий мамлакатларда бўлгани сингари никоҳдан ўтишда диний, миллий ёки ирқий чекланишларга мутлақо йўл қўйилмайди. Ҳолбуки ҳозир ҳам АҚШнинг айрим штатларида оқ танли билан негрлар, баъзан сариқ танлилар ўртасидаги никоҳлар ман этилган. Бизнинг кўпмиллатли мамлакатимизда миллий, диний ва бошқа характердаги никоҳга монелик қилувчи тўсиқлар йўқ. Яккаю-ягона шарт — эркак билан аёл ўртасида севги-муҳаббат ҳиссининг мавжуд бўлишидир.

Никоҳ кўпгина мамлакатларда махсус давлат муас-сасаларида қайд этилади. Давлат янги никоҳ қовушуви таркиб топганлигини гувоҳ сифатида тасдиқлаш би-лан бир қаторда янги никоҳ жуфтининг, шу жумладан ҳар бир аъзосининг манфаатларини ҳам ўз ҳимояси остига олади. Бироқ барча мамлакатларда ҳам никоҳ давлат муассасаларида рўйхатдан ўтказилмайди.

Шарқ мамлакатларининг баъзиларида ўтказиладиган диний никоҳ маросими асосий ва ягона саналади. Баъзи мамлакатларда эса (Англия, Финляндия ва бошқалар) ҳам фуқаролик (давлат), ҳам диний ни-коҳдан ўтиш маросими тан олинган.

Бизнинг мамлакатимизда ҳам фуқаролик никоҳи-дан ўтиш маросимидан кейин диний маросимга ҳам рухсат берилган.

Кўпгина мамлакатларда ёшларни унаштириш ода-ти сақланиб қолган. Бу одат қонунчилик актларини кўзда тутмаса-да, фикримизча бу кўҳна анъанани тик-лаш маъқул. Бу — никоҳ маросимига янада улўғворлик касб этиши билан бирга унаштирилган ёшларни ҳаёт-ларидаги энг муҳим воқеага бирмунча жиддийроқ тай-ёрланишга ундайди.

Биздаги қонунчиликка мувофиқ никоҳдан ўтувчи-лар учун ЗАГСга ёки қишлоқ Кенгашига олдиндан (камида бир ой аввал) ариза бериш кўзда тутилган. Маҳаллий ҳокимият вакиллари фавқулодда ҳолларда никоҳдан ўтиш расмий муддатини қисқартиришлари мумкин. Никоҳни рўйхатдан ўтказишнинг бир ойга су-рилиши ҳар доим ҳам кўзда тутилган самарани бер-маса-да, яхшилаб ўйламасдан, шошма-шошарлик би-лан тасодифий никоҳлар қайд этилмаслигининг олди-



ни олиш мақсадида қилинган. Бу борада унаштириш одатини тиклаш фикримизча бирмунча самаралироқ бўлади. Чунки қариндош-уруғлар, таниш-билишлар, ишхонадагиларга бўлажак никоҳ ҳақида маълум қилинишининг ўзи ёшлар зиммасига катта маънавий масъулият юклайди.

Келин-куёв расмий равишда рўйхатдан кейин бир-бирларига нисбатан нафақат ҳуқуқий, балки бир-бирларининг олдида маълум вазифаларни бажаришга ҳам масъуллик ҳуқуқига эга бўладилар. Эркак ва аёлнинг тенг ҳуқуқлилигидан келиб чиққан ҳолда эр-хотиннинг ҳуқуқ ва вазифалари ҳам расман деярли бир хил. Ҳаётда эса эркаклар аксар ҳолларда ўз ҳуқуқларини яхши билганлари ҳолда вазифаларини унутиб юбориш ёки эшлашни истамаслик ҳоллари кўпроқ учрайди.

Маънавий жиҳатдан эр-хотиннинг вазифалари табиатини фарқлаш лозим бўлади. Биринчи тартибдаги вазифалар ҳуқуқий ҳужжатларда аниқ баён этилган бўлса, иккинчи тартибдаги вазифалар бирмунча субъектив бўлиб, жамиятда қарор топган анъаналар таъсирида тез-тез ўзгариб туради.

Эр-хотиннинг расмий вазифалари жуда оз ҳолларда нифоқ ёки низога сабаб бўлиши мумкин ва ҳар иккала тасмондан ҳам бир хил маънода тушунилади. Маънавий табиатдаги вазифаларга келсак, бу ерда масала бирмунча мураккаброқ ҳал этилади (мабодо ҳал этилса!). Масалан, қонун томонидан эр-хотинлик садоқати кўзда тутилган. Лекин турли жамиятларда бу ҳодисанинг ахлоқий томони турлича талқин қилинади. Бир халқда ҳиёнат — ўлимга маҳкум этилажак гуноҳ ҳисобланса, бошқа халқларда чидаса бўладиган ҳол сифатида қабул қилинади.

Оила томонидан харид этилган у ёки бу буюмга (квартира, машина, дала ҳовли) даҳлдорликнинг ҳуқуқий масалалари келишмовчиликларга сабаб бўлади. Оила бузилган шароитда балоғатга етмаган фарзандлардан ташқари оиланинг барча аъзолари мол-мулкни тенг миқдорда бўлиб олишга ҳақлидирлар. Бу ҳодисанинг маънавий томонлари кўп ҳолларда ҳуқуқий нормаларга зид келади. Ажралиш ва ундан кейинги мол-мулкни бўлиш кечагина бир-бирини жондан севувчи эр-хотин ўртасига кучли нифоқ солади. Эр-хотиннинг иккови ёки бирининг бу ўринда ахлоқий нормалардан четга чиқиши унинг аввалги-оиласи тотув вақтидаги самимийлигига ишончсизлик туғдиради.

Эр-хотин ажралишганда қонун балоғатга етмаган болалар манфаатини қаттиқ туриб ҳимоя қилади. Болани боқиш учун ота ёки она (аксар ҳолларда она) алимент олади. Бу ҳодисанинг маънавий томони шундаки, аксар ҳолларда ота фарзандини боқиш учун етарли миқдорда моддий ёрдам ажратган чоғида ҳам тарбиявий ва ахлоқий бурчи бажарилмай қолади. Ўзингиз ўйлаб кўринг, ота-она билан бирга бўлиш, бағрида яшашдек бахтни ўзга нарса билан алмаштириб бўладими? Қай бир бола отасиз, меҳрибон ва мулоим она-сиз яшаши мумкин? Шу нуқтаи назардан қараганда, бу узилган меҳр-муҳаббатнинг моддий томони давлат қонунлари ёрдамида тўлдирилса-да, ота-она меҳри учун бўлган эҳтиёж ва талабни ҳеч қандай ижро қоғозини тақдим этиш билан қондириб бўлмайди.

Ажралиш — эр-хотиннинг оилавий ҳаёт йўлидаги энг охириги манзили ҳисобланади. Барча маданий мамлакатларда ажралишлар сони ортиб бормоқда ва бу ўсишда ижтимоий ҳаётнинг негатив томонлари ўз аксини топаяпти, деб бўлмайди. Инсон турмушининг мураккаб ва тўлқинли оқимида ажралишни ҳамиша ҳам иллат деб бўлмайди. Баъзан бу эр-хотинни бир-бирини алдашдан халос этувчи, уларга ўзликларини тиклашга имкон берувчи, ўз инсоний бахтларини топишга сўнги бор ундовчи яхшилик деб атаса ҳам бўлади.

Севги-муҳаббат қолмади... Балки аслида бу ҳиссиётнинг ўзи бўлмагандир? Барча бўлиб ўтганлари эса ҳақиқат бўлмай, балки орзуни амалда кўриш истагимиди?! Бундай ҳолларда эркак ёки хотинни жамоатчилик фикри ёки ҳужжатлардаги расмий ёзувлар тўхтатиб қола оладими? Адолат ва ҳақиқатнинг йўлнини тўсиб бўладими? Шундай экан, ҳақиқат мезони қаерда? Ажралиш сўнаётган, аммо сўниб улгурмаган севгини тамомила кўммайди, деб ким кафолат бера олади? Балки ҳиссиётларни яна бир синовдан ўтказиш керакмикин?! Димоғдорликни йиғиштириб қўйиб, суйганини бошқа кўз билан кўролса, ўзига нисбатан талабчанликни ошириб, маҳбубасининг камчиликларига нисбатан бирмунча сабот-матонатли бўлса, нима қилади? Хотирасида қолган энг яхши ҳис-туйғуларни, ёруғ кунларни тиклагани маъқулмикин?! Саволлар қанчалик кўп бўлса-да, биронтасига ҳам жавоб тополмайсиз. Нафсламбрини олганда, бу саволларга ким жавоб бера оларди, дейсиз! Лекин дўппини олиб яна бир марта ўйлаб кўрилса, ёмон бўлмасди. Юрагингизга қулоқ тутинг, қалбингиз билан маслаҳатлашинг, улар нима деяпти?

Қарор қатъий... Ажраламиз, тамом-вассалом! Давлат чўкаётган кемани қутқаришга интилади. Судда томонлар тингланади... Энг яхши ва осуда кунлар унутилади. Эр-хотин ўртасидаги масофа янада узоқлаша бошлайди. Охири ўртада тубсиз жарлик пайдо бўлади. Бир имзо билан сиз энди бегона кишиларга айланасиз. Орзиқиб қутилган озодликка эришганингиздан қувонманг. Сал нафасангизни ростлаб олинг. Танангизга бир ўйлаб кўринг. Яна бир оила ҳалок бўлди, яна бир орзумид кемаси бўронда ғарқ бўлди. Балки бўрон ҳам бўлмагандир, балки дарға ёки унинг қўли остидагилар бушда айбдордир?

Аҳолининг жойлашуви бўйича Умумжаҳон конференциясининг маълумотларига қараганда (1974), жами никоҳларнинг 20 фоизи ажралиш билан тугар экан. Бу ачинарли статистика афсуски кескин суръатлар билан ошиб бормоқда. Ачинарли томони шундаки, ажралишлар сонининг ортиши бизнинг мамлакатимизга ҳам тааллуқли. Айрим йиллари СССРдаги ажралишлар сони ҳар йили никоҳдан ўтганларнинг 40—50 фоизини ташкил этган.

Ажралиш — ижтимоий ҳодиса эканлигини талқин қилувчи икки машҳур фикр мавжуд. Биринчи фикр тарафдорлари, ажралиш — бу иллат, деб ҳисоблайдилар. Иккинчи фикр муаллифлари — ажралишлар миқдорининг ортиши ҳақиқий демократиядан, хотин-қизлар озодлигидан далолат бермоқда, деб ҳисобламоқдалар. Фикримизча, масалага бу тарзда бир томонлама ёндошиш керак эмас. Бу бамисоли оқ билан қорани, тун билан кунни, ҳаёт билан ўлимни таққослагандек бир гап. Ажралиш — турмушдаги одатий ҳол бўлиб, уни фожиага айлантириш ярамайди. Қандай бўлса, шундайлигича қабул қилиш лозим. Бу ўринда ажралиш расмий (юридик) табиатда ёки юридик жиҳатдан расмийлаштирилган бўлиши мумкин.

Ажралишнинг расмий маросими суд жараёнининг барча асосий атрибутлари сақланишини — эр-хотиннинг иккаласи ёки бири томонидан расмий ариза беришдан тортиб, атрофлича ҳар томонни суд жараёнида кўриб чиқишни кўзда тутлади.

Агар оилада балоғатга етмаган болалар бўлмаса, ажралиш ҳақидаги масала бирмунча осон ҳал бўлади. Оилада балоғатга етмаган фарзандлар бўлган чоғида бу масалани ҳал қилиш ниҳоятда мураккаб. Бундай ҳолда суд биринчи навбатда фарзанд манфаатларини ҳимоя этувчи у ёки бу қарорни қабул қилади.

Суд ажримининг барча босқичларида эр-хотинлар ажралиш ҳақидаги аризаларини қайтариб олишлари, расмий органлар эса бу босқичларда эр-хотинни яраштириш, оилани сақлаб қолиш учун бор имкониятларини **ишга солиши табиий ва бу ўз-ўзидан тушунарли**. Турли мамлакатлардаги қонунчиликлар никоҳни бузиш сабабларини баҳолашга турлича ёндошади. Бир мамлакатда никоҳни бузиш учун объектив ва асосли сабаб кўрсатилиши лозим бўлса (масалан, эр ёки хотиннинг хиёнати), бошқа мамлакатларда эр-хотиннинг бир-биридан кўнгли қолганлигининг ўзи ажралиш учун асос бўла олади. У ёки бу ҳолда ҳам оила расмий жиҳатдан ўз фаолиятини тўхтатади... янги, илгаригисидан мустаҳкамроқ ва ишончлироқ оилани қуриш мақсадида тўхтатади. Бунга эришиб бўлармикин?

## **ОТА-ОНАЛАРГА ВА КАТТА ЁШЛИ КИТОБХОНЛАРГА**

Оила шундай кўҳна даргоҳки, катта ёшдаги китобхонда бу ҳақда гапириш ёки ёзиш умуман шартми, деган савол туғилиши мумкин. Бунинг устига кейинги йилларда мазкур мавзуга бағишланган кўплаб китоблар пайдо бўлди, жарида ва рўзномаларда эса турли хил ҳодиса ва воқеалар билан боғлиқ мақолалар эълон қилинмоқдаки, уларда бу нозик мавзу у ёки бу даражада тилга олинмоқда.

Бизнинг узлуксиз ўзгариб, ривожланиб бораётган ҳаётимизда оиланинг роли ва вазифаси ҳам илгаригидек эмас, очигини айтганда, эндиликда биз никоҳга оид ёзилган ва ёзилмаган қонунларга рия қилаётганлигимизни ҳам аниқлаш қийин бўлиб қолди. Бундай шароитда бахтли бўла олиш учун биз ўз ҳаётимизни бошқара олишимиз муҳим аҳамият касб этади.

Биз бу ерда никоҳ билан боғлиқ бўлган барча орзумидлар, вазифалар, функциялар, мажбуриятларни санаб ўтмоқчи эмасмиз. Онлавий ҳаёт, баъзилар ўйлаганидек биргина жинсий ҳаёт билан боғлиқ эмаслиги вазиятни янада мураккаблаштирмоқда, бироқ нормал жинсий муносабатларсиз, яъни ҳақиқий никоҳсиз ҳам бу сўзнинг, яъни самимий оилавий муносабатларнинг қарор топишини тасаввур қилиш қийин. Бошқача қилиб айтганда, сексуал ҳаётни бошқа функциялардан ва оилавий шароитдан айри ҳолда кўриб бўлмайди. Оилавий ҳаётнинг барча томонлари ҳуқуқ ва вазифаларнинг ягона доирасидан иборат бўлиб, оилавий-никоҳ

муносабатларининг мазмунини ташкил этади. Шу боис биз жинсий ҳаёт билан боғлиқ муаммолар ҳақида гапирар эканмиз, бу мавзуни фақат шундай муаммога дучор бўлганлар билан чеклашимиз мумкин эмас.

Бизни бахтли қилувчи оилавий ҳаёт элементларидан бири — фарзандлардир. Фарзандлар ҳаётимизни гулларнинг камалак ранги мисол безайди, доимий бахтусаодатимиз манбаи бўлиб хизмат қилади. Шу билан бирликда уларнинг тақдири ва тарбияси тўғрисидаги улкан масъулият ҳиссини ҳам унутмаслигимиз даркор. Биз фарзандларимизни шундай қилиб тарбиялашимиз керакки, вақти келиб улар жамиятнинг фойдали ва эъозли аъзоларига айлансинлар, ундан ўзларига яраша муносиб ўрин олсинлар. Биз уларни нафақат ҳалол қилиб тарбиялашимиз, балки бахтли қила олишимиз ҳам керак. Шундай тарбиялашимиз керакки, уларнинг оилавий ҳаёти ҳеч бўлмаганда, бизникидан бир оз дурустроқ бўлсин.

Ҳаётда, жумладан оилада тез-тез учраб турадиган ғам-ташвиш ва қийинчиликларни биз катталар ўзимиздаги билим ва тажрибага таянган ҳолда бирмунча осонроқ енгиб ўтамиз. Ҳали ҳаёт тажрибаси ва билимига эга бўлмаган, шунингдек тарбиядаги иккиюзламачилик ва шахсиятпарастлик иллатлари кўпориб ташланмаганлиги боисидан ёшлар бундай вазиятларда кўпинча тўғри йўл тополмай қоладилар.

Мамлакатимизда оилавий ҳаёт ва жинсий муносабатлар асослари билан болаларни таништириш йўлга қўйила бошлади, бироқ бу ерда мактабнинг ролини инкор этмаган ҳолда оила, ота-оналарнинг сексуал маданиятини қарор топтиришдаги роли ҳам беқиёс эканлигини таъкидлаб ўтмоқчимиз.

Педагог болаларга никоҳ ва жинсий ҳаёт хусусидаги асосий тушунчаларни бериши яхши, аммо кўплаб айрим, баъзан болалар учун муҳим ва нозик муаммоларни ҳал этишда ота-онага мурожаат қилган яхшироқ. Тўғри, улар ҳам ҳамиша керакли маслаҳат бера олмасалар-да, ҳаётий мисолларда тушунтириш қўлларидан келади.

Дунёда қанча жуфт ёки оила бўлса, муаммони ҳал қилишнинг шунча имконияти мавжуд. Тоғ-тоғ китобларни ўқиб чиқиш мумкин, лекин уларнинг ҳаммасидан ҳам, айримларидан ҳам вужудга келаётган саволларга ҳамиша тўғри жавоб тополмайсиз. Шунга қарамай, ҳаётда шундай вазиятлар вужудга келадики, уларнинг кўпчилиги айрим кишилар ва гуруҳларга хос бўлади.

Шундан келиб чиққан ҳолда уларнинг моҳиятига қараб маълум ечимлар чиқарса бўлади.

Шу сабабли биз сексологик беморлар билан клиника шароитида олиб борган тажрибаларимизга таяниб, китобхонларга шундай китобни тақдим этаяпмизки, бунда кенг доирада ва кенг қамровли тарзда бўлмаса-да, бу бепоён мавзуни имконимиз даражаеида ёритишга ҳаракат қилдик.

Биз бу ерда китобхонни анатомия, физиология ва патологияга оид батафсил билимлар билан бошини огритишни истамай, баён қилинган муаммоларни тушуниш учун зарур бўлган даражада асосий жойларини олишга ҳаракат қилдик.

Китобхон ана шу билимлар ҳажмига эга бўлган китобни қўлга олар экан, ўзини ташвишлантираётган, қизиқтираётган ва тўлқинлантираётган муаммоларнинг моҳиятини яхшироқ тушунадн ва оилавий ҳаётга бирмунча тайёр ҳолда киради, деган умиддамиз. Замонавий тиббиёт фани касалликлар ва руҳий парокандаликни даволашдан кўра унинг олдини олиш осонроқ, деб ҳисоблайди. Бу китобни чоп этиш билан биз ота-оналар ва педагогларга соғлом оила барпо этишда кўмаклашишни ўз олдимизга вазифа қилиб қўйган эдик. Бунга қай даражада эришилганлигига баҳо бериш китобхонларга ҳавола. Биз самимият ва миннатдорчилик билан мазкур китоб мазмунини тўлдиришга ёрдам берувчи барча таклиф, мулоҳаза ва танқидий фикрларни қабул қиламиз.



## МУНДАРИЖА

Кириш . . . . .	3
Севги ва муҳаббат . . . . .	12
Жинсий ахлоқ . . . . .	20
Одам жинсий системасининг анатомияси ва физиологияси.	
Жинсий ҳаёт физиологияси ва психологияси . . . . .	24
Одамнинг нормал жинсий функцияси . . . . .	32
Одамлар жинсий ҳаётининг меъёри ва патологияси чегаралари	37
Руҳий кайфият . . . . .	41
Оила — жамият ячейкаси . . . . .	44
Бугунги ва эртанги кун оиласи . . . . .	50
Биологик етилишдан ижтимоий етукликкача. Жинсий ахлоқ- нинг шаклланиши . . . . .	58
Эркак ва аёл сексуаллигининг ўзига хос хусусиятлари . . . .	63
Жинсий алоқа . . . . .	67
Жинсий функцияларни бошқариш . . . . .	73
Интим яқинликнинг таркибий қисмлари . . . . .	76
Низолар, низолар . . . . .	91
Жинсий ҳаётда уйғунликнинг йўқлиги . . . . .	98
Жинсий ҳаёт гигиенаси. Жинсий хасталиклар психогигиенаси ва психопрофилактикаси . . . . .	108
Ўзни тута билиш маҳорати . . . . .	111
Оилани режалаштириш, жинсий-саломатлик ва оилавий бахт	115
Туғилишни бошқариш усуллари . . . . .	117
Бефарзандлик сабаблари . . . . .	120
Орттирилган иммунитет танқислиги синдроми (СПИД) . . .	125
Алкоголь — ижтимоий иллат . . . . .	129
Оила ва қонуи . . . . .	134
Ота-оналарга ва катта ёшли китобхонларга . . . . .	140

*Научно-популярное издание.*

**Игорь Иванович Горпинченко,**  
доктор медицинских наук,

**Шавкат Шавкатович Хакимов,**  
кандидат медицинских наук,

**Шукурходжа Алимович Закирходжаев**

## **ОТКРОВЕННО О СОКРОВЕННОМ**

Издательство имени Ибн Сины, Навои, 30.

Илмий-оммабоп нашр

**Игорь Иванович Горпинченко,**  
тиббиёт фанлари доктори,

**Шавкат Шавкатович Хакимов,**  
тиббиёт фанлари номзоди,

**Шукурхўжа Алимович Зөкирхўжаев**

## **ҲАЁ ВА ИБО СИРЛАРИ**

Таржимон *Тургун Халилов*  
Муҳарририяг мудири *Ботир Мансуров*  
Муҳаррир *Маъфират Орифжонова*  
Рассом *Муҳтарам Эргашева*  
Техмуҳаррир *Лидия Жижарская*  
Мусаҳҳиҳ *Ҳамидулла Исмаилов*

**ИБ № 1844**

Босмахонага 27.11.91. да берилди. Босингга 07.04.92. да руҳсат этилди. Бичими 84×108<sup>1/32</sup>. Газета қоғози. Адабий гарнитура. Юзори босма. Шартли босма табақ 7,56. Шартли буёқ-оттиски 7.77. Нашр. ҳисоб табақ 8,2. 111-90-рақамли шартнома. Жами 25000 нусха. 42.12-рақамли буюртма.

Ибн Сино номидаги нашриёт, 700129, Тошкент, Навоий кўчаси, 30.

Ўзбекистон Республикаси Давлат матбуот қўмитаси Фафур Фулом номидаги Нашриёт-матбаа бирлашмасининг 1-босмахонаси. 700002, Тошкент, Сағбон кўчаси, 1-берк кўча, 2-уй.