



СТИВ БИДДАЛФ

ДЭЛХИЙД №1 ГЭР БҮЛИЙН СЭТГЭЛ СУДЛААЧ

ЭРЧҮҮДИЙГ ХЭРХЭН

ХҮМҮҮЖҮҮЛЭХ ВЭ



Эрчүүдийг хэрхэн хүмүүжүүлэх вэ ?

Зохиолч: Стив Биддалф

Орчуулсан: О.Чинбаяр

Хянан тохиолдуулсан: О.Чинзориг, О.Чинбаяр

ISBN: 978-99929-898-0-7

© Энэхүү бүтээлийн эрх нь Монгол Улсын Зохиогчийн Эрхийн тухай хуулиар хамгаалагдсан болно. Бүтээлийг цахим хэлбэрээр түгээх эрхийг bookstore.mn цахим хуудас эзэмших бөгөөд зөвшөөрөлгүйгээр бүтнээр нь буюу хэсэгчлэн хувилах болон бусад ямар нэгэн хэлбэрээр олшруулах, ашиглахыг хориглоно.

www.bookstore.mn

Эр хүний амьдралд мөнгө олох, түүнийгээ зарцуулах хүслээс илүү чухал зүйл бий. Энэ нь бүрэн эрх чөлөөтэй байх, элбэг дэлбэг байх, бүтээж туурвих, хайрлах болон хайрлуулах чадвараас “хамаагүй илүү” юм.

Хэрвээ та эрэгтэй хүн бол энэ ном өөрийн гэсэн орчноо илүүтэй ойлгож, зорилгоо маш тодорхой болгоход танд тус болно.

Харин та эмэгтэй хүн бол энэ ном урьд өмнө байгаагүй мэдлэг болон туршлагаар таныг зэвсэглэнэ.

Уншигчдаас илгээсэн захидал

Эмэгтэйчүүд:

- Эрэгтэй хүн бичсэн ном гэж бодохоос л өөрийн эрхгүй нулимс унагалаа. Эрчүүдийн хөдөлгөөн бид бүхний амьдралыг эргүүлнэ гэдэгт найдаж байна.
- Энэ ном нөхөр болон эцэг хүний тухай миний бодлыг үнэхээр бүрэн өөрчилсөн. Миний сэтгэл их хөдөлж, бишгүй нулимс унагалаа. Энэ номын ачаар бид илүү ойр дотно болсон.
- Энэ ном амьдрал болоод хайр дурлалын тодорхой тэнцүүр, зорилго, утга учрыг олох гэсэн хүн бүрийн чин хүслийг дэлгэлээ гэж би бодож байна.
- Миний нөхөр олон жил тэмцэж байгааг би гэрчилнэ. Одоо тэр урагшлах замаа олж, залуугийн эрч хүч нь эргэн ирж байгааг би мэдэрч байна.
- Таны хэлсэн үг, таамаглал бүр миний хувьд маш үнэтэй. Би нөхрийгөө илүүтэй ойлгож, хүүдээ юу хэрэгтэйг тодорхой мэддэг болсон.

Эрчүүд:

- Энэ номын ачаар би амьдралдаа анх удаа үнэ хүндтэй эр хүн байхын учрыг ойлгож эхэлсэн.
- Миний найз энэ номыг өөрөөс нь аль эрт харилцаа тасалсан дүү нартаа илгээжээ. Дараагийн өдөр нь дүү нарынх нь нэг утасдан ном илгээсэн ахдаа талархал илэрхийлж, ярилцахыг хүсч байгаагаа хэлсэн байна.
- Эцсийн дүнд энэ ном эцэг, эхдээ зоригтойгоор сэтгэлээ дэлгэж, бодож санаж яваа зүйлээ ойлгуулахад тус болсон. Миний сэтгэл болоод бие ямар хөнгөн, аз жаргалтай, эрх чөлөөтэй, эрүүл саруул болсон гэж санана...
- Одоо л хэн нэг нь бидний дотор юу болж байгааг тодорхой илэрхийлж чадах боллоо.
- Таны ном миний уншсан номуудаас хамгийн хэрэгтэй нь гэдгийг би чин сэтгэлээсээ хэлэх байна.
- Одоо өглөөний зургаан цаг болж байна. Би унтаж чадалгүй дөрөв хагаст босоод номоо уншиж дуусгалаа. Ёстой сайхан!
- Гайхалтай ном байна! Би бүр уйлсан. Энэ номд маш олон зүйлийг тусгаж, тайлбарлажээ.
- Би номоо уншиж дуусаад хумсын чинээхэн охин, эхнэр хоёр минь тоглож байсан өрөөнд орлоо. Би эхнэрийнхээ хажууд суугаад түүнийхээ энгэрт нүүрээ наан уйлсан. Би ингэж уйлаагүй удсан шүү.

Өмнөх үг

Мельбурны Dallas Brookes Hall-ын тайзны ард би зогсож байна. Зүрх амаар гарах нь уу гэлтэй байлаа. Би олны өмнө үг хэлэхээр гарах бүртээ айдаггүй ч заримдаа ингэж зүрх алддаг. Тийм үед би завсарлагын танхимд байгаа сонсогчдын хэн нэгтэй хөөрөлдөхөөр явах шалгарсан аргыг ашигладаг.

Би хэдхэн минут ийм бодолд автсаны дараа хоёр гартаа шивээстэй, хөх цамцтай, ямаан сахалтай, надаас холгүйхэн зогсох том биетэй эрийг ажив. Тэр над руу эгц харж байснаа хажуудаа зогсох хоёр руу толгой дохилоо. Тэр гурав шууд намайг чиглэн хэдхэн секундын дараа миний өмнө ирсэн. Эхнийх нь толгойгоо арагш гэдийлгэн хөмсөг зангидсанаа,

-Чи намайг мөрдөөд байна уу? гэж асуув.

Миний ам яг л аквариумд байгаа загасынх шиг дуугүй ангайсанаа хаагдахад би өөрийнхөө тухай “Юу яриад байна аа, бурхан минь?” гэж бодлоо.

Тэр намайг тийм ч удаан зовоосонгүй. Түүний нүүрэн дээр мишээл тодорч, “Энэ золигийн ном. Чи түүнд миний тухай бичжээ, нөхөр минь” гэв.

Би ч бас инээж, байдал нааштайгаар эргэн, тэр намайг аав, ах хоёртойгоо танилцууллаа. Мань эр тайлбарлаж, нөгөө хоёр нь дуугүй л зөвшөөрснөө илтгэн толгойгоо дохиж байв. Тэр гурав бие биетэйгээ олон жил холбоо харилцаагүй амьдарч, бараг л танихгүй болдог дээрээ тулсан байж. Харин “Яаж эр хүн болох вэ?” номыг уншаад тэр аав, ах хоёртоо дамжуулжээ. Гурвуулаа ямар нэг чухал зүйлийг ойлгож, одоо бүгд хамтдаа надад талархал илэрхийлэхээр, бас хажуугаар нь миний өөр юу гэж хэлэхийг сонсохоор ирсэн байна.

Гэр бүлийн сэтгэл зүйчийн хувьд ажлынхаа үр дүнд сэтгэл хангалуун байгаагаа дээр иш татсан байдалд ил тод илэрхийлж болохгүй. 1990-ээд оны сүүлээр хувирашгүй хүйс болох эрчүүд өөрчлөгдлөө. Энэ асуудал эрчүүдэд хандах сөрөг хандлагын ханыг босгосон, харин “Яаж эр хүн болох вэ?” ном энэ ханыг нураах хэрэгслүүдийн нэг болов.

Ном анх 1994 онд хэвлэгдэн гарч, тун удалгүй хорин таван мянган уншигчтай болсон юм. Түүгээр барахгүй сэтгүүл, сонингуудын нийтлэлүүд, радиогийн санал шүүмжлэлүүд, хувийн хэдэн мянган ярилцлагад эрчүүдийг өөрчлөх боломжийн тухай энэ сэдэв улам олонтаа хөндөгдөж эхэлсэн. Тэгэхдээ энэ сэдэв азгүйтсэн бяцхан хөвгүүдийн дунд биш, өөрчлөгдөж чадах, өөрчлөгдөхийг хүсч байгаа насанд хүрсэн эрчүүдийн хэмжээнд яригдаж байлаа. Зар сурталчилгаа, ток-шоу, телевизийн драмд энэ санаа тусгалаа олж байв.

Харин энэ номын санааг дараахь маягаар илэрхийлж болно. Эрчүүдийн амьдрал мөнгө олох, олсоноо зарцуулахаас илүү утга учир агуулдаг. Тэр өөрт нь таалагдахаа больсон машины эрэг шураг болох ёсгүй. Хөдөлгүүр эвдэрсэн бол түүнээс салах хэрэгтэй. Өөр амьдрал бий. Тэр нь эрх чөлөө, элбэг дэлбэг байдал, сексийн сэтгэл ханамж, амжилт бүтээл, хайрлах чадвар, хайрлуулах боломж дүүрэн, хэдийгээр зохих үнэ хөлс төлөх хэрэгтэй ч та өөрийнхөөрөө эзэн нь болж чадах амьдрал юм. Эмэгтэйчүүд эрх чөлөөтэй болсон нь нийгмийн ерөнхий

байдлыг хангалттай өөрчилж чадаагүй. Бид урьдын адил дайн байлдаантай, харамч сэтгэлд хөтлөгдсөн, ганцаардсан, тархай бутархай ертөнцөд аж төрж байгаа бөгөөд энэ нь толины тусгал шиг бидний гэр бүлд, бидний сэтгэл мэдрэлийн эрүүл мэндийн эмгэнэлт байдалд илэрч байна. Миний уулзаж байсан эрэгтэй хүн бүрийн танил эрэгтэйчүүдийн дунд амиа хорлосон, эсвэл шоронд суусан, гэр бүлээ жигшдэг, эсвэл түүнийг хүүхдүүд нь үзэн яддаг нэгэн байжээ. Гэхдээ өнгөрсөн үед болон одоо эрчүүд аажмаар өөрчлөгдөж байна. Тэд утгагүй ажлаа орхиж, хэтэрхий том байшингаа худалдаж, гэр бүлийнхээ амьдралыг тохинуулж, харилцаандаа гарсан ан цавыг бөглөж, илүү амар тайван аж төрж эхлэн эрчүүдийн нийгэмлэг байгуулж, хамтарсан ажиллагаанд нэгдэн, сарны гэрэл дор бүжиглэх цаг гаргаж байна.

Хэрэв уншигч та эрэгтэй хүн бол энэ ном танд орчин тойрныхоо оньсогуудын заримыг нь ойлгож, зорилгоо илүү тодорхой ухаарахад тус болно гэдэгт би найднам. Хэрэв та эмэгтэй хүн бол эрэгтэйчүүдийг үл хайхарч энэ номыг уншсанд баярлалаа. Ямар нэг юм болвол та туслаарай.

Чөлөөлөлт буюу энэ ертөнц дээрх бүх хүний хувьд шударга бөгөөд эрх чөлөөт амьдрал тийм хол санагдавч алсад тэнгэр нижигнэх, боолуудын дуулах дуу, галт тэрэг аажим ойртож байгаа нь сонстдог шиг та түүний мохошгүй хүчийг ямар ч байсан мэдрэх болно. Ертөнцөд шинэ эрэгтэй хүн буй болох цаг болсон гэдэгт эргэлзэж хэн чадах билээ?

Стив Биддалф,

СКорора Бэй

С2002 он

Нэгдүгээр бүлэг.

Асуудал

Эрчүүдийн дийлэнх нь өөрийн гэсэн амьдралгүй. Тэдэнд амьдралын оронд өөрийгөө хамгаалахын тулд үргэлжлүүлэн тавьсаар байгаа томоохон жүжиг л байна. Бие даасан амьдралын хамгийн эхэнд бид хөдөлмөрч, биеэ дажгүй аваад явчихдаг, сайхан сэтгэлтэй, шийдэмгий залуу, мэдрэмтгий шинэ хүн гээд л тогтсон хэдэн багийн аль нэгийг сонгодог. Харин дараа нь жил ирэх тусам тийм байх ёстой гэсэн дүр эсгэсээр байдаг. “Тун догь!” “Амьдрал сайхан болно!” Харин тийм баган дороос сэтгэлийнхээ гүнд нууцалсан ганцаардлыг олонтаа харж болно. Амьдарч байгаа дүр эсгэх, жинхэнээсээ амьдрах хоёрыг зүйрлэхийн аргагүй юм.

Эмэгтэйчүүдэд өөрийн гэсэн асуудал байдаг. Гэхдээ тэдэнд тулгардаг асуудлуудын дийлэнх нь ядаж сэтгэл, итгэл үнэмшилтэй өөрсдийн тодорхой мэдрэмж дээр үндэслэсэн байдаг. Эмэгтэйчүүд бүхэлдээ өөрсдийгөө хэн болох, юу хүсч байгаагаа мэддэг.

Хаанаас ийм ялгаа гараад байна вэ? Эрэгтэй, эмэгтэй хүүхдүүдийн амьдрал ижилхэн эхэлдэг. Хүүхдүүд багаасаа л өөрийгөө ойлгож ухаарч, амьдралын сайн сайханд найдаж эхлэн, амьдрал гэдэг адал явдал хэмээн баясдаг. Иймээс л хүүхдийн хажууд байхад таатай байдаг юм. Гэвч хөвгүүд хөндлөнгийн аливаа халдлагад аажмаар бүрэн автатлаа сэтгэл нь бүр багаасаа хумигдаж эхэлдэг байна. Хүү өсч том болоод эр хүн болохын цагт шаардлагагүй асар их эрч хүчтэй, торонд хашигдсан, толгой эргүүлсэн амьтны хүрээлэнд өссөн бар мэт болдог. Амьдрал ямар нэг том зүйл байх ёстойг тэр мэдэрдэг ч чухам юу болохыг мэддэггүй. Мөчид бодол нь түүнийг амьдралаа үрж, найз нөхөд, гэр бүл, бүр өөрийнхөө өмнө дүр эсгэж, “Бүгд зүгээр” гэж өөртөө итгүүлэхэд хүргэдэг.

Бүхэл бүтэн хоногийн 24 цагийн турш дүр эсгэх нь амаргүй хөдөлмөр. Тиймээс цаг хугацаа өнгөрөх тусам таагүй байдал үүсгэж, сэтгэл ханамжгүй байдал нь онцгой ан цав, гунигийг төрүүлдэг. Та өөрөө үүнийг ажигласан байж болох юм. Заримдаа энэ мэдрэмж жинхэнэ эрх чөлөөний амтаар буюу та хангалуун амьдралтай гэсэн сэтгэгдэл гэнэт зурсхийснээр ирэх нь бий. Тэнгисийн эрэг дээр ганцаараа зогсож байтал гэнэт давалгаа, модод, тэнгэрт уусан алга болж байгаагаа та мэдэрнэ. Эсвэл ямар нэг онцгой мөчид хажуудаа нэгэн эмэгтэйтэй зогсож, маш их хүсэл тачаал эсвэл энхрийлэн хайрлах гэнэтийн таашаал мэдэрнэ. Эсвэл хүүхдүүдтэй тоглож байгаад гэнэт хүүхэд насандаа эргэж очиж, байдгаараа байгаа мэт сэтгэгдэл төрж, ирээдүйд юу болох бол гэхээс айн дагжин чичирнэ. Энэ мөч хөгжим эсвэл киноны ямар нэг өчүүхэн хэсэг шиг энгийн байж болох юм. Та ямар нэг тодорхойгүй, гэхдээ гайхалтай зүйл олж авна. Харин дараа нь энэ байдал алга болж, тархинаас тань арчигдан, та эргээд дассан ажилдаа орно.

Эрчүүдийн амьдралын жүжгэн дэх азгүйтэл /ан цав ч гэдэг/ илүү хүнд тусч, удаан үргэлжилсэн сэтгэл санааны хямрал, гай зэргээр үргэлжилж магадгүй. Эсвэл дунд насныхан үнэхээр цөхөрч ядаж байхад ядаргаа давхцаж, ойр дотныхон нь хайрлахгүй байгаа мэт сэтгэгдэл төрөх нь олонтаа байдаг.

Түүний хувийн амьдралтайгаа нийлсэн холбоо гэнэт хамгийн нарийн утас мэт хэдийд ч тасрахад бэлэн болсон байна. Бид ийм түүхийг өдөр бүр сонсдог.

- Хобартын дунд сургуулийн багш эхнэрээсээ салжээ. Шөнө орой болсон хойно тэр тэнгисийн эрэг рүү явж, ус руу орсон байна. Тэрбээр усанд шумбагчийн хүнд бүсийг мултрах боломжгүй болгохын тулд хүндрүүлэгчтэй холбон зүүжээ. Хэдхэн секундэд тэр живсэн гэнэ. Цэнхэртсэн, хөөж пэмбийсэн түүний цогцос өглөө нь тэнгисийн түрэлтээр хөвөн гарч ирсэн байхыг олжээ.

- Мельбурны дунд сургуулийн бахархал болсон 17 настай хүү төгсөлтийн зургаан шалгалтынхаа тав дээр өндөр авчээ. /Хүү маш их хичээсэн ч жаахан ядарснаасаа болоод шалгалтан дээрээ бага зэргийн алдаа гаргасан аж./ Тэрбээр эцгийнхээ гар бууг аваад шөнө голын эрэг дээр очин ам руугаа буудсан байна.

- Нэг залуу Аделаидын дэлгүүрт “дотуур хувцасны үзүүлбэр” үзэж байжээ. Хэмнэлтэй хөгжим дуугарч, тэнд цугласан хүмүүсийн сэтгэлийг чадварлагаар хөөрүүлж байлаа. Тэр харж зогссоноо ичих, биеэр нь гүйх хөөрөл хоёрын мөргөлдөөнийг давхцуулж чадсангүй. Эмэгтэйчүүдийн энэ эротик зогсолтууд түүнд мэдээж хайр дурлал санал болгоогүй. Энэ чинь юу болж байна вэ? Хөөрөлд автсан тэр залуу тайз руу үсрэн гарч, муухай үгс чулуудахад хамгаалалтынхан түүнийг доош чирч буулгалаа. Цагийн дараа тэр ойролцоох тэнгэр баганадсан барилга дээрээс үсэрч үхжээ.

Хорьдугаар зуун бүхэлдээ, одоогийн хорин нэгдүгээр зуунд хүртэл эрчүүд шаналж байсан, шаналж ч байгаагийн тодорхой, маргаангүй нотолгоо /”Баримттайгаар нүүр тулах нь” гэсэн статистикийн мэдээллийг үзээрэй/ байдаг. Шаналлуудын загварууд давтагдах бөгөөд харгис хатуу юм. Амиа хорлолт, эрт үхэл, азгүй явдал, тамхи татах зуршил гэсэн статистикийн баримт дээр эрэгтэйчүүдийн нэрс эрээчээтэй байна. Шаналж байгаа эрчүүд бусдыг шаналахад хүргэдэг. Эхнэртээ гар хүрсэн, хүүхдүүдээ хүчирхийлсэн, гэр бүл салсан, бизнес болон улс төр дэх ёс суртахууны ялзрал гээд энэ бүхэн олон тооны эрчүүдийн сэтгэл санаа, ёс суртахууны зарчмын ямар нэг таагүй байдлыг зааж байдаг. Сургууль дээр буудалцсан, хүний амь олноор хороосон хэрэг. Эрэгтэй хүн бол эрэгтэй хүн л байдаг. “Туниг гутрал дугаа гэж үү?” гэж Роберт Блай хэлжээ.

Гэхдээ сөрөг муу зүйл хангалттай байна. Байдлыг өөрчлөхийн тулд бид байдлаа ойлгох хэрэгтэй. Эндээс дараахь чухал асуултууд урган гарч байна. Айвен Майлатаас эхлээд Билл Клинтон хүртэлх буруу ажилладаг эрчүүд энэ чинь бүхэлдээ эрүүл нийгмээс гадуур зүйл гэж үү? Эсвэл ямар нэг өө сэв буйгаас бүх эрэгтэйчүүд амьдралтай тийм муу холбогдсон учир усанд хаясан чулуу шиг аюултай биш үү? Энгийнээр хэлэхэд, тэдэнд ер нь бяцхан хөвгүүнээс амьдралыг хайрладаг, амьдралд итгэл төгс том эр хүн болох талаар ойлголттой байдаг юм болов уу?

Баримттайгаар нүүр тулах нь

Энэ дэлхий эрчүүдэд харьяалагдана гэж бидэнд ярьдаг ч эрэгтэй хүний эрүүл мэнд, аз жаргал, амьдрах чадварын талаар статистикийн үзүүлэлт эсрэг нотолгоог харуулж байна.

- Эрчүүд дунджаар эмэгтэйчүүдээс зургаан насаар богино насладаг.
- Эрчүүд дотно харилцаа тогтоох чадваргүй /ердөө хоёр үзүүлэлт байна: гэрлэлтийн 40 хувь нь салалтаар төгсдөг, гэр бүл салсан таван тохиолдлын дөрөвт эмэгтэйчүүд санаачилга гаргадаг/.
- Хүчирхийллийн хэргээр ял эдлэгсдийн 90 гаруй хувийг эрэгтэйчүүд, хохирогчдын 70 хувийг эрчүүд эзэлдэг.
- Дунд сургуульд сахилга бат муу хүүхдүүдийн бараг 90 хувь нь хөвгүүд, сурлагаар тааруу хүүхдүүдийн 80 хувийг мөн л хөвгүүд эзэлдэг байна.
- Долоон хөвгүүний нэг нь 18 нас хүртлээ насанд хүрэгчид эсвэл насаар ах хүүхдүүдийн сексийн халдлагад өртдөг.
- Шоронд ял эдэлж байгаа хоригдлуудын 90 гаруй хувийг эрчүүд эзэлж байна. Ажилгүйчүүдийн 74 хувийг бас л эрэгтэйчүүд эзэлжээ.
- 12-60 насны эрчүүдийн дундах үхлийн шалтгаануудын нэг нь амиа хорлолт байдаг аж. 2000 онд нас барсан эрэгтэйчүүдийн 36-ны нэг нь амиа хорлосон байна.

Манай гаригийн эрэгтэйчүүдэд ноцтой асуудал байдгийг сүүлийн үзүүлэлт маш тодорхой харуулж байна. Эрчүүд болон хөвгүүд эмэгтэйчүүдээс дөрөв дахин олон удаа амиа хорлодог аж.

/Эрчүүдийн энэ үзүүлэлт зам-тээврийн ослоор амиа алдагсдын үзүүлэлтээс давж байна. Гэхдээ үхлийн энэ хоёр шалтгаан ямар нэг байдлаар холбоотой байж болох юм/

Австралийн статистикийн товчооны мэдээллээс иш татав

Хоёр дахь нотолгоо үнэн гэдэгт би итгэлтэй байна. Дэлхийн янз бүрийн хэсэгт би бараг зуун мянган хүнтэй янз бүрийн уулзалт, танилцуулгын үеэр нүүр тулж байлаа. Энэ уулзалт ерөнхий санааг нотолж, тодотгож байдаг. Амьдралын зохион байгуулалтад ямар нэг буруу зүйл байдаг. Эрчүүдэд зүгээр нэг амьдралд дасан зохицохоос илүү нухацтай, гүнзгий өөрчлөлт хийх хэрэгтэй байдаг. Нийгэм хөвгүүд, эрэгтэйчүүдийн амьдралын бүх нөхцөл байдалд өөрчлөлт хийх хэрэгтэй. Азаар амьдрал нэг газраа зогсоод байдаггүй, өөрчлөлт гарч байдаг. Холыг харалгүй, бидний хажууд аж төрж байгаа эмэгтэйчүүдийг харъя.

Хорьдугаар зууны дундуур өрнөдөд дундаж орлоготой эмэгтэйчүүд амьдралдаа маш сэтгэл ханамжгүй байжээ. Гал тогоо-хүүхэд-зуслан гэсэн хязгаарлагдмал үүрэг нь өөр сонголтгүй, тийм амьдрал таалагддаг эмэгтэйчүүдийн ч урмыг хугалсан мэдрэмж төрүүлдэг байв. Энэ асуудлыг шийдэхээр Эмэгтэйчүүдийн холбоо байгуулагдсан юм. Тус холбоо сүүлийн дөрвөн жилд нийгмийн хамгийн хүчтэй хүчин болсон билээ. Энэ хөдөлгөөн олон түвшинд өөрчлөлт оруулсны дотор эмэгтэйчүүдийн дотоод мэдрэмжийн түвшинд, тухайлбал аль эрт тэдэнд оноосон эр, эмийн ажлаа гүйцэтгэхийн сацуу ямар амьдралаар амьдрахаа сонгох боломжтой болсон юм. Тиймхөдөлгөөн эрэгтэйчүүдийг хамраагүй, харин тэдний хажуугаар өнгөрсөн нь харамсалтай.

Эрчүүд амьдралдаа тогтоон барьж, хязгаарлаж байгаа тэр хүчийн талаар ахиулан харах ээлж болжээ. Чухамхүү өнөөдөр дундаж орлоготой эрэгтэй хүн маш аз жаргалгүй байгаа бөгөөд сэтгэл санааны энэ шаналгааны хариуд өөр нэг шинэ шаналгаа үүсч байна. Сүүлийн арван жилд Эрчүүдийн хөдөлгөөн үүсч, тэдний асуудлыг илүү тодорхой ойлгож, асуудлыг шийдэх арга замыг олохыг санал болгож байна. Чимээгүй шаналгаанд дарагдан хазайхын оронд тэд өөрсөддөө илүү сайхан амьдралыг байгуулж, сайн залуу /үнэмшмээргүй боловч баримт!/ байж сурна гэсэн санааг агаар агуулсан мэт мэдэрч байна. Энэ ч тийм муугүй шүү! Эрчүүд бид эцсийн эцэст дэлхийн мангас биш, ямар ч байсан бидэнд тийм бодол байхгүй. Гэхдээ бид хорьдугаар зууны сүүл үеийн сурталчдын бидэнд итгүүлэхийг оролдож байсанчлан эмэгтэйчүүдийн дууриамал биш. Хичнээн эрэгтэй хүн байна, төдий тооны эр хүн байх арга бий бөгөөд энэ бүх арга эрүүл, тод, нэгдсэн, тулгасан биш, халамжаар дүүрэн, бие биетэйгээ ижил биш, чөлөөт байж болно.

Энд тэнцвэрийн тухай, “залуучуудад зориулсан ямар нэг зүйлийн” тухай яриагүй шүү. Эрчүүдийн хөдөлгөөн нь Эмэгтэйчүүдийн хөдөлгөөний /шулууухан хэлэхэд/ хэрэгжүүлж чадаагүй тэр үүргийг өөртөө хүлээсэн юм. Эмэгтэйчүүдийн хөдөлгөөн хорьдугаар зууны буруу байгуулалттай тавиад онд хөгжсөн, чөлөөлөлтийг амлаж байсан боловч өнөөдөр ч бид тийм их аз жаргалтай биш байна. Манай нийгэм бодитойнэгдэл эсвэл амьдрах чадвартай системийг дахин санал болгохгүй. Энэ нийгэм цөөхөн хүний гарт мөнгө төвлөрүүлэх механик мөлжлөгийн арга хэрэгсэл болжээ. Өөрөөр хэлбэл нийгмийн гишүүдийн сэтгэл үхдэг, хүн гэдэг амьтны хашаа болжээ. Үүний зэрэгцээ энэ механизм хэдэн арван жил оршин тогтнохын тулд гурав дахь ертөнцийг муухай, бохир болгож байна. Эмэгтэйчүүдийн хөдөлгөөн нэг удаа соёлын эсрэг болж, чөлөөлөлттэй холбоотой байсан ч шударга ёсонд нийцэхгүй байлаа. Эмэгтэйчүүд дэлхийд эрчүүдийн бат бэх байр суурийг эзэлсэн ч дэлхийн түшиг тулгуур болсон үндсэнд онцын өөрчлөлт ороогүй юм.

Ямар нэг илүү чухал зүйл болох хэрэгтэй байсан бөгөөд эрчүүдийн урам хугарсан байдлын газар хөдлөлтийн байдлаар газар авах нь ийм өөрчлөлтөд хүргэх тийм хүч байж болох юм. Байгаль орчны бохирдолттой тэмцэх, гурав дахь ертөнцийн орнуудад шударга хандах, тэднийг чөлөөлөх, үлдсэн уугуул үндэстнийг мөхөөхгүй байхын төлөө зэрэг бусад томоохон хөдөлгөөнүүдийн хамт үүнийг эрчүүд хийх боломжтой юм. Одоо мөхсөн байгаа бөгөөд хувиа хичээсэн зангаа хангах хэрэгсэл, хялбар олз олох эрмэлзэл, милитаризмыг дэлгэрүүлэх хэрэгсэл болон ашиглагдаж эрчүүдийн эрч хүч, авьяас чадвар илүү чухал, тулгамдсан зорилтыг хэрэгжүүлэхэд хэрэгтэй. Одоо юу юунаас илүүтэй сайн хүмүүс шаардлагатай байна.

Эрх чөлөө бид бүгдийн хувьд

Одоо хувийн асуудал руу оръё. Бид яаж ийм амьдралд хүрэв? Бидний сексийн амьдрал бүтсэнгүй. Бид уйтгартай ажил хийж, үнэнч бус найз нөхөдтэй болж байна. Манай гэр бүл хүйтэн хөндий байдал, сэтгэл санааны уруу дорой байдал, найдваргүй байдал, аав нар болон нөхрүүдийн өшөө хорслоос болж шаналж байна. Юу болов оо?

1990-ээд онд даян дэлхийн зохиолчид болон нийгмийн зүтгэлтнүүд манай нийгмийн хөвгүүд болон залууст аав гэдэг хүн аймшигтай дутагдаж байна гэсэн хирдхийм тодорхой үзэгдлийг цохон зааж эхэлжээ. Түүнийг өнөөг хүртэл хэн ч анхаарахгүй байна. Насанд хүрсэн эр хүн болоход тэдэнд тус болох хэн ч байхгүй, тэдний өсч хөгжих, зөв чигийг барихад чиглүүлэгч сурган хүмүүжүүлэгч алга. Жинхэнэ эр хүн болох үндэс суурьтай сургамж авахгүйгээр хөвгүүд бие махбодиор эрэгтэй хүн болж байгаа ч тэднийг хөтлөх дотоод мэдлэг, дадал туршлагыг эзэмшиж чадахгүй байна. Хэрвээ та эрэгтэй хүний бие цогцост байгаа бол танд тэр бие цогцсоо удирдах аргыг тийм мэдлэгтэй хүнээр заалгаж сурах хэрэгтэй нь ойлгомжтой. Хуучны соёл, боловсрол энэ сургалтыг бүрэн хэмжээгээр хангаж байжээ. Гэтэл одоогийн бидний соёл, боловсрол сурган хүмүүжүүлэгчийн үүргийг гүйцэтгэх чадвартай байхын тулд мөнгө хийхэд хэтэрхий их цаг зориулж байна. Үйлдвэржсэн болон үйлдвэржсэний дараах ертөнцөд эрчүүдийн дийлэнх нь үр хүүхдээсээ тусгаар байна. Бүр үйлдвэржих үеийн эхнээс тийм байжээ.

Магадгүй ийм нөхцөлд гурваас тав дахь үе аль хэдийнэ өсчээ. Байдлыг эрчимтэйгээр шил шилээ даран гарсан дэлхийн дайнууд, эдийн засгийн хямралууд, янз бүрийн арьстнуудын шилжилт хөдөлгөөн улам хүндрүүлж байна. Энэ бүхний хүнд цохилтод доргисон шинэ үеийн эцгүүдийн дийлэнх нь бүдүүлэг, болхи, сэтгэл хөдлөлийн хувьд хаалттай хүмүүс болж хувирчээ. Дээр үеийн эрчүүд, ах нар, сурган хүмүүжүүлэгчид тайзнаас алга болсон байна. Хэрвээ хөвгүүн спортод амжилт олохгүй, хөвгүүдийн скаутад нэгдээгүй, эсвэл сургууль дээрээ маш онцгой багштай байх аз тохиогоогүй бол түүнд эр хүний талаар өчүүхэн ч ойлголт байхгүй байна. Харин урьд нь эр хүний дотоод ертөнцтэй танилцаагүй хөвгүүд зурагт, кино болон үе тэнгийнхний санаа бодол зэрэг гадаад эх сурвалжуудад тулгуурласан тодорхойгүй хэлбэр дээр өөрөө өөрийнхөө тухай төсөөллийг буй болгох хэрэгтэй болно. Өөрийгөө эр хүн гэдгийг нотолно гэж найдан тэр энэ аргыг хэрэгжүүлнэ. Цаашлаад хөвгүүн бүр бодит амьдралд хүссэн үр дүнд хүргэхгүй нэгэн ижил нүүрэн талын халхавчийг ашиглан амьдралаа зохиохоор чадах бүхнээ хийх болно.

Нөгөө талаас охид бүхэлдээ гэртээ, сургууль дээрээ болон найз охидын хүрээнд хүндэтгүүштэй, нийтэч эмэгтэйчүүдтэй байнгын харилцааар өсдөг. Тийнхүү охид илэн далангүй харилцаанд суралцаж, эмэгтэй хүний зан чанарыг эзэмшсэнээр бусад эмэгтэйтэй илүү ойртон нөхөрлөж, бүх л амьдралынхаа турш дэмжлэг авч, өгөх боломжтой болдог. Эрэгтэйчүүд, хөвгүүдийн харилцааны хүрээ тийм байсан ч бойтог, тодорхой бус, найз нөхрийн дотно харилцаа дутагдсан байдаг учраас тийм хүрээ түргэн нуран унадаг. Дунд сургууль төгссөнөөсөө хойш би хэзээ ч нэг ангийнхантайгаа уулзаагүй. Их сургууль төгсөөд ч би мөн адил ангийнхантайгаа уулзаагүй, анхны ажлаа сольсон. Өнөөдөр энэ нь надад айдас төрүүлж байна. Надад тэдэнтэй дахин уулзмаар, тэд хэрхэн аж төрж байгааг, тэдэнд юу тохиолдсоныг хармаар санагдаж байна.

Өсвөр насны хөвгүүд багадаа насаар ах эрчүүдтэй гүнзгий харилцаа тогтоодоггүй байсан нь тэдэнд хамгийн чухал зүйл болох найрсаг зан байхгүйг илтгэж байна. Энэ нь тэдний ирээдүйд гаргах хүчин чармайлтыг үр дүнгүй болгож байгаа юм. Бид “Шинэ үеийн мэдрэмтгий хүмүүс” байхыг хичээж байна уу, эсвэл хорьдугаар зууны 50-аад оны Жон Уэйнийг дагагчид болж байна уу, том гарын дүр эсгэж байна уу? Энэ бүх маяг бүтэлтэй болохгүй байгааг бид дахин дахин харж байна. Үр дүн нь аймшигтай юм. Бидний гэр бүл салж сарнин, хүүхдүүд биднийг үзэж ядаж, бид шаналлаасаа болж үхэж, дэлхийг сүйтгэх замаар хөдөлсөөр байна.

Гурван дайсан

Юугаа алдаж байгаагаар эр хүн ухамсарлаж эхлэхийн хэрээр алдсан гэсэн тэнэг мэдрэмж нь аз жаргалгүй байдлын хурц, хөндүүр мэдрэмжээр солигддог. Энэ нааштай мөч. Гэхдээ тэр бараг үргэлж илүү хүндээр мэдрэгддэг. Бид бүгдийн хувьд маш чухал эр хүнийг та олсноо ухамсарлахаас өөрчлөлт эхэлдэг учраас өвдөлтийг няцаах нь биднийг өөрсдийн дотоод шоронд хорьдог. “D” өдөр Омаха-Бичд байхдаа эсвэл их хямралын өдрүүдэд та эрхэлсэн ажилгүй, өлссөн хүүхдүүдтэй, хүүхдүүд тань таниас хараат үед өөрийгөө золиослох нь маш ашигтай. Гэхдээ амьдралаа зохиохдоо “Би тэснэ” гэсэн зарчим баримталбал бүтэхгүй. Таны боломж жил ирэх тусам хумигдах учир бүх насаараа тийм зарчим баримталж болохгүй. Азгүйдэл гэж бид аргагүйн улмаас мэдээ алдсан үеийн дараа сэхээрч эхлэхэд мэдрэгдэх зүйлийг хэлнэ.

Энэ нь нэг зэрэг шинэчлэл болон чиг заагч болно. Учир нь биднийг алдсан зүйлээ санан уйтгарлахад хүргэдэг ба тэр үед бид алдсанаа олж авах замыг эхэлж болох юм. Азгүйдэл өөрсөддөө итгүүлэхийг хичээгээгүй зүйлд биднийг бэлтгэдэг, биднээс дотносох, итгэлцэх, найрамдах, бүтээхийг шаарддаггүй. Азгүйдэл нь уур хилэнгээс илүү ач тустай гэж бид үздэг нь бидний амьдралд маш сүйтгэлтэй сөргөөр нөлөөлдөг.

Хорьдугаар зууны эмэгтэйчүүд хоригийг даван туулах ёстой байсан. Тиймээс уурлаж хилэгнэх явдал тэдний амьдралд илүү их тохиолдож байсан бол эрчүүдэд учирч байсан бэрхшээл тусгаарлалттай холбоотой байдаг. Эрчүүд зугтахад хүрдэг тэр дайсан, тэр бэхлэлт бол:

- Ганцаардал
- Албадлагын өрсөлдөөн
- Насан туршийн сэтгэл хөдлөлийн хулчийлт

Эмэгтэйчүүдийн дайсан үндсэндээ тэдний эргэн тойронд оршиж байдаг. Эрчүүдийн дайснууд эргэн тойронд нь байхаас гадна бидний дотор зүрхийг тойрсон ханануудад байж байна.

Энэ ханануудаас /удаан, болгоомжтой/ гарах нь эрэгтэйчүүд илүү сэргэлэн, мэдрэмтгий, олонтаа инээдэг болж, бүгдийг бие болон ухаанаар буюу өөртөө ашигтайгаар, эмэгтэйчүүд, хүүхдүүдэд асар их тустайгаар илүүтэй хүлээн авдаг болно гэсэн үг юм. Эрчүүд сэтгэлээр аз жаргалтай, эрүүл саруул байхдаа хүч хэрэглэх болон харамч байх хандлага нь алга болдог.

Эрчүүдийн хөдөлгөөн эмэгтэйчүүд, хүүхдүүдийн хүлээдэг

тийм өөрчлөлтийг авчирч болох юм. Радио ярилцлага, лекц, сонингууд дахь миний нийтлэлд өгсөн үнэлэлтэд оролцогчдын дундаас миний ажиглаж байгаа хөл үймээн, найдвар, тайвшралаас үзвэл олон хүн эрэгтэйчүүдийн бодит боломжид хандах энэ шинэ хандлагыг хөндөж байна. Эрчүүдийн хэлж ярьж байгаа санал бодлын өндөр үнэлэлт дүгнэлтийн сацуу

дэмжин сайшааж байгаагийн бусад илрэл ч гарч байв. Өсвөр насны хөвгүүдийн эхчүүд хөвгүүдийнхээ өөрийгөө үнэлэх үнэлэмжийг өсгөж болох ямар нэг зүйл бий гэдэгт баярласан бас түгшсэн байдалтай, нүдэндээ нулимстай над руу ирж байна. Эхнэрүүд нөхрүүдээ лекцэнд суулгаж байна. Амьдралаа холбож болох жинхэнэ эр хүнийг хайж байгаа ганц бие эмэгтэйчүүд надад урагшлах урам өгч байна!

Эрчүүд эмэгтэйчүүдэд асуудал үүсгэдэг. Гэхдээ хааяа санаатай асуудал үүсгэх нь бий. Эрчүүд өөрсөддөө хамаагүй том асуудал үүсгэдэг. 30-аад жил өрнөж байгаа хүйсийнхний мэтгэлцээн юунд ч хүргэхгүй байх нь олонтаа. Харин дараа нь бид сэрээд эрчүүд ялагч болоогүйг хардаг. Аз жаргалтай эрэгтэйчүүд маш цөөн. Эрчүүд, эмэгтэйчүүд адилхан л амьдралын хэв загварын золиос болжээ. Үүнийг яаралтай эргэн авч үзэх хэрэгтэй байна. Эрчүүдийн жирийн зэмлэл юуг ч өөрчлөхгүй. Өөрчлөгдөхийн тулд бидэнд тусламж хэрэгтэй байна. Энэ нь л Эрчүүдийн хөдөлгөөний тоглох тайз. Эр хүн байна гэдэг юу гэсэн үг болох тухай санаа бодлын талаарх өөрийн хандлагаа олонхи нь эргэн авч үзэж эхэлж байна. Эрчүүдийн хөдөлгөөн гэр бүлийн амьдралаа, ажлаа, чөлөөт цагаа нөхөрлөлөө итгэлтэйхэн бөгөөд хялбархан сайжруулж, баян, тогтвортой дотоод амьдралыг боловсруулж сургах учиртай юм.

Эрчүүд бид ажил хэрэгч хүйстэн бөгөөд бид жиргэхээр бүтээгдээгүй. Эр хүн болох аргуудаас бидний хийх сонголт тун хязгаарлагдмал юм. Хөдөөгийн авто машин угаалгын газрын эзэн, нэгдлийн бусдын хөдөлмөрийг мөлжигч, сексийн хувьд чадваргүй нусгай амьтан ингээд л бүх сонголт болчихлоо! Эрчүүдийн хувьд өсөлт дэвшилт “фронт руу буцах” тал руугаа байх ёстой. Зөвхөн Эрчүүдийн хөдөлгөөний санал болгож байгаа боломжийг харгалзан бид эцсийн эцэст бүх зүйл муу байсныг хүлээн зөвшөөрч болох юм.

Дараагийн бүлгүүдээс та өөрийн амьдралаа хувиргахын тулд өөрөө юу хийж болох тухай бодитой зөвлөмжүүдийг олох болно. Энэ номд дэлхийн бүх улсаас цуглуулсан эрчүүдийн амьдралыг өөрчлөх тухай зарим нэг хүний хэлсэн үгнээс иш татаж, хувийн туршлагаасаа жишээ татсан байгаа. Мөн та миний хамтран ажилласан эрэгтэйчүүдийн олон санаа бодол, яриаг уншина. Энэ номыг эрхэлсэн ажилтай ба ажилгүй, бизнес эрхлэгч, фермер, аав нар, хөвгүүд, ижил хүйстэн, эхнэртэй, хар, цагаан, бор гэсэн насанд хүрсэн болон залуу эрчүүд, эрчүүдийг хайрладаг, тэднийг ойлгож, хэрхэн дахин урам зоригтой болж байгааг харахыг хүсдэг эмэгтэйчүүдэд зориулан бичлээ.

Энэ номонд олон зүйлийн талаар өгүүлнэ. Гэхдээ ямар нэг байдлаар дүгнэлт хийгээгүй. Бид байдаг хүчээрээ урагшилж байна!

Бусдын дуу хоолой

- Олон хүн чимээгүйхэн цөхөрсөн байдлаар амьдарч байна.

Анри Торо. “Валден ба бусад бүтээлүүд”

- Эр хүн байхыг хэн бидэнд сургасан юм бэ? Хэн ч сургаагүй!

Марвин Аллен. “Зэрлэг хүний уик-энд” баримтат кино

- Бид чухал бөгөөд бүтээлч цаг үед аж төрж байна, эсвэл поп-соёлын насанд хүрсэн эр хүний дүр төрх цаашид чухал биш болсон нь эрчүүдэд тодорхой болжээ. Эрэгтэй хүн цаашид өөрөөсөө хамааралтай байж болохгүй. Гучин таван настай эрэгтэй хүн сургууль дээр нь ярьж байсан зөв эрэгтэй хүн, эрс шулуун эр, жинхэнэ эрэгтэй хүний дүр төрх гэгч амьдралд нийцдэггүйг мэддэг. Тийм эрэгтэй хүн өөрөө ямар байх ёстой, эсвэл ямар байж болох талаар шинэ үзэгдэлд нээлттэй байдаг.

Роберт Блай. “Төмөр Жон”

- Эмэгтэйчүүд олон мянган жилийн турш эрчүүдийг дарлажээ. Одоо л эрчүүд “бага зэрэг номхорлоо”. Том ажил шүү! Энэ нь “Бид өртөх ёстой номхорол” шүү!

Эндрю Дентон. “Их маргаан”

- Энэ хөдөлгөөн Эмэгтэйчүүдийн хөдөлгөөнтэй ямар ч холбоогүй бөгөөд цаашид ч холбоогүй байх болно. Эрэгтэй хүн

бүр үүнтэй хорин тав эсвэл гучин таван жил дуугүйхэн тэмцэж байгаа бололтой. Эрчүүд өөрийгөө эр хүн гэдгийг ухамсарлах чухал өөрчлөлтийн ирмэгт очжээ. Энэ нь Эмэгтэйчүүдийн хөдөлгөөнөөс уриалсан өөрчлөлтийн хүрээнээс хальж байна. Энэ хуурмаг тайван хөдөлгөөн нь хуучин хэв загварыг няцаах, шинэ үнэт зүйлсийг эрж хайх, гол асуудлуудтай тэмцэх чиглэлд эрэгтэй хүн бүрийн ганцаараа хийж буй нэг ёсны өөрчлөлт юм.

Бетти Фридэн. “Хоёр дахь шаг”

- Энэ талаар бүү төөрөлдөөрэй. Эмэгтэйчүүд эрчүүдийн хөдөлгөөн гарч ирэхийг хүсч байна. Бид үүнийг тэсэн ядан хүлээж байна... Юунд итгэхээ шийдэхийн тулд бид зөн билгээ ашиглах хэрэгтэй болно. Бид асуулт тавих ёстой... Тэр үед эмэгтэйчүүд өнөөг хүртэл байгаагүй ирээдүйн төлөө энэ тэмцэлд холбоотнуудаа олж болох юм.

Глория Стейнем.

“Эрчүүдийн хөдөлгөөнд эмэгтэйчүүдийн өгөх хариулт”

Хоёрдугаар бүлэг.

Эр хүн болох долоон алхам

Эхлээд эр хүний хувьд танд энгийн асуулт тавья. Та аз жаргалтай байна уу? Эсвэл дүр эсгэлт үнэн болно гэж найдан дүр эсгэсээр байна уу? Энэ асуултад хариулах гэж бүү яар.

Газарт хаясан жирийн нэг үр ургасаар мод болдог. Мөн шанаган хорхой мэлхий болдог. Харин хүний хүүхэд тус дэмгүйгээр бүрэн дүүрэн ажилладаг том хүн болж чаддаггүй. Өөрийн харъяалагдах хүйсийн хүн байж сурахын тулд юуны түрүүнд танд насанд хүрэгчидтэй харилцан ажиллах хэдэн мянган цаг, таны хүйсийн оюуны хувьд сайн бэлтгэгдсэн төлөөлөгч хэрэгтэй. Хүмүүс бид бүгд эцэг, эх болон эр, эм хүйсийн ойр дотныхноосоо маш олон зүйлийг сурч чадна. Гэвч өөрийн хүйсийн насанд хүрэгчидтэй гүнзгий харилцахгүйгээр бид хэзээ ч бүрэн дүүрэн болж чадахгүй. Эмэгтэй хүүхдийг аав, эрэгтэй багш болон эргэн тойронд байгаа эрэгтэйчүүд гээд зөвхөн эрэгтэйчүүд хүмүүжүүлнэ гээд төсөөл дөө. Охиныг эмэгтэй хүн болгох асуудал ихээхэн түгшүүр төрүүлж байгаа биз? Өөрийн хүйсийн төлөөлөгчидтэй харилцаж чадахгүй байх нь олон сая хөвгүүдийн хөгжлийн явц дахь жирийн үзэгдэл юм.

Манай нийгэмд охид өдөр бүр удаан хугацаагаар, гүнзгийгээр эмэгтэйчүүдтэй харилцаж байгаа бол хөвгүүдэд тийм харилцаа ховорхон юм. Эмэгтэйчүүд охид, хөвгүүдийг өсгөж, хүмүүжүүлж, бага сургуулийн багш нарын дийлэнх нь эмэгтэйчүүд байдаг. Өдрийн дийлэнх цаг, цагийн ихэнх хэсэгт эрэгтэйчүүд хүүхдийн амьдралд оролцдоггүй. Эрчүүдтэй харилцах энэ дутагдлаас болж өнөөгийн ертөнцөд бяцхан хөвгүүд том болсон ч бяцхан хэвээрээ байх нь олонтаа гэсэн дүгнэлт хийхэд хүргэж байна. Хөвгүүд эр хүн болох программ авахгүй байна. Тэд харахад нас бие гүйцсэн хэрнээ хүүхдийн сэтгэлгээтэн болж хувирах болжээ. Жирийн эрэгтэй хүний сэтгэлийг ойлгох, эсвэл бусад эрэгтэйчүүдтэй хэрхэн ойр дотно болох талаар мэдлэггүй болгодог ганцаардал болон сандрал заавал дүр эсгэх, хөндий хүйтэн болоход хүргэдэг. Эрчүүдийн ганцаардлыг эмэгтэйчүүд ойлгох нь ховор юм.

Эр хүн болж хувирах нь

Хөвгүүнээс эр хүн болж хувирахад олон эрэгтэй хүн оролцох шаардлагатай. Сургууль энэ шаардлагыг хангадаггүй. Зурагт ч мөн адил. Хичнээн хичээвч эх хүн үүнийг өгч чадахгүй. Хөвгүүд өөрөөсөө насаар эх эрчүүдтэй холбоо харилцаатай байх хэрэгтэй бол дунд насны эрчүүд бас л өөрөөсөө насаар ах эрчүүдтэй харилцаатай байх хэрэгтэй. Энэ шаардлага хангагдвал амьдрал арай илүү аюулгүй, сонирхолтой, таатай болдог. Ганцаар тэмцэх болон зайлшгүй уналт нь амьдралд өөрийгөө эзэмдэх чадварт хүргэх зам, чамд бусад нь туслах туршлага болдог.

Байдлыг өөрөө ганц хором хар. Таныг бага эсвэл өсвөр настай байхад хөгжлийн явцад таны шаардлага хангагдаагүй бол та энэ тухай заавал мэдэх албагүй. Хамгийн хачин гэр бүлд өссөн хүүхдүүд хүртэл өөрсдийн амьдралаа хэвийн гэж үздэг. Танд ямар нэг юм дутагдаад байгаа мэт сэжиг амьдралд тань ямар нэг зүйл санаанд нийцэхгүй болж ирэхийн цагт л илэрдэг. Чухам энэ л өнөөдөр эрчүүдэд тохиолдож байна. Эрүүл мэнд, гэр бүлийн амьдрал, хүүхдүүдтэйгээ харилцах харилцаа, найз нөхөдтэй байх чадвар, ажлын азгүйтэлтэй холбоотой асуудал нь тэдгээрт гарах гүн ангалын зарим нэг түгшүүрт шинж тэмдэг л юм. Залуудаа бид хөгжилтэй, ичгүүр сонжуургүй байдаг ч хүүхэд байхдаа сайн мэдэж авч чадаагүй амьдралын хүндрэл бэрхшээл гарч эхлэхэд л өөрсдийгөө хэн болохыг харуулдаг. Нийгмийн бүх түвшний манлайлагч эрчүүдийн аймаар сүйрэл энэ асуудлын шинж тэмдэг юм.

Манлайлагч-эрэгтэй хүн цэвэр эцгийнхээ туршлагад тулгуурлах ёстой. Учир нь эцэг хүн багийн, байгууллагын эсвэл бүр улсын эцэг байдаг /Чухам үүнд л Нельсон Мандела, Жорж Буш хоёрын хоорондын ялгаа оршиж байгаа юм/. Сэтгэл хөдөлгөсөн ой ухаан болон мэргэн ухааны гүнзгийрүүлсэн туршлага нь амьдралд тохиолдох ямар ч нөхцөлд тулгуурлах хэрэгтэй зүйл юм.

Байгальд аливаа өсөлт хөгжил түүнд тавьсан дэс дарааллыг мөрддөг. Эрэгтэй хүний хөгжилд энэ дэс дараалал мартагдсан байдаг бөгөөд бүх явц дийлэнх явдалд тохиолдлын нөхцөл бүрдэлтэд үндэслэх болжээ. Хэрвээ бид илүү эртний соёлыг авч үзвэл, хөвгүүдийг хүмүүжүүлэхэд ямар их төвлөрсөн хүчин чармайлт гаргаж байсныг бид харна. Үүнд ёслолууд, сургалт болон ажиллагаа орж байгаа ба эдгээр нь манай соёлд бараг ажиглагдахгүй, сул байгаа юм.

Эрчүүдийн хөдөлгөөний Роберт Блай болон бусад төлөөлөгч эрэгтэй хүнийг хөгжүүлэхэд дугааж байгаа нэлээд хэдэн үе шатыг илрүүлжээ. Энэ тухай бид цаашид ярих болно. Энэ үе шатууд жинхэнэ эр хүний амьдралд хэрэгтэй байж болох юм. Зорилго нь сайн дасан зохицсон байхад бус, хамаагүй илүү чухал зүйл буюу гялалзсан, сайхан амьдралаар амьдрахад оршиж байна. Австралийн зэрлэг омгийнхны ахлагч, сиугийн анчин, масаигийн дайчин болон дундад зууны уран гартан гээд бүгд гайхалтай сайхан, олон талт буюу өөрийн ард түмэн болон байгаль дэлхийгээ хайрлаж, хамгаалахад чиглэсэн бүтээлч, мэдрэхүйн, шашны амьдралаар амьдарч байжээ. Яагаад өнөөдөр эрэгтэй хүн өвөг дээдсээсээ ямар нэг зүйлээр дутуу байх ёстой юм бэ?

Идэр залуу болох долоон алхам

Эрэгтэй хүнийг бүрэн хөгжүүлэх алхамууд товч, тодорхой. Тэдгээрийг хэрэгжүүлэхэд амаргүй бөгөөд түргэн хийх боломжгүй ч үр дүнд нь та төлөвлөгөөгүй таамгаар ажиллаж байх үеийн урагш-хойш замбраагүй шидэгдэж байсантай харьцуулахад асар том дэвшлийг олох болно. Тэдгээрийг таны өмнө аажмаар эргүүлэхийн оронд тан дээр тэднийг нэг мөсөн асгая. Тэгвэл таны сэтгэлд таныг бодоход хүргэх чавхдас дуугарч магадгүй. Энэ талаар бид арай хожуу нарийвчлан авч үзэх болно. Ингээд...

Аавтайгаа ярилцаарай

Таны аав бол таны эр хүн байхын мөн чанартай холбоотой сэтгэл хөдөлгөсөн холбоо юм. Та аавтайгаа ил, тодорхой харилцаа тогтоох ёстой. Та аавыгаа ойлгохгүй, уучилж өршөөхгүй, ямар нэг байдлаар хүндэтгэхгүйгээр амжилттай сайхан амьдарч байж таарахгүй. Үүнийг аав тань амьд сэрүүн бол ярилцаж, бурхан болсон бол оюун санаандаа хийж болно. Та үүнийг хийхгүй бол тэр таны араас чирэгдэж, та урагш алхахыг хүсэх бүртээ яах учраа олохоо болино!

Сексийн таашаалдаа анхаар

Та сексийн ямар таатай таашаал эдэлж байгаагаа мэдрэх төдийгүй түүнд хэрхэн авгаж байгаагаа ойлгох ёстой. Секс нэг бол таны амьдралын ичгүүртэй, залхмаар хэсэг, эсвэл түвшин жаргалын ариун бөгөөд хүчтэй эх сурвалж байх болно. Нэг бол, эсвэл гэх завсрын хувилбар байхгүй. Юуны түрүүнд та сексийнхээ эрч хүчийг эмэгтэйчүүдэд өгөхийн оронд өөртөө шилжүүлэх ёстой. Дараа нь эрэгтэй хүн эмэгтэй хүнтэй бүжиглэхдээ өөртөө авдаг шиг онцгой үүргийг гүйцэтгэх урлагт суралцах хэрэгтэй.

Өөрт тохирох найз бүсгүйтэй бол

Хэн ч найз бүсгүйтэй болж болно. Хамгийн чухал нь түүнийгээ өөрөөсөө хөндийрүүлэхгүй байхад оршино. Үүний тулд та найз бүсгүйтэйгээ, чухамдаа бүх эмэгтэй хүнтэй адил тэнцүү харилцаж сурах ёстой. Удаан үргэлжлэх гэр бүлийн амьдралтай болохын тулд та заримдаа ширүүхэн маргаж сурах хэрэгтэй. Гэхдээ асуудлыг шийдэхийн тулд тайван, төв байдлаар маргах нь чухал. Орчин үеийн гэр бүлд зөөлөн эрчүүд уйтгартай, харин бусниулагчид өөрийгөө хүндэтгэдэг эмэгтэйчүүдийг түлхдэг. Өнөөгийн эр хүн өөрийн бодол санаагаа дамжуулах, найз бүсгүйнхээ санаа бодлыг сонсох чадвартай байх хэрэгтэй. Энэ нь тэнцвэрт байдлыг хадгалах чадварыг шаардана!

Хүүхэдтэйгээ илүү ойр дотно бай

Та сонин руу хялайчихаад эцгийн үүрэг гүйцэтгэж болохгүй. Та энэ бүхнийг эхнэртээ тохож болохгүй. Учир нь эмэгтэйчүүдэд шаардлагатай бүх зан чанар байхгүй шүү дээ. Та хүүхдүүдтэйгээ харилцахдаа “хатуу-зөөлний” тэнцвэрийг олох хэрэгтэй болно. Энэ нь бидний дээр ярьсан шалтгаануудаар хөвгүүдэд, бас өөрийгөө үнэлэх үнэлэмж нь аав нараас хамаардаг охидод эсрэг хүйсийнхэнтэйгээ харилцах загвартай болоход чухал юм.

Жинхэнэ эр хүн шиг найзтай болж сур

Эр хүн байна гэдэг заримдаа тэсвэрлэхийн аргагүй хүнд хэцүү байдаг. Тэсэхийн тулд танд бусад эрчүүдийн дэмжлэг хэрэгтэй. Яаж “эр хүн болохыг” ойлгоход эрчүүд танд туслаж чадна. Тэд бас таны өсвөр насны хүүхдүүд, хөвгүүд, охидыг тэр бүр таны хүч хүрдэггүй, бусадтай харилцаж сурахад хэрэгтэй харилцааны эрчүүдийн хүрээг буй болгох юм. Найз эрчүүдтэй байх нь танд их урам зориг өгнө дөө! Тэд таны хэт их шаналлыг агаарт хийсгэхийн тулд амарч болох, таатай боломжийг ашиглаж болохыг танд сануулна.

Юуны төлөө ажиллаж байгаагаа ойлго

Таны идэвхтэй амьдралын цаг, хүч сэтгэл зүрхээ зориулж байгаа ажилд тань зориулагдаж байгаа гэдэгт итгэж болох тийм ажлыг та өөртөө олох ёстой. Амь зуулгын талхны төлөө ажиллах нь учир дутагдалтай. Эр хүний жинхэнэ ажил амьдралаа тэтгэх, хамгаалах болон шинэ ертөнцийг буй болгоход орших ёстой. Та өөрийн ажилдаа итгэхгүй бол үүнээс үүдсэн дотоод зөрчилдөөн таныг аажмаар алж эхлэх болно. Өнөөдөр ажлын байрны дийлэнхийг бид зорилгод нь итгэдэггүй, өрөвдөх сэтгэлгүй корпорациуд буй олгож байгаа нь маш ноцтой асуудал юм.

Оюун санаагаа эрх чөлөөтэй болго

Томоохон хотуудын захаар эсвэл бизнес төвүүдэд эрэгтэй хүний бурхан байдаггүй. Албан тушаал ахих эсвэл эд хөрөнгөтэй болсноор дотоод тэсвэр хатуужилтай болдоггүй. Танд зөвхөн эрэгтэй хүнийх байх, таныг газар дэлхийтэй холбох таны дотоод амьдралын оюуны үндсийг олох хэрэгтэй. Та нас ахихын хэрээр энэ нь таны хүч чадал болон зохицлын эх сурвалж болж, энэ эх сурвалж таныг айдас, бусдаас хамааралтай байдлаас чөлөөлөх баталгаа болно. Эр хүн болох ийм алхмууд байна. Энэ дарааллыг хатуу баримтлах шаардлагагүй. Эдгээрийн заримыг та аль хэдийнэ туулсан, бусдыг нь аль хэдийнэ хэрэгжүүлээд эхэлсэн байж болох ч бас даван тууламгүй зүйл байж болох юм. Дээр дурдсан зүйлсээс зарим нь таныг тэвдүүлж, эсвэл гайхашруулж, бас дотроо үнэлэхэд хүргэж байж болох юм. Одоо танд олон асуудал байгаа байх. Тийм бол сайн байна. Ном бүхэлдээ энэ санаа бодлыг болон тэдгээрийн практик хэрэглээг судлахад зориулагдсан юм. Дээр дурдсан алхмууд таныг өсч хөгжиж гүйцээд, жинхэнэ эр хүн болоход хэрэгтэй юм. Ингээд ажилдаа оръё.

Бусдын дуу хоолой

- Эр хүн ямар байх ёстой вэ? Эр хүн байхын тулд яах ёстой талаар та юу олж мэдэв? “Том хөвгүүд уйлдаггүй!” нийтлэлээс: Том хөвгүүд уйлдаггүй. Таны дөнгөж сурсан байж болох хамгийн хортой зүйл.

Марвин Аллен. “Зэрлэгийн уик-энд” баримтат кино.

- Үйлдвэржилтийн үеийн өмнөх соёлыг сурталчилах нь утгагүй. Гэхдээ өнөөдөр өрхийн олон тэргүүн гэрээсээ гуч эсвэл тавин километрийн зайтай ажиллаж, их орой, голдуу хүүхдүүд нь унтсан хойно эцэг хүний үүргээ сайн биелүүлж чадахгүй болчихсон ирдэгийг бид мэднэ.

Роберт Блай. “Төмөр Жон”

- Эр хүнд бусад эрчүүд, ялангуяа сайшаан урамшуулдаг, хүндэтгэж, урам зориг оруулдаг, алдааг нь хэлж өгдөг, байр суурийг нь өсгөх насаар ах хүн хэрэгтэй.

Дуглас Жиллетт. “Жигүүрийн далайц”

Гуравдугаар бүлэг.

Бид бүгдийн эрх Чөлөө!

Нэлээн орой би зурагт үзэж сууна. Жермен Гриер оролцсон “Жеймс Клайвын шоу” Анхаар! Билли Конноли. Жермен эхлээд үг хэлэв. Урьдын адил зоригтой, эрэлхэг энэ эмэгтэй нэг л онцгой, бүр гунигтайгаар хувийн амьдрал болон өөрийн хийсэн ямар нэг алхмаас болж ганцаардаж байгаагаа ярьж байна. Дараа нь байдал хөгжилтэй болж, Билли Конноли гарч ирэхэд Клайв Жеймс түүнээс феминизмын талаарх бодлыг нь асууж эхлэв. Билли нүднийхээ булангаар харж, толгойгоо сэгсрэнгээ хариулж байна.

“Энэ сэдвээр бичиж байгаа бүхэн маш уйтгартай гэж би үзэж байна. Үүнийг уншихыг би тархиндаа тушаахад... “Баяртай” гэж эхэлж байна. Феминизмээс үүнийг хэзээ ч хайж байгаагүй. Энэ хэзээ ч миний хувьд агуу зорилго байгаагүй!”

“Өө, би юу гэж хэлэхээ мэдэхгүй байна! Эмэгтэйчүүдтэй таатай харилцаатай байхыг феминизм гэдэг гэж би бодож байлаа! Тэдэнд эрчүүдтэй адил хэмжээний цалин гээд бусад зүйлийг өгье! Сайхан сонсогдож байгаа биз! Харин дараа нь Нью-Йоркт эмэгтэйчүүдийн хаалгыг барьж байгаад “Тонил!” гэсэн хариу сонсоно. Тэр үед би феминизмыг хүйсээр ялгаварлан гадуурхах үзэлтэй холилоо. Би үдэшлэгт очоод “Би хүйсээр ялгаварлан гадуурхагч!” гэж хэлсэн дээ!”

“Феминизм хэзээ ч миний хувьд агуу зорилго байгаагүй!”

Энэ үг эрчүүдийн сонголтыг шууд тодорхойлж байна. Дөч, түүнээс доош насны эрчүүдийн дийлэнх нь амьдралынхаа турш феминизмын эриний нөхцөлд аж төрсөн. Дөчөөс дээш насны эрчүүд ямар нэг байдлаар түүний зах зухаас амсахаас өөр аргагүй байсан нь мэдээж. Энэ ертөнц феминизм зонхилсон газар биш, нийтээр хүлээн зөвшөөрсөн үзэл бодол, мэргэшсэн хүмүүсийн санаа бодол, боловсронгуй байр суурь, эмэгтэйчүүд, тэдний зан чанар, эрхийн тусын тулд хэлсэн үгэнд ордог дэлхий ертөнц. Хэрвээ та эмэгтэй хүн бол гайхалтай, харин хамгийн сайн бодолтой эрэгтэйг энэ хандлага хажуу тийш хаяна.

Феминизм эрчүүдэд зориулагдаагүй

Билли Коннолигийн амжилтын нууц бол хэлж илэрхийлж болохгүй байгаа зүйлийг /Жермен түүнийг хайрладаг хэрнээ шинэ үеийн эдгээр мэдрэмтгий эрчүүдийг бүгдийг хоолны ширээн дээр идчихдэг/ хэлчихдэг чадварт нь байдаг. Бүхнийг байгаагаар нь хэлдэг хошин шогийн жүжигчдийн энэ үүрэг бидний сэтгэл санаа эрүүл байхад маш чухал юм. Сонсогдохоор хэлээгүй үнэн нь энэ тохиолдолд феминизм өөрөө эрчүүдийг эрх чөлөөтэй болгодоггүйд оршиж байгаа юм. Энэ түүний зорилго биш.

Феминизм нь өөрөө өөрийгөө эрх чөлөөтэй болгож байгаа эмэгтэйчүүдэд хэрэгтэй бөгөөд ойлголт ухагдахуунууд, хуулиуд, ажил эрхлэлтийн практикууд зэрэг өөрчлөлтүүдийг судалдаг. Энэ бүхэн маш сайн. Гэхдээ хар арьстнуудтай тэмцлээ гээд хэрвээ цагаан арьстан бол таны хийж чадах зүйл нь индрээс тэдэн рүү урамтай хашгирах. Энэ таны хийх хөдөлгөөн биш.

/Берклид гурван жилийн турш Хар хөдөлгөөнийг хэрхэн судалснаа Вуди Аллен ярьж байна. "Дахин нэг жилийн дараа би хар олох байсан!" гэж тэр хэлжээ. Вуди Аллены тухай дараагийн хуудсуудад тодорхой бичсэн байгаа.

Феминизм эрчүүдийг өөрчлөгдөхийг уриалж байсан ба бид ч бас энэ өөрчлөлтүүдэд байнга хождог байв. Жишээлбэл, үргэлж гэр бүлийнхээ тэжээгч нь байх хэрэггүй эсвэл хүчтэй бөгөөд дуугүй бай гэх мэт. Гэхдээ феминизм нь эрчүүдийн дотоод байдлыг эзэмдээгүй бөгөөд үнэн хэрэгтээ эрчүүдийн эсрэг муухан нуусан зэмлэл хүртлээ доош орох нь цөөнгүй. Эхлээд өнөөх феминизмд сонголт хийх асуудал үүсчээ. Хэрвээ эрэгтэй хүн бол та чадалтай эмэгтэйчүүдийг бахдаж, дэмжих, сул доройд туслаж, хамгаалж болох ч феминист байж болохгүй. Яагаад гэвэл энэ клуб танд зориулагдаагүй. Өөрийгөө феминист мэтээр үзүүлэгч залуусыг ихэнхдээ хоёрдмол бодолтой аялдан дагагчид гэж үздэг байлаа. Олон залуус эмэгтэйчүүдийн хүссэнээр биеэ авч явахыг оролдож байв /Хорьдугаар зууны тавиад оны эмэгтэйчүүд ч мөн адил эрчүүдийн хүссэнээр байхыг оролдож байжээ/. Энэ нь эмэгтэйчүүдэд "ойлгомжтой байх" гэж нэрлэгдэж, эрх чөлөөтэй эсвэл өөрөөрөө байхаас арай л өөр байжээ. Эмэгтэйчүүд мэдээж нэг бол энэ залууст итгэхгүй, эсвэл тэднийг хамгаалж, юм үзээгүй "балчир" бол зүгээр л ашиглагдаж байв. Үүний дүнд хувийн харилцаа үнэндээ хөгжиж байсангүй. Феминизм гадаад ертөнцөд асар их амжилтад хүрч байсан ч эрчүүд, эмэгтэйчүүдийн дотоод ертөнц ихэнхдээ чөлөөтэй үлдэж, хоёр хүйсийнхэн тус тусдаа үлдэж байсан ч ихэнхдээ хамтдаа байж чадахгүй байлаа.

Өнөөдөр дэлхийд 40 жилийн өмнөх шиг идэвхтэй феминизм хэрэгтэй байна. Секс бараа мэт харагдуулах зорилгоор өнөөдөр залуу бүсгүйчүүдэд дарамт шахалт үзүүлж байгааг саная. Энэ нь залуу феминистэд зүүдлэгдээгүй аймшиг.

Бид ямар хол явсныг санах нь бас чухал. Хорьдугаар зууны эхэнд эмэгтэйчүүдийн дийлэнх нь улс төрийн албан тушаал хаших нь бүү хэл саналаа өгөх эрхгүй байсан. Тэд эмч болж чадахгүй, дээд боловсрол эзэмших боломжгүй, банкнаас зээл авах эрхгүй, спортоор хичээллэх хориотой байсан. Тэд гэрлэмэгцээ ажлаа орхих үүрэгтэй байлаа. Хуулинд зааснаар тэд хүссэн, хүсээгүй гэрлэсэн хүндээ сексийн найр тавих ёстой байлаа. Гэрлэлтээ цуцлуулбал тэднийг ядуу дорой байдал хүлээж байв. Тэд жирэмслэхээс хамгаалах хэрэгслийн

тухай мэдээлэл, бүр өөрсдийн бие махбодын талаар хамгийн наад захын мэдлэгтэй болох боломжгүй байсан. Тэд бараг л өмч хөрөнгө, хоёрдугаар зэрэглэлийн амьтан, ухаалгаар бодож сэтгэх чадваргүйд тооцогдож байв. Нөхцөл байдал өөрчлөлтийг шаардаж байсныг гайхах хэрэггүй биз.

Эрх чөлөөний өөр нэг тал

Эмэгтэйчүүд маш олон амжилтад хүрчээ. Гэхдээ өнөөдөр олон зүйл зогссон эсвэл муугаар, буруу тийшээ эргэсэн мэт санагдаж байна. Хэрвээ ийм бол гайхах явдалгүй. Үүний шалтгаан нь анхнаасаа уг санаандаа байсан юм. Шуудхан хэлэхэд, эрчүүдээс эмэгтэйчүүдийг чөлөөлөх санаа нь эрчүүд эрх мэдлийн төлөөх тэмцэлд ямар нэг байдлаар ялагч байхаар, эрх мэдэл нь амьдралаа зориулах зүйл байхаар тусгагджээ. Товчхон хэлэхэд, феминизмд эрчүүд энэ амьдралаа сайн сайхан өнгөрүүлэхээр заажээ. Гайхалтай хялбаршуулсан алхам! Эхнэрээ зоддог нөхөр, захиргаанд нь байдаг эмэгтэйчүүддээ наалддаг босс, хүүхдүүдтэйгээ бэлгийн харьцаанд ордог эрэгтэй арай л ялагч эсвэл хүчтэй хүнд тооцогдохгүй байх. Тийм эрчүүд мэдээж эмгэнэлтэй, сул дорой байдаг ба тэдний хэрэгцээ нь эмэгтэйчүүдийг гутаан доромжлох юм. Тэд “дээгүүр” байх ч арай л ялагчид биш. Бүр нарийн хэлбэл эрчүүд ч, эмэгтэйчүүд ч өөрсдийг нь болон бусдыг сүйтгэсэн өөрсдийн дүр болон ёслолынхоо урхинд ордог. Урт хугацааны шийдвэр эрчүүдийн эсрэг эмэгтэйчүүдийн тэмцлийн талаас бус, өнгөрсөн үеийнхнээс нь удамшсан хуучин тэнэглэлийн эсрэг хамтран тэмцэхэд оршдог.

Феминизм гадаад хүч болон засаглал дор чадалгүйн гүнзгий мэдрэмж байдгийг ойлгодоггүй. Эрчүүд үйлдвэрийн томоохон системийн эрэг олонтаа болж байсан нь өөрийн ач холбогдлын талаар баяр баясал, мэдрэмж тэдэнд авчраагүй. Үүний сацуу тэд эмэгтэйчүүдийн сексийн эрх мэдэл, тэдний амаар уламжлах чадвар, найз нөхрийн харилцаа тогтоох чадвар, элэглэх болон мэдэгдэхгүйгээр ажиглах чадварт /хувийн харилцаанд эрх мэдэл тайвшруулах үүрэг гүйцэтгэдэг ба үүнийг хайр дурлал эсвэл хүндэтгэлийг эзэмдэж чадахгүй үед авдаг/ огт итгэдэггүй байлаа. Хэдийгээр эрчүүд эмэгтэйчүүдээс ийм удаан айж байсан ч тэд хариу өгөх “эсрэг хариугаа” боловсруулахаа удаашруулаагүй юм. Феминизм нэг талын үзэгдэл байсан ч тэр зөвхөн тийм хариуг өдөөж байв. “Өнөөдөр эрчүүд, эмэгтэйчүүд хүн төрөлхтөний түүхэнд байгаагүйгээр улам их бие биенээ үзэн ядаж байна” гэж Жермен Гриер саяхан тэмдэглэжээ.

Эрчүүдийн хөдөлгөөн бол Эмэгтэйчүүдийн хөдөлгөөний хөгжлийн төгсгөл эсвэл нэмэлт болохоос эсрэг хариу үйлдэл биш юм. Роберт Блай хамгийн гүйлгээтэй “Төмөр Жон” номынхоо өмнөтгөлд энэ тухай чангахан мэдэгдэх хэрэгтэй гэжээ.

“Энэ ном эрчүүдийг эмэгтэйчүүдийн эсрэг босгохыг эсвэл эмэгтэйчүүдийг дарлаж, тэдний үнэт зүйлсийг дарах шалтгаан болдог ноёрхох байр суурийг нь эрэгтэйчүүдэд эргүүлж өгөхийг эрмэлзээгүй. Номын үндсэн санаа Эмэгтэйчүүдийн хөдөлгөөн рүү дайрч давшлахад чиглээгүй. Энэ хоёр хөдөлгөөн бие биетэйгээ холбоотой ч тус тусдаа өөрсдийн графикаар ажиллаж байгаа гэдгийг бүгд ойлгоосой гэж би хүсч байна”.

Блай эрчүүдийн үүсгэж байгаа асуудлыг харахгүй өнгөрөөгүй. Тэр зөвхөн өвчин, эм хоёрын шалтгааныг ялгаж байна. Түүний номын өмнөтгөлөөс дахин иш татвал:

“Эрчүүдийн орчны хар тал тодорхой. Тэд дэлхийн нөөц баялгийг ухаалаг бусаар ашиглах, эмэгтэйчүүдийг доогуур үнэлж, дарамтлах, омгуудын дайнд хүрсэн гээд энэ бүхнийг няцаах боломжгүй. Тэдний улиг болсон бодол санаанд оруулсан хувь нэмэр нь генийн өв, бас соёл, хүрээлэн буй орчин. Бид мэдрэхүйн гүнийг үл ойшоосон буруу билэгдлүүдийг баримталж, муу хүчинд дуулгавартай байж сурч, эрчүүдийг балчраар нь байлгахын тулд бүгдийг хийж,

эхийн эрхт ёсыг ч, эцгийн эрхт ёсыг ч үгүйсгэдэг үйлдвэржилт зонхилсон системд эрчүүдийг ч, эмэгтэйчүүдийг ч татан оруулж байна”.

Мэдээжийн хэрэг одоо бид эмэгтэйчүүдэд тохиолддог зүйлүүдтэй харьцуулан эрчүүдийн бүрэн эрхэд өөрчлөлт оруулах ёстой. Эрчүүдийн хөдөлгөөн бол Эмэгтэйчүүдийн хөдөлгөөний эсрэг биш, харин Эмэгтэйчүүдийн хөдөлгөөний дутууг гүйцээх нэг тал юм.

Эрчүүдийн эхлэл маш ашигтай, амьдралыг бататгах хүч гэдгийг Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөн дахин нотолж байна. Хөдөлгөөн энэ санааг улам бүр тодорхой болгохыг эрмэлзэж байна. Амьдралыг бататгах зарчмыг баримталдаг эрчүүд хэзээд байсан ч энэ тийм биш гэдгийг бидэнд соёл харуулдаг. Бидэнд харын бахархал, ижил хүйстнүүдийн бахархал, эмэгтэйчүүдийн бахархал байсан ч эрчүүдэд амьдралыг ичихээс эхлэхийг санал болгож байжээ. Бүх эрчүүд хүчирхийлэгч бөгөөд танхай этгээдүүд, эмэгтэйчүүд байгалиасаа л эрэгтэйчүүдээс дээгүүр, эрчүүд бага ач холбогдолтой амьтад гэж их сургуулиудад авхаалжтай охид, хөвгүүдэд сургадаг. Хүйсээр ялгаварлан гадуурхах үзэл өөрийн мөчлөгөө эзлэв.

Өнөөдөр томоохон хотуудын захаар, мужуудын жижиг хотуудаар эрчүүдийн хэдэн зуун нэгдэл бий бөгөөд нэгдэл бүр аз жаргалтай, эрүүл эр хүний эерэг дүр төрхийг буй болгохын төлөө ажиллаж байна. Гэхдээ бодитой өөрчлөлт нь хамаагүй өргөн хүрээтэй юм. Бид эрчүүдийн сэтгэл хөдөлгөсөн эрх чөлөө өсөн нэмэгдсэнийг хаа сайгүй харж болно. Эрчүүд хүүхдийн тэрэг түрж, хүүхдүүдийг болон бие биенээ тэвэрч, оршуулган дээр гашуудаж, осол аюул гарахад сэтгэл санааны дэмжлэг үзүүлж, бас хүлээн авах чадвартай болж, гомосекс болон транссексийн талаар түгших нь багасч байна. Илүү өргөн хүрээнд нэгдлийн машинд гүйцэтгэх үүрэгтээ эргэлзэж, санал нийлэхгүй байгаагаа идэвхтэй илэрхийлж, нутгийн нийгэмлэгийн арга хэмжээнүүдэд идэвхтэй оролцох болж, байдаг л нэгний үүргээс татгалзаж байна.

Жон Уэйнийг буруушаа!

Хэрэв бид эрчүүдийг буруушаахын оронд ойлгохоор шийдвэл юунаас эхлэх вэ?

Амьдрагсдын дурсамжийн түр хил дээр тогтъя. Тавин жилийн өмнө эрчүүдийн гүйцэтгэх үүрэг маш тодорхой байсан. Энэ үеийг бид тавиад оны эрэгтэй хүн гэж нэрлэж болох юм. Энэ үеийн эрчүүдийн хамгийн шилдэг жишээ нь тэнэг эр Жон Уэйн байсан! Роберт Блай тавиад оны эрийг, түүний сайн болон муу талыг гайхалтай дүрслэн бичсэн байдаг:

Тэр ажилдаа эрт ирдэг, хариуцлагатай ажилладаг, эхнэр, хүүхдээ тэжээдэг, их бахдалтай байдаг. Рональд Рейганыг тийм хүний занданшуулсан хувилбар гэж хэлж болно. Ийм эрэгтэй эмэгтэйчүүдийн сэтгэлийг сайн ойлгодоггүй ч бие цогцсыг нь өндөр үнэлдэг. Түүний соёлын талаар үзэл бодол нь балчир хөвгүүнийх шиг, бас өөдрөг байдаг. Түүний олон зан чанар нь илэрхий бөгөөд зөв байсан ч дур булаам байдал болон бардам үгийн цаана өнөөг хүртэл ганцаардал, идэвхгүй байдал илэрдэг. Түүнд дайсан байгаагүй бол амьдарч байгаагаа итгэл төгс нотолж чадахгүй.

Тавиад оны эрэгтэй хүн хөл бөмбөгт дуртай, түрэмгий Америкийн Нэгдсэн Улсад итгэдэг, хэзээ ч уйлахгүй, гэр бүлээ үргэлж тэтгэдэг байх ёстой. Гэвч мэдрэмтгий бүс буюу дотно сэтгэлийн орон зай энэ хэв маягт тусгагдаагүй байсан.

Блай бидний аав нарын болон бидний үеийн олон эрэгтэйн үеийг дүрслэн бичдэг. Тавиад оны эрэгтэй хүнд үнэнч байдал, шаргуу ажиллагаа, хүндрэлийг даван туулахад бэлэн байдал гэх мэт сайн зүйл цөөнгүй байлаа. Өмнөх үеийн австрали цэрэг, инженер, ойн цагдаа, цагдаа нартай ажиллахдаа би тэднийг ажлаа яаж хийхийг мэддэг хэрнээ юуны тулд хийж байгаагаа тэр бүр мэддэггүй болохыг мэдэрсэн. Чухам ийм л зүйл Саран дээр болон Вьетнамд байсан хүмүүсээс шаардагдаж байсан. Мэдрэмжгүй ажиллагаа /Вьетнам, Персийн булан, Афганистаны тохиолдолд эхлээд ажиллагаа, дараа нь мэдрэмж/.

Яагаад бидний аав нарын үед мэдрэмж тийм бага байв? Эсвэл наад зах нь эрчүүдийг сэтгэлдээ юу байгааг өөртөө ярих боломжгүй болгож байсан сэтгэлээ барихын төлөө энэ тэмцэл хаанаас гараад ирэв? Хариулт тодорхой. Яагаад гэвэл тавиад оны эрэгтэй хүн бас л дүр эсгэж байжээ. Тэр мэдэрнэ гэдгийг мэддэггүй байсан. Учир нь мэдрэмж гүнээс гарч ирдэг байв. Таны дүрийн загварууд модон бөгөөд хөндий хүйтэн бол та дотроо юу болж байгааг хэрхэн илэрхийлж сурах билээ? Ийм эрэгтэйчүүд худал хэлдэггүй, олон цаг бие нь хөшсөн мэт байж чаддаг юм /Би залуудаа тийм байсан юм. Манай ангийн хүүхэд амиа хорлоход надад олон жилийн турш ямар ч мэдрэмж төрөөгүй. Усны хаалтыг нээхээсээ өмнө би олон жилийн турш эмгэнэлийн бүхэл бүтэн давхаргыг өөртөө хураах хэрэгтэй болж билээ/. Хөшихийн сацуу яагаад ч илэрхийлж чадахгүй бөгөөд тэсгэлгүй уурлаж эсвэл гаслана гэж болгоомжилсон галзуу, хүчтэй сэтгэл хөдлөл эрэгтэй хүнийг донсолгож болох юм. Тийм мэдрэмж тэднийг гүнзгий судлах боломж олгодоггүй.

Үйлдвэржсэн үеийн залуучууд дотоод ертөнцийнхөө тухай юу ч мэддэггүй байлаа. Яагаад гэвэл тэдний аав нар юу ойлгож болох талаар тэдэнтэй сэтгэлээ хангалттай хуваалцдаггүй байжээ. Тэд мэдрэмжүүдтэй ч тэдгээр нь нэргүй байсан учраас эмх замбараагүй бөгөөд

удирдлагагүйгээрээ ялгагдаж байсан юм. Тиймээс залуус сүүлийн зууны турш дүр эсгэж сурсаар өсчээ. Ингээд бид өнөөдөр Жон Уэйний жүжиг /жинхэнэ эр хүн/ болон Вуди Аллены жүжиг /шинэ үеийн мэдрэмтгий эр хүн – ШҮМЭХ/ гэсэн хоёр жүжгийн хооронд байна. Хоосон, үйлчилдэггүй хоёр туйлын коктейль болжээ.

/Вуди Аллены түүх бүхэлдээ сургамжтай. Ямар ч ШҮМЭХ-ий халхавчин дор, түүний тааламжтай болоод номхон зан дор хүчирхийлэл хийгээд түрэмгийлэл нуугдаж байгаа нь хамаагүй илүү аюултай. Учир нь тэднийг танихын аргагүй юм. Аллен эхнэрийнхээ өргөмөл охинтой бэлгийн харьцаатай байснаасаа огт ичсэнгүй. Тэр бүсгүй түүнээс хоёр дахин залуу байжээ. Нэг гэр бүлийн гишүүд хоорондоо бэлгийн харилцаанд орлоо хэмээн аймшигтайгаар зэмлэн, буруушааж байсан нь гэр бүлийг салгасан юм. Гайхалтай сайн хүн гэж бодож байсан хүнээс энэ бүхнийг харсан нь маш эмгэнэлтэй. Гэхдээ хүмүүс “Шинэ зууны эрчүүд больё” гэсэн дүгнэлтийг хийх хандлагатай байсан юм./

Эрэгтэй хүний оройтсон эхлэл

1990-ээд оны эхэнд эрэгтэйчүүдийн хүрсэн зүйл бол хуурмаг баг бөх эсвэл хуурмаг зөөлөн байдал юм. Бид төөрөлдсөн нь гайхаад байх зүйл биш. Гэхдээ энэ хуурмаг дүрийг даван туулах арга бий. Энэ арга бол бодит зүйлийн эрэлд гарах явдал юм. Залуу хүнд нуугдсан, өсгөж, хөгжүүлж болох эрэгтэй хүний оройтсон эхлэл гэж байдаг. Энэ эхлэл төмөрлөсөн хэв биш бөгөөд эрэгтэй хүн бүрт өөр өөр байна. Түүгээр барахгүй энэ нь хими, байгаль, эмэгтэйчүүдээс эхтэй найрсаг байдал зэрэг эрэгтэй хүний мөн чанарын үндсэн санаануудтай холбоотой. Энэ бүхэн эрэгтэй хүний бие махбодын эс бүрт бүр анхнаасаа үүссэн байдаг.

Эрэгтэй хүний орой эхлэлийг үнэлж дүгнэн, хөгжүүлэхийн тулд бидний явах хэрэгтэй зам манай аав нарын явсан замаас их ялгаатай. Өөрийгөө эрэгтэй хүн гэдгийг нотлохын оронд та тойрон хүрээлж байгаа эрчүүдэд нуугдаж байгаа сайн сайхан зүйлтэй холбоотой өөрийн гэсэн хэв маягтай эрэгтэй хүн болоход танд туслах алхмуудыг хийгээрэй. Бүдүүлэгдүү олон хөвгүүн өсвөр насанд шилжмэгцээ хөхиүлэн дэмжиж, зааж сургавал жишээлбэл, бага насны хүүхдүүдтэй гайхалтай харьцдаг. Өөрсдөө нялх балчир байсан учраас амьдралын энэ үеийн сайн, мууг тэд санаж, ойлгож хүлээн авдаг. Ахмад насны эрчүүд туршлагатай учраас эхнэртэй залууст гэр бүлийн амьдралын асуудлуудаа шийдэхэд нь тусладаг. Аав, ээжийн ах, дүүс эсвэл гэр бүлийн найз нөхөд болох ахмад насны эрчүүд уриалга гаргавал өсвөр насныхан өмнөө тавьсан зорилгодоо хүрэхийн тулд шаргуу ажиллах болно.

Дэлхийн бусад хэсэг дэх тогтвортой нийгмүүдэд ийм үйл явц байнга явагддаг. Учир нь энэ ард түмэн эсэн мэнд үлдэхэд амин чухал юм. Бразилийн бороотой ойд ксерванте ард түмэн аж төрдөг. Тэд идэр чийрэг эр болох найман шатыг туулдаг, түүндээ 40 жилийг зориулдаг байна. Үүний үр дүнд тэдний эрчүүд бидний эрж хайж байгаа хүчтэй бөгөөд зөөлөн, зоригтой хэрнээ мэдрэмтгий гэсэн зан чанаруудыг эзэмшсэн дэлхий дээрх хамгийн тэнцвэртэй хүмүүс аж. Ксервантегийн эрчүүд гоо сайхан байх дуртай бөгөөд түүнийгээ идэвхтэй хамгаалдаг байна. Тэднийг хотод очихыг санал болговол ксервантегийнхан үл тоож, ой руугаа явчихдаг гэнэ. Ксерванте эр хэзээ ч ганцаарддаггүй байна. Өрнөдийн эрэгтэй хүн заримдаа бүх насаараа өөрийнхөөрөө ганцаараа байдаг.

Бид юуг буруу хийв?

Энэ ертөнцийн байдлыг харвал эрчүүдийн тухай төсөөлөл тов тодорхой болно. Бид тасарсан гинжийг гагнах ёстой. Энэ гинжийн ачаар олон зууны турш эрэгтэйчүүд эр хүн байж сурсан юм. Энэ хүрээнд асуудал харьцангуй саяхнаас харагдах болсон. Уг асуудал 200 жилийн өмнө аж үйлдвэрийн хувьсгалын үед буй болжээ. Хүн төрөлхтөний түүхэн дэх агуу үйл явдал болох аж үйлдвэржих хувьсгал одоо Энэтхэг, Хятадад өрнөж байгаа бөгөөд анх Англи, АНУ-д эхэлсэн юм. Олноороо шилжин хөдлөх явцад бид өөрсдийн нийгмээ орхиж, хотод шилжин суурьшиж, хөдөө аж ахуйг аж үйлдвэрийн ажлаар сольж, гэр бүлийн үүргээ гэр, ажилд хуваасан.

Хүн төрөлхтөний түүхэнд анх удаа эрчүүд тосгонд, фермд эмэгтэйчүүд, хүүхдүүдтэй зэрэгцэн ажиллахаа больж, өөр газар үйлдвэрт, уурхайд ажиллахаар явжээ. Мөнхийн уламжлалаа таслан хөвгүүдийг эмэгтэйчүүд хүмүүжүүлэх болсон. Үүнээс өмнө хөвгүүдийг /охидыг ч бас/ үнэнч бөгөөд хариуцлагатай, өөрийн гүйцэтгэдэг үүргээрээ бахархдаг, сурагчдаа хөгжүүлэхэд их ач холбогдол өгдөг өвгөд сургаж байжээ. Хэрвээ омог эсвэл тосгон сайн эрчүүдийг өсгөж хүмүүжүүлээгүй бол бүгдийн амьдрал аюулд өртөх учраас хөвгүүдийг эрчүүд л сургадаг байв.

1900 онд АНУ-д /Австралид бас магадгүй/ фермерийн аж ахуйг аав нарын 90 гаруй хувь нь эрхэлж байлаа. Тэр өдрүүдэд хүү аавыгаа бүтэн жилийн турш бүхэл өдөржин ажилтай байгааг байнга хардаг байв. Ах, өвөө гээд бусад эрчүүд ч мөн тийнхүү ажиллаж байсан нь хамгийн шилдэг үлгэр жишээ байсан байж болох юм.

Аж үйлдвэржих хувьсгал хүмүүст эд материалын асар их давуу байдлыг /эс бөгөөс та бүхэн бүх насаараа шар манжингийнхаа хогийн өвсийг түүх байсан/ авчирсан ч түүнд ямар үнэ төлсөнөө одоо л ойлгож эхэлж байна. Хөвгүүдийг хүмүүжүүлэхэд эр хүн оролцохоо больсон нь гэр бүлд асар их ялгаа гарахад хүргэжээ. Бид энэ ялгаанд дасч, удалгүй хэвийн үзэлдэл гэж үзэх болсон. Хөвгүүд аавтайгаа өдөрт хэдхэн минут бус олон цаг харилцах хэрэгтэй. Ах болон өвөө нар ирээдүйн эр хүний сэтгэл санаа эрүүл мэндэд чухал үүрэг гүйцэтгэнэ гэсэн таамаглал няцаагдсан. Эрэгтэй хүний хөгжил дэх өргөн, аюултай орон зай өргөжиж гүнзгийрсэн. Согогтой, тэнцвэргүй эрэгтэйчүүд хаа сайгүй буй болжээ.

Аавын хэрэгцээ

Гэр бүлийн амьдрал бусдаас илүү хэлмэгдсэн. Байр сууриа алдсан, хөндий хүйтэн, хүч хэрэглэх нь цөөнгүй болсон сексийн хамгийн янз бүрийн асуудалтай “хуучинсаг үзэлт” аав буй болсон. Орчин үеийн, дайны дараахь үеийн эрчүүд бид ертөнцөд мэндлэхдээ л аав нарыгаа үзэн ядаж байлаа. Гэвч энэ үзэн ядалт нь алдагдсан холбоо, хайраар дутсан уйтгар гуниг дээр үндэслэсэн юм.

Бид өөрсдөө вакуумд орохыг оролдон бүдчиж байлаа. Бид тэвдсэн байсан бөгөөд яах аргагүй биелэхгүй зүйлд өөрийгөө буруушааж байв. Ямар нэг юмаар дутаж байгаагаа таамаглахгүйгээр бид яаж шаналж чадах билээ? Энэ нууц шаналлыг дүрслэхэд аавын хэрэгцээ, хүчтэй, наргиантай, зэрлэг, эелдэг, хөлстэй, халамжтай, ухаантай эр хүний биологийн гүнзгий хэрэгцээ гэсэн жирийн үгс хэрэгтэй. Энэ ертөнцөд итгэл төгс бөгөөд чадварлаг байж сурахын тулд зарцуулсан олон цаг, хийж, бүтээхийн таашаал, хувирах тавилан болоод түүнийг шоолохын эсрэг хамтран тэмцэх, эр хүн байхын баяр баясалд хүрэхэд гээд эрэгтэй хүнээс үүдэлтэй мэдлэг, энэ бүхнийг хөвгүүдтэйгээ хуваалцах хүн хэрэгтэй. Яагаад гэвэл, эмэгтэйчүүд бидэнд олон зүйл сургадаг ч бид эр хүний оролцоогүйгээр хэзээ ч төгс эр хүн болж чадахгүй. Аавын хэрэгцээ одоо эрэгтэйчүүдийн сэтгэл зүйн нийтээр хүлээн зөвшөөрсөн үзэл санаа болжээ. Энэ нь эрүүл зам руу дийлэнх эрчүүдийг хөтөлсөн эхлэлийн цэг юм. Алдсанаа дахин олж авах нь бидний цаашдын өгүүлэх зүйл байх юм.

Хоёр үгээр

Феминизм эмэгтэйчүүдийг олон зууны боолчлолоос чөлөөлж байна. Энэ нь чухал бөгөөд цааш үргэлжлэх ёстой.

Эрчүүдийн дийлэнх нь аж үйлдвэрийн эрин үед шилжсэнээр бүр ч хэрцгий болсон хүнлэг бус системийн боол болов.

Өнөөдөр эрчүүд хувьсахад бэлэн болжээ. Аавын асуудалтай холбоотой шархыг анагаах нь эхэлбэл зохих зүйл болов уу.

Бусдын дуу хоолой

- Би эр хүний ажил хийж байна гэж бодоход надад таатай байна. Би хүүхэд тэвэрч, түүнийг үнсэж байгаа бол энэ нь эр хүний хүч хүүхдийг тэвэрч байна гэсэн үг. Миний нулимс гарч байгаа бол би айсан эсвэл баярлаж байна. Энэ бол эр хүний нулимс. Энэ бүхэнд эмэгтэй хүний гэх юу ч байхгүй.

Марвин Аллен. “Уик-энд” баримтат кино

- Бид орчин үеийн байшинд ороход ихэвчлэн тэнд байгаа айлын эзэгтэй итгэл төгс угтан гарч ирдэг. Эцэг нь хаа нэгтээ ард нь чимээгүйхэн байж байдаг.

Роберт Блай. “Төмөр Жон”

- Үйлдвэржилтийн нийгмийн феминист шүүмжлэгчид эрчүүдийг цэрэгт илгээгээд, харин эрчүүдийн эхлэлийг эхнээсээ л ямар нэг сүйтгэл агуулсан мэт асуудал тавьдаг. Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөн бидэнд өөрийгөө эргүүлэн олж авах, газрын болон тэжээн тэтгэгч чанарыг агуулсан лут эр зоригийг мандуулахад туслана.

Шеферд Блисс “Жигүүрийн далайц”

- Зарим хүмүүс зодооч болон түрэмгий занг хооронд нь ялгадаггүй...

Эмэгтэйчүүдийг тусгаарлахын төлөө хөдөлгөөн эрчүүдийн харгис хэрцгий зангаас айх мэдээжийн айдаст эрэгтэйчүүдийн зодооч занг хордуулахыг оролддог.

Роберт Блай. “Эр хүн байх нь”

- Өөрийн “хуурамч эелдэг зөөлөн зангаар” жүжиг тавьж байгаа энэ “зөөлөн эрэгтэй хүнийг” хялбархан тодорхойлно. Дуу хоолой, үйл ажиллагаа, амьдралд түүнд хүч хүрэлцдэггүй. Тэр эх дэлхийгээ хайрлаж, зөвхөн ногоогоор хооллосон ч түүнд энэ дэлхийг эсвэл хэн нэгнийг, ямар нэг юмыг аврах нарийн ажиллагаа явуулах чадвар дутна. Түүнд мансуурагчид, архичид болон бусад муу муухай зүйлд болон тамхи татах муу зуршилд “тийм”, эсвэл “үгүй” гэж хэлэх хүч хүрэхгүй.

Жон Ли. “Аавынхаа хуриман дээр”

Дөрөвдүгээр бүлэг.

Та ба таны эцэг

Би дэлхийн хаа нэгтээ хурал цуглаан дээр эрчүүдтэй уулзахдаа санал асуулга явуулдаг. Дүн нь адил буюу эрчүүдийн 30 хувь нь аавтайгаа ярьдаггүй гэж тэмдэглэсэн байдаг. Тэдний 30 орчим хувь нь санал зөрдөг эсвэл харилцахад хүнд байдгаа ярьж байна. Эрчүүд заримдаа аавтайгаа цагийг өнгөрүүлдэг ч тэдний уулзалт эмзэг бөгөөд тавгүй байдалтай болдог. Эрчүүдийн 30 хувьд байдал арай дээр байдаг буюу тэд аав дээрээ очиж эсвэл аавтайгаа утсаар ярьж, гэр бүлийн баярын үеэр бүгд цугладаг гээд ерөнхийдөө сайн хөвгүүд байхыг хичээдэг байна. Гэвч тэдний яриа зүлэг тэгшлэгч машины үйлдэлтэй адил болж дуусдаг аж. Эрчүүдийн 10 хүрэхгүй хувь нь аавтайгаа нөхөрлөдөг бөгөөд энэ харилцаагаа гүнзгий, тогтвортой гэж үздэг байна. Ердөө арван хүний нэг нь “Миний аав бол том тулгуур. Тэр миний амьдралыг өөд татагч” гэж хариулдаг. Харамсалтай нь бид бүгд “Миний аав намайг хайрлаж, надаар бахархдаг” гээд бахдалтайгаар гайхуулчихаж чаддаггүй. Эрчүүд, эмэгтэйчүүд бид бүгд ийм болвол дэлхий ямар их өөрчлөгдөх бол?

Аавтайгаа харилцах таны харилцаа ямар зорилготой вэ?

Ер нь таны амьдралд ахмад насны эрчүүд ямар байр суурь эзэлдэг вэ? Үнэндээ энэ нь чухал асуудал бөгөөд эр хүний хувьд таны аз жаргал уг асуултад хэрхэн хариулахаас олон талаар шалтгаална. Эр зориг нь нас биш, амьдралын шат ч биш, эмэгтэйчүүдийн ертөнцтэй ч, эрчүүдийн ертөнцтэй ч харилцах холбоо юм. Тэгшитгэлийн нэг тал хангалтгүй. Та аавын талын үндэс угсаатайгаа нягт холбоо тогтоож чадахгүй бол та залгуургүй угастай адил юм. Эртний соёлын хэдэн мянган жил таны хувьд хаягдсан гэсэн үг.

Аавтайгаа ийм холбоотой байснаа хором бод доо. Таны аавын талын үндэс угсаа танд таалагдах эсвэл эс таалагдахаас үл хамааран тэр талын угсаан дээр л үндэслэсэн байна. Аавынх нь зан байдал, хэлдэг үгийн онцлог өөрсөд дээр нь гүн үндэслэсэн бөгөөд хэдийд ч илэрч болохыг эрэгтэйчүүдийн дийлэнх нь түгшүүртэйгээр хүлээж авдаг. Хэрвээ та дотроо аавтайгаа дайны байдалтай байдаг бол аавын талын үндэс угсаатайгаа л дайтаж байна гэсэн үг. Энэ нь та өөрийнхөө бүрэн бүтэн байдлыг найдлагагүйгээр алдаж байна гэсэн үг юм.

Боломжтой бол та амьдралын ямар нэг шатанд аавтайгаа нухацтай ярих эсвэл хэд хэдэн удаа уулзаж ярилцах нь маш чухал юм шүү. Ингэснээр та түүний амьдрал, хийж буй алхмуудын шалтгаан, амжилт болон азгүйтлийг ойлгоно. Ийм алхам хийхгүй бол та нуранги элсэн дээр буюу хэзээ ч бүрэн түүхийг мэдэж чадахгүй таамаг, хүүхдийн сэтгэгдэл дээр өөрийн аавын талын үндэс угсаагаа буй болгох гэж үргэлжид зүтгэх болно. Ахмад насны бусад эрчүүд, эмэгтэйчүүд таны ааваасаа мэдэж авч чадаагүйг нэмэрлэж, тэдний оролцоо үүнд амин чухал ч таны амьдралд аав гэдэг хүний оролцоо нэн түрүүнд чухал байх нь тодорхой юм. Аав чинь архичин, эхнэрээ зоддог, хүүхдүүдээ доромжилдог, та түүнийг хэзээ ч хараагүй байсан биологийн эцэг гэдэг утгаараа танд чухал юм.

Та түүнтэй ойлголцож чадахгүй бол тэр мөнхөд байж байдаг сэтгэлийн гүнээс тань таныг дагах болно.

Аав тань таны амьдралд хэрхэн нөлөөлж байна?

Аав тань таны амьдралд оролцоход тус болж байгаа аргуудын нэг ахмад настай бусад хүмүүст хандах таны хандлагад нөлөөлнө. Та аавдаа итгэдэггүй учраас хөгшдөд итгэхгүй байж болох юм. Аав тань таныг хайрлаж байгаагүй, хатуу хүн байсан учраас та нэр хүндтэй хүмүүсийг ерөнхийдөө эсэргүүцэж байж болох юм. Аавд тань таалагддаггүй байсан болохоор та бусад ахмадуудад сэтгэгдэл төрүүлэхийг оролддог байх. Магадгүй та ахмадуудгүйгээр явах чадвартай учраас тэднээс давуу гэдгээ мэдэрдэг байж болох юм. Аавыгаа хайрладаг, хүндэтгэдэг, бас бусад ахмадуудын хайр, хүндэтгэлийг хүлээх тийм газар хүрэхгүй бол та мөнхөд бяцхан хөвгүүн хэвээр үлдэх нь тодорхой юм.

Аав нь нас барсан эсвэл ээжээс нь салсан, аавыг нь хэн ч хараагүй эрчүүдтэй би уулзаж явлаа. Аав нь амиа хорлосон олон хүнтэй би ярилцаж байв. Энэ нь маш нуугдмал гомдол, бачууралд хүргэдэг. Учир нь үүнийг бяцхан хөвгүүд “Аавгүй байхаар би ямар муу юм хийсэн юм бэ? Миний юу болохгүй байгаа юм бэ?” гэх мэтээр үргэлж хүлээн авдаг.

Эрчүүд их ажиллаж, бүхнийг няцаах замаар өвдөлтөө дарж байж болох ч тэд уураар далдалсан сэтгэлийн гүн хямралд орох л болно. Би тийм эрэгтэйчүүдэд аавынхаа үеэр аялахыг санал болгодог. Энэ нь өөр муж эсвэл хилийн чанадад жинхэнэ аялал хийхийг хэлж байгаа юм. Энэ нь миний мэдэх эрэгтэйчүүдийг сэтгэлийн хоосролоо анагааж, бүх дүр зургийг ойлгож, улмаар өөрийгөө чөлөөлж, аавыгаа “амар тайван байлгахын” тулд Европт цэргийн олзлогдогсдын хорих газарт очиж, аав болон аль эрт мартсан төрөл төрөгсдийнхөө нэг үеийнхнийг эрж хайж, өөрийгөө нэг сайн харахад хүргэж байлаа. Тийм аялал аль эрт мартсан үйл явдал, гансрал гарч ирэхийн хэрээр таны ой ухааны сан руу аялж болох юм. Хүн бүрийн бага нас ихэнхдээ адилхан учраас бусад эрчүүдийн түүх үйл явдлыг сэргээхэд хүргэдэг.

Заримдаа мэдээлэл зүүд нойронд ирдэг, заримдаа толгойд мартсан дурсамж сэргэдэг. Гучтайдаа би аавынхаа дутагдал, ялангуяа балчир насанд аавын надад зориулаагүй зүйлсийг тодруулахаар хичээнгүйлэн ажилласан юм. Мэдээжийн хэрэг сэтгэл судлалын ийм эрэл хайгуул хийхэд хүргэж байлаа. Тэгэхэд эцэг, эхчүүдийг буруушаах нь моод байсан юм! Нэг удаа би найз бүсгүйнхээ авчирсан киног үзлээ. Намайг тэр киног сонирхох ёстой гэж найз минь үзсэн байж. Хүүхэд наснаасаа хойш гаргаагүй байсан нулимс минь гэнэт урслаа. Би зүгээр ч нэг нулимсаа урсгасангүй, цурхиран уйлж билээ.

Намайг бүр жаахан байхад миний аавын хийсэн маш сайн зүйлийг би гэнэт санасан юм. Аав намайг хөл бөмбөгийн тэмцээний үеэр пальтондоо тэврэн авч дулаацуулж байсныг, салхин цэцэг туссан байхад миний шархнуудыг эмчилж байсныг, намайг зургаан настай байхад цас орж байсан нэг үдэш бид салхинд гарахад миний гарыг хөтлөөд явж байсныг дурсан санаж билээ. Би энэ дурсамжуудыг хав дарсан байсан, учир нь энэ бүхэн аавыгаа огт байгаагүй мэтээр зохиосон миний түүхэд нийцэхгүй байсан юм. Үнэн түүх хамаагүй нарийн, баян, үнэ цэнэтэй байжээ.

Аавтайгаа эвлэрч, түүний тухай төсөөллийг эргүүлэн олж авах нь та өөрөө аав болсон удирдах албан тушаал хашиж байгаа бол маш чухал юм шүү. Та өөрөө нэр хүндийг хүндэтгэж

суртал танд нэр хүнд ирэхгүй.

Аав нь амьд байгаа хүмүүст хамаагүй хялбар юм. Аав руугаа холоос утастдаг хүний түүхээс цөөнгүй эрчүүд өөрийгөө олж мэддэг. Залуу хүн ёроолгүй ангал дээгүүр гүүр тавихыг оролдож байна. Аав, хүү хоёр сүүлийн жилүүдэд ховорхон ярилцсаныг хүү нь бодсоор байна. Харилцуур авсан аавдаа хүү нь хэлэх гэтэл...

-Сайн байна уу, аав аа? Би байна.

-Аан, сайн байна уу, хүү минь? Ээжийг нь одоохон дуудаадахья...

-Үгүй ээ, ээжийг дуудах хэрэггүй. Би тантай яримаар байна...

Хэсэг чимээгүй болов. Тэгээд...

-Юу болоов? Чамд мөнгө хэрэг болоо юу?

-Үгүй, надад мөнгө хэрэггүй.

Залуу бага зэрэг түгдэрсхийн үгээ зөөж эхлэв...

-Би таныг болон миний төлөө хийж байсан бүхнийг тань үргэлж санадаг шүү, аав аа. Намайг коллежид оруулахын тулд үзэн ядаж байсан ажлаа хийж, биднийг авч явж байсан даа. Миний амьдрал одоо сайн байгаа, учир нь та амьдралаа эхлэх боломжийг олгосон шүү дээ. Би зүгээр л энэ тухай бодоод, үнэндээ танд хэзээ ч талархал илэрхийлж байгаагүйгээ ойлгосон...

Утасны нөгөө талд чив чимээгүй. Хүү яриагаа үргэлжлүүлнэ.

-Би танд баярлалаа гэж хэлэх гэсэн юм... Бас би тандаа хайртай шүү.

Их удаан чимээгүй байсны дараа аав нь:

-Чи уучихаа юу??? гэв.

Би энэ түүхийг цугласан олонд ярихад хүмүүс чанга инээлддэг. Харин эрчүүд нойтон, гялалзсан нүдээр инээдэг.

Аав нар юу сонсохыг хүсдэг вэ?

Аав нар ямар ч аюултай бэрх эсвэл хайхрамжгүй дүр эсгэлээ ч насан туршдаа хүү нь өөрийг нь хайрлаж, хүндэтгэдгийг харах мөчийг ямар нэг гүн түвшинд хүлээж байдаг. Та энэ мөчийг ойлгосноо шалгаарай. Аав тань насаараа л хүлээнэ. Энэ асар том эрх мэдлийг та хүүгийн хувиар гартаа атгаж байгаа. Эцэг, эхчүүд хүүхдийнхээ өөрийгөө үнэлэх үнэлэмжийг сүйтгэх мэдэлтэйг өнөө үед хүн бүр зөвшөөрөх байх. Хүүхэд ч бас эсрэг тал руу чиглэсэн бас тийм мэдэлтэйг цөөнх нь ойлгодог. Ямар нэг хамгаалалт босгосон ч хүүхдүүд нь өөрийн үнэлэлт дүгнэлтээ өгөхийг эцэг, эхчүүд харж байдаг. Амьдрал ийм л шүү дээ.

Миний найзын аав хэн нэгэн түүнтэй чухал ажил ярихыг оролдвол гэрээсээ зүгээр л яваад өгдөг бүтэхгүй нэгэн байлаа. Тэр хөгшин насны эцэст хорт хавдартай болж, эмнэлэгт амьсгал хураах дөхөж байлаа. Найз минь эмнэлэгт ирээд аавынхаа хэвтэж байсан өрөөнд орж хаалга хаагаад, аавдаа: “Одоо л би таныг ойлголоо!” гэж хэлэв. Хүү нь аавдаа ямар их гомдож байснаа, түүнчлэн /хэсэг хугацааны дараа/ түүнийг үнэлэх болсноо ярьж гарав. Энэ уулзалтын дараа тэд гар гараасаа барилцсан юм.

Амьдралынхаа тодорхой шатанд би аавыгаа хол, далайн эрэгт аваачаад, түүнийг илэн далангүй ярих хүртэл буцааж авч явахаас татгалзаж байлаа. Аав энэ байдлаас гайхалтай гарсан шүү!

Тиймээс зүгээр нэг хүлээсэн үүрэг бус, хариуцлага гэж байдаг. Зөв ойлговол энэ нь уриалгыг ойлгож мэдрэх сэтгэл гэсэн үг юм. “Би чамд хайртай” гэдэг үг хямдхан аж. Бид хэлэхээсээ өмнө эргэж буцдаг учраас энэ үг хэлэхэд амархан байдаг учиртай. Гэхдээ үгэнд учир нь байгаа юм биш. Хамгийн гол нь ямар нэг аргаар хэлээгүй биш, хэлсэн явдал юм. Хүндэтгэлтэйгээр, таатай орчин нөхцөлд гээд та өөрөө л аргыг нь олж чадна. Эцсийн эцэст аливаа эргэлзээг арилгахын тулд та аавдаа /болон ээждээ/ сэтгэлээ уудлах ёстой. Эс бөгөөс таны эхлэл хий хоосон зүйл болж хувирна.

Олон зүйл азаа туршихад хүргэдэг. Хэрвээ та эр хүн бол энэ луутай бүү тулалд. Таны аав шаналсаар үхнэ, таны нэг хэсэг ч бас үхнэ. “Олон эрэгтэй олигтой хүн байж чадсангүй гэж бодоод амьсгал хураадаг” гэж Роберт Блай нотолж байна. Энэ нь хайрладаг хүмүүсийнхээ, тухайлбал эрчүүдийн мөнхийн үндэс угсаагаар холбогдсон хүүгийнхээ зохих хүндэтгэлийг хүлээж чадаагүйгээс болдог.

Энэ өвдөлтийг хэтрүүлж болохгүй. Үүнийг өөрөө хийхээр аав тань таныг зориод ирж магадгүй. Магадгүй, гэхдээ магадлал тун бага юм. Энэ тухай та энэ номоос уншаарай. Та түүний мөрөн дээр өссөн нэгэн. Тиймээс та эхний алхамыг хийх ёстой байх.

Аавыгаа олох нь

Та тодорхой шалтгаанаар аавыгаа дотроо таашаадаггүй байж болох юм. Дийлэнх тохиолдолд, хааяахан сайн санааны үүднээс ээж нар хүүгээ аавынх нь эсрэг турхирдаг. Роберт Блайд богинохон хэрнээ хүчтэй сэтгэгдэл төрүүлдэг түүх /”Эрэгтэйчүүдийн цуглаан” дүрст лекц/ байдаг юм. Тэр түүхийг ярихад л хүмүүс сэтгэл хөдлөлийн гар бөмбөг шидчихсэн юм шиг шуугилдаад явчихдаг.

Энэ нь аавынхаа тухай өөрийн үзэл бодлоо илэрхийлэхээр шийдсэн хүний түүх юм:

Тэр 35 настай байхдаа өөрийнх нь эцэг үнэндээ хэн юм бол гэсэн асуултыг тавьж эхэлжээ. Тэр түүнийг 10 орчим жил хараагүй аж. Тэгээд аавынхаа оршин суудаг Сиэтл хотод очиж, гэрийнх нь хаалгыг тогшлоо. Аавыгаа хаалгаа онгойлгоход “Би таныг нэг зүйлийг ойлгоосой гэж хүсч байна. Би таны тухай ээжийнхээ бодлыг хүлээж авахгүй” гэж хэлжээ.

Тэгээд юу болсон гээч?

Аав цурхиран уйлж, “Одоо би үхэхэд харамсах юмгүй болох боллоо” гэж хэлсэн.

Аав нар хүлээж байдаг юм. Тэд өөр юу хийж чадах билээ?

Хэрвээ та насанд хүрсэн хүүтэй бол энэ номыг уншаарай, хүлээх хэрэг байна уу? Хэрвээ амьд сэрүүн байгаа аавын хүү бол Блайгийн уриалга маш тодорхой юм шүү. Та энэ аяллыг хийхэд бэлэн үү?

Ихэнхдээ эхлээд танд аавыгаа онцгойлон хайрлах сэтгэл төрөхгүй бөгөөд түүнийг бүр бага хүндэтгэнэ. Та түүнийг үзэн яддаг ч байж болох юм. Та хоёрын хооронд санал зөрдөг зүйл байдаг бол түүнийг үл ойшоох хэрэггүй. Санаа зовох хэрэггүй, бүх зүйл сайхан болно. Энэ зүгээр нэг болчих зүйл биш. Тэгээд ч танд дорд орсон мэт сэтгэгдэл төрнө. Санал зөрөлдөөнөө арилгах хэрэгтэй /энэ тухай дараагийн хуудсуудад тодорхой өгүүлэх болно/.

Аавыгаа хүсэн хүлээж байгаа зарим хөвгүүд дотроо шаналж явдаг бөгөөд үүнийгээ эмэгтэйчүүдээс нуудаг. Аавынхаа талаар юу ч тодруулалгүй, яагаад тэр тийм байгааг, чухам ямар хүн болохыг ойлголгүйгээр тэд аавыгаа тухай муу төсөөллөө бүрэн хүлээн зөвшөөрч, хулчийсан найдваргүй байдалд ордог. Би төрөлхийн эрэгтэй талын гажигтай, ирээдүйдээ түүн шиг болох байх.

Роберт Блай. “Төмөр Жон”

Аавынхаа байдлыг ойлгох нь хэзээ нэг цагт эр хүн болохыг хүсдэг хөвгүүн бүрт хэрэгтэй. Хүндэтгэл /бахархал хосолсон хайр/ эрчүүдийн сэтгэлийн хүнс юм. Хөвгүүд аавыгаа хүндэтгэдгээ “ил гаргах” хэрэгтэй. Гэхдээ үүнийг чин сэтгэлээсээ хийх нь чухал. Тэд ч бас ааваасаа хүндэтгэл хүлээх хэрэгтэй юм.

Хөвгүүн бүрийн хүсдэг дэмжлэг

Эрчүүдийн өсөлт хөгжлийн тухай “Эрчүүдийн сэтгэлийг анагаах нь” гэдэг гайхалтай сайхан номд сайд Гордон Долби бидний өмнөх хуудсуудад уншсан утасны ярианд нэмэрлэх түүхийг өгүүлсэн байдаг. 30 орчим насны залуу аавдаа захидал бичжээ. Залуу ажил мэргэжилдээ амжилт олж яваа ч өөртөө итгэлгүй, багадаа аавтайгаа хүндхэн харилцаатай байсан хүнд үеийн гомдлыг сэтгэлдээ тээж явдаг нэгэн аж. Захидлаараа дамжуулан тэр бодож санаж байгаагаа шууд асуужээ. Өөрийг нь хайрладаг эсэхийг тэр ааваасаа асуусан байна. Харин аав нь найрсаг бөгөөд албан ёсны хэлбэрээр: “Би бүх хүүхэддээ хайртай гэдгээ чамд хэлмээр байна” гэж хариулжээ. Санаатайгаар зайлсхийгээд байгааг мэдсэн үү, хөгшин чоно асуултад хариулаагүй байна. Та ойлгож байна уу?

Яагаад ийм хариулт өгсний учрыг олох хугацаа хэрэгтэй байгаа ч залуу их гайхжээ. Эцэст нь түүнийг бага байхад нь хуурч байсан шигээ хуурсныг ойлгосон байна. “Би бүх хүүхэд хайртай...” Зайлсхийсэн тодорхой хариулт болох нь аяндаа ойлгогдов. Хэзээ ч магтаалын үгийг шууд хэлж байсангүй. Хэзээ ч шууд харьцаж байсангүй. Өдөөгдсөн Долби хүү улам лавшруулж, дахин захидал бичив. Тэр айж байсан ч үзээд алдахаар шийджээ. Аавынх нь өгсөн хариултан дахь тодорхой үгс:

“Асуултуудаараа намайг сэрээсэн чамд баярлалаа. Би үнэндээ хэзээ ч энэ тухай нухацтай бодож байгаагүй бололтой. Гэвч ямар ч байсан бодоод Питер ээ, аав нь хүүдээ үнэхээр хайртайгаа ойлголоо. Тэгээд энэ тухай өөрийнхөө төлөө чамд хэлэх хэрэгтэй болов уу, бас үүнийг мэдэх нь чамд ч хэрэгтэй байх”

Хүүхдийн сэтгэл зүйд хайрлуулж, дэмжүүлэх хэрэгцээнээс өөр хүчтэй зүйл үгүй юм. Хүүхэд хүссэн зүйлийнхээ талаар тодорхой хариулт авч чадаагүй бол услаагүй цэцэг шиг гандана. Энэ маш чухал! Калькуттын урцанд гэр бүл болон орж ирсэн найз нөхдийнхөө өмнө бүжиглэж байгаа бяцхан хүүхдүүдийг би харж байлаа. Томчууд чанга алга ташин, хүүхдүүдээ тэвэрч авч байв. Харин Австралид үнэтэй хувийн сургуулиасаа бяцхан хүүхдүүд магтаал сонсохыг илэрхий хүссээр дүн тавиулсан сурлагын дэвтрээ гэртээ авч ирээд хатуу эцэг, эхээсээ зөвхөн хүйтэн, шүүмжилсэн дүгнэлт сонсож байхыг би бас харсан.

Эцэг, эхчүүдийн энэ хүйтэн хөндий байдал хаанаас гараад байдгийг би дотроо ойлгодоггүй юм. Би өөрийнхөө хүүхдүүдийг хараад тэднийгээ тэвэрч, тэнгэрт тултал магтах хүсэл заримдаа хязгааргүй их төрдөг нь миний хүүхдүүд бусдаас онцгой бус /эсвэл миний л хүүхдүүд болохоор биш/ харин тэд тийм бяцхан, өхөөрдөм учраас тэр байх. Эцэг, эхчүүд ийм ердийн мэдрэмжгүй болсон учраас тийм хүйтэн хөндий байдаг биз ээ.

Аавтайгаа ойр дотно байгаагүйн үр дүн юу вэ? Бидний маш их хүсдэг хайр бидний амьдрал өөрчлөгдсөнөөс болоод төрөхөө больдог. Жам ёсны дагуу бидний хайрлах шаардлага хэрэгжихээр хайр бидний амьдралын орчин болж, бид амьдралаа үргэлжлүүлэх боломжтой болдог. Магтуулж, дэмжүүлэх гэсэн хэрэгцээ биелэхгүй болохоор биднийг хий үзэгдэл шиг дагадаг. Манай олон нийтийн мэдээллийн хэрэгслүүдэд голдуу сүүтэгнэдэг хүмүүсийн олонх нь санхүүгийн магнатууд, улс төрчид, спортын дээд амжилтыг эвдэгчид байдаг. Энэ хүмүүсийн дийлэнх нь хүлээн зөвшөөрүүлэх гэсэн биелэгдээгүй хүсэлдээ шаналагчид юм.

“Харж байна уу, аав аа? Би чадаж байна уу, хараач?” Мэдээж, ямар ч хэрэггүй. “Гэхдээ хүү минь, чи илүү байж чадахгүй гэж үү?”

Аав нар болон хөвгүүдийн үе хоорондоо хагарах болзошгүй шалтгаан олон бий. Янз бүрийн үеийн эрчүүд бие биетэйгээ, ялангуяа нийгмийн түргэн өөрчлөлтийн үед эвлэрэх нь үргэлж л хүнд хэцүү байдаг. Ижил хүйстэн хүү /эсвэл ижил хүйстэн аав/ гэх мэт бэлгийн хандлагаар үнэхээр ноцтой ялгаа гарах үед үүсэх асуудлуудын талаар бодъё. Сэтгэлийн гүнд үргэлж нөгөө асуудал байдаг: Би таны бодож байсан шиг биш байсан ч та намайг хайрлах уу? Би таны мөрөөдөж байсан шиг хүн биш. Жек Томпсон, Рассел Кроу нарын тоглосон “Бид бүгд хамтдаа” кино хүүтэй ямар ч аав нарт зориулсан гайхалтай жүжиг бөгөөд энэ асуудалд хэрхэн хандахыг хэлж өгдөг.

Хүлээлт болон найдвар аливаа эцэг, эхийн сэтгэлийн нэг хэсэг. Эдгээр нь хэрэгжихгүй бол тэдгээрээс чөлөөлөгдөх нь мөн адил чухал. Хүү хүсч байсан аав охинтой болж, тамирчин хүсч байтал жүжигчин, хөгжимчин хүсч байтал хар ажилчин, Олимпийн алтан медаль хүсч байтал тархи нугасны саатай болвол багагүй аймшигтай гэмтэл үүснэ. Өөр үр дүн гарсанд асуудал байгаа юм биш. Харин цааш гялалзан, урагшлах боломжгүй болсонд байгаа юм. Хүсч байснаа бус байгаагаа хайрла.

Энэ дэлхий дээр бидний сэтгэлд тулгарч болох томоохон хүндрэлүүдийн нэг нь бидний өнгөцхөн, хувиа хичээсэн мөрөөдлүүдийг хэвээр үлдээх, бидний жинхэнэ хүүхдүүд ямарваа мөрөөдлөөс хичнээн дээр гэдгийг ойлгох явдал юм.

Үүнийг аавтайгаа шийдээрэй

Аавыгаа амьд байхад асуудлуудаа тодруулсан нь дээр гэдэг нь тодорхой. Та үүнийг өөрийгөө чөлөөлөхийн тулд хийх хэрэгтэй алхам гэж үзсэн цагтаа хэрэгжүүлж болно. Миний ярилцаж байсан эрчүүд жинхэнэ тулаанд орохоос, өөрөөр хэлбэл, байдлыг муутгахаас айхдаа аавтайгаа ярилцаж эхлэхээс зайлсхийдгээ байнга нотолж байлаа. “Тэд хэтэрхий хөгширч, өөрчлөгдөхөөсөө өнгөрсөн. Бүгдийг байгаагаар нь орхих нь дээр” гэж тэд ярьж байна. Магадгүй олон аав хүүгийнхээ зэмлэл, шүүмжлэлтэй тулгарахаас айн аж төрж байж болох юм. Тэд сайн үр дүн хүлээгээгүй л болов уу.

Задгай ухаанаар урагшлах нь эхлэх аргуудын нэг юм. Зангидсан гартайгаар асуудлыг хэлэлцэж эхлэх хэрэггүй. Тохирох мөчийг хүлээ. Эмэгтэйчүүдийн оролцоогүйгээр лонх хүйтэн шар айрагтай дулаахан үдэш түүнийг амьдралынхаа үнэн түүхийг ярьж өгөхийг хүсээрэй. Хүүхэд насаа дурсахыг хүсээрэй. Ажил, амьдралынх нь тухай, гаргаж байсан шийдвэрүүдийнх нь талаар асуугаарай. Бүү шүүмжлээрэй /Танд хэцүү санагдаж байгаа бол өөрийн тань хүү таныг мөн тийнхүү дэнсэлнэ гэдгийг санаарай/. Ойлголцоос өөр ямар ч нуугдмал санаагүй байхыг хичээгээрэй. Таныг занганд оруулах гэж байна гэж танай аав хардаж болзошгүй юм. Хэрвээ та үнэхээр илэн далангүй байж чадахгүй бол жинхэнэ түүхийг сонсч чадахгүй шүү.

Хуучин түүх рүүгээ эргээд ор. Аавыг тань бага байхад юу болсныг тодруул. Дараа нь таныг хүмүүжүүлж байсан үе рүү шилж. Түүний үнэн таны хүүхэд насны сэтгэгдлээс огт өөр харагдах болов уу. Бүх хүүхэд эцэг, эхдээ тохоодог тэр дүрээс гогцоолон зураг авах маягаар өөрийнхөө төсөөлөлд аавыгаа хүнлэг болго.

Зарим аав нар маш зайлсхиймтгий, өрөөнөөс гарч, ярилцахаас шууд татгалздаг. Зарим хүн жинхэнээсээ зодолдоход хүрч байсан тухай би сонсч байсан. Ингэ гэж би зөвлөхгүй! Хүнийг бус хамгаалалтыг эвдэх зорилгоо санаарай. Бүү яар. Зарим нь зорилгоо зөв чиглэл рүү залахын тулд аавыгаа нэг тийшээ аялалд эсвэл загасчлахаар хэдэн өдрөөр авч явдаг.

Германд байдаг миний найз нарын нэг аавыгаа дайны үеэр аймшигтай зүйл үзэж өнгөрүүлснийг мэддэг байлаа. Тэр үед аав нь ердөө 11 настай байсныг л найз минь мэдэж байсан юм. Аав нь юу болсон тухай хэзээ ч ярьдаггүй байжээ. Үргэлж зай барьж, хүүхдүүдтэйгээ ойр дотно байдаг ч нэг л дарамттай, түгшүүртэй байдаг байв. Миний найз байрандаа засвар хийхэд /уг нь байр нь тийм ч муухай болоогүй байсан/ туслахыг ааваасаа хүсчээ. Аав нь хол зам туулах болсон байна. Тэд будаг шунхны ажил гээд тав хоног хамт ажиллажээ. Сүүлийн өдөр аав нь дайны тухай ярьж эхэлсэн байна. Түүний гэрч нь болсон түүх аймшигтай байжээ /энэ тухай энд ярих шаардлагагүй/. Аав нь уйлж, хоёулаа багсаа тавиад тэврэлджээ. Хөгшин хүүдээ өөрийн туулсан амьдралыг, яагаад энэ бүх жилүүдэд дарамттай байсаар ирснийг ойлгуулах хэрэгтэй байжээ. Эцэст нь тэр ярихаар шийдсэн байна. Миний найз тохирох нөхцөл байдлыг бүрдүүлж, тэвчээртэй байсан учраас ийм явдал болж, тэд ойлголцож чаджээ.

Аав, хүү хоёрын хоорондын асуудлууд заримдаа маш энгийн, шийдэхэд хялбар байдаг. Миний бас нэг найз Тревороос /одоо тэр 50 гарч яваа/ тийм жишээ татаж болох юм. Түүнийг бага

байхад аав нь өглөө бүр машинаараа сонин тараахдаа авч явдаг байж. Тэд өдөр бүр хоёр цагийг яг нэг баг шиг тайвнаар хамтдаа өнгөрүүлдэг байжээ. Тэднийг замд явж байхад нар аажим мандаж, шөнийн жаврыг үргээдэг байв. Энэ нь түүний хамгийн аз жаргалтай үе байсан бөгөөд тэр аавтайгаа ойр байхыг, насанд хүрсэн эр хүний ертөнцийн сайхныг мэдрэх дуртай байлаа. Нэг удаа аавд нь өдрөөр хийдэг /энэ ажлаа үзэн яддаг байсан/ тэр ажлаа орхиж, сонин тараах бизнест хамаарах сонины мухлагт хамтран ажиллах санал иржээ. Аав нь саналыг хүлээж аваагүй нь хүүгийн гайхлыг төрүүлсэн байна. Мухлаг хаагдаж, сонин тараах ажил дуусчээ.

Тревор бараг 30 жил гомджээ. “Тэр надтай байхыг хүсээгүй!” Аав нь хөгширч, байнга өвдөх болсон үед Тревор энэ үйл явдлыг ярьж, яагаад татгалзсаныг асуув.

“Мухлагт хамтран ажиллаж, сонин тараахыг яагаад хүсээгүй юм бэ?” гэж тэр сонирхон асуулаа.

“Түнш болох хүн маань мөрийтэй тоглоомчин байсан бөгөөд бид дампуурах байсан юм”.

Ийм л энгийн байлаа.

Эцэг эх болоод та ч бас эцэг, эхээ өрөвдөн хайрлах нь зайлшгүй. Манай бүлгийн Марк гэдэг гишүүн хоёр жил үргэлжилсэн хорт хавдрын аймшгийн үеэр эхнэрээ асарч тэтгэж байлаа. Үе үе тэр маш их түгшиж, айж, насандаа таарсан шаардлага тавьдаг, юу болоод байгааг мэдэхгүй бяцхан хүүхдээ цөөнгүй загнадаг байв. Марк түгшиж байгаагаа хүүдээ ярихад бэлэн бус байсан бөгөөд найман настай хүү өөрт нь тодорхойгүй орон зайд, ямар нэг сэтгэл хөдөлгөсөн минын талбайд аж төрж байв.

Сүүлд нь хүү 10 нас хүрмэгцээ эрчүүдийн бүлгийн лекцийн дамжаанд бүртгүүлжээ. Бусад эрчүүд хүүдээ юу болсныг ярихыг түүнд зөвлөж байв. Урьд нь маш түгшүүртэй байсан байж болох хүү одоо бүгдийг ойлгоод, итгэл үзүүлсэнд бахархах болж, сэтгэл нь амарчээ. Хүүгийн сахилга бат, сурлага нь мэдэгдэхүйц сайжирсан байна. Хүүхдүүд ихэвчлэн юу болоод байгааг мэддэггүй, бид ч хэзээ тэдэнд байдлыг ойлгуулбал зохилтойг мэдэхгүй байх нь олонтаа. Бид тэднийг хайрлахгүй байна гэсэн дүгнэлтийг тэд хийж, үүнийгээ бүх насаараа сэтгэлдээ тээж болзошгүй.

Энд хэдэн чухал зүйлийг тодруулах хэрэгтэй. Аавтайгаа ярихдаа та бүх зүйл байх ёстой байрандаа орж байгааг ойлгоорой. Зүгээр л “баярлалаа” гэж хэлэх нь аугаа хэрэг. Бага насанд сэтгэлд хоногшин үлдсэн цөөнгүй онцгой дурсамж эсвэл мөчүүдээ бод. Таны аав юуг “зөв хийснээ” огт ойлгохгүй байж болох юм.

Зарим гэр бүл үргэлж аз жаргалтай бүгдийг маш сайн хийж байсан гэсэн үлгэрийн юм шиг итгэл үнэмшлээ хадгалжээ. Үнэн хэрэгтээ хэзээ ч тийм байгаагүй байдаг. Үүнээс болж танд жинхэнэ асуудал үүсч, хэн ч байдлыг бодитойгоор харахгүйгээс үнэнийг олох замд саад болж магадгүй юм. Үзэн ядаж, аймшигтай гэж бодож байснаа эсвэл таны чармайлт болоод дотно сэтгэлийг үнэлэх хүнгүй, ганцаардмал, уйтгартай байснаа аавдаа ярих нь хэвийн зүйл. Хариуд нь тэр таныг хараан зүхэж магадгүй. Таныг дахиад л шүүмжлээд эхэлж магадгүй юм. Битгий бууж өг. Одоо та хүүхэд биш шүү дээ. Ухаантай бай. Яагаад? гэж асуу. Бүгдийг олж

мэдэхийн тулд асуугаад бай. Эцсийн дүнд та бүхний хоорондын уур амьсгалд зарим нэг зүйлийг ойлгож, өршөөж, уучлалт гуйж эсвэл үзэл бодлоо илэрхийлж магадгүй. Бүх зүйл яаж өрнөхийг урьдчилан тааж, эсвэл программчилж болохгүй. Гайхахад бэлэн бай.

Хорьдугаар зууны сэтгэл судлалд гарч ирсэн цөөхөн зорилтуудын дотор “Дуусгаагүй ажлаа дуусгах хэрэгтэй” гэсэн нэг зорилт байлаа. “Хэцүү байлаа”, “Тэд чадах бүхнээ хийсэн”, “Одоо тэд хөгшчүүд учраас давалгаа хөөх хэрэг байна уу?” гэж хэлээд “гуйж, мартаж нь” хангалтгүй. Энэ нь үнэнд хүргэхгүй, таны доторх үнэхээр гомдсон хүүхдэд тайлбар болохгүй бөгөөд үүнийг хүлээн зөвшөөрөх хэрэгтэй. Эхлээд хүлээн зөвшөөрөөгүй зүйлийг уучлах боломжгүй. Хамгийн зардал багатай замыг сонгонгоо та аав руугаа хүлцэнгүй хараарай, энэ нь таныг хөндий болгоно. Сэтгэлийнхээ гүнд та хоёр үүнийг худал гэдгийг мэдэх тул улам бүр холдоно.

Хоорондоо бүх учраа олох гэсэн зорилгоо санаж байгаа биз дээ? Та үүнийг тооцоо бодох эсвэл “Намайг шаналгасан учраас түүнийг шаналгая”, нэг иймэрхүү юм хийх гэж хийгээгүй. Тэгвэл та өвдөлтийн хүрдийг л дахин нэг эргүүлэх болно. Та үнэн бөгөөд бүрэн байх дүгнэлтэд хүрэхийг эрмэлзэж байгаа биз дээ? Та хоёр хоёулаа оройтоогүй дээрээ эдгэрэхийг хүсч байгаа биз ээ.

Аавыгаа байгаагаар нь хайрла

Эрчүүдийн дийлэнх нь аавын тухай яриаг тааламжгүй зүйл гэж үздэг бөгөөд тэд нэгэн үеийн турш энэ сэдвээс зайлсхийсээр иржээ. Энэ нь маш гомдмоор зүйл. Учир нь ингэснээрээ тэд өөрийн үндсээ тасалж байгаа юм. Бид эцэг, эхтэйгээ эв найртай байх ёстой гэж практик сэтгэл судлал бидэнд хэлдэг ч эртний уламжлал үүнд арай бага буулт хийсэн байдлаар ханддаг. Ямар нэг утгаараа та бол яг л аав шигээ хүн. Та бол аав тань өгсөн тэр зүйлээс дээгүүр өөрийн бүтцийг нэмж барьж байгаа төдий тусдаа бие хүн юм. Хамгийн гол нь таны дүр төрх анхааралдаа авч, ойлгох ёстой, олж мэдэх ёстой олон төрлийн үндсэн дээр тулгуурласан байна. Бидний олонхи нь тодорхой хүндрэлтэйгээр өөрийгөө аавдаа байдаг шиг дүр төрхтэй, эрчүүдийн ажил хэргийн ааш маяг эсвэл арга барилтай болохоо мэддэг. Хариулт нь тэднийг үндсээр нь үгүйсгэх гэсэнд биш шүү. Сэтгэл юуг ч бүрмөсөн хаядаггүй. Та “аавыгаа өөрөө” хайрлаж сурах ёстой. Хэрвээ та ингэж чадахгүй бол өөрөө өөртэйгээ дайны байдалд байнга байх болно.

Ингэж аж төрж байгаа хичнээн эрэгтэйг та мэдэх вэ? Тэд мод хагалж, машин засч, чек бичиж байна уу? Та тэднийг аль эрт алга болсон хий үзэгдэлтэй ямар нэг юмны талаар маргасаар байгааг бараг сонсч байгаа байх. “Хүү минь, чи эндүүрч байна!” – “Зайл, аав аа!” Аавыгаа уучлах нь зөвхөн сайн дурын чармайлт биш. Харин түүний амьдралыг үнэхээр ойлгоно гэсэн үг. Өөрөөр хэлбэл, өөрийн амьдралаа чөлөөлөх үүднээс хамгийн гол зүйлийг хийнэ гэсэн үг.

Хэн нэгэнд энэ мөчид маш гунигтай байна. Учир нь аав нь аль хэдийнэ нас барсан байх бөгөөд тийм яриа дахин хэзээ ч болохгүй. Боломж бүрмөсөн үгүй болжээ. Энэ нь тийм биш. Тэр таны дотор байгаа бөгөөд та энэ үйл явцыг эхэлж болно. Төсөөл л дөө, нойрондоо шарилын хавгантай ярьж, эсвэл захидал бичингээ та гомдол харууслаа тайлж болно. Энэ нь хэцүү ч чухал юм шүү. Та хувийн аяллаа үргэлжлүүлж, ямар нэг мэдээлэл олж, аавынхаа төрсөн газар руу явж, түүний үеийнхэнтэй ярилцаж, дутуу зүйлсийн ерөнхий дүр зургийг гүйцээж эхэлж болох юм. Мөн адил эрэлд гарсан бусад эрчүүдтэй ярилцах нь маш их тус болдог. Бидэнд адил зүйл олон бий бөгөөд бид дэмжлэг тусалцаа авч, тодорхойгүй зүйлсийг тодруулах замаар гашуудлаасаа ангижрахад бие биедээ туслаж болно. Энэ үйл явцад үнэхээр их сэтгэл гаргадаг ч оронд нь эрүүл саруул, эрч хүчтэй болдог.

Өнгөрснөөсөө бүү зайлсхий. Эцсийн дүнд өнгөрсөн зүйл үргэлж эрдэнэ байдаг.

Хоёр үгээр

Таны аав эр хүн байхыг танд хамгийн үр нөлөөтэйгөөр сургасан анхны хүн мөн. Тэрбээр үүнийг зүгээр л баримттайгаар хийсэн. Тэр таны аав. Энэ танд таалагдах, үгүйг мэдэхгүй ч тэр таны толгой, булчин, мэдрэлд мөнхөд байна.

Аавын энэ өв огт хэрэггүй хог болон үнэлж барашгүй эрдэнэсийн холимог юм. Хэрвээ та энэ бүхнийг хүлээж авахгүй, ялгахгүй бол аль нь юу болохыг хэзээ ч мэдэхгүй өнгөрнө. Эрчүүдийн дийлэнх нь энэ бүхэн хадгалагдаж байдаг тархины тэр хэсгийн “хөндийгөөс” зай барьдаг. Тэд энэ бүхнийг хэрэггүй хог гээд тоохгүй хаяхаар шийддэг. Үүнээс болж эвгүй үнэр хаа сайгүй ханхалж, амьдралд халдварлана. Үүний зэрэгцээ тэд ямар нэг юмнаас хаягдсан

мэт болж, энэ бөөмд булагдсан үнэт зүйл, эд баялаг нь нэхэгдэнэ.

Бөөмийг ялгаж салгах хамгийн энгийн арга бол аавтайгаа ярилцах эсвэл цуврал ярилцлага хийх явдал юм. Түүнээс олж мэдэх зүйл бол:

- Таны хүүхэд насны талаарх үнэн.

Та ээжийнхээ гэдсэнд олдсон, төрсөн, өссөн нь түүний хувьд ямар учиртай байв? Энэ нь бага байхад тань юу болсон, хүүхдийн нүдээр үйл явдлыг та хэзээнээс хүлээж авч эхэлсэн гээд бүхнийг шинэ өнгө төрхтэй болгоно.

- Аавын тань хүүхэд насны тухай үнэн.

Түүний бага болон өсвөр насны түүх ямар байсан бэ? Таны хүмүүжилд тэр юу оруулсан бэ?

Та өөрийн амьдралын туршлагын тухай ярьж, түүний туршлагын талаар асуухад энэ яриа хоёр талаас бэлэг солилцсон мэт болно. Гэнэтийн бэлэгт бэлэн бай. Таатай хариулт эсвэл өнгөц тойм байдалд бүү хуурт. Танд цус, хүйс, аавын тань болон өөрийн тань амьдралын нулимсын тухай үнэн хэрэгтэй.

Таны аав нас барсан бол танд түүнийг “ухах” хэрэг гарч болох юм. Үүнийг яаж хийх талаар хэдэн аргыг хэлж өгье:

- Аавыгаа амьд сэрүүн байгаа мэт сэтгэж, түүнд захидал бич.
- Аавынхаа амьдралтай холбоотой чухал газруудад очоорой.
- Аавынхаа талаар илүү ихийг мэдэх хэн нэгэнтэй ярилцаарай.
- Аавынхаа тухай мөрөөд.
- Санаж, бодож явдаг зүйлсээ сэргээхийн тулд эрэгтэйчүүдийн зөвлөх эмчтэй аавынхаа тухай ярилцаарай.

Сайн сайхан, зоригтой байхыг хүсье.

Бусдын дуу хоолой

- “Бид аав, хүү хоёр шиг байгаагүй. Бид танилууд шиг” гэж аав минь хааяа хэлдэгсэн. Аав үүнд үнэхээр итгэж байсан байх. Би бол хэзээ ч итгэж байгаагүй. Би түүний танил байхыг хүсэхгүй. Би түүний хүү л баймаар байсан. Бидний хооронд болсон зүйл эрчүүдийн доог тохуу байсан бөгөөд намайг ядрааж, айлгаж байлаа.

Жеймс Болдуин. “Эр хүн байх нь”

- Бид аав нараа эрчүүд бидний хүслээр дарж болох юм. Эрчүүдийн орчноо, найз, ах нараа, өвөө нараа, түүнчлэн мартагдсан домог үлгэр, эрэгтэй хүний өв уламжлалаа алдана гэдгээ бид санах хэрэгтэй. Уламжлалт нэг ч нийгэмд хөвгүүдийг хүмүүжүүлэх үүргийг зөвхөн аавд нь үүрүүлж байсангүй. Бүх эрчүүдийн хамтын нийгэмлэг энэ чухал ажилд оролцож байжээ. Манай аав энэ нягт холбоонд бас байсангүй. Тэр миний адил төөрчээ.

Роберт Блай. “Жигүүрийн далайц”

- Хүүхдүүдэд маань миний тухай ямар нэг бүхэл дурсамж үлдэхийг би хүсэхгүй байна... Харин ч эсрэгээр тэд намайг ямар эмзэг хүн байсныг, тэдэн шиг бүр тэднээс ч илүү эмзэг хүн байсныг мэдэж байгаасай хэмээн би хүсч байна.

Жорж Сименон. “Жигүүрийн далайц”

- Фройд ч, Юнг ч ээж нарынхаа эрчүүд байсан бөгөөд бидний сэтгэц тэднээс гаралтай.

Роберт Блай. “Жигүүрийн далайц”

- Эрчүүд бүгд ялгагдаагүй. Аав нар нь ямар шийдэмгий туслахууд байсан, чадахаараа л хайрлаж, хамгаалж, эр хүний амьдралд хамгийн сайн сайхнаар оруулахыг хичээж байсныг зарим нь ярьж байна.

Роберт Блай. “Жигүүрийн далайц”

- Миний аав ээжээс маань хэзээ ч татгалзаж байгаагүй бөгөөд үүнд миний уур үргэлж хүрдэг.

Жон Ли. “Миний аавын хуриман дээр”

- Холливудын олон залуу зохиолч Канзас дахь аавыгаа эсэргүүцэхийн оронд насанд хүрсэн бүх эрэгтэйг “тэнэг” хэмээн ааваасаа өшөө авдаг.

Роберт Блай. “Төмөр Жон”

Тавдугаар бүлэг.

екс ба зан авир

Бидний амьдралын хамгийн агуу сэтгэл ханамжуудын нэг байж болох зүйл нь ихэнхдээ агуу урам хугарлыг төрүүлсэн зүйлсийн нэг болдог. Эрчүүдийн олонхи нь сэтгэлийн гүнд өөрийгөө “өчүүхэн амьтан” гэж үздэг. 45 хүртлэх насны эрчүүдийн 60 хувь нь сексийн хувьд сэтгэл ханамжтай бөгөөд төлөв байхын оронд сексдээ сэтгэл түгшсэн байдаг. Сексийн тухай ярихаар эрчүүд сэтгэл дундуур болоод явчихдаг. Хүний бэлгийн харилцааны сэтгэл ханамжийн байдал нь эрч хүчний бодитой эх сурвалж бөгөөд биднийг эмэгтэйчүүдтэй холбогдоход хүргэж, өдөр тутам сэтгэл өөдрөг байлгадаг. Хүний амьдралын хувьд тийм чухал давааг ашиглаж, манай соёл болон шашин буруу ойлгогдож, шалдаа буулгаж байгаа нь маш эмгэнэлтэй.

Эрчүүдийн дийлэнх нь урьдын адил сексийн мэдрэмжээсээ ичсээр байна. Сайн даа л бид сексийн сэтгэл ханамжаа загатнасан газар майжих гэдэг шиг ямар нэг ер бусын зүйл мэтээр хүлээн авч сурчээ. Хүүхэд наснаас нас бие гүйцсэн хүн болохдоо бид сэтгэлийнхээ гүн дэх мэдрэмжийн талаар есөн шидийн санаа тээж явдаг. “Нялцгай биетэн, дун, шанаган хорхойнууд” нь тийм гайхалтай эхлэл биш бөгөөд өөр зүйлүүдтэй харьцуулахад ёстой дэмий зүйл юм. Бидний бэлгийн эрхтэн биднийг тэнгэрээр авч явдаг далавчит морь байх ёстой. Үүний оронд биднийг газарт хадахад түүнийг ашиглаж байна.

Эрчүүдийн сексийн сэтгэл ханамж таашаал болон ач холбогдлын хувьд баян болох шаардлагатай. Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөн эрчүүдийг сексийн хувьд үнэнч байхыг уриалсан тэр өөрчлөлтүүд нь 1960-аад онд эмэгтэйчүүдийг сексийн хувьд чөлөөлсөнтэй адил чухал юм. Хэдийгээр сексийн хувьсгал илүү олон сексдэх гэсэн утга агуулж байсан ч аль болох олон тооны хавьтагчтай болохыг хүссэн жирийн секс машин мэт өөрийгөө сэтгэгч эрчүүдийн маягаар өөрийгөө устгачихаагүй.

Эмэгтэйчүүдийн хувьд сексийн хувьсгал өөрсдийнх нь тухай болоод сексийн нээлттэй байдлынх нь тухай тэдний төсөөлөлд үндсэн өөрчлөлт болсон юм. Тоймгүй олон ном, семинар, мэтгэлцээн, хөтөлбөр нь өөрийн биетэйгээ холбогдох, өөрийн сексийн мэдрэмжээ хүндэтгэж эхлэх, цаашлаад өөрийн хэрэгцээ болоод хүслээ найздаа хэлэх итгэлийг олж авахад эмэгтэйчүүдэд тус болсон юм.

Одоо найз эрчүүд сексийн мэдрэмжээ илүү нарийн ойлгож, илэрхийлж эхэллээ. Гэхдээ бүдүүлэг, доромжилсон маягийн биш “эрчүүдэд зөвхөн ганц л хэрэгтэй”. Өөрийн орчны энэ судалгаа бидний сексийн амьдралд дутагдаж байдаг итгэл төгс байдлыг илрүүлснээр бид найз эмэгтэйчүүдтэйгээ сексийн тухай чин шударгаар ярих боломжтой болж байна. Ингэснээр бидний бэлгийн харилцаа илүү дотно болох юм. Одоо эрчүүд сексийн мэдрэмжийн өсөн нэмэгдэж байгаа ухаарлын зарим нэг тодорхойлолтыг авч үзье.

Эрчүүдийн дийлэнх нь дур ханадаггүй юу?

Эрчүүдийн бэлгийн таашаалын тухай, ялангуяа эрчүүдийн дур ханах орчны талаар

эрэгтэйчүүд ч, эмэгтэйчүүд ч их ташаа ойлголттой байдаг. Доорх гайхалтай дүн шинжилгээг тоймч

Майкл Вентур хийжээ:

...Мэдээжийн хэрэг бүхэлдээ цэвэр ашигтай хөдөлгөөн байсан феминизмын сулбагар бөгөөд тэнэг тал бол түүний эрчүүдийн сексийн мэдрэмжийн талаарх тодорхойлолт юм. Тэр тодорхойлолтод эрэгтэй хүний сэрэл хөдлөхийг л дурдсан байдаг. Ингэхдээ үрийн шингэн ялгарахыг дур ханахтай адилтгажээ. Гэтэл эрэгтэй хүний сэрэл хөдлөх буюу бэлгийн эрхтэн нь цусаар дүүрч, томорч, хатуурах олон нууц үүсгүүр байдаг. Эрэгтэй хүн дур тавих нь асар том судлагдаагүй асуудал юм. Эрэгтэй хүний үрийн шингэн гадагшлах нь булчингийн татал бөгөөд эрэгтэйчүүдийн олонх нь булчингийн таталтыг мэдрдэг байна. Үрийн шингэнээ гадагшлуулахад дур ханалтыг заавал мэдрэх албагүй. Дур ханах нь бие махбодын, сэтгэл зүйн, сэтгэл хөдөлгөсөн эцэс төгсгөлгүй нарийн мэдрэмжүүдийн нийлэмж гэж хэлж болно. Дур ханах нь үрийн шингэн ялгарах мөчтэй давхцаж болно. Гэхдээ ихэнхдээ үрийн шингэн олонх эрэгтэйчүүдийн хувьд дур ханасан ямар ч мэдрэмж төрөхгүйгээр ялгардаг.

Үүнийг ойлгож мэдрэхгүйгээр эмэгтэй хүн эрэгтэй хүний сексийн таашаалын тухай хамгийн гол зүйлийг мэдэхгүй. Энэ нь эрчүүдэд ч бас хамаатай. Хэзээ ч дур ханаж байгаагүй эмэгтэйчүүд байдгийн олон нотолгоо байдаг. Үүний нэг адил үрийн шингэнээ гадагшлуулж байснаас бус дур ханаж үзээгүй эрэгтэйчүүд ч бий. Тэд дур ханах тухай ойлголтгүй байдаг олон эмэгтэйчүүдийн нэг адил мэдлэггүй байдаг. Тийм эрчүүд бүгдийг хийж, ярихыг оролдоод ч сексийн аймаар, хүнд хөшүүн байдалд амьдардаг. Үүнээс болж тэдний дур ханалт бүр үнэн хэрэгтээ дур ханахын эсрэг зүйл болж хувирдаг байна. Цаг хугацаа өнгөрөх тусам тэд өөрийн бие цогцсоос холбоо тасарч, хайрлах гэсэн эмэгтэйчүүдээсээ улам бүр хөндийрдөг.

/К.Томпсоны редакторласан “Эр хүн байх нь” номоос/

Үүнийг дахин боловсруулах хэрэгтэй. Энэ бүхнээс үзэхэд хүн янз бүрээр дур ханадаг. Норман Майлер “Дурлалд олзлогдсон хүн” номондоо “Хөөрхийлөлтэй дорой амьдрал шиг ганданги, харамч, догшин хүн шиг харамч, өдөр тутмын эрүү шүүлт шиг түүхтэй эрэгтэйчүүд, эмэгтэйчүүдийн амьдрал шиг няц дарагдсан, татганасан дур ханалт” болон “Аялгуу, ан, ус руу үсрэхэд мэдрэгдэх чөтгөрийн хүйтэн дур ханалт, ачааны машинуудын мөргөлдөөн шиг эсвэл цас шиг зөөлөн, эрдэнэсээр гоёсон хаадууд ирж байгаа мэт, эсвэл гөлгөр хажуугаар доош явж байгаа аагим халуунд байгаа мэт гэмтэй дур ханалтууд” гэж янз бүрээр дүрслэн бичжээ.

Энэ дүрслэлд янз бүрийн гайхалтай мэдрэмжүүдийг гаргасан байна. /Харин Майлер ойртолт, харилцаа эсвэл сэтгэл хөдөлгөсөн өөр ямар нэг тодорхойлолтуудын талаар бага дурссан байдаг. Тэр төрөх мэдрэмжийг хөнддөг болохоос сэтгэл хөдлөлийг хөнддөггүй. Энэ нь тэр, түүний бие ямар нэг эмэгтэйтэй ид холбоотой байна гэсэн үг!/

Шарон Биддалфтай хамтран урьд нь бичсэн “Бэлгийн харилцаанд орж байхдаа” гэдэг миний номд үүнийг бэлгийн харилцааны гол зорилго болох бие бие рүүгээ зөөлөн харсан, сэтгэлээ нээсэн, биеэ сул тавьсан, харилцан итгэлцэл дээр бүх л саадаас аажмаар татгалзах гүнзгий

холбоо гэж тодорхойлон бичсэн. Товчхон хэлэхэд. “Та нэгэнт бэлгийн харилцаанд орсон бол дараагийнх нь энгийн биш байх болно”.

Энэ нь бэлгийн харилцаанд орох нь үргэлж эрчимтэй байх ёстой гэсэн үг биш. Гэхдээ энэ нь хүнийг бүхэлд нь эзэмддэг, зүгээр нэг /Карл Уитейкерийн хэлснээр/ “Шодой, умайн уулзалт” биш!

Төгс хүн шиг хайрлах нь

Дур ханахыг илэрхийлдэг нийтэд түгээмэл нэр томъёо нь *come* /англиар хүрэх/ гэсэн үг байдаг. Үг нь өөрөө сонирхолтой юм. Хэн ирэх нь вэ? Юу болох нь вэ? Мэдээжийн хэрэг энэ нь бэлгийн харилцаанд орж байгаа хоёр хүний автах ер бусын мэдрэмж юм. “Би” гэдэг өдөр тутмын бодол “Чи бол хамгийн дээд нь” гэсэн мэдрэмж болж хувирдаг. Энэ үнэхээр тийм юм. Учир нь өөрийн тухай өдөр тутмын бодол хүнийг бүхэлд нь илэрхийлдэггүй юм. Сексийн үед эрэгтэй хүн дэх бурхан эмэгтэй хүний бурхантай нэгдэж, тэд хайр дурлалд төөрч, сансар огторгуйн орон зай, цаг хугацаагаар эргэлддэг. Сексийн амьдрал дахь сэтгэлийн энэ мэдрэмжийг олж авахын тулд хичээх хэрэгтэй. Энэ нь нэг талаар энгийн, бас биеэ сул тавьж сурахын адил хэцүү юм.

Жон О’Хара “Самаррад болзсон нь” романдаа баатруудынхаа нэгийн яриагаар үүнийг ингэж хэлсэн байдаг:

“Би урьд нь хэзээ ч бэлгийн харилцаанд орж байсангүй. Би ердөө пид хийлгэлээ. Гэхдээ би урьд нь ийм юм мэдэрч байсангүй. ”Би түр зуур ухаан алдсан юм шиг, ямар нэг ер бусын халуун дулааныг мэдэрсэн. Миний биед түүний бие нэвчиж, би хажуудаа хэвтэж байгаа биенээс холдмооргүй байсан. Би түүнд ойр, аль болох ойр байхыг хүсч байлаа. Надад наалдсан түүний биеийн дулааныг би мэдэрч байсан. Амьдралдаа анх удаа би эмэгтэй хүнийг тэврэн унтсан даа”.

Пол Олсон “Жигүүрийн далайц” номондоо энэ ишлэлийг “Тэр энэ мэдрэмжээ яахыг зөвхөн цаг хугацаа харуулна. Өглөө нь тэр төрсөн мэдрэмжээ няцааж ч магадгүй. Нэг бол мэдрэмждээ бүрэн автаж, түүнд зугатах хүсэл хэзээ ч төрөхгүй байж болох юм” гэж тайлбарласан байдаг.

Бид тийм нэгдлийг /түүнийг ариун секс гэж болох юм/ амсч болох бөгөөд бид үүнд бүх талаар бэлтгэж, цаг хугацааг зөв сонгож, нээлттэй байх шаардлагатай. Энд зөвхөн аз л сохор юм! Тухайн мөчид зохицуулах ёстой өөр олон зүйл бий. Биднээс биеэ аажмаар нээх он жилүүд, итгэх болон байгаагаараа байх чадвар шаардагдаж болох юм. Ямар ч байсан энэ он жилүүд дэмий өнгөрөхгүй. Бид амьдралаа энхрий нялхас шиг эхэлж, зүгээр л энэ илэн далангүй нээлттэй байдал, илтгэлийг дахин олж авахын тулд өнгөрүүлж байна.

Сексийн хувьд орчны оролцоо чухал. Бидний эд эсэд жам ёсны ертөнцөөс илгээж байгаа тэр дохио болон хэмнэлийг нэвтрүүлж, тэдгээрт бэлтгэх хэрэгтэй. Иймээс романтикийн утга учир хиймэл байж болохгүй. Бүр “дарвуулын романтикийн” тухай ярихдаа бид өөрсдийн буй болгосон орчинд байгалийн элемент байхыг илүүд үздэг. Хөгшин барууд амьдарсаар байдаг, яагаад гэвэл тэд романтикийг ажиллагаанд оруулах хүчтэй механизмууд юм. Бидний хувьд романтик гэдэг нь далайн эрэг дээр зогсох, сар гарахыг харах, лааны гэрэлд зоог барих, задгай зуухны дэргэд хивсэн дээрх дурлал эсвэл хамтдаа унахад хоёр биеийн дулааныг мэдрэхийн тулд айх зүйлгүйгээр бие биенийхээ хувцсыг тайлах мөч юм. Секс гэдэг бол хүн эргээд байгаль руугаа буцаж ямар нэг зүйлд дур хүслээ чөлөөтэй илэрхийлэхийг хэлэх ба ингэхдээ хэзээ ч хэтэрхий хөгшиднө гэж байдаггүй юм! Романтик гэдэг нь дээр, дороо орон эргэлдэх тачаангуй биеийн зэрлэг онгон зүрх гэсэн утгатай.

Эрчүүд ба бүх биеийн секс

Феминизм эмэгтэйчүүдэд өөрийн бие цогцсыг хянах эрхийг буюу биеийнхээ төгс амьдралаар амьдрах таашаалыг эргүүлж өгсөн. Өнөөдөр эмэгтэйчүүд хэзээ, яаж сексдэхээ өөрсдөө шийдэх боломжтой болсон. Хорьдугаар зууны тавиад оны анхны зоригтой судалгаануудад залуу эмэгтэйчүүдийн 20 хүрэхгүй хувь нь дур ханадаг гэжээ. Дур ханаж сурснаар эмэгтэйчүүд өөрсдийн хэрэгцээ, шаардлагаа нөхөртөө эсвэл найз залуудаа итгэлтэй, тодорхой зорилготойгоор тайлбарлах болсон нь хүмүүсийн амьдралд агуу том ахиц дэвшил болсон, тэгээд ч энэ нь олон сая хүн унтлагын өрөөнд хоёулахнаа байхдаа хийдэг зүйл шүү дээ.

Викториягийн үеийн эмэгтэйчүүдийн нэг адил эрчүүдийн дийлэнх нь өөрсдөд нь юу дутагдаад байгааг мэддэггүй. Насанд хүрэгчдэд зориулсан кинонуудад эрэгтэй жүжигчдийн могой шиг хөдлөх биеийн хөдөлгөөнийг ажиглаж, энэ залуу хэзээ ч дур ханахыг хараагүй эсвэл хэзээ ч дур ханаж үзээгүй гэдгийг ойлгохын тулд жүжигчдийн хар хур хийх, шүдээ хавирахыг сонсоход л хангалттай байв. Олон эрэгтэй үрийн шингэнээ зүгээр нэг гадагшлуулах бус, бусдын адил дур ханах хэрэгтэй байлаа. Энэ үйл явцыг эхлэх аргуудын нэг бол гадаад механик ажил эсвэл үйлдлийг их анхаараа больж, мэдрэмтгий бөгөөд сэтгэл хөдөлгөсөн дотоод шинж чанарт илүүтэй анхаарах нь чухал. Биднийг орондоо орохыг хүсч байна уу гэж дотно эмэгтэйчүүдээ асуувал эрчүүд бид үнэхээр сэтгэл хангалуун байдаг. Гэхдээ жинхэнэ илбэч эмэгтэй бол бидний юу хүсч байгааг асууж байгаа эмэгтэй юм.

Барри Оукли энэ тухай “Australian Magazine” сэтгүүлд бичсэн өгүүлэлдээ хоёр эсрэг ишлэл ашиглан дурджээ. Эхний ишлэлийг Кен Фоллет “Усан мандалд өнгөрүүлсэн шөнө” блокбастераас татсан байна:

“Энэ болох ёсгүй зүйл байсан юм” гэж бүсгүй сульдан бодлоо. Залуу түүнийг ор руу болгоомжтой түлхэхэд бүсгүйн малгай толгойноос нь унав. “Ингэх хэрэггүй” гэж бүсгүй үл дуулах шахам хэллээ. Залуу бүсгүйн уруулыг зөөлөн хазлан үнслээ. Түүний гар нимгэн торгон дотоож руу нь гулган орохыг бүсгүй мэдэрч байв...

Та энэ текстэд зөвхөн хөдөлгөөний тухай ярьж байгааг анзаарч байгаа биз ээ. Дайвар үг ихээр хэрэглэн мэдрэмж, дотоод сэтгэл хөдлөлийн тухай огт дурсаагүй байна. Дүрслэлийг цэвэр механикаар хийсэн тул сэтгэл татмаар юу ч үгүй байна.

Үүний эсрэг ишлэлийг Оукли Д.Х.Лоуренсын “Дурлалт бүсгүйчүүд”-ээс авчээ.

“Бүсгүй Биркинтэй байсан бөгөөд дөнгөж сая энд цасан хунгарт оддын дор төржээ. Бүсгүйн эцэг, эх болон өвөг дээдэс энд ямар хамаатай юм бэ? Бүсгүй өөрийгөө шинэ, төрөөгүй гэдгээ мэдэж байлаа. Түүнд эцэг, эх, хамаатан садан гэж байсангүй. Бүсгүй байгаагаараа, цэвэрхэн, өнгөлөг байсан бөгөөд өнөөг хүртэл байгаагүй жинхэнэ зүрхэнд, дэлхийн зүрхэнд дуугарах гүн гүнзгий нотуудыг гаргаж байгаа дотоод нэгдэл дөнгөж бүрдээд байгаа Биркинийх болжээ”.

Энэ дүрслэл илүү амьд болохоор өдөр тутмынхаас огт өөр юм. Энэ үгс сэтгэлийн угаас,

жинхэнэ сэтгэл хөдлөлөөс гарч байна. Агуу дүрслэлтэй ховорхон таарч болох юм. Яагаад гэвэл амьдралын хүчний ийм түвшин ховорхон бөгөөд та бичиж байгаагаар л үзэж амсах ёстой. Гэхдээ ядаж уншигчийн хувиар та үүнийг төсөөлж, ухаан алдах, зүрх тань хайлах секст хүрэх замаар эхэлж болох юм.

Лоуренсын ишлэлт нарийн зүйлсийн талаар огт дурсаагүй байна. Түүнд юун тухай өгүүлснийг ойлгохгүй учраас бяцхан хөвгүүд жиг жуг хийж болох юм. Өнөөдөр бид хүүхдүүддээ сексийн механикийн тухай мэдээлж байна. Энэ нь өнөөгийн ертөнцөд чухал юм. Гэхдээ ямар нэг байдлаар бид тийм сексийн тухай хүүхдүүддээ ярих боломжгүй юм. Ийм дадал, мэдрэмжид хүүхдүүдийг сургаж, эсвэл ядаж хүмүүжүүлж, тэднийг хөхиүлэн дэмжих хэрэгтэй. Сексийн туршлагын эхлэл асар их хэмжээгээр хүн бүрийн хувийн хэрэг байдаг. Бид өөрсдийгөө ойлгож, гадаад ертөнцийг чиглэж эхэлж байна.

Өөрөө өөрийгөө хайрлах нь

Секс судлаачид болон сурган хүмүүжүүлэгч-багш нар гар хангалгыг бэлгийн эрүүл мэдрэмжид сургаж, дэмжихийн чухал хэсэг хэмээн хөхиүлэн дэмжиж байна. Эрчүүдийн амьдралд өөртөө сэтгэл хангалуун байх нь эмэгтэйчүүдтэй бэлгийн харьцаанд орохын өмнөх өсвөр насны үеэс эхэлдэг.

Цэвэр биеийн түвшинд гар хангалгын зорилго нь эр бэлгийн эсийг шинэхэн байлгах, эрүүл эс боловсруулах үйл явц юм. Эрчүүдийн дийлэнх нь эхнэртэйгээ ямар нэг шалтгаанаар бэлгийн харьцаанд орохгүй тохиолдолд гар хангалга хийсээр байдаг бөгөөд эрүүл эрэгтэйчүүд нас дээр гарсан хойноо ч үүнийг хийсээр байдаг. Энэ нь маш удаан хугацааны сонирхол юм!

Төсөөлөн бодох, зөгнөх чадвараа ашиглах чадвартай эрчүүдийн хувьд гар хангалга нь сексийн бие даасан байдал, мэдрэмжээ хөгжүүлэх дасгал болдог байна. Таалагдаж байгаа зүйлийг олж, яаралгүй туршсанаар бид нууц амраг шиг илүү чадварлаг, хурц болж байна. Өөрийнх нь төсөөлөлд байгаа дүр төрх сексийн физик тал төдийгүй харилцаа, харилцан яриа, сэтгэл санааны байдал болон нөхцөл байдал гэдгийг бид ойлгож болох юм. Тийнхүү тэрбээр жинхэнэ эмэгтэйтэй харилцахад бэлтгэж байна. Нөгөө талаас, гар хангалгыг нууж, ямар нэг ичгэвтэр зүйл мэт хүлээн авч, гар хангалга хийхэд хэт их ач холбогдол өгвөл, түүнийг садар самууны муухан зохиолд ашигласнаас утга нь гажуудвал, өсвөр насныхан ганцаар байх боломжгүй бол эсвэл тааламжтай орчин шаардагдаж байгаа тохиолдолд өсвөр насныхны гар хангалга маш их сэтгэл түгшсэн эсвэл төвөгтэй сексийн урьдчилсан нөхцөл болно. Тийм байдал нь эрт үрийн шингэнээ гадагшлуулдаг зуршилтай, ерөнхийдөө насанд хүрсэн хойноо секст муу болоход хүргэдэг. Өөрийн сэтгэл ханамжийг амьдралын баяр баясалтай, холбосноор эрчүүд төдийгүй дурлалт бүсгүйчүүд нь ч хожно.

Аль ч насны эрчүүдийн сэтгэл ханамжийн зорилго нь ямар нэг онцгой, тодорхой уур амьсгалын мэдрэмж бүрдүүлэх явдал юм. Сүүлийн арван жилд гар хангалгад нүгэл хилэнц мэт ханддаг нь өөрчлөгджээ. Одоо тэрээр зайлахын аргагүй муу зүйл мэтээр үзэгдэх болсон байна. Гар хангалгыг сексийн хийгээ гаргахад хэрэглэхийг л зөвшөөрчээ! /Дашрамд хэлэхэд өөрийн сэтгэлийн ханамжийг нүгэл гэж үздэг байсан бол хамаагүй сонирхолтой байхыг үгүйсгэхгүй! /

“Өмнө” болон ”дараа” гэсэн сэтгэл ханамжийн өмнө аль болох илэн далангүй байхын тулд яарахгүй, түгшүүргүй, хангалттай хугацаа зарцуулах хэрэгтэй бөгөөд хөлөөс толгой хүртэл сэрлийг мэдрэхэд бэлэн байх нь чухал. Өөрийн сэтгэл ханамж эрчүүдийн хувьд ч, эмэгтэйчүүдийн хувьд ч нэг ёсны сургууль юм. Энэ нь өөрөө өөрийгөө танин мэдэх эх сурвалж бөгөөд эрэгтэй эсвэл эмэгтэй харилцагчтайгаа сексийн хувьд сэтгэл дүүрэн байх үүд хаалга болдог. Чухам энд бид бүрэн мэдрэгч байх /олон эрэгтэйн хувьд хэцүү байдаг/ буюу өөрийгөө өгч, бүх биеэрээ дурлалын эрч хүчийг хүлээн авч, сексийн үеэр чөлөөтэй байж сурч байна.

Илбэ шидийг хадгалах нь

Секс бол ид шид хэмээн биен дотроос бидэнд дохио өгч байна. Гэхдээ гадаад ертөнцөөс буюу сэтгүүл, хошин шогоос, томчуудын секс маргаанаас хөвгүүд болон залуус секс хүслийн тухай балиар, заваан төсөөлөлтэй болдог. Эцэг, эхийн хувьд бид хөвгүүдийг гаднаас бөмбөгдөж байгаа сөрөг нөлөөг үргээж, нааштай хэрэгтэйг нь батжуулах талаар маш их хичээх хэрэгтэй. Насанд хүрсэн хүмүүс бид өөрсөддөө сексийн мэдрэмжээ бидний “би” гэдгийн бүрэн бүтэн, сайн хэсэг гэдгийг байнга сануулж байх ёстой.

Нэг удаа их орой би долоо хоног тутмын гэрэл зургийн нэг сэтгүүлийнхнээс авсан радио сурвалжлагыг сонслоо. Энэ сэтгүүл долоо хоног бүр эмэгтэйчүүдийн асар том хөхний зургаар нүүрээ чимж, дотроо “Хүн аварга загасыг тасхийлгэж байгаа” /эсвэл эсрэгээр/ тухай түүхийг байрлуулсан байна. Редакторууд нь сэтгүүлийн соёлыг бүхэлд нь хэвлэгдэн гарч байгаа түүхийг, бас уншигчдыг залгих чадвартай гэсэн талаар хошигнож байв. “Саран дээрээс Америкийн цэргийн хөлөг онгоц илрүүлээ” гэх мэтийн зүйл яригдаж байлаа.

Сурвалжлагыг сонсонгоо өөрийгөө инээж, бас үрчийж байгааг мэдрэв. Хүзүүндээ нохойн хүзүүвч зүүсэн нүцгэн эмэгтэйг харуулсан сэтгүүлийн нүүрэн дээрх саяхны гэрэл зургийг хүмүүс шүүмжилж байгаа нь ийм сурвалжлага авах шалтгаан болжээ. Үнэн хэрэгтээ олон нийтэд иймэрхүү материал үзүүлэхийг хязгаарлах шинэ хууль гаргах хэрэгтэй тухай ярьж байсан юм. Хүмүүсийн дийлэнх нь тийм нүүрийг гутаан доромжилсон шинжтэй гэж үзэх нь аргагүй юм. “Энэ сэтгүүл эмэгтэйчүүдийг доромжилж байна уу?” гэсэн мэдээжийн асуултаар сурвалжлага дууслаа.

“Үнэндээ үгүй, - гэж редактор хариулаад, цааш нь доогтой инээж байгаад: - Хэрвээ хэн нэгнийг доромжилж байгаа бол түүнийг уншиж байгаа этгээдүүдийг!” гэв. Чухамдаа ийм юм.

Бараа худалдахын тулд эмэгтэйчүүдийн биеийг ашиглахад /бас өөрийн биеэ ашиглахыг эмэгтэйчүүд зөвшөөрөхөд/ хүн бүр буруутан болдог. Эрчүүдэд амладаг ч болдоггүй, үүний төлөө хүүхдүүд цөөнгүй хохирдог сексийн маргаанд хүүхдүүд ямар их өртдөгийг загвар өмсөгч, гэрэл зурагчид бодох хэрэгтэй.

Тэнцвэрт байдлын эрэлд

Викториягийн үеийн эцэг, эхчүүд хүүхдүүдээ сексийн тухай огт юу ч мэдэхгүй байлгахыг эрмэлздэг байсан. Сексийн тухай мэдээлэл дэлхийг аз жаргалтай, эрүүл, шударга болгож, Викториягийн үеийн дөрвөн ханан дунд болж байсан завхрал, харгислалаас дэлхийг чөлөөлөхөд тус болсон.

Өнөөгийн эцэг, эхчүүд мэдээллээс татгалзахаа больж, уур хилэн биднийг буруу ташаа мэдээлэлд хүргэдэг. Бидний хүүхдүүд сексийн мэдээллийг бүрэн авсан байхыг бид хүсч байна. Гэхдээ ийм мэдээллийг зохих цаг үе, насандаа авч байхыг бид хүсч байна. Олон нийтийн мэдээллийн хүртээмж хүүхдүүдийн хүүхэд насыг үгүй хийж, тэднийг айлгаж, тээнэгэлзэхэд хүргэж, эсэргүүцэх чадварыг үгүй хийдгийг олон шинжээч ажиглажээ.

Хүүхдийн гэнэн байдлыг хүчирхийлэгчид гутаан доромжилж

болзошгүй, мөн хүүхэд үзэх болоогүй зүйлээ киноноос үзсэнээс болж маш их шаналдаг. Бид анхааралтай байх ёстой, олон нийтийн мэдээллийн хэрэгсэл биеэ барих хэрэгтэй. Эс бөгөөс тэд эцэг, эхчүүдийн эсэргүүцэлтэй нүүр тулах болно.

Бидэнд эротик хэрэгтэй, гэхдээ энэ яахаараа дандаа муу, бараг садар самуун байдаг юм бэ? Бие биедээ дурласан хоёрын дунд үнэндээ юу болдгийг хүүхдүүддээ мэдээлэх ямар нэг арга / япончуудын нэрлэдгээр “Дэрэн доорх ном” маягийн зүйл/ бидэнд хэрэгтэй. Яруу найраг ч байж болох юм. Сексийн боловсрол бидэнд шээс-бэлгийн системийн ажиллагааг тайлбарладаг. Энэ нь хэрэгтэй ч уйтгартай. Дотно харьцааны боловсрол илүү ихийг өгдөг байж болмоор.

Дон ба Жин Элиум хоёр “Хүүгээ хүмүүжүүлэх нь” номдоо арав орчим настай байхад нь хөвгүүд тус бүртээ зориулан зохиодог баярынхаа тухай өгүүлсэн байдаг. Энэ баярын үеэр эцэг, эхчүүд зөвхөн “амьдралын баримтуудын” тухай төдийгүй гэр бүлийн амьдралд бэлгийн харилцаанд ороход хүргэдэг онцгой мэдрэмж, хүчтэй сэтгэл хөдлөл зэрэг “мэдрэхүйн” тухай ярьж өгдөг. Дараа нь тэд хүүгээ дагуулан түүнийг том болж байгааг тэмдэглэхээр “насанд хүрэгчдийн” ресторанд ордог.

Хянан шалгах нь хэтэрхий сөрөг зүйл. Залуучуудаа хүнд ажлын өдрийн дараа алжаалаа хялбархан тайлах хэрэгсэл мэтээр сексийг буруу ойлгохын эсрэг илүү хүчтэй нөлөө үзүүлэхийн тулд бид заримдаа сөрөх довтолгоон хийх хэрэгтэй болдог.

Эрчүүдийн сексийн мэдрэмжийг гутаах нь

Сексийн доромжлол нь эрчүүдийн сексийн мэдрэмжтэй тулгарах цорын ганц эрсдэл биш. Хөвгүүд болон эрчүүдийн сексийн эрх мэдэлд ч илүү гүнзгий аюул нуугдаж байдаг. Сексийн эрч хүч зөв чигийг бариагүй бол цаг нь ирэхээр хүсээгүй зүгтээ явах болно. Феминизмд гол анхаарлыг сексийн салбарт эрчүүдийн гомдоох, хор учруулах буюу буруугаар ашиглах, улиглах, хүчирхийлэх, хүний аминд хүрэх зэрэг чадварт хандуулсан байдаг. Энэ нь хоёрдугаар зэргийн асуудал биш. Хүүхдийг сексээр элэг барин доромжлох нь хүний амьдралд асар их хор учруулдаг. “Эрчүүд бүгд араатан” гэдэг нь энэ хорын эсрэг тайлбар ч биш, эм ч биш. Хэвийн, эрүүл эрч хүч тийм гаж чиглэл рүү явчихдагийн учрыг ойлгохын тулд бид эрчүүдийн сексийн хөгжлийг үтэр түргэн судлах хэрэгтэй.

Хөгжлийн бэрхшээлтэй Жей Ноагийн бичсэнээс доор иш татсан ишлэл хэрхэн өчүүхэн амьтан болдгийг харуулжээ. Тэр цаашлаад өөрийн жишээн дээр үндэслэн хийсэн судалгаанаас гайхалтай үсрэлт хийн бидний амьдарч байгаа нийгэмд энэ үйл явц бүх эрчүүдэд тодорхой хэмжээнд явагддаг гэсэн дүгнэлтийг хийжээ. Бид бараг бүгд тодорхой мөчид өөрсдийгөө романтик, зэрэмдэг хүн мэт сэтгэдэг. “Хар, гэхдээ бүү оролд” гэсэн соёлыг олон нийтийн мэдээллийн хэрэгслээр дамжин бидэнд хүргэсэн, дээр дурдсан санаануудыг анхааралдаа аван бид өөрийн сексийн мэдрэмжийг ямар нэг жигшүүртэй зүйл мэт хүлээн авч, улмаар хариуд нь эмэгтэйчүүдийг шаналган зовоох хүсэл өвөрлөж эхлэхэд хялбархан шилжиж болох юм. Энэ тухай Ноа ингэж хэлэв:

“Би “өчүүхэн амьтан” гэдэг үгийг их онцгой утгаар ашиглаж байгаа юм. Өчүүхэн амьтан эрчүүдийн дийлэнхийн сексийн ичимхий мэдрэмжтэй холбоотой бөгөөд бидний нийгмийн амьдралын зайлшгүй баримт учраас эрт, орой хэзээ нэгэн цагт бидний нэгтэй тулгарна. Хувь заяаны эрхээр эрчүүд ерөнхий бэртлийг хуваалцдаг ямар нэг түгээмэл жаяг байдаг бол тэр нь сексийн хэллэгийн салбар мөн...

Өөрийгөө дорд үзэхийн уршиг, өчүүхэн амьтан мэтээр сэтгэх нь бусадтай бат бөх дотно харилцааг хөгжүүлж чадахгүй. Хувийн аз жаргалтай болох гэж цөхрөхдөө тэр бусдыг /эмэгтэйг/ дээд зэргээр ашиглах объект мэт ойлгодог. Энэ нь өөрийгөө дөвийлгөх гэсэн увайгүй арга юм. Сексийн таашаалын маш их баяр баясал нь өөрийн бурууг ухаарч, эрх мэдлийн төлөө хөөцөлдсөнөөр огт өөр болдог. Энэ тохиолдолд өчүүхэн амьтан порнофил, эксгибиционист болно. Тэр зөвхөн бусдын сексийн орон зайг эзлэх төдийгүй бэлгийн эрхтэн нь бусдын дургүйг хүргэж байх мэдрэмжээс таашаал авдаг.

Замбараагүй, дур зоргоороо явдалт эрэгтэй-өчүүхэн амьтан бүх эмэгтэйг өөр шиг нь үзэн ядмаар, хэнтэй ч хамаагүй унтахад бэлэндээ хүртэл доош орсон заваан гичий гэж түүний үздэг биеэ үнэлэгчийн түвшинд хүртэл доромжлохыг хичээдэг. Тэр баар эсвэл үдэшлэгээр дамжин хэсүүчилж, ямар нэг согтуу банзал хүүхнийг хайн явж болзошгүй. Гар хангалга хийнгээ тэр өөрийн хоосон санаандаа өөрт нь хэтэрхий гоёдох эмэгтэйг сонгон авч, түүнийг сексийн тачаалын боол мэт төсөөлнө.

Өчүүхэн амьтан бол романтик туйлдаа хүртэл өсч өндийх чадваргүй, дарагдсан, хорссон, чадваргүйтэйгээ эвлэрсэн эрэгтэй юм. Эрчүүдийн дийлэнх нь романтик амар жимэр

байдалд ялагддаг бол өчүүхэн амьтан нэг цагт эрчүүдийн ертөнцөд заримдгаар оршдог ижлээ олчихдог. Өсвөр насандаа болон цаашдаа хэзээ төгсөх нь тодорхойгүй урт хугацаанд өчүүхэн амьтан эмэгтэй хүнийг үзэн ядагчийн эрхэнд орох хандлагатай ямар ч хамаагүй эрэгтэйтэй бүр том хэмжээнд орооцолдож болзошгүй.

Энэ хүн сексийн хэлийг зэрэмдэг биш хүн шиг эзэмшсэн! Би анх “Өчүүхэн амьтан ба хүн” гэдэг эссег уншаад удаан бодлоо. Магадгүй Ноа бидний үеийн нийгмийн өмнө тулгамдсан асуултуудын нэгд хариулсан байж болох юм. “Хувийн аз жаргалтай болох гэж цөхрөхдөө тэр бусдыг дээд зэргээр ашиглах объект мэт ойлгодог” гэсэн сургамж үгийг аваад үзье. Өөр үгээр хэлбэл, хэн нэгний хайрыг булааж, ойртон дотносох гэж шаналж, өчүүхэн амьтан болсон эрэгтэй хүн бусдад ноёрхохыг илүүд үздэг. Ингээд бидний нүдний өмнө хүчиндэгч, бага насны хүүхдийг хүчирхийлэгч, порнографийг шүтэн бишрэгч, цуврал алуурчин, эхнэрээ зоддог нөхөр буй болж байна. “Хүүхнүүдийг хүссэн цагтаа олно” гэх доктор Хукийн дууны утгыг маш сайн ойлгож байгаа хэрнээ эмэгтэйчүүдтэй харилцах болохоор “азгүй нэгэн” мэт болж жүжиглэх гэсэн бэртэгчинг бид бас харж байна. Энэ нь зүгээр нэг сексэд итгэл төгс байхаас том асуудал юм. Олон эрэгтэй сексийн татгалзсан хариуг хүний тооноос хасагдахтай, өөрийг нь, бас хүний хайртай хүн байх чадварыг нь үгүйсгэсэн мэт төөрөлдөж, бүр ч их эмзэглэдэг /Энэ эмзэглэл мөнгө олох чадвар, бэлгийн чадавхи гэх мэт амжилтын бусад талд халдварлаж болзошгүй/.

Хүн бүр л байгаагаараа хайрлагдах хүсэлтэй байдаг. Бидэнтэй энхрий, дотно харьцахыг, өдөр бүр сексийн таашаал бэлэглэж байхыг хүсдэг. Дийлэнх эрчүүд ингэж өөрийн чадлыг доош хийн эмэгтэйчүүд дээр очдог учраас хөөгдөхийн оронд хэрэгцээгээ хангуулахын тулд хүч, бялдуучлал, мөнгө болон өөр бусад өдөх арга хэрэгслийг ашиглахад хүрдэг. Эмэгтэйчүүд үүнд асар их үнэ төлдөг. Энэ нь давхар эмгэнэл юм. Биеэ үнэлэгчдийн салбар бүхэлдээ эрчүүдийн олонх нь жинхэнэ хайр дурлалын асуудалтай орооцолдож, оньсого тайлах гэхийн оронд хуурамч дурлалыг худалдан авч илүү таашаал эдэлж байдаг тэдний дутуу сэтгэл дээр үндэслэжээ.

Сексийн доромжлол

Сексийн чадал нь үнэхээр дутагдаж байгаа эрчүүдийн дийлэнх нь сэтгэлийн хямралд унадаг. Эцэг, эх нь муу харьцаатай учраас “Зод эс бөгөөс чамайг зодно” гэсэн байр суурьтай болсон эрчүүд зүгээр л аюултай нэгэн болдог. “Хайрыг нь булааж чадахгүй бол өшөөгөө ав” гэсэн үг тийм хүмүүсийг өдөөх шалтаг болдог байна.

Хүн хүчирхийлж байгаа хүн хохирогчоо дорой гэдгийг мэддэг бөгөөд үүнээсээ таашаал авдаг. Бага насны хүүхдүүдийг хүчирхийлэгч байдлыг бүрэн хяналтдаа авч, хянаж чадаж байгаа мэдрэмждээ сэтгэл хангалуун байдаг. Ингэх нь түүнд аюулгүй. Та хүүхдээ хянаж чадаж байвал насанд хүрэгчдийн хараанд өртөх эрсдэл гарахгүй, тийм биш гэж үү? Байдлыг хүндрүүлдэг бусад хүчин зүйлүүд: хүүхдэд үлдсэн муухай дурсамжийн улмаас түрэмгийлэл болон сексийн сэрэл хоорондоо холбоотой болж таардаг. Зарим хүчирхийлэгчид хүүхэд насандаа амссан хүчирхийллээ гүйцэтгэгчийг нь шилжүүлэх замаар мартагнадаг. Энэ тухай бодохоор нуруугаар хүйт дааж байгаа ч эмэгтэйчүүд, хүүхдүүдийн төлөө бид нүүрэн дээрх баримтаа харах ёстой.

Манай нийгэмд зургаан хүүхэд тутмын нэг нь багадаа ихэвчлэн төрөл садан, эсвэл ойр дотны танил гэж бодож явсан хүмүүсээс хэн нэг эрэгтэйн сексийн доромжлолд ямар нэг хэмжээгээр өртсөн байдаг. Хүчирхийлэх хандлагатай эрэгтэй найз нөхдийн хүүхдүүд эсвэл ач, үеэл хамаатантайгаа хийж байгаа үйлдлээрээ харилцах олон боломжтой байдаг. Сэтгэл зүйн гэмтлийн зорилго чиглэлтэй эмчилгээг цаг тухайд нь хийлгэхгүй бол ийм хүүхдүүдийн сэтгэл санааны эрүүл мэндэд учирсан хохирол насан туршид нь хадгалагдан үлддэг. Амиа хорлох, хоолонд дургүй болох, архидах, гэрлэлт нь бүтэлгүйтэх, мансуурах, хямрах, хүүхдүүдтэйгээ харгис хэрцгий харьцах зэрэг нь уг асуудлын ердөө хэдэн шинж тэмдэг юм.

Тийм төрлийн хүчирхийллийг уучилж боломгүй ч тайлбарлаж болдог. Тийм маягийн шаар өөр төрлийн төлөөлөгч огт биш, өөрт аюулгүй дарамтлах арга замын төлөө ойртон дотносох хүнд замаас гарсан эр юм. Бидний үйл хөдлөл тийм хэлбэрээр ангилагдаж болох ирмэгт бид бүгд заримдаа ойртож очдог. Түүнээс цагаа олж бүрмөсөн холдох хэрэгтэй юм.

Бид хүүхдээ хэрхэн хүмүүжүүлж байна вэ?

Урт хугацааны төлөвлөгөө гаргахдаа хүүхдийн хүмүүжлийн талаар тусгасан байх хэрэгтэй. Аюулгүй байдалд өссөн хүн эрхэм зэргээ ойлгодог болж, өөрийгөө хэн болохыг харуулах гэж бусдад хор хохирол учруулах шаардлагагүй байдаг. Эрэгтэй хүний хувьд бидний эхний үүрэг бол хүүхдэд бэлгийн мэдрэмжээ хэзээ ч илэрхийлж болохгүй. Хүүхэд хэзээ ч өөрсөдтэй нь муухай харьцахгүй, бэлгийн мэдрэмж нь хүчирхийллийн улмаас гажуудахгүй гэдэгт бүрэн итгэл төгс байх ёстой.

Хоёрдугаарт, бид эцэг, эх шигээ хүүхдүүдээ алгадаж зодохгүй, харилцан ойлголцолд хүрэх хамгийн шилдэг аргыг олбол сайн. Эцэг, эхтэйгээ байхдаа аюулгүй байна гэдгээ мэдэрдэг, насанд хүрэгчдийн сэтгэл санааны байдал болон түрэмгийллээс болж биеийн халдашгүй байдал нь алдагдахгүй тийм хүүхдүүд өөрсдийг нь элэг доог хийж байгааг хамаагүй илүү хатуу эсэргүүцэх чадвартай, ийм юм болвол ямар ч эргэлзээгүйгээр ярина.

Гуравдугаар алхам нь доромжлолд ч өртөх, хүчирхийлэлд ч өртөх эрсдэлтэй бүлэгт хамаарах залуусыг ямар нэг бүлэгт хамаатай болгодог. Энэ нь бидэнд санаа тавьж, биднийг идэвхтэй сургах бусад насанд хүрэгчдийн оролцоотойгоор боломжтой болно. Залуусыг жишээлбэл, нийгмээс гадуур хүн мэт өөрийгөө бодоход ихэвчлэн хүргэдэг учраас тэд яг зэрлэг амьтан шиг биеэ авч явдаг. Бид залуустаа хэтэрхий бага анхаарал тавьж байна. Хэрвээ нэг залууд ирээдүйн спортын од гэж найдлага тавихгүй бол ахмадуудаас хэн ч түүнийг тоохгүй.

Үеийнхэндээ хэт их дарамтлуулдаг хөвгүүдийн аав нар нь сул дорой, эсвэл аавгүй, эсвэл түүний зан чанарыг төлөвшүүлэх чадвартай, аавыг нь орлох эрэгтэй ойр дотны хүнгүй байдаг. Магадгүй, хүүхдүүд нь бүлэг хүчирхийлэгчийн тоонд ордог аав нарыг хөвгүүдтэй нь хамт шоронд хоривол зохилтой. Гэмт хэргийн талаар саяхан болсон бага хурал дээр залуусыг 20 нас хүртэл эцэг, эхээс нь тусад нь амьдруулаад хэрэггүй. Энэ насанд хүртэл тэдний дотоод бүтэц бие даахад тийм ч хангалттай бус байдаг талаар ярьсан.

Хөвгүүд гэмт бүлэгт орох нь удирдлагыг хайх төрөлх авьяас нь юм. Гэмт бүлгийн толгойлогч насаар ах эсвэл нэлээд өндөр байдаг ч бусдыгаа зөв тийш нь дагуулах чадваргүй бөгөөд бэлэн бус байдаг /Харгис хэрцгий хөвгүүд амиа хамгаалах чадваргүй болохоороо өөрийгөө хамгаалахын тулд бүлэгт нэгддэг. Насанд хүрэгчид өсвөр үеийнхнийг аль хэдийнэ хянах чадваргүй болсон учир гэмт бүлэг тэдний цорын ганц хамгаалалт болох юм/. Гэхдээ тэр бүлэгт хамрагдахын тулд өөрийн үнийг төлөх хэрэгтэй, таны хэн байх нь цаашид хамаагүй болно. Гэмт ертөнцөд айдаст холбогдох үйл ажиллагааны хүчтэй зөвшилцөл байдаг. Хэрвээ чи өөр, эрэгтэй хүн биш бол хөөгдөж, доромжлуулж, зодуулж, бүр алуулна /Харин жинхэнэ эрчүүдийн дунд ялгааг сайшаан зөвшөөрдөг/. Тийм бүлгүүдэд бүсгүйчүүдийн талаар хатуухан, ашиглах талаар ярьдаг. Хэрвээ танд сексийн туршлага байхгүй бол туршлагатай болохыг бод! Бүсгүйчүүдтэй харилцаж эсвэл тэдэнд эелдэг зөөлөн хандах нь сул дорой байдлыг харуулна гэсэн үг.

Өөрийн сексийн төлөвшлийн талаарх итгэл төгс байдал

Таны хүйсийн хүмүүсийн дэмжлэг, туслалцаа сексийн төлөвшлийн талаар итгэл төгс болоход хэрэгтэй /”Эрэгтэйчүүдийн онгон сэтгэл” бүлгийн “Ариун сахил санваар хүртэх нь” хэсэгт энэ сэдэв дэлгэрэнгүй байгаа/. Секс бол эрчүүд, эмэгтэйчүүд уулздагийн адил дотоод хувийн хэрэг юм. Залуу эмэгтэйтэй амжилттай харилцахын тулд залуу юуны түрүүнд эр хүн шиг өөртөө итгэл төгс байх ёстой. Гэвч хүн бүр ийм байж чаддаггүй. Сайн амраг байхын тулд залуу эр эхлээд “Нууцлаг сэтгэл, хүчтэй зүрхтэй” хүн шиг энхрий зөөлөн байж, бас энхрийлүүлж чадах, дотно сэтгэлийг хүлээж авах ёстой.

“Сексийн эрч хүч сайн. Учир нь амьтны халуун, түрэмгий, тачаангуй дотоод сэтгэлийн илрэл болдог гэдгийг залуучууд мэдэх нь хэрэгтэй” гэж Роберт Блай өгүүлэв. Ийм итгэл байхад түрэмгийлэх эсвэл өрсөлдөх зай үгүй бөгөөд эмэгтэйчүүдийг доромжлох ч хэрэггүй. Та хэт түрэмгий хүслээ хүлээн авч чадвал өөрөөсөө ичихээ больж, тэднийг дарамтлах шаардлагагүй болно. Хэрвээ таны хүсч мөрөөддөг эмэгтэй таныг хүсвэл ёстой гайхалтай. Үгүй бол одоо яахав дээ. Магадгүй өөр хэн нэгэн хүснэ биз.

Эрэгтэй хүн өөрийн дотоод үнэлэмжийнхээ учрыг олбол дээрэлхүү байдал тайван итгэлтэй байдлаар солигдож, тэрбээр эгчмэд эмэгтэйд ихэрхэж, эсвэл байдлыг хяналтдаа авах гэлгүйгээр үеийн юм шиг ойртож болно. Тэр хэтэрхий ичимхий, хэтэрхий түрэмгий бус байна. Одоо тэр хайрын бүжгийг бахдалтайгаар хийж чадах боллоо.

Сэрлийг жолоодох нь

“Плейбой”-н гүн ухаан нь жишээлбэл, анхаарлыг хамтрагчаа өдөөхөд төвлөрүүлдэг. “Плейбой”-д эмэгтэй уншигчийг “алив-алив” гэж сексийн хувьд өдөөн зоригжуулдаг нь сайшаалтай. Амьдрал дээр уншигч эмэгтэй эр хүнд санаачилгыг найр тавьж өгдөг... Тэр шүтээндээ эр амьтныхаа сэтгэлийг өгөөд түүнийгээ алддаг.

Гордон Долби. “Эр хүний сэтгэлийг анагаах нь”

Сүүлийн гайхамшигтай зүйлээ гайхуулах үлдлээ. Энэ нь үргэлж бидэнтэй хамт байдаг ч манай нийгэмд хэвлэлийн үргэлжилсэн бөмбөгдөлтийн улмаас аварга том хурц савартай луу болон өсчээ.

Эмэгтэйчүүд тийм хүчтэй харагдаж, мэдэгдэхүйц ид шидтэй учраас эрчүүд амархан төөрөлдөж, тэдэнд хүчээ өгчихдөг. Эмэгтэйчүүд алт, бурхан болж хувирдаг. Мэрилин Монрогоос эхлээд Мадонна хүртэлх бүх илбэ шидтэн бидний сэтгэлд хэрэгтэй юм шиг санагддаг.

Эмэгтэйчүүдийг эрчүүдийн хүслийг эзэгнэгч, сексийн дур булаам байдлыг хадгалагч мэтээр ойлгохдоо эрчүүд үнэндээ сексийн эрч хүчээ тэдэнд өгдөг. Бид эмэгтэйчүүдийг индэрт гаргачихаад дараа нь тэднийг тэнд байлаа гэж гоморхдог. Сексийн дур булаам байдал гэдэг нь эмэгтэй хүний хэрхэн харагдаж байгаагаар бус, бид тэднийг ямар байдлаар харахыг хүсч байгаад оршдогийг бид ойлгох ёстой.

Өөрөө өөрийгөө жолоодож байгаагаа ойлгосон цагт эрчүүдийн амьдрал хамаагүй дээр болдог. Тэр бол шодойтой ухаанюм. Тийм шүү, үнэхээр тийм!

Хэн ч биднийг өдөөж, сэрээхгүй байна. Бид өөрсдөө өдөөгдөж байна. Юутай ч бид энэ чадвараа өөр хүнд шилжүүлээгүй. Эмэгтэйчүүд эрчүүдийг илбэдэхгүй байна. Тэд өөрөө өөрсдийнхөө дур хүслээр буюу илүү тодруулбал, эдгээр дур хүслийн аяндаа үүссэн сэрлээр болон ямар нэг таатай бадайрал амлаж байгаа тэдний дуулгавартай байдлаар илбэдүүлж байна.

Роберт Мастерс. “Эр хүн байх нь” номын Илбэ шидийн тухай цуу ярианаас ангижрагтун”

Эрчүүд шодойгоо өөрийн ухаантай гэж ярьдаг. Гэхдээ тэд хариуцлагаас зайлсхийх хэрэгтэй үедээ ер бусын зохион бүтээгч болдог.

Ричард Родс. “Бэлгийн харьцаанд орж байхдаа”

Энэ буруу удирдамж өсвөр наснаас хөгжиж эхэлдэг. Хөнгөн порногийн сэтгүүлүүдийн соёл дуулгавартай, гялгар дүрүүдийн өдөөн хатгасан төгс чанар, жинхэнэ бүсгүйтэй харьцаа тогтоох амаргүй ажилтай болхи хүмүүсийн хооронд шизофренийн хагарал үүсгэдэг. “ХҮ Magazine” сэтгүүлийн нэг уншигч харуусан хэлжээ. “Энэ зургууд бие биенээ гэсэн мэдрэмжийг надад хэзээ ч төрүүлж байсангүй”. Бүсгүйчүүдэд зориулсан сэтгүүлүүдэд

давамгайлж байгаа санаа нь залууст ингэж хэлж байх шиг: “Энэ бол үнэндээ чиний хүсч байгаа бүхэн” – Ямар ч халуун дулаан уур амьсгал байхгүй, итгэл үнэмшил байхгүй, энэ зөвхөн таашаалын тасархай, дараалсан урт хоосон зүйл.

Эль Макферсоны оролцсон дотуур хувцасны үзүүлбэрийг үймүүлснийхээ дараа Аделаидын тэнгэр баганадсан барилгаас доош үсэрсэн тэр залуу хамгаалалтынхныг зогсоохоос өмнө олны дунд байхдаа “Чи янхан!” гэж хашгирчээ. Түүнийг олны дундаас үсрэн гарч ирэхэд зураглаачийн авсан зурганд түүний аймаар догшин дүр буусан байв. Тэр сэтгэл мэдрэлийн өвчтэй гэж хэвлэлд бичсэн байсан, гэхдээ энэ нь түүний мэдрэмж ямар ч үндэслэлгүй байсан гэсэн үг биш юм. Магадгүй, тийм сэтгэл санааны хямралтай олон залуус шиг тэр хууртагджээ. Ямар нэг утгаар тэр Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөний анхны тарчлан зовогчдын нэг болсон юм.

Тамхины сурталчилгаатай болон хүүхдийн сэтгэл зүйг ашиглан бидний хүүхдүүдэд хохирол учруулдаг зүйлтэй адил сексийн сурталчилгааны эсрэг эмэгтэйчүүдтэй нэгдэх эрчүүдийн тоо ойрын ирээдүйд хамаагүй олон болох байх. Тэдний будагтай сав бүү ширгэг!

Азаргаа үргээе

Сайд бөгөөд зөвлөх Гордон Долби “Эрчүүдийн сэтгэлийг анагаах нь” номдоо сексийн арга залиас чөлөөлөгдсөн хүний тухай гайхалтай түүхийг өгүүлсэн байна. Эхнэртэй залуухан эр зөвөлгөө өгөхийг хүсч түүн дээр иржээ. Учир нь тэр залуутай хамт ажилладаг нэг эмэгтэй нөхрийнхөө харгис хэрцгийн тухай түүнд байнга ярьдаг байж. Тэд улам олон цагийг хамтдаа өнгөрүүлэх болж, эмэгтэй улам дур булаам байхыг хичээх болсон байна /Эсвэл тэр залуу эмэгтэйг улам их сонирхож байж болох юм –та хэрхэн үзэж байгаагаас хариуцлага хуваагдана/.

Долби энэ хүний бага насыг судлаад, зан байдлын тодорхой схемийг, тийм нөхцөлд эрэгтэй хүн яаж биеэ авч явахыг харуулсан байна. Энэ хүний эцэг эхээс нь хамаагүй ах, харилцахад хэцүүхэн хүмүүсийн нэг байсан бөгөөд манай баатрыг хүүхэд байхад нас баржээ. Хүү эхийнхээ сэтгэлийг тайвшруулагч байсан бөгөөд эцгийгээ нас барснаас хойш итгэлт хүн нь болж байв. Тиймээс тэр насанд хүрэхийн цагт үл анзаарагдам, хүйсийн нарийн ялгаагаар буюу амьдралд нь үүрэг гүйцэтгэх замаар эмэгтэйчүүдийг тайвшруулж сурсан байжээ. Өөрөөр хэлбэл, эцэг нь эрт хорвоог орхиж, эхтэйгээ сэтгэл санаагаар ойр байсан нь түүнийг тийм үүрэг гүйцэтгэхэд хүргэсэн байна.

Долби энэ хүнтэй зөвлөлдсөөр байв. Эмчилгээний явцад азтай үйл явдал болов. Энэ хүн адуутай байжээ. Нэг өглөө залуугийн байдалтай шууд холбоотой хэрэг гарсан байна. Хөршийн газраас залуугийн гүү рүү нэг азарга дайраад ороод ирэв. Залуу ороо нь орсон том хар адуутай нүүр тулахад түүнд хашаанаас гарахаас өөр арга байгаагүй байна. Тэр бууж өгсөнгүй, азаргыг хөөв. Харин дараа нь /гайхалтай!/ тэр ажил дээр нь өөрт нь наалдаад байсан залуу эмэгтэйг айлгаж болох аргыг олсон байна. Тэр эмэгтэй их уурлаж, гомдсон ч эцэст нь эмэгтэйчүүдийн сэтгэл зүйчид ханджээ. Хожим нь эмэгтэй хоёуланд нь сайн зүйл авчрахгүй байсан тоглоомыг дэмжээгүйд манай залууд талархсан байна.

Эх, хүү хоёрын хооронд болдог сэтгэл зүйн харьцаа холбоо бараг судлагдаагүй салбар юм. Зарим нэг эрчүүд ямар нэг янаг амрагийн явдал, ялалт эсвэл гэр бүлдээ зүгээр л түгшүүртэй байдал үүсгэх замаар өөртөө зориулан тавьдаг жүжгүүд нь өөрийгөө үнэлэх үнэлэмжийг сексийн “амжилттай” адилтгахаас ихэвчлэн гардаг. Хүн “ээждээ хүүхэд гаргахыг зааж байна” гэж бодох тусмаа сагсуу зан нь хөдөлдөг.

Дурлалын тоглоом, сээтэн хаях болон сексийн болзошгүй арга заль үргэлж байх болно. Үнэхээр эрийн цээнд хүрсэн эр гэж сексийнхээ мэдрэмжийн эзэн гэдгээ мэддэг хүнийг хэлнэ. Тийм эр хүнийг Долби “Азаргыг жүчээнд тууж оруулах” гэж бичжээ. Засах гэж биш, зүгээр л тууж оруулна, тэр түүнийг хүссэн үед нь суллана шүү дээ. Энэ дотоод тайвшралаа эмэгтэйчүүдтэй уулзахдаа гаргаж сурсан эрчүүд эмэгтэйчүүдийн хувьд уйтгартай биш төдийгүй эротик, дур булаам байдаг. Эмэгтэйчүүд эрчүүдээс ийм чадварыг олохыг эрмэлздэг. Тэд итгэлтэй, шунан мөрдөн мөшгих чадвартай хэн нэгнийг хайдаг болохоос харахад том болсон хэрнээ хөхнөөсөө салахыг хүсдэггүй нялх хүүхдийг хайхгүй! Зохиолч Биллз, Бун нар эмэгтэйчүүдийн сэтгэлийн энэ онцлогийг буюу хэрэгтэй үед нь гаргахаар эрч хүчээ тогтоон барихад бэлэн, эмэгтэйчүүдын дурыг булаасан эрчүүдийн талаар бичиж сая саяыг олж байна.

Гэхдээ энэ тухай хангалттай!

Хоёр үгээр

Үрийн шингэнээ гадагшлуулахыг дур ханахтай бүү андуураарай. Бэлгийн харьцаанд орохын өмнө, орж байхдаа, орсны дараа юу болж байгааг ухаарч, сульдсан байдлаасаа сэргэж, юу мэдэрч байгаагаа шинжиж эхэл. Гадна юу болж байгаагаас бус дотроо юу гэж шийдэж байгаагаас хамаагүй их таашаал эдэлж байгаа тухай бодоорой.

Секс нь таниас алс хол ямар нэг зүйл биш. Зүрх сэтгэл, ухаан, бие цогцсыг бэлгийн харьцаанд орохдоо нэгтгэх хэрэгтэй. Секс нь таны ертөнцийг үзэх үзлийг хувиргах, амьдралын баяр баяслыг сэргээх чадвартай сэтгэлийн бодит илрэл юм.

Дээр дүрслэн бичсэнчлэн сексийн гүн таашаал нь маш их сэтгэл хөдөлгөсөн итгэлцсэн харилцаанаас үүсдэг. Тийм таашаал эдлэхэд олон жил ч шаардагдаж болзошгүй тийм нандин зүйл юм.

Гар хангалга нь эрчүүдийн бүхий л амьдралын турш дахь бэлгийн мэдрэмжийн чухал болоод эрүүл хэсэг мөн. Чухам тийнхүү бид өөрсдийнхөө талаар дүгнэлт болон өөрийн мэдрэмжийн потенциалыг багжуулж, сексийн эрч хүчтэй байгаагаа ойлгодог.

Порнограф, биеэ үнэлэх, залхмаар реклам, рок-видео гэх мэт нь эрчүүдийг эмэгтэйчүүдээс ч дутуугүй доромжилдог. Эрчүүдэд сэтгэлийн хөөрөл л хэрэгтэй гэж үздэг /эмэгтэйчүүд/. Өөрийгөө бүү мангууруул.

Та өчүүхэн амьтан болчихгүйг хичээх хэрэгтэй. Өөрөөр хэлбэл, эмэгтэйчүүдэд хүч хэрэглэхийг хорхойсохтой тэмцэж, эмэгтэйчүүдийг өөрсөдтэйгөө адил эрхтэй гэдгийг хүлээн зөвшөөрөх хүнд замаар явах ёстой. Та эр хүйстэн гэдгээрээ бахархаж, эрэгтэй хүний бэлгийн мэдрэмжтэй болж эхлэхээрээ “үгүй” гэсэн хариу авахаас айхаа больж, цаашид эмэгтэйчүүдийг секст хүчээр албадах хэрэггүй болно. Та мөн хүүхдүүдийг уруу татахаа болино.

Эмэгтэйчүүд таныг өдөөхгүй. Та эмэгтэйчүүдийг ойлгох ойлгоцоороо өөрөө өөрийгөө өдөөнө. Энэ нь танд сонголт, хариуцлага байна гэсэн үг юм. Бүдүүлгээр ч гэсэн яг хэлэхэд эрхтэнээ мөрдөж мөшгөх хэрэггүй.

Бусдын дуу хоолой

• Миний биеийн гадна буюу сэтгэл хөдлөл болон мэдрэмжийн гадна увайгүй бөгөөд харгис, юунд ч итгэдэггүй, хэнд болон юунд ч найддаггүй... ямар нэг хэсэг байлаа. Замаар хаа нэгтээ ...ан цав гарлаа, юу боловч хайр дурлалын тухай ярихаар шүү дээ. Намайг дарж бүрхсэн зүйл алга болчих шиг санагдаж байлаа.

Цавин дахь цогц мэдрэмжийн оронд чих минь шуугиж, арьс халуу оргиж, нүд бүрэлзэж, дотор чөлөөтэй болон, онгойж, би хоёрын оронд ганцаар байлаа. Би үрийн бөмбөлгүүд шиг шодойныхоо уг, их биеэр дээш хөөрч, Ромын лаануудын дарин цэнэг шиг болж, дараа нь бие дэлбэрч, хоёр эсвэл нэг байхаа болив. Би юу ч биш, бас би бүгд байлаа. Би тэнд, хаа сайгүй байлаа.

Ричард Родс. “Бэлгийн харьцаанд орж байхдаа”

• Тэр эмэгтэйн таньж мэдэх эрчүүд үдэш болохыг хүлээж, зүрхээ чангалахын тулд ууцгааж, түүнийг ёстой албаар илж таалсны дараа шад пад хийн, юу ч болсон байлаа. Эмэгтэйн хувьд энэ нь нэг л тэр нарийн хүрээнд үргэлж болдог “Би хийдгээ хийлээ, одоо чиний ээлж” гэх зүйл юм. Тэд өөрсдийн таашаалаа өргөжүүлэхийг ч хичээсэнгүй. Бэлгэвч углаад л тэд шууд үрийн шингэнээ гадагшлуулахад шилжиж байв. Тэдний сэрэл хэцүүхэн хөдөлж, сэрлээ тогтоон барихад тэдэнд бүр ч хэцүү байсанд гайхах зүйлгүй байх.

Эрчүүд ямар нэг спортоор хичээллэхийн тулд оюуны болон биеийн хүч зарцуулахад бэлэн байдаг ч тэд секст бэлэн байж сурахын тулд хичээл зүтгэл гаргахад бэлэн бус байдаг гэсэн баримт үнэхээр аймаар. Хэтэрхий олон эрэгтэй секст амин хувиа хичээсэн, орон доторх бэлгийн харилцааг жаахан хүүхдийн олон ааш болгодог гэсэн цөөнгүй нотолгоо бий.

Ричард Родс. “Бэлгийн харьцаанд орж байхдаа”

• Хэрвээ хүн хөгжмийн чавхдасын дууны хөгийг, моддын навчист тусах нарны гэрлийг, салхины зөөлнийг, хөшигний долгионыг үнэлбэл хэзээ нэгэн цагт дурлалын цэцэрлэг рүү орчихож болзошгүй юм.

Түүгээр барахгүй эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүс бие биедээ дурласан үед навчис нов ногоон харагдаж, хэлэх үгс нь уран яруу болж, мөр шулуухан харагддаг. Дурласан үед бидэнд өвс ногоо, амбаар, дэнлүү, өргөн биш гол гудамжуудын сэлүү шөнө ч сайхан санагддаг.

Роберт Блай. “Төмөр Жон”

• Миний уруул түүний /эмэгтэй/ бие дээр, би яг л зуны боловсорсон жимст шугуй руу нүүрээ оруулсан мэт алим, лийр, тоорын холилдсон үнэр анхилж, амтагдах шиг болж байлаа.

Түүний бүх юм шинэхэн. Түүний бүх юм гоё сайхан байлаа.

Ричард Родс. “Бэлгийн харьцаанд орж байхдаа”

- Феминистууд болон мачо нар нэг адил, нэг зорилготой үйлдэл гэж адилхан үздэг эр бэлгийн эрхтэн боссон нь сэлэм биш, харин шидэт саваа юм.

Майкл Вентура. “Сүүдрүүдийн бүжиг”

- Сексийн өмнөх түгшүүр нь эрчүүдийн хараал идсэн зүйл!

Хобартын их сургуулийн профессор Уокер Фейнлейн сексийн өмнөх түгшүүрт /СӨТ/ зориулсан ажлаараа дэлхийд алдаршжээ. Эрчүүдийн дунд өргөн тархсан энэ асуудал оюуны хүчтэй тогтворгүй байдлыг үүсгэж, илүү чухал шийдвэр гаргах болон хариуцлага шаардсан албан тушаалаас татгалзах гол шалтгаануудын нэг болдог. СӨТ-ээр шаналж байгаа эрэгтэй хүн сэтгэл санаагаар үлэмж их унаж, маш их алмайрч, “зөвхөн ганц зүйлийг л хүсдэг”.

Түүхэн дэх СӨТ-ийн гүйцэтгэж байсан үүрэгт зориулан гаргах гэж байгаа “Дэлхийг зогсоо, би гармаар байна” /үгийн тоглоом. Этгээд хэлэнд get off гэдэг нь гарах гэдэг утгаас гадна шад пад гэсэн утга илэрхийлдэг.-орч./ гэдэг номдоо Фейнлейн алдартай үйл явдлын үеийн СӨТ-ийн нөлөөнд дүн шинжилгээ хийсэн байна. СӨТ-ийн алдартай төлөөлөгч Наполеон Ватерлоогийн дэргэдэх тулааны өмнө “Өнөөдөр биш, Жозефина!!!” гэж үнэнээсээ хэлжээ.

Кубад болсон цэргийн хямрал өдөөн хатгасан СӨТ-т хэрэг явдлын бас нэг жишээ юм. Саяхан Кремлийн нууцыг дэлгэсэн баримт бичигт Хрущев хямралын үед СӨТ-ээр ноцтой шаналж, үүнээсээ болж хоёр сар бэлгийн харьцаанд ороогүй гэсэн баримтыг ил болгосон байна. Кеннеди хоёр сарын турш бэлгийн харьцаанд ороогүй байсан бол бас ийм байдалд орох байсан!

Стив Биддалф

- Хэрвээ эрэгтэй хүн өрөөний нөгөө буланд туяарах бяцхан нүүрэнд дурласан бол энэ юу гэсэн үг вэ? Энэ нь түүнд ямар нэг сэтгэлийн ажил болж байна гэсэн үг. Түүний сэтгэлийн тухай ярьж байна. Эмэгтэйг мөрдөж, түүнийг нөхөргүй, ганцаараа байхад нь уулзахыг оролдохын оронд тэр ганцаараа, жишээлбэл, ууланд овоохойд гурван сар ганцаар байж, шүлэг бичиж, завиар гол уруудаж, мөрөөдөх хэрэгтэй. Энэ нь асуудлаас цөөнгүй эмэгтэйчүүдийг ангижруулна. Романтик дурлалд үргэлж сэжиглэнгүй хандаж, анхаарахгүй байх хэрэгтэй гэж би яриагүй шүү. Энэ эмзэг асуудал.

Роберт Блай. “Төмөр Жон”

Зургаадугаар бүлэг.

Эрчүүд ба эмэгтэйчүүд

Эрчүүд эмэгтэйчүүдтэй зөв харилцахыг хүсвэл ойлгох нь зүйтэй гурван зүйл бий.

1. Эхнэртэйгээ эсвэл найз бүсгүйтэйгээ эрх тэгш харилцаж, түүнийг айлган сүрдүүлэхгүй, өөрийгөө аймтгай болгохгүй байх.
2. Эрэгтэй, эмэгтэй хүний хоорондын сексийн мэдрэмжийн үндсэн ялгааг “сээтэн хаях урлагийг нь” зохих ёсоор эзэмшингээ мэдэж байх.
3. Тэр таны эх биш гэдгийг ойлгож, тэрчлэн “харанхуй урт шөнийн турш” хайр дурлалдаа умба.

Сонирхолтой сонсогдож байна уу? Тэгвэл цааш явъя.

Ялдамхан тэнэг хүн шиг эрэгтэй

Орчин үеийн эрчүүдийн дийлэнх нь эхнэрийнхээ уур хилэн, түүний гомдлол эсвэл бүр амьдралд сэтгэл хангалуун бус байдалтай тулгармагцаа шууд бууж өгч, уучлал гуйж, өлмий дээрээ гэтэн алга болж байна. Хэрвээ тэд үг хэлбэл, аман дотроо. Ихэнхдээ тэд эвлэрэнгүй өнгөөр ярьж, тийм тэнэг байсан гэж уучлалт гуйж, “Уучлаарай, хайрт минь!” гэнэ.

Олон нийтийн мэдээллийн хэрэгслүүдэд, “Билл Косбийн шоу“-ны /Толгойгоо дохиж, сайхан инээмсэглэх зорилгыг шаардсан нь илэрхий ухаанаа далдлан нуусан дүрд хөтлөгч Рей Мартин тоглосон эмэгтэйчүүдийн ток-шоу/ өмнө Дагвудын сонгодог хүүхэлдэйн кинонуудаас сүүлийн хэдэн арван жилийн хугацаанд эрчүүдийн түгээмэл хэв маяг тогтсоныг харж болно. Та хаашаа ч харсан бүгдийн хүлээн зөвшөөрсөн хэв маяг болох “ялдамхан тэнэг хүн шиг нөхрүүдийг” харна.

Бодит амьдрал гэвч инээдмийн жүжиг биш. Тэнэг нөхөртэй эмэгтэйчүүд аз жаргалтай байдаггүй, үнэн хэрэгтээ тэд сэтгэл ханамж нь улам багасч, гомдоллох нь ихэсдэг. Учрыг нь ойлгохгүй тэд маш энгийн шалтгаанаар нөхрүүдээ улам бүр хавчих нь олонтаа байдаг. Эмэгтэйчүүд сэтгэлийнхээ гүнд өөрсөд шигээ тийм хүчтэй хэн нэгтэй амьдралаа холбохыг хүсдэг. Эмэгтэйчүүд дуугүй хүлээн зөвшөөрөхгүй, тэдэнтэй маргахыг хүсдэг. Үе үе санаачилгыг гартаа авч, ямар нэг шийдвэр гаргаж, буруу юм хийсэн үед нь тайлбарлаж өгч чадах эрчүүдтэй учрахыг тэсэн ядан хүлээдэг. Гэрт насанд хүрсэн ганц хүн байх нь огт сонирхолгүй. Амьдралаа холбосон эр нь тийм зөөлөн бөгөөд сул байхад эмэгтэй хүн яаж сэтгэл амар, аюулгүй байгаа мэт байх билээ?

Би хүчтэй, ажиллах чадвартай олон эмэгтэй-феминисттэй зөвлөлдөж байлаа. Тэд эцсийн эцэст хүсэн хүлээж байсан, шинэ үеийн анхаарал, халамжтай эрийг олж чадсан боловч үр дүнд нь аймаар уйтгартай болсноо надад ярьсан юм. Одоо тэд шүтэлдэх нүү, үгүй юу гэж барьж байгаа барилгын талбайн хажуугаар аажуухан явж өнгөрч байна.

Эрчүүд эмэгтэйчүүдтэй харилцахдаа азгүйтдэгээ анзааралгүй үлдэхгүй байна. Гучин таваас дөчин таван насны эрчүүдийн бүлэг цуглах бүртээ ямар их шаналж байгаагаа түргэн илэрхийлдэг. Тэд зовлонгоо шууд илэрхийлж байна уу, эсвэл зовлонгоо дайчин чанар болгож байна уу гэдэг нь нэг л шалтгаантай. Амьдралдаа эмэгтэйчүүдийн хэрэгцээг хангаж чадахгүй, харьцаагаа хэвийн байлгаж чадахгүй байгаагаа тэд мэддэг, юуг буруу хийгээд байгаагаа тэд мэддэггүй. Роберт Блай энэ үзэгдлийг бүр хорьдугаар зууны наяд оны дунд үед тодорхойлон бичжээ:

“Тэр бүл эсвэл харьцаа нь эв түнжингүй байгаагаас шаналж таван минут уйлах тохиолдол цөөнгүй гарч байсан тухай залуу эрчүүд ярьдаг. Тэд авхаалжтай байж сурсан ч тэр нь хүнд үед гэр бүлийг тогтоон барихад хангалтгүй байлаа. Ямар ч харилцаанд үе үе хурц ааш зан гаргах хэрэгтэй. Эрчүүд ч, эмэгтэйчүүд ч ийм чадвартай байх ёстой. Ингэх хэрэгтэй цаг ирэхэд ихэнхдээ залууд зориг дутдаг. Тэр халамж, анхаарал тавьж байсан ч харилцаанд, бас амьдралд нь өөр ямар нэг зүйл шаардагдаж байлаа.

“Зөөлөн” эрэгтэй хүн: “Би чиний шаналж байгааг ойлгож байна. Чиний амьдрал минийх шиг

чухал гэж би үзэж байна. Би чамд санаа тавина, чамайг тайвшруулна” гэж хэлж чадна. Гэхдээ тэр өөрийн хүсч байгаагаа илэрхийлж чадахгүй, үүнийгээ хатуу хамгаалж чадахгүй. Ийм шийдвэр төгс байдал нь огт өөр хэрэг болно”

Эхнэрээсээ зөрөх нь

Энэ нь манай олон уншигч-эрчүүдийн хувьд гайхалтай биш, гэхдээ эмэгтэйчүүд бол ердөө л хүмүүс. Заримдаа тэдний зөв байдаг, харин заримдаа огт буруу байдаг гэсэн үг. Эмэгтэйчүүд эсвэл ариун гэгээн, эсвэл төрөлхийн шулам гэж олон эрэгтэй боддог бөгөөд жирийн үнэнийг таг мартчихдаг. Эмэгтэйчүүд алдаа гаргамтгай хүмүүс юм. Энэ дүгнэлтээс үзвэл, эхнэртэй байна гэдэг нь толгой дээгүүр байх ёстой гэсэн үг. Та зарим нэг эрчүүд шиг урсгал дагаж эмэгтэйчүүдэд бүгдийг шийдэх боломж олгож болохгүй. Гэр бүлийн амьдрал гэдэг нь бодож сэтгэхээ болих шалтаг биш. Таны эхнэр буруугүй, хангалттай насанд хүрээгүй, эрх, атгаг санаатай, зөрүүд эсвэл харгис /яг тань шиг/ байж болоход учир байгаа юм биш. Заримдаа та байдлыг зүгээр л өөрөөр хараад үзээрэй. Түүний зөв гэж үзэж байгаа зүйл таны хувьд буруу байх нь бий. Бүгд маш энгийн. Эмэгтэйчүүд ихэнхдээ эрчүүдийг ойлгодоггүй. Хэрвээ бид тэдэнд тайлбарлахгүй бол тэд яаж биднийг ойлгох билээ? Энэ нь та эмэгтэйчүүдтэй учраа олж чадахгүй, цаг үргэлж тохиролцож байх хэрэгтэй гэсэн үг биш! Худлаа буулт хиймтгий байх нь та хоёрт тус болохгүй. Олон удаа удаан, хүлээцтэй ярилцахад бэлэн бай!

“Миний нөхөр надтай маргахгүй, бүр эсэргүүцэхгүй байна. Тэр зүгээр л явчих юм” гэж гайхсан эмэгтэйчүүдийг би хэдэн зуун удаа сонсч байлаа. Магадгүй, нөхөр чинь эцгийнхээ адил хүч хэрэглэхийг хүсээгүй учраас явсан байх. Гэхдээ маргаанаас зайлсхийх нь асуудлыг шийдэхгүй. Түүний эх нь үргэлж сэтгэл хангалуун бус, өө сэв эрдэг, эцэг нь сул дорой нэгэн байсан байж олох юм. Яваад өгөх нь түүний мэдэх ганц зүйл байж болох юм. Аз жаргалтай гэр бүлтэй болохын тулд эрэгтэй хүн өөрийн үзэл бодлоо хамгаалж, маргаж, хийрхэхгүй, харин ямар нэг шийдвэр гарах хүртэл учрыг олох чадвартай байх ёстой.

Гордон Долби нөхөр нь өөрөөс зөвөлгөө авч дууссаны дараа утасдсан эмэгтэйн тухай ярьж байна. “Сэм хүчтэй болох нь гарцаагүй, өөрийнхөө тухай чанга мэдэгдээд, түүний юу бодож байдгийг надад ойлгуулах гэж эмэгтэй тээнэгэлзэнгүй – Тэр үргэлж тийм байхыг хүсдэгийг би мэднэ... Гэхдээ ... би түүнээс дээр гарахаараа миний хүсч байсныг тэр хийгээсэй гэсэндээ заль хэрэглэж болох юм гэж би бодож байна. Цаашид ингэхгүйн тулд би өөрөө хангалттай их хүчтэй байх хэрэгтэй гэв”.

Сэтгэл засалчийн хувиар Долби энэ эмэгтэйд сэтгэл санааны давуу байдлаар бус, ойр дотно байж, хэлэлцэх үндсэн дээр жинхэнэ эрх тэгш харилцаатай болохын тулд өөрийн эрх мэдлээсээ татгалзахыг хүсч байна гэж дүгнэжээ.

Цэрэг

Эрүүл эрэгтэй хүн бүрт, эрүүл эмэгтэй болгонд “Би цэрэг” гэж нэрлэж болох зан чанарын дотоод цуглуулга бий. Энэ цэрэг бусдад хор учруулахгүй. Ингэх нь түүнд хэрэггүй. Цэрэг таны сэтгэл чанга байх “ханыг хамгаалж”, таныг буруу харьцаа эсвэл харгислалаас хамгаална. Хүүхдүүдийн цэрэг хүчгүй, тиймээс тэдэнд бидний хамгаалалт хэрэгтэй байдаг.

Би сексийн доромжлолыг амссан үйлчлүүлэгчидтэйгээ ажиллахдаа тэдний бүх биеийн болон оюуны эрч хүчийг хөдөлгөхийн тулд тэдэнд хилэгнэн уурлахад туслаж, гашуун хилэнгээ гаргаж үзэх эмчилгээний сүүлийн шатыг хэрэглэж байлаа. Тэд хэзээ ч тийм гүнзгий амьсгалж, хэзээ ч тийм чанга хашгирч, анхаарлаа тийм нарийн төвлөрүүлж байсангүй. Энэ эрч хүч гарч эхэлмэгц тэднийг дахин доромжилно гэсэн болгоомжлол надад төрөхгүй болсон. Цэрэг байлдааны байдалд ороход хүүхэд

хүртэл эцсийн эцэст өөрийгөө аюулгүй байгааг мэдэрдэг. Энэ ажлыг гүйцэтгэсэн эмэгтэй ахин эрэгтэй хүнтэй дотно харьцаа тогтоож, эсвэл гэрлэж болзошгүй. Энэ ажлыг хийсний дараа эмэгтэйн бие хүүхэд тээхээс татгалзаж байсан мэт үргүйдлийн асуудал нь үгүй болсон тохиолдолтой би учирч байсан.

Гэр бүл болохын тулд эр, эм хоёр өөрсдийн цэрэгтэйгээ байх ёстой. Өөр нэг хүн хор хохирол учруулах гэж байгаад учир байгаа юм биш. Зүгээр л ойртон дотносч байгаа хүмүүс бие биеийнхээ хилийг зайлшгүй давдаг учраас тэдэнд энэ тухай сануулах хэрэгтэй. Ихэвчлэн “Хөөе, чи намайг дараад байна”, “Миний өмнөөс бүү шийдвэр гарга” эсвэл “Хувцсаа өөрөө өмсөхийг минь зөвшөөрөөч” гэж хэлэхэд хангалттай байдаг.

Миний цэрэг сульдан доройтоход би эхнэрээсээ эсвэл хүүхдүүдээсээ яавал зөв болохыг асуудаг. Хэдэн ноосон цамц худалдаж авах үед надад хачин явдал тохиолдож билээ.

Роберт Блай “Төмөр Жон”

Эр, эм хоёр тус тусын онцлогийг илэрхийлэхдээ нэгнийхээ хэрэгцээ шаардлагыг илүүтэй хүндэтгэж сурч болох юм. Заримдаа бодит байдалтай үнэхээр мөргөлдөх болдог, тэр үед нөгөөгийнхөө онцлогийг илүү гүнзгий судлах хэрэгтэй болдог. Чухам иймээс хосууд тогтсон үзэл бодлоо эсвэл нөгөөгийнхөө байр суурийг удаан ойлгохгүй байснаа ил гаргах, тэдгээрийг маш нарийн авч үзэхийн тулд маргах хэрэг гардаг байна. Сайн гэр бүл нь өдөр тутмын сэтгэлийн эмчилгээ юм.

1950-аад оны соёлд бид алдаа хийж, эр, эм болоход нийцэл, эелдэг байдал, хайр дурлалыг хосгүй зүйл болгосон билээ. Гэр бүлийн амьдралын тачаангуй, дүрэлзсэн европ загвар зөв байжээ. “Америк гэр бүл энэ дэлхий дээрх хамгийн гунигтай зүйл. Яагаад гэвэл эрэгтэй хүн өөрийн бүх маргаанаа албандаа өнгөрүүлдэг” гэж Юнг хэлжээ. Блай зөвшөөрч:

“Ухамсартай маргаан эрчүүд, эмэгтэйчүүдийн хоорондын харьцаанд томоохон дэмжлэг болдог... Эрэгтэй, эмэгтэй хоёр маргааны үеэр бие бие рүүгээ дайрахад эр хүн юу хүсдэг вэ? Ихэнхдээ тэр өөрөө ч мэддэггүй. Тэр мөргөлдөөн бушуухан дуусаасай гэж хүсдэг. Яагаад

гэвэл айж байгаа учраас, маргаж сураагүй учраас, “маргаанд итгэж сураагүй” учраас, түүний эцэг, эх нь үр өгөөжтэй маргалдаж байхыг хэзээ ч хараагүй учраас, цохилт бүр цээжинд нь тусахаар түүний биеийн хил тийм муу хамгаалагдсан учир...”

Эрэгтэй, эмэгтэй хүний доторх нас бие гүйцсэн цэрэг хэрвээ сурсан бол хорсолгүй, сэтгэл санаагаар уналгүй цохилтыг няцааж чадна, тодорхой зорилгын төлөө хэрхэн тэмцэхээ мэддэг, тулалдааны дүрмийг сахидаг бөгөөд ерөнхийдөө шударгаар тулалдаж, зөвшөөрөгдсөн хил тогтоох чадвартай байдаг.

Шунал тачаалд дүрэм хэрэгтэй

Зөвхөн тодорхой хил хязгаар тогтоосон үед л бид сэтгэлээ чөлөөтэй болгож, үнэхээрийн тачаангуй болдог нь хачин. Энд итгэлцэл чухал юм.

Хил хязгаарт бид дараахь зүйлсийг оруулж байна:

- Биеийн үйлдэл эсвэл сүрдүүлгээс татгалзах.
- Маргааныг дундаас нь хэзээ ч орхиж явахгүй байх.
- Нөгөө талдаа доромжилсон үгс хэлэхгүй байх.
- Маргааны гол утгаас барьж, өөр сэдэв рүү халихгүй байх.
- Нөгөөгийнхөө үзэл бодлыг сонсч, өөрийнхийгөө хүндэтгэх.
- Хэрвээ маргаан бодох бололцоо өгөхгүй хэтэрхий халуухан болвол харилцан тохиролцож завсарлага аваад, дараа нь үргэлжлүүлэх.

Энэ дүрэм харилцан ойлголцолд хүртлээ цэгцтэй бөгөөд хүндэтгэлтэйгээр маргах боломж олгоно.

Гэр бүлийн амьдралын маргаанууд

Гэр бүлийн маргаан сургууль болон өсөлт хөгжлийн эх сурвалж болж болох юм. Хэд хэдэн удаа нөхөрт гарч, үүсгэсэн гэр бүлийн амьдрал бүр нь маш өрнөлтэй бөгөөд эмгэнэлтэй болж байсан найз бүсгүйнхээ тухай Мария-Луиза фон Франц ярьж байна. Гэр бүлийн амьдралын эхлэл нь үргэлж сайн сайхан байсан ч маргаан бүр нь эцсийн эцэст биеийн хүч хэрэглэх, гэр бүл салахад хүргэж байжээ.

Найз бүсгүйн дөрөв дэх нөхөр огт өөр хүн байв. Эхнэрээ анх маргаан өдөөж, /эмэгтэйн хэлсэн үг/ аймшигтай үгс чулуудахад тэр зүгээр л өрөө рүүгээ тайван явж ороод явахаар бэлтгэж эхэлжээ. Тэрбээр “заваан” маргаанаас татгалзсан байна. “Намайг эр хүн шиг загнаж, дайрч довтолж, чамайг цохино гэж чи бодож байгааг би мэдэж байна. Гэхдээ би тийм хүн биш. Би хэнд ч надтай чам шиг ингэж ярихыг зөвшөөрөхгүй, явлаа” гэсэн гайхалтай үгийг тэр хэлжээ.

Эмэгтэйн сэтгэл маш их хөдөлж, уучлалт гуйсан байна. Тэд урьдын адил хамт байгаа. Энэ эмэгтэй гол санаагаа барьж, амьдралаа ямар нэг байдлаар өөрчлөхийг хүсвэл энэ тохиолдолд эрэгтэй нь үлдэж, түүнийг сонсох байсныг тэмдэглэх нь чухал. Гэвч байдал огт өөр байлаа. Эмэгтэй орилж хашгичиж эхэлсэн. Роберт Блай энэ санааг ингэж илэрхийлж байна:

“Эр хүн ч, эмэгтэй хүн ч ийм сохор уур хилэнтэй. Энэ нь тэднийг юунд ч хүргэхгүй. Хүйс хоорондын харилцан доромжлолын зууны үндсийг авч үзвэл бидэн дэх уур хилэнгийн энэ анхдагч цөм хэрвээ бид түүнийг харилцаандаа нэвтрүүлбэл хайр дурлал болон сэтгэлийг сүйтгэдэг”.

“Би эрчүүдтэй маргаж байсан” гэж тэр эмэгтэй ярьж байна. “Эмэгтэйчүүд ээ! Та нартай амьдарч чадахгүй, та наргүйгээр амьдарч чадахгүй!” гэж тэр эрэгтэй хашгирна. Бие биедээ хандсан энэ зовлонтой хэрэгцээ тийм хүчтэй, гэхдээ энэ хэрэгцээ иудей-христосын эхлэлийн хамгийн гүн рүү хүргэх дутуу ойлгох, хөндийрөхийн уламжлалаас үүдэлтэй. “Эрчүүд бүгд үе үе бүх эмэгтэйчүүдийг үзэн яддаг” гэж Жермен Гриер хэлжээ. Харин ч эсрэгээр гэж нэмж хэлэх хэрэгтэй. Эрчүүд эмэгтэйчүүдийг болон эмэгтэйчүүд эрчүүдийг зодож жанчиж байсан урт түүх байдаг. Гэхдээ энэ нь хувийн хэрэг биш, үүнийг хувийн харилцаанд оруулах албагүй. Гэр бүлтэйгээ аж төрж байгаа хүүхэд тийм үзэн ядалтыг тэсвэрлэх боломжгүй, тэр эрэгтэй эсвэл эмэгтэй ингэх учиргүй.

Тийнхүү энд хоёр шаардлага байна. Бид хэрэлдэж, маргаж, бие биедээ шударга байх ёстой. Эс бөгөөс бидний ойр дотно харьцаа бол зөвхөн баримт. Гэхдээ маргаандаа бид асар болгоомжтой, бие биенээ /Шарон бид хоёр энэ тухай номыг маргах дүрэм болон тодруулахаар олон түүх оруулсан, “Бэлгийн харьцаанд орж байхдаа“ гэсэн нэрийн дор бичсэн/ үргэлж хүндэтгэж байх ёстой.

Энэ тухай Сэм Кин “Романтик – энэ бол дандаа л “за”, хүнд амьсгал - тасралтгүй нотолгооны хуурамч үзэгдлийн эргэн тойронд болж байдаг бүх үйл явдал. Гэрлэлт - “тийм” ба “үгүй”, ”магадгүй” - энэ нь дурлал ба үзэн ядалтын анхдагч хоёрдмол зүйлд дэвтээсэн итгэлцсэн харьцаа” гэж хэлсэн байдаг.

Хайр дурлал, үзэн ядалт хоёр тийм түгшүүртэй байх албагүй. Энэ нь зүгээр л,

-Би чамтай энд үргэлж хэвтэхийг хүсч байна –гэхээс,

-Бурхан минь, миний ширээг зүгээр орхи – Хаанаас юу олохыг би мэднэ!

-Гэхдээ би зөвхөн эмхэлж цэгцлэхийг л хүсч байна!

-Тэгэх хэрэггүй ээ! -гэх хүртэл.

Бид бүгд ойртон дотносохыг хүсч байна. Гэхдээ чамайг ажлаар дарахад хэнд ч таалагдахгүй.

Эрчүүдийн хүчирхийллийг хэрхэн зогсоох вэ?

Санал зөрөлдөөнөө шийдэж байгаа эрчүүд олон эмэгтэйчүүдийн манай хэлэлцүүлгийг энэ хэсэгт нэг чухал бодол орж байна. Эрэгтэйчүүд айлгаж байгааг нь мэдрэхдээ хүчирхийлэл хэрэглэх болж, сөрөх халдлагад орохын тулд бие махбод болон сэтгэл хөдлөлийн боломжуудыг ихэвчлэн хэрэглэдэг. Гэрийн хүчирхийлэл болон түүний ойрын төрлүүд болох санхүүгийн хяналт, сэтгэл санааны сүрдүүлэг Австралид наран шаралгын газраар зугаалахтай адил өргөн тархжээ. Бид зөвхөн эдгээр үзэгдлийг удирдаж сурч эхэлж байна.

Жижигхэн аялалд гарцгаая. Энэ үеэр танд зарим нэг итгэл найдварын үндэс гарах байх. Мельбурны захаар дулаахан үдэш байна гэж төсөөлье. Эрчүүдийн бүлэг эрүүл мэндийн төвд цуглажээ. Тэнд хоёр удирдагч, долоон эрэгтэй байх бөгөөд тэд бүгд эхнэр эсвэл хүүхдүүдийнхээ эсрэг хүчирхийлэл үйлдсэн тул энд ирсэн байна. Бид тэдэнтэй нэгдэхэд удирдагчдын нэг нь бүлгийн нэг гишүүнтэй эвгүйхэн ярьж байна. Энэ хүний гарыг цээжинд нь нягт солбижээ.

-Дейв, чи тэгээд “түүнийг /эмэгтэйг/ хашраасан” гэх шив дээ. “Хашраана” гэж юу гэсэн үг вэ?

-Би түүнийг хөнгөхөөн түлхсэн, тийм сүртэй юм биш.

-Чи түүнийг яаж түлхсэн гэж?

-Гараараа. Тэр миний өөдөөс хэрэлдээд байсан юм. Тэр хичээлээсээ оройтож харьж ирсэн юм.

-Тэгээд чи хүчтэй түлхээ юу?

-Тийм ч хүчтэй биш. Тэр ердөө хойш хана мөргөчихөөд уйлж эхэлсэн.

-Тэр их айсан харагдсан даа?

-Тийм ээ.

-Тэгэхээр чи түүнийг чамаас айтал их хүчтэй түлхэж дээ.

Хайртай эмэгтэйгээ тэгж их айлгачихаад одоо чамд ямар санагдаж байна?

-Тийм ч сайхан биш.

-Тийм нөхцөлд асуудлыг шийдэж болох өөр аргад сурахыг чи хүсч байна уу?

-Тийм ээ. Тэгээд л би энд ирсэн юм.

-О'кей.

Гэр бүлд эр, эм хоёр хоёулаа өөрийн эрх мэдэл, хяналтыг нотлох өөрийн гэсэн аргуудтай байдаг. Бид нэг бол шууд илэн далангуй ярих, нэг бол арга заль хэрэглэх эсвэл бусдыг хянах аргыг хэрэглэж болно. Харилцах чадвар дутах, хүч хүрэхгүй байх, хүүхэд байхдаа харсан хүчирхийллийг санах нь эр хүнийг хүчирхийлэлд түргэн шилжих маш их магадлалтай болгодог. Гэхдээ энэ схемийг устгахын тулд эрчүүд гэр бүлийнхээ асуудлыг шийдэх аргаар хүчирхийллийг сонгохгүй байхаар өөртөө амлах ёстой. Ийм амлалт өгсөний дараа харилцах чадвар, өөрийгөө нотлох чадвар, муу харьцаатай холбоотой дурсамжаасаа ангижрахын тулд их чармайлт гаргах хэрэгтэй болно. Цөөн тооны эрэгтэй хор учруулах, онцгойрох сэтгэлийн эмгэг хүсэлтэй байдаг ба тэднийг танихад хялбархан. Хүчирхийлэх хандлагатай эрчүүдийн дийлэнх олонхи нь нэгэн төрлийн мөчлөгт ордог ба тэднийг хаях хүсэлгүй эхнэрүүддээ хайртай, үнэтэй хүн нь болохоор тийм боломж гарвал мөчлөгөөсөө ангижрахын тулд галзуу юм шиг тэмцдэг.

Тийм байдалд орсон эрчүүдэд Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөн туслаж болно. Эрчүүдийн хувь заяанд энэ хөдөлгөөнийхөн оролцсоноор эрэгтэйчүүдийг эрчүүд анагаана, хүндрэлтэй асуудлуудад эрэгтэйчүүдийг эрчүүд сөрнө.

Эмэгтэйчүүд эрх мэдлээ буруугаар ашигласан асуудлаар тэдэнтэй эмэгтэйчүүд л ажиллаж чадах бөгөөд гунигтай байдал, хоёр талын илэн далангуй байдал болон өөрийгөө хянах чадвараар солигдож эхэлдэг.

Гэр бүлийн хүчирхийллийн үндэс болсон шалтаг шалтгаан ялан дийлдэг. Ихэнхдээ энэ нь маш сул дорой хүүхдийнх шиг төсөөлөл байдаг: “Тэр /эмэгтэй/ миний хоолыг маш буруу хийдэг”, “Тэр /эмэгтэй/ найз бүсгүйтэйгээ зугаалахыг хүсдэг, харин намайг гэрт ганцааранг минь үлдээж байна”, “Тэр өөр хүнтэй чалчсан”, “Тэр эхийгээ эргэхийг хүсч байна”.

Ийм эрчүүд гэрлэлтэд ч, амьдралд ч ерөнхийдөө өөртөө итгэлгүй байхыг харахад үнэхээр гунигтай. Тийм бүлгийн олон гишүүн Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөний дэргэдэх тусгай хөтөлбөрт хамрагдахаас өмнө өөрсдийг нь сонсох найз нөхөдгүй байснаа нотолдог. Бүлгүүдэд тэдний танилцсан эрчүүд илүү тэвчээртэй, илүү найрсгаар дэмжиж тусладаг байна. Ийм нөхөрлөл тэдэнд эхнэрүүддээ бага ачаалал болох боломж олгодог юм. Үүнд л эрчүүдийг чөлөөлөхийн төлөө Хөдөлгөөний гол утга учир оршиж байна.

Эрчүүд өөрсдийгөө өөрчилж байна

Хүчирхийллийг ялах нь Эрчүүдийн хөдөлгөөний гол зорилго юм. Эрчүүд одоо өөрсдийн ахан дүүсдээ: “Эмэгтэйчүүдийг зодох нь буруу. Хүүхдүүдийг зодох эсвэл тэднийг сексийн харьцаанд уруу татах нь буруу. Бид та нарын найз нөхөд, тиймээс бид та бүхэнтэй ярьж байна. Хэрэг гарвал бид та бүхнийг хууль эрх зүйн аргаар зогсооно, хэрэв та бүхэн татгалзвал өөрсдөө зогсоох болно” гэж тодорхой мэдэгдэж байна.

Тийм шударга байдал баар болон спорт-клубууд дахь хуурамч нөхөрлөлөөс тэс өөр юм. Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөний ёс зүй огт өөр. Жишээлбэл, хөдөлгөөний нэг хэсэг гэж өөрийгөө үздэг хэн ч өөр эмэгтэйтэй унтахгүй. Хэрвээ залуу эмэгтэй бааранд таны хажууд сууж, муу нөхөртэй, нөхөр нь түүнийг ойлгодоггүй тухай яривал та түүнд энэ тухайгаа нөхөртэйгөө ярих хэрэгтэй гэж хэлнэ. Тантай энэ тухай яриад тэр эмэгтэй ямар ч үр дүнд

хүрэхгүй!

Энд бид сексийн асуудал руу оръё.

Секс ба сээтэн хаялт

Түүх...

Эхнэр бид хоёр сүмийнхээ мөргөлч эхнэртэй эрчүүдэд зориулан ням гаригийн семинар хийж байгаа. Тэд бүгд маш ялдамхан хүмүүс. Ер нь хэтэрхий ялдам. Ялангуяа эрчүүд нь. Сайхан сэтгэлтэй, гэхдээ хэтэрхий бууж өгөмтгий. Тэд зөөлөн шаахайтай, цэвэрхэн цэцэрлэгтэй бөгөөд “Хэзээ ч илүү үг хэлэхгүй” эрчүүдийн тоонд орно.

Бид ням гаригийн үдээс хойш сэдвийнхээ жагсаалтыг боловсруулна. Нэг сэдэв нь “Сексийн мэдрэмж ба мөрдлөгө”. Энэ сэдвийг бид хараахан хөндөөгүй байгаа.

Зөөлөн дэрэнд шигдэн тухласан, 40 орчим насны эр залуухан сэргэлэн эхнэрээ таатай нь аргагүй налж, “Тэгээд хэзээ бид сексийн мэдрэмжийнхээ талаар ярих юм бэ?” гэж асуув.

“Аан, - гэж би жуумалзаад, - Энэ сэдэв рүү хэсэг хугацааны дараа орж болох юм /Би түүнийг өөрийн мэдэлгүй ингэж хатгаж орхив/. Үүнд цаг үлдэх эсэхээс шалтгаална” гэлээ.

-Аан, за яахав, - гэж тэр хэлээд дахин дэр лүүгээ шигдэв. Түүнийг хатгах гэсэн миний хүсэл дэвэрлээ.

-Энэ орон дотроо ч бас ингэдэг үү? гэж би түүний эхнэрээс жуумалзан асуув.

-Яг шүү! – гэж тэр хэллээ.

Миний юу гээд байгааг тэр эмэгтэй ойлгожээ. Нөхөр нь самуурч орхив. Би сэдвийг өргөжүүлэн:

-Тэгэхлээр та нар сексийн асуудлаар ярилцахыг хүсч байгаа юм уу? Би тийм ч итгэлтэй байгаагүй юм. Та нар шаардаагүй, татгалзсан шүү дээ. Та нар шаардах ёстойгоо мэдэхгүй байгаа юм биш биз дээ? Эсвэл та нарт бэлэн тавган дээр тавиад өгч байхыг хүсээ юу? -гэхэд нөхөр нь улайгаад, гэхдээ зовсон шинжгүй байв. Тэр мартсанаа түргэн санаж байгаа бололтой.

-Харж байна уу, чухам тэгээд л секс ажиллаж байна, гэж би шинжээч шиг үргэлжлүүллээ. –Та нар мэдээж анхааралтай, хүлээцтэй байх хэрэгтэй. Бууж өгч болохгүй. Та нэг тал болох ариухан, эрх дураараа энэ бүсгүй үүнийг хийхийг хүсч байна! /Би “хүчтэй шад пад хийлгэх” гэсэн үг хэлэх гэснээ болилоо. Бид сүмийн бүлэгт байгаа шүү дээ./

-Хэрвээ тохиромжтой цагт зохих ёсоор ажиллавал энэ эмэгтэйн дур хүсэл төрөхийг та ойлгохгүй байна уу? /Ингээд би дуугаа хураахад хүрэв. Учир нь эхнэр нь нөхрийнхөө хараанд өртөхгүйгээр хажууд нь суунгаа, уруулаа хазлаад “Тийм!” гэж дохиж байв./

Бүсгүйн хувьд нуруулдсан өвсөн дэх сексийн нэг удаагийн хар салхи гурван жил халуун дотноор бэлгийн харьцаанд орсноос илүү байлаа. Эр хүний хүсэл тачаалыг тэр хүсч, эротик мэдрэмж болон шашны хүчний хооронд хаа нэгтээ эцэж цуцашгүй их хүсэл, тачаадлыг тээж

байлаа.

Роберт Блай “Төмөр Жон”

Шаргуу бай

Амраг, бишрэгч /Эрэгтэй хүн бүрийн зөвхөн эргүүлж байхдаа бус үргэлж тоглох ёстой дүр/ байх чадвар залхаах биш, бүр эргүүлэх хугацаа хэдэн долоо хоног үргэлжилсэн ч шаргуу байхад оршино. Биологийн хувьд эмэгтэй хүний сэрэл удаан хөдөлдөг бол эрчүүдийнх хормын зуур л тэсэрдэг. Чадварлаг амраг галаа бүрэн унтраалгүй намдаах хэрэгтэй. Өдөх, сээтэн хаях байдал хэдэн өдөр үргэлжилнэ. Бүр үнэхээр дурлаж эхэлсэн байсан ч тэр биеэ барьсаар байдаг. Аажмаар, болгоомжтой, чадварлаг, эрчимтэйгээр хүрэхийн хэрээр эмэгтэйн хүсэл оргилж, түүнд баяртайгаар тэсэлгүй ойртож, хүсэл тачаалдаа улам бүр автаж болох юм.

Хайр дурлалын шилдэг үзэгдлийн нэг Жейн Фонда, Жон Войт нарын тоглосон “Гэртээ харьсан нь” кинонд гардаг. Войт бүсэлхийнээсээ доош мэдээгүй болсон Вьетнамын дайны ахмад дайчны дүрд тоглодог. Гэсэн ч тэр амраг. /Энэ сэрлийн жишээ! Эрхэм уншигч та өөрийн гэсэн хөлтэй байх. Тэгвэл танд өөрийгөө зөвтгөх шалтаг алга./

Нойрсч буй гоо бүсгүй

“Нойрсч буй гоо бүсгүй” үлгэрт буруушаах зүйл байхгүй. Хэрвээ та эр хүн бол үүргэний шугуйг нэвтэлж, хөлс, цусаа урсган байж цамхагт байгаа гүнжид хүрэх ёстой. /Феминизмын академичид энэ үлгэрийг золгүй гэж үздэг. Тэдэнд эмэгтэйчүүдийн илэрхий идэвхгүй байдал таалагдаагүй юм.

Энд үлгэрийг огт ойлгоогүй нь илт байна. Гүнжид муу юм огт алга. Харин ч тэр сүр хүч төгөлдөр, түүний гоо сайхны тухай домгийг ганц сонсох нь эрэгтэй хүнийг хэдэн долоо хоног ажиллахад хүргэж байна! Бүсгүй гүн түвшинд удирддаг. Огт өөр түвшин. Тэр хоёуланг нь өөрчлөхийн тулд шидэт саваатайгаа ирдэг. Тэд эрх тэгш хэрнээ хоёулаа хүчирхэг төрхтэй./ Гүнж үнэндээ энэ бүх хугацаанд унтаж байгаагүй. Тэрээр дээд боловсролын дипломтой болж, найзуудтайгаа чалчиж, теннис тоглож байжээ. Харин хамгийн сүүлийн мөчид зугатаж, унтагчийн дүр эсгэсэн байна! Өөр нэг түвшинд бүсгүй өөрийг нь сэрээхийг хүлээж байсан /залуу ч бас энэ мөчийг хүлээж байсан/. Залуу ороод хэвтэж байгаа үзэсгэлэнт бүсгүйг хардаг. Дараа нь түүнийг үнсэхээр бөхийнө, зоригловол шүү дээ. Гоо бүсгүйг хармагцаа зарим эрчүүд мориныхоо хамт аюулгүй байхын тулд үүргэний шугуйгаар эргэж гартлаа айж цочдог /Гоо үзэсгэлэнтэй цөөнгүй эмэгтэйчүүд сайхан эрчүүдийн анхаарлыг татаж чадалгүй хоцордог. Учир нь ийм эрчүүд ч заримдаа хулчийдаг./ Үүнээс болж үзэсгэлэнт эмэгтэйчүүд араатнуудын ивээлд ордог. Гэхдээ тэр хулчийхгүй бол түүнийг үнсэж, сэрээнэ. Харин бүсгүйг сэрэхэд залуу бэлэн байдалд байх хэрэгтэй. Энэ эмэгтэй зуун жил унтлаа. Бурхан минь гэж, тэр ямар их өлсөө бол!

Өөрийнхөө эхийг эелдэг зөөлөн эх гэж залуу мэдээж мэднэ. Харин одоо тэрбээр эхтэйгээ адилгүй эмэгтэйтэй буюу агуу хүчирхэг, эрүүл саруул, цовоо сэргэлэн, ариун хүсэл бадраасан, маш мэдрэмтгий, алиа хошин эмэгтэйтэй уулзах хэрэгтэй боллоо. Тэр дэлхий дээрх хамгийн ухаалаг эмэгтэй.

Роберт Блай “Төмөр Жон”

Итгэл

Секс хийх болон эмэгтэйчүүдийг эргүүлэхэд эрчүүдээс бат итгэлийг багагүй шаарддаг. “Эмэгтэй хүнтэй анх танилцахаас эхлээд түүнийг чи хүссэн газраа аваачих хүртэл чамд үгүй гэсэн хариулт сонсох 573 боломж бий!” гэж Марвин Аллен хэлсэн байдаг. Хэрвээ та ямар нэг нууц давааг давсан бол, хэрвээ та өөрийн сексийн мэдрэмжийг ариун зүйл мэт авч явж, өөрийнхөө хүйсээр бахархдаг бол та эмэгтэй хүнд бахдал, хүндэтгэлтэй, гэхдээ эрх тэгш байдлаар хандаарай. Та түүнийг хүндэтгэж, хүсч байгаа бол өөрийгөө ч бас хүндэтгээрэй.

Таны хувийн орон зай

Өөрөө өөрийгөө мэдрэхийн тулд оршин байх таны хувийн газар байхаар орон зайтай болох нь маш чухал. Эрчүүдийн олонхид гэр оронд нь тавилга болон чимэглэлийн зүйлсгүй өөрийн гэсэн орон зай байдаггүй. Унтлагын өрөө ерөнхийдөө эмэгтэйчүүдийнх байдаг /Багаж хэрэгслийн пин муугүй эхлэл ч энэ нь ямартай ч орогнох газар болохоос гэрийн нэг хэсэг биш/. Өөрийн гэсэн өрөөний хамт өөрийн гэсэн цаг их хэрэгтэй.

Хэрвээ та өдөр бүр тунгаан бодох цагийг өөртөө гаргаж байвал гэртээ өөрийгөө их тэгш эрхээр хангаж, танд албан тасалгаа эсвэл шар айрагны газарт орогнох газар хайх нэг их шаардлага гарахгүй.

Орон байрны хэрэгцээ гардаг. Эрчүүд гэрээ алджээ гэж санадаг. Гэр орон бий гэсэн мэдрэмжийг эр хүний сэтгэл эсвэл зүрх мэдэрдэггүй. Хүлээсэн үүргээ биелүүлж, асуудал шийддэг ажилдаа эрэгтэй хүн явдаг. Дараа нь тэр харьж, тэнд хүлээсэн үүргээ биелүүлж, асуудал шийддэг. Түүнд өөрөө өөрийнхөөрөө аж төрөхийн тулд очдог, амьдардаг газар – гэр орон гэсэн сэрэл мэдрэмж алга.

Роберт Блай “Төмөр Жон”

Би өөртөө өөрийн гэсэн унтлагын өрөө, тасалгаа, миний эд зүйлсийг хадгалах газартай болох болзол тавьсан. Миний хэлсэн үгс, зураг, хөшөө, баримал, багаж хэрэгсэлд зориулсан хана. Хүүхдүүдэд энэ нь байдаг хэрнээ эрчүүдэд байдаггүй нь сонин. Гэрийн унтлагын өрөө эмэгтэйчүүдийн таашаалд нийцсэн, ер нь хэн мэдрэмж давуутай нь гэрт цорын ганц хүн байдаг.

Эрчүүд болон эмэгтэйчүүд гэртээ өөр хэн нэгнийг урих, гэхдээ ганцаар байгаагаа мэдрэх, сэргэх, өөрийн орон зайд өөрийнхөөрөө байх тийм газартай байх хэрэгтэй.

Төгсгөлд нь, эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүсийн харьцаанд зарим нэг дарамт байнга байна. Насанд хүрэгсдийн хайр дурлал эх, хүүхдийн хооронд байдаг шиг тийм дотно байдаггүй. Насанд хүрсэн эрэгтэй, эмэгтэй хүн уулзахад өрөөнд хоёр хүчирхэг шидтэн байдаг. Гэвч ид шидээсээ бүрэн чөлөөлөгдөхийн тулд тэд бие биедээ хэрэгтэй.

Феминизмын үндсэн санаа үнэн. Бид эрх тэгш. Бид хэрвээ ингэж амьдрахыг хүсч байгаа бол, энэ бүдэнд таалагдаж байгаа цагт үүргээ солилцож болох юм. Дээр хэлсэн бүхнийг эргүүлж болно. Эрэгтэй нь цайзад унтаж болно, харин эмэгтэй нь хэзээ нэг цагт ирж түүнийг сэрээж болно. Нэг хэв маягийн байхаа больё! Гэхдээ эр хүн байхаас бүү ай. Эрч хүчийн очийг бадрааж, өөрийн харьяалагддаг хүйсээр бахархаж, бүхний сайн сайхны төлөө эрэгтэй болон эмэгтэй хүний эхлэлийн эртний хөдөлгөгч хүчийг ажиллагаанд оруулья.

Урт, харанхуй шөнөөр

Орчин үеийн эрчүүдийн дийлэнх нь эмэгтэйчүүдтэй харилцаагаа ямар ч бэлтгэлгүй эхэлдэг бөгөөд дараа нь аз таарч сонгосон бүсгүй нь ухаалаг, хүлээцтэй бол шаардлагатай түвшинд хүртэл өсөн дэвждэг. Өсөлтийн нэг ёсны хямрал болдог нь бодитой баримт. Тэгээд бид тогтоож буй харьцааныхаа хүрээнд түүнээс гарах гарцыг хайх хэрэгтэй болно. Гэр бүлийн 90 хувь нь салах шалтгаан болсон байж болох түгээмэл хямрал дээд хэмжээнд хүрсэн байж болох юм /өөр хичнээн ч шалтгаан тоочиж болно/. Би энэ үеийг урт, харанхуй шөнө гэж нэрлэж байна. Хэрвээ сэтгэлийн урт, харанхуй шөнийн тухай яривал илүү их сургаальтай байсан байх. Гэхдээ хэрэг дээрээ энэ нь зүгээр л шодойн урт, харанхуй шөнө юм! Юу гэх гээд байгааг тайлбарлахыг зөвшөөрнө үү?

Ер нь бид санамсаргүй дурладаг. Нэг мэдэхэд л ийм юм болчихсон байдаг. Хайр дурлалаа хамгаалах нь ч бас чөлөөтэй болжээ. Эцэг, эх нь гэрлэлтийг зохион байгуулдаг байсан соёлоос ялгаатай нь бид хайр дурлал нь практик шаардах чадвар гэдгийг ухамсарладаггүй. Эцсийн дүнд эрчүүд болон эмэгтэйчүүдийн дийлэнх нь дурлалдаа согтолгүйгээр дурлалынхаа очийг хаяж, дурлал өнгөрдөг. Эхнэрээ сексийн хувьд сэтгэл хангалуун байлгах хүртэл илүү ихийг хийж чадах хэрэгтэй гэдгийг эрэгтэй хүн өөрөө өөрийнхөө өмнө няцаадаг.

Гэхдээ өнөөгийн эмэгтэйчүүдийг улиг болсон секс залхаах нь маш их байна. Эр хүнийг сайн нөхөр болгодог гэр бүлийн тэжээгчийн үүрэгтээ үнэнч байх нь түүнийг ядрааж, түүнтэй сексдэхэд уйтгартай болдог. Гэр бүлийн эсвэл сексийн нэгэн хэвийн байдлыг сайшаах аргагүй болсон эмэгтэй хөндий хүйтэн болж, загас наадуулахгүй гэсэн эрхээ эдэлдэг. Эрэгтэй хүн гоморхож, шаналж, үглэж, зальдах ч бүгд ямар ч үр дүн өгөхгүй.

Энэ байдлыг ойлгох хоёр арга байна. Дотоод нөөцтэй эрчүүдэд энэ нь түр зуурын азгүйдэл. Тэр юуны түрүүнд харилцаагаа сайжруулахад секс үнэхээр нэг хэвийн байгааг хүлээн зөвшөөрнө. Магадгүй, тэр үүнд өөрийгөө итгүүлэхийг оролдож байгаа шигээ тийм сэтгэл хангалуун байгаагүй байх. Тэр бүхнийг шинээр эхлэхэд чиглэсэн тодорхой ажлыг эхэлж, гэр орныхоо харилцааг илүү идэвхтэй, сонирхолтой болгохын тулд амралтын өдрүүдээ хамт өнгөрүүлэх эсвэл хамтдаа амрахаар төлөвлөж, эхнэрээ хүүхдүүдтэйгээ холбоотой ачааллаас чөлөөлж, ажил үүргийг нь багасгаж, өөрийгөө хааш яаш байдалтай харагдуулахгүйн тулд өөрийгөө хянаж эхэлж байна. Амьдралынхаа хэв маягт илүү эрс өөрчлөлт хийж ч болох юм. Ийм тохиолдолд үр дүнд хүрэх аргууд олон байна.

Дотоод итгэлээр хангалтгүй эрчүүдэд сексийн харилцаагаа алдах нь их сүйтгэлтэй нөлөө үзүүлж, байдлыг ойлгох хүрээнээс хамаагүй халина. Хүүхэд байхын мэдрэмжгүй, хөшүүн, ширүүн биетэй дундаж эр зөвхөн сексийн үед л үнэхээр амьдарч байгаагаа мэдэрдэг. Түүнийг дотоод ертөнцтэй нь холбож байгаа цорын ганц утас бол секс юм. Харин одоо энэ утас ч бас алдагджээ!

Асуудал хамаагүй гүн байж болох юм. Боломжийн эцэггүй байснаас тэр эхээсээ үнэхээр салж чадахгүй байж болзошгүй. Тэр зүгээр л эхнэрээсээ эхийгээ эрээд байна. Тиймээс бэлгийн харьцаа тасарсаныг тэр хүүхэд шиг хайраа алдсан мэтээр ойлгоод байна. Яг л түүнийг өлсөж үхэх тэргэн дээр орхичихсон юм шиг. Дөч шахсан, дөч гарсан олон эр ийм шаналгаатай

тулгардаг. Ийм хүний жишээ энэ номын эхэнд ярьсан усанд живсэн багш байж болох юм. Урьдын баяр баясгалан, ухаалаг шийдвэрүүд бүгд үнс болдгоороо сэтгэлээр унах нь маш аюултай.

Ийм байдалд орсон эр хүн ерөнхийдөө сул, арчаагүй болдог. Энэ нь түүнийг эхнэрийнх нь нүдэнд улам ч муухай харагдуулна. Эхнэр нь түүнийг хичнээн хайрлаж өрөвддөг байсан ч муухай л байх болно. Эсвэл тэр элдэв ааш гаргадаг, хүч хэрэглэх хандлагатай болж, мөнгөө нууж эхлэх эсвэл нууц амрагтай болж болох юм. Бараг ямар ч үед энэ нь ноцтой алдаа болдог. Шинэ эмэгтэйтэй тэр нөгөө л хэв маягаа давтах болно. Таван жилийн дараа тэр нөгөө л байрандаа очно. 45 насандаа “Би энд чинь аль хэдийнэ байсан шүү дээ!” гэсэн ганцхан бодолтой, амар тайван байхыг мэддэггүй нялх хүүхдийн амьдралаар дахин бэдэрч байгаагаа ойлгоно.

Магадгүй бид хэтэрхий уруу бодолтой байж болох юм. Гэхдээ амьдралын тийм мөчид эмэгтэй хүн бидэнд хэрэггүй. Энэ бүх сүйрэл шодойн урт, харанхуй шөнийнх – эмэгтэй хүний хайргүйгээр амьдрах боломжгүй гэсэн эрэгтэй хүний маш буруу итгэл үнэмшлийн үр дүн юм. Ийм тохиолдолд эмчилгээ амин чухал. Учир нь ганц Австралид нэг жилд 40 мянгаараа гэрлэлтээ цуцлуулж байна. Энэ нь бусад эрчүүдийг хүнд байдалд оруулж, сэтгэл санааны дэмжлэг үзүүлэхэд саад болж байна.

Хамт уухаар явахад учир оршиж байгаа юм биш. Таны хувьд хүнд үед жинхэнэ найз нөхөд бүх асуудлыг тань сонсоод, таны анхаарлыг өөр тийш нь татахыг хичээж, урам зориг оруулж, өөрсдийн бэлтгэсэн хамтарсан зоог барьж, өөрсдийн туршлагаасаа хуваалцана. Таныг эрүүл саруул болох үед тэд гэр бүлдээ очиж, өөрийнхөө үүсгэсэн асуудлын учрыг олох цаг болсныг сануулна. Найз эрчүүд болон хөгшчүүд таны шархыг эдгээж, сургаж, ус өгч, мөрийг чинь алгадаж, эргээд рингэнд гаргана!

Найз нөхрөө нарийн сонго. Таны төлөө, таны гэр бүлийн аз жаргалын төлөө хүмүүс бий. Бас таныг асуудалтай байхад баяртай байх, эмэгтэйчүүдийн хувьд азгүй, гэр бүлтэй болон ганц бие хүмүүсийн өөр бүлэг бий. Тэд таныг гэр бүлтэйгээ үлдэхийг хүсэхгүй. Эмэгтэйчүүдийг үзэн ядагчдыг аль ч баарнаас олж болно. Энэ нь ямар ч улсад, тухайлбал Австралид хамаатай. Эмэгтэйчүүдийг үзэн ядагчид таны нөхөр биш.

Туулсан зам мөртэй хүн

Урт, харанхуй шөнийг даван туулсан эр асар их шагнал хүртэнэ. Тэр хүүхдийн зангаасаа ангижирдаг. Тэр дахин яарахгүй. Эмэгтэйчүүдийн талаар гэвэл тэдэнтэй тэр онцгой байдлаар харьцана. Тэр цаашид эхийгээ эрэхгүй, хэдий тэр урьдын адил тоглож, хошигнох ч тэр гэнэн хүүхэд биш болсон. Тэр ганцаар тухална, эмэгтэйчүүдийг эрх тэгш байдлаар харна. Тиймээс ч тэр эмэгтэй хүнд жинхэнэ нөхөрлөлийг санал болгож, бага зүйл шаардана. Тэр илүү сэтгэл татам болно. Ийм нэг гоё егөө байдаг юм. Та бүгдэд “Болно доо” гэсэн байр сууринаас хандаж, хайрлах болон дасах нь амьдрах болон үхэхийн асуудал биш болсон бол энэ бүхэн дахиад л танд ирнэ!

Хоёр үгээр

Зөвхөн гэр бүлийнхээ амар тайван байдлыг хадгалахын тулд эхнэртээ бууж өгч болохгүй. Өөрийн үзэл бодлоо илэрхийлээрэй. Та тонгоргын ирэн дээгүүр ч явах ёстой. Сул дорой байдлаар бүү бууж өгөөрэй. Хүч эсвэл айлгах арга бүү хэрэглэ. Аль аль нь дэмий айсан болон түүхий байдлыг илтгэнэ.

Эрчүүд маргаан мэтгэлцээний урлагт тааруу. Учир нь тэднийг хүүхэд байхад нь үүнд бага сургажээ. Гол зорилгодоо хүртэл өөрийнхөө байр суурин дээр зогс.

Шийдвэрээ түргэн гарга. Эмэгтэй хүн эсвэл хүүхдийн эсрэг хэзээ ч хүч бүү хэрэглэ. Хэрэв танд энэ талаар асуудал байдаг бол асуудлыг хариуцсан тусгай бүлэгт бүртгүүлээрэй.

Секс болон хайр дурлалд эрэгтэй хүн дийлэнх цагт амжилтад хүрэх ёстой. Шаргуу, эелдэг байж сур, сонгосон эмэгтэйгээ хамгаалж сур. Түүнийг бүү дарамтал. Түүний хүндэтгэлийг хүлээхийг хичээ. Хэрэв та үргэлж амжилтад хүрэхгүй байлаа ч сэтгэлээр бүү уна.

Дийлэнх гэр бүл сексийн хувьд хөндийрөх эсвэл бүр татгалзах үеийг туулдаг. Үүнийг хайр дурлалын төгсгөл гэж бүү ойлго. Үүний сацуу сексийн азгүй амьдралтайгаа эвлэрч өөрийгөө бүү сөнөө. Та буруу юм хийснээ ойлгохыг хичээж, түүнийгээ засч залруул.

Олон эрэгтэй эхнэрээ эхтэйгээ андуурч, хэрэв “эхийнхээ энгэрээс” салвал өлсч үхнэ гэж боддог. Таны эхнэр сексийн халамж анхаарлыг хэтэрхий шаргуу бөгөөд хэт дорой гэж үзэж байга бол энэ нь харилцаанд эргэлт гарахад хүргэж болзошгүй. Тийм мөч нь том болж, сексээс сэтгэл санааны хувьд бие дааснаа ухамсарлахад тохиромжтой цаг юм. Сексийг хүсэмжлэхгүй байх нь таныг хамаагүй сэтгэл татам болгодог.

Бусдын дуу хоолой

- Эрчүүдийн дийлэнх нь эхнэртэйгээ муудалцахдаа дөрвөн үеийг давдаг.

Нэгдүгээр баримт: “Би чамтай санал нэг байна, би ингэх эрхгүй байсан”.

Хоёрдугаар баримт: “Би үргэлж тийм байсан”.

Гуравдугаар баримт: “Аав намайг ийм болгосон. Тэр хэзээ ч намайг анхаардаггүй байсан”.

Дөрөвдүгээр баримт: “Эрчүүд бүгд новш”

/Роберт Блайгаас/

- Тиймээс эрэгтэй хүн өөрөөсөө тийм халамж, өрөвч сэтгэл, анхаарлыг олохгүй гэдгээ ойлговол тэрбээр эсрэг хүйстэнд сэтгэл санааны дэмжлэг болон үлгэр дууриал авахаар хандана. Эх хүн илүү боломжийн, зөөлөн бөгөөд заримдаа түүнийг сонсдог. Эр хүн эмэгтэйчүүдийн эхлэл рүү тав тух, сургалт, ойлголт, хайр дурлалын төлөө ханддаг, тэр өөрийн амьдралаа эмэгтэйчүүдийг тойрон эргэлдэхээс эхэлж байхаар хийдэг, тэр дараа нь өөртөө бусад эмэгтэйчүүдийн /эхтэйгээ адил/ анхаарлыг татах гэж дууриаж болох тэдний үг, дохио зангаа, хөдөлгөөн бүрийг үргэлж ажиглаж дүгнэдэг.

“Аавынхаа хуриман дээр” Жон Ли

- Амраг эрэгтэй ярьж байна: “Арван жил өөрөө өөртөө байнга буулт хийсний дараа би бид хаана амьдрах, юу идэх, хэдэн хүүхэдтэй болох, ямар кино үзэх, манай хүүхдүүд ямар сургуульд явах вэ гэсэн асуултуудад буулт хийх болохоос миний сэтгэлийг түгшээсэн асуудлуудад буулт хийхгүй, - Чи энэ гэрт уухаа боливол надад хэрэгтэй. Доромжлолоо зогсоох нь надад хэрэгтэй. Би аюулгүй байхыг шаардаж байна. Миний төлөө санаа зовдог байх нь надад хэрэгтэй. Надад хайр дурлал хэрэгтэй. Би уур хилэнгээ гаргах хэрэгтэй. Чи надад өөрийнхийгөө гаргаж байх нь надад хэрэгтэй. Надад харилцан хүндэтгэл, тэгш эрх хэрэгтэй. Би өөрийн хүртэх ёстойг мэдэж байгаагаасаа ямар нэг байдлаар багадуулахыг зөвшөөрөхгүй”.

“Аавынхаа хуриман дээр” Жон Ли

- Жи-г хүсч байсны дараа надад хамгийн түрүүнд түүнийг хүндэтгэх сэтгэл их хүчтэй төрж билээ. Тэр бүсгүй их зоригтой, бас хүнийг хайрлах чадвараа халдашгүйгээр хадгалж чаджээ.

“Бэлгийн харьцаанд орж байхдаа” Ричард Родс

- Эр хүн байхын аюул

Гэрлэсний дараа олон эрчүүдэд аймаар юм тохиолддог. Хөрш эрчүүдийн талаар нөхөртэй эмэгтэйчүүдийг ойлгодог өрөвчхөн эмэгтэйгээс би ярилцлага авлаа. “Эхнэр авсан эрчүүдээс авах юм байхгүй. Тэд эхнэрүүдээ үзэн ядах ёстой. Учир нь энэ хүүхдүүдийг хүн гэхгүй байх

аа. Тэд жирийн нэг амралтын өдрийг миний бодлоор хашаа засах, зүлэг тэгшлэх, ямар ч онцын зорилгогүйгээр машинтайгаа зууралдах зэргээр өнгөрүүлдэг”. Түүгээр барахгүй, эхнэртэй олон эр улам бүр л эхнэргүйгээр шийдэж чадах юмгүй арчаагүй болж байна. Эхнэрүүд надтай хувиараа ярилцахдаа нөхрүүдийнхээ талаар ийм сануулга хийж байлаа: “Тэр яг л хүүхэд шиг”, “Тэр надаас зуураатай, энэ нь намайг айлгаж байна. Тэр өөрөө өөрийнхөө төлөө юу ч хийхгүй байна”. “Тэр маш арчаагүй амьтан шиг байх юм”. “Тэр үргэлж гэртээ шүлсээ хаяж, хөл доорхоо харахгүй будлих юм”.

Эрчүүдийн олонхи нь өөрөө хүсээд ямар нэг юм хийх бүртээ эхнэрээсээ зөвшөөрөл авдаг. Тэд гэр бүлийн амьдралын сайн сайхан талыг тодорхойлохдоо “Миний эхнэр бусад олон эхнэрийг адил надад бие дааж олон зүйл хийх боломж олгодог. Миний ард зогсч байдаггүй” гэх маягийн юм ярьдаг байна. Үнэндээ эрэгтэй хүн эхнэртээ юу хийхийг нь заадаг баймаар.

Эхнэртэй эр аажмаар өөрийгөө үнэлэх үнэлэмж, мэдрэмждээ итгэхээ больдог юм шиг. Эр хүн өөрийгөө гоо зүйгээс хол, үхэр шиг ажиллаж л чадах тэнэг амьтан, өөрийнх нь мэдрэмжийг эхнэрийнхтэй нь харьцуулахгүй гэж итгэж эхэлдэг. Эх шиг нь эхнэр илүү сайн мэддэг. Нэг удаа надад үл хөдлөх хөрөнгийн нэг төлөөлөгч ингэж хэлж билээ: “Би хэзээ ч нөхөрт нь худалдахгүй, үргэлж эхнэрт нь худалдана. Эр хүнд байшин таалагдаж байгаа нь юу ч биш. Харин байшин эмэгтэйд нь таалагдсан бол гэрээ хийгдэнэ”.

Хэдийгээр тэр үнэндээ өөрт нь таалагдахгүй харьцааны занганд орсон ч, бие даасан байх хүсэлтэй, гомдолтой, уур хилэнтэй ухамсартай холбоонд үргэлж байж чаддаггүй ч түүний сөрөг мэдрэмж сөрөг түрэмгийллийн хэлбэрээр шууд бусаар байнга илэрхийлэгддэг. Тэр “харьцаанд байдаг”, гэхдээ “харилцдаггүй”. Түүний урам хугаралт болон сэтгэл ханамжгүй байдлын сөрөг илрэл олон хэлбэртэй байдаг.

1. Сэтгэл санааны өөрчлөлт эрс, өчүүхэн зүйлээс жишээлбэл, оймсоо алга болгох, цагаа олоогүй угаалга, товч унах эсвэл шалан дээр хаясан тоглоом, эсвэл оройн хоол хэтэрхий оройтсоноос болж үе үе дүрсхийх
2. Шуудангаа авах, ямар нэг уух юм авах, дараа нь сонингийн цаагуур ороод алга болох эсвэл ажлаасаа орж ирэнгүүтээ бараг л шууд зурагтаа асаан гөлрөөд суух.
3. Тэр гэртээ байхдаа “тайван байлгаад өгөхийг” хүссэн үгийг улам олон хэлэх.
4. Ядарч байна, бие өвдөж байна, нуруу, гэдэс эсвэл толгой өвдөөд байна гэж байнга гомдоллох.
5. Эхнэрийнхээ хэлж ярьсанд анхаарал нь төвлөрөхгүй, хэлсэн үгээ дахин давтахыг байнга шаардах, – Энэ нь ухаан санаа нь төөрөлдөж, анхаарлаа төвлөрүүлж чадахгүй байгаагийн шинж.
6. Цаг үргэлж нэг ижил зүйлсийг жишээлбэл, хувцсаа өлгөх, хог хаях гэх мэтийг түүнд байнга сануулж байх.

7. Тэр орой харьж ирэхдээ ажлын өдөр хэрхэн өнгөрсөн талаар ерөнхийдөө ярих дургүй байх.
8. Бэлгийн харьцаанд орохоос зайлсхийж байгаагаа шууд бусаар илэрхийлэх: жишээлбэл, эхнэрээ унтсан хойно хэвтэх, эсвэл эхнэрээ хэвтэхээс өмнө унтах. Бусад илрэлүүд: ажлаа гэртээ авчрах болон ажлаа шөнө орой болтол хийх, оройтож босмогцоо юм уншаад эсвэл зурагт үзээд суух.
9. Эхнэртэйгээ харц тулгарахгүй байхыг хичээх.
10. Эхнэртэйгээ идэвхтэй харьцаа тогтоох шаардлагагүй хаа нэгтээ хооллох эсвэл кинонд явах зэргээр эхнэрийнхээ оролцоотой нийгмийн амьдралыг хязгаарлах хандлага өсөн нэмэгдэх.
11. Тодорхойгүйгээр уйдах. Уйтгараа хийж байгаагаасаа өөр зүйл хийх, байгаагаасаа өөр газар байх хүсэл, эрмэлзлэлээр далдлах. Учир нь тэр үнэхээр өөрт хэрэгтэй байгаа зүйлээ ухамсарлах чадваргүй, юу ч хийхгүй, уйтгарлан гэртээ суудаг.

Өөрийгөө таагүй байна гэж шууд нотлох эсвэл шууд хүлээн зөвшөөрөх чадваргүй учир тэр нуугдмал гомдлоо тоймгүй олон нууц аргуудаар илэрхийлдэг. Эхнэртээ шууд бус хэлбэрээр мэдээлэх санаа нь дараахь байдлаас бий болдог. Би үнэхээр хийхийг хүсч байгаа зүйлээ хийх, эсвэл үнэндээ юу мэдэрч байгаагаа илэрхийлэхээс айж байна, тиймээс би гэртээ үлдэж, буруугаа мэдрэхээс зайлсхийнэ. Гэхдээ миний оролцооноос ямар ч таашаалыг чи авахгүй.

“Шинэ эрэгтэй” Херб Голберг

Долоодугаар бүлэг.

Жинхэнэ эцэг болохуй

Эцэг хүн байна гэдэг юу гэсэн үг вэ? Бид өдөр бүр ямар хэлээр харилцаж байгааг сонсоорой. Энэ нь олон зүйлийг танд хэлж өгнө. Хэрэв бид эхийн хайр энэрлийн тухай ярьж байвал бид олон цагаар ойр дотно, сэтгэл хөдөлгөсөн харьцаанд өнгөрүүлсэн энхрийлэл, хүмүүжлийн дүр зургийг төсөөлнө. Эцгийн халамж анхаарал гэхээр огт өөр зүйл төсөөлөгдөнө. Хоёрхон минут /машины арын суудал дээр/ хүүхэддээ эцгийн халамж анхаарлыг илэрхийлж болно! Хэрэв хэтэрвэл, эцэг хүн – зүгээр үрийн шингэний донор. Өөр юу ч биш. Ганц бие эх эсвэл ижил хүйстэн эмэгтэй хос эцгийн үүргийг бүрмөсөн үгүйсгээд, үр тогтоох донор хайж байхыг хэвийн үзэгдэл мэт үзэх хүн өнөөдөр цөөнгүй. Гэхдээ эцэг байх нь хамаагүй илүү юм. Энэ нь хоёр хүйсийн хүүхдүүдийн хүмүүжлийн чухал хэсэг билээ. Гэхдээ л эцэг байхын урлаг бараг алга болжээ.

Жон Эмблинг Мельбурны геттод /тодорхой арьс өнгөтэй эсвэл үндэстний харьяаллын хүн амын бүлгийг хүчээр суурьшуулсан хороолол -орч./ хүүхдүүдтэй ажиллаж байна. Тэр “Том – хүүхдэд амьдралыг эргүүлж өгсөн”, “Бүтэлгүй амьдрал” зэрэг ном бичжээ. Жон орон гэргүй, хатуу ширүүн, эрүүгийн амьдралаас хүүхдүүдийг хэвийн амьдралд нь буцаан оруулахаар хүмүүжүүлэхэд цэвэр эрэгтэй хүний чадвараа ашиглаж байгаа аж. Эцэг байхын талаар түүний зарим нэг бодол.

-Би амьдралынхаа дийлэнх хэсгийг хүүхэд, залуус болон

залуу эхчүүдийн дунд өнгөрүүллээ. Гэвч аав нар хаана байна? Арван жилийн хугацаанд би үлгэр жишээ болсон тэжээгч ердөө дөрвөөс таван аавтай уулзсан.

-Гэр орны өдөр тутмын амьдралд хүүхдийн сэтгэл зүйд нөлөөлөх чадвартай эрчүүдийн оролцоо шаардагдсан маш олон хүүхдийг би харж байлаа. Хүүхдүүдийг зөвхөн эрчүүд хүмүүжүүлэх нь дан ганц эмэгтэйчүүдийн адил эцсийн дүнд хүүхдүүдэд тусгүй болохыг тэмдэглэх нь зүйтэй болов уу. Эцэг, эхийн аль нэг нь байхгүй гэр бүлд хүүхдийн хүмүүжилд олон саад бэрхшээл учирдаг.

-Хамгийн зоригтой, хамгийн чадварлаг, гэхдээ ганц бие эцэг, эх хүүхдээ бүрэн дүүрэн хөгжүүлэхэд шаардлагатай бүхнийг өгөхөд ямар хэцүү болохыг мэдэрдэг. Би эцэг, эх болон хүүхдийн тогтвортой, ойр дотно, өдөр тутмын харьцаатай байлгахгаар хүүхдүүдээ хамтарсан хүмүүжлээр хангахын тулд бодитой хэлэлцээрт хүрсэн эцэг, эхийн аль нэг нь байхгүй гэр бүлийг мэднэ. Ядуучуудын нийтийн байрны дээд давхар дахь муухан байрандаа ядуу зүдүүхэн оршин сууж байгаа ганц бие, хаягдсан, ядуу эхийг яалтай билээ? Түүний хүүхдүүд эцгийн үүргийг гүйцэтгэх эрэгтэй хүнтэй хаана харьцах билээ?

-Би хүүхдүүддээ эцэг хайхаар тал бүр тийшээ харж явдаг. Би хүүхдүүдтэйгээ хувийн харьцаагаа тасалсан эрчүүдийг хараад надад гүн харуусал, ялагдал, хүний мөсгүй байдал мэдрэгддэг, энэ ч бас бидний харуусал. Ямар нэг юмаар гачигдаж байна. Мөнгө ч бус, технологи ч бус, захиргааны арга, мэргэжлийн ур чадвар, үзэл суртал энэ дэлхийд юуг ч

залруулж чадахгүй.

“Бүтэлгүй амьдрал“ Жон Эмблинг

Эцгийн үүрэг хамгийн доод түвшиндээ хүртэл буужээ. Ер нь эцэг хүн хэрэгтэй юм уу? “Эрчүүдгүй ертөнц байсан бол бүдүүн, аз жаргалтай эмэгтэйчүүдээр дүүрэн байхсан!” гэж зарим феминистүүд ярьдаг. Харин бид “...үргэлж зэмлэсэн, аз жаргалгүй хүүхдүүдээр” бүл нэмж байна. Энэ бүлэгт бид охидын хөгжилд бүрэн дүүрэн шалтгаанаар аав нар хэрэгтэй. Тэдний ганц бие ээжүүд тодорхой үүргүүдийг биелүүлж чадахгүй гэдгийг нотолно. Эцгийн идэвхтэй анхааралд байгаагүй, аавыг орлох хүнгүй байсан хөвгүүд эр хүн шиг амьдарч хэзээ ч чадахгүй. Бүгд энгийн бөгөөд маш хялбархан.

Та аав эсвэл эцэг болох гэж байгаа хэмээн төсөөлье. Та хайр дурлал, сайн сайхан бодлоор дүүрэн. Гэхдээ л та жинхэнэ вакуум орчинд байж болох юм. Хүүхдийнхээ хүмүүжилд оруулахыг хүсч байгаа олон зүйл магадгүй таны өөрөө эрэгтэй хүнээс хэзээ ч авч байгаагүй тууштай, хатуу, халуун дотно байдал байх. Танд хайр дурлал бий, гэвч та түүнийгээ илэрхийлэх аргыг мэдэхгүй. Тэнд хэн ч энэ программыг “суулгаагүй”. Хайр дурлалыг ажиллагаанд оруулах асуудал бий.

Эрчүүдийн бүлэгт миний уулзаж байсан эрчүүдийн дийлэнх нь аав нар байлаа. Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөн энэ баримт дээр онцгой анхаарал хандуулдаг. Хүүхдийг хүмүүжүүлэхэд “юу ажиллаж байгаа” тухай мэтгэлцээнийг хөхиүлэн дэмждэг. Өнөөгийн аав нар хурц, “үүнийг өөрийн болгохыг” улайран хүсдэг, юу гэвэл өөрсдийнх нь хүүхэд нас дэндүү байсныг сайн мэддэг юм. Эрчүүдийн бүлгүүд хүүхдийг хүмүүжүүлэхэд бие биедээ / хэрэв хүсвэл “сайн санаат ах нар шиг“ / туслаж эхэлсэн. Эрчүүдийн бүлгүүдэд хүүхдийг хүмүүжүүлэх талаар сургалт явуулж байна. Бүлэг тус бүрт хүүхдийг хүмүүжүүлэхэд шаардлагатай зан чанар, дадлыг эзэмшихэд тус дөхөм болдог эцгийн үүргийг дэс дараатайгаар танилцуулж байна.

Урьдын үүргүүдээсээ татгалз

Эцэг хүний тухай ойлголтыг цэгцлэхэд бидний хийх ёстой эхний алхам нь магадгүй зан байдлын хуучин зарим нэг хэв загваруудаас татгалзах явдал байх ёстой. Энэ загварууд ихэнхдээ эцгийн үүргийг хязгаарлаж, хоосруулж байсан ч хуучин кинонуудын цуглуулга адил бидний толгойд бат суужээ.

“Аавынхаа хуриман дээр” гэдэг сайхан номондоо Жон Ли урьд нь нийгэмд зонхилж байсан гажигтай аав нарын дөрвөн төрлийг тодорхойлон бичсэн байдаг. Бидний өгүүлэлд энэ төрлүүдийг ийнхүү бичжээ.

Хаан болох эрэгтэй хүн

Энэ нь бүхэл өдөржин /барагцаалбал/ ажиллаад гэртээ ирэхэд үнэнч эхнэр-зарц, ажигч, гэхдээ чимээгүй хүүхдүүд нь хүлээж байдаг эрэгтэй хүн. Тэр хаант вант улсыг хойш гэдийсэн түшлэгтэй хаан ширээнд суун удирддаг. Түүнийг “үймүүлэхгүйн” тулд гэр бүлийнхэн нь бүгдээрээ тойрон өлмий дээрээ явна. Тийм эцэг зөвхөн шийтгэж эсвэл өршөөл үзүүлж байгаагаа зарлах хэрэг гарсан үед л оролцдог. Энэ нь “Аавыг гэртээ иртэл хүлээж бай” гэдэг хэлбэр. Аав гэртээ их хайртай хүн байлаа. Түүний хаан зарлигийг нь би эргэлзээнд оруулж зүрхэлснийг байнга иш татан орон гэрийнхээ тухай их ярьдаг байв. “Энэ миний гэр. Чи миний гэрт амьдарч байна. Миний гэрт байгаа цагт чи миний хэлснийг хийх болно. Чи өөрийн гэсэн гэртэй болохоороо хүссэн бүхнээ хийж болно. Гэхдээ одоогоор миний гэрт амьдарч байгаа учраас миний хэлснийг хийх болно”. “Чөтгөр алгад гэж. Хэзээ би өөрийн гэсэн орон гэртэй болох юм бэ?” гэж би өөрийнхөө тухай бодлоо.

Аюултай эцэг

Доромжлол, өө сэв хайх нь их, өөрийн бүтэлгүйтэл болоод уур хилэнгээр хөдлөгч хүн. Тийм эцэг сөрөг, айдас төрүүлсэн утгаараа гэр бүлдээ үргэлж халгаатай байдаг. “Энэ чиний хийж чадах хамгийн сайн зүйл үү?” – “Чамд зөв хийж чадах юм байна уу?” – “Тэнэг ээ, чи юу хийснээ хар!” Ажил, өөрийнх нь эцэг, амьдралдаа амжилт олоогүй, хүүхэддээ найдах найдвар, бүр хайр дурлалын амтат дарс гээд санаа зовоосон, гайхлыг нь төрүүлсэн бүхэн гэр бүлийнхээ сайн сайхныг идсэн хүчил болгожээ.

Идэвхгүй эцэг

Энэ хэлбэрийн аавууд бүх үүрэг, хариуцлага, эрх мэдлийг эхнэртээ өгчихдөг. Тэр хүүхдүүддээ, даргадаа, төрөл төрөгсөддөө, нийгэмдээ, Засгийн газарт гээд бүхэнд бууж өгдөг. Энэ нь Барт Симпсоны эцэг.

Эр хүнийхээ мөн чанарыг тэр аль эрт хаа нэгтээ гэсэн.

Одоо түүнд бодоход ч хүртэл хэтэрхий хэцүү байна. Өөрөө өөрийгөө гомдоллон зөвтгөх эсвэл санамсаргүй тайлбар хийхээс өөр юмгүй. Түүнээс хэзээ ч ямар нэг олигтой зүйл хүлээх хэрэггүй. Юунд ч чадваргүй тэрбээр сонин, зурагт, уушийн газар эсвэл цэцэрлэгийн хашаанд

нуугдаж байдаг. Хүүхдүүд нь түүнийг сул дорой зан, харцаар нь үзэн яддаг.

Байхгүй байгаа эцэг

Ийм эрэгтэй чадвартай, бүр хүчтэй хүн байж болно. Гэвч гэр бүл дотроо биш. Тэр албан тушаал хөөдөг, эрт босч, оройтож ирдэг. Та нарыг олохын тулд таны эхтэй бэлгийн харьцаанд орохдоо огт өөр юм бодож байдаг! Тэр чиний спортын тэмцээн уралдаанд эсвэл сургуулийн концертод оролцдоггүй. Тэр магадгүй, хүүхдийнхээ байж болох бүх л хэрэгцээний төлбөрийг хийчихдэг. Нэг удаа шөнө гэртээ тантай тааралдаж баярлуулахдаа найрсаг, нөхөрсөг.

Өнөөдөр ааваасаа асуух хэрэгтэй зүйл маш их, таны амьдралд оролцдог, идэвхтэй, эхнэрийнхээ түнш, хүүхдүүдийнхээ эцэг нь байхад бэлэн хэтэрхий олон эцэг байна.

Идэвхгүй эр хүн өөрийн эцэг, эхийн үүрэгт өнгөцхөн хандаж болох юм. Хүний эцэг байх нь мэдрэмж юм. Гэхдээ байж болох бүх л уйтгартай ажлаа хуваарилахыг тэр ойлгож байна: хүүхдийг сургуульд хүргэж өгөх; тэдэнд гадуур хувцас авч өгөх; сургуулийнх нь рок хамтлагийн концертыг үзэх; гэртээ орой харьж ирж байгааг хянах; зан байдлын дүрэм тогтоох; тогтоосон дүрэм журмыг зөрчсөний төлөө хүлээх хариуцлагын хэмжээг тодорхойлох; хүүхдүүдээ хэнтэй үерхэж байгааг шалгах; хүүхдийнхээ яриаг анхааралтай сонсох гэх мэт. Идэвхгүй хүн энэ бүхнийг эхнэртээ оноодог.

“Жигүүрийн далайц” Роберт Блай

Бидэнд үнэхээр итгэж болох сайхан сэтгэл, тэсвэр хатуужилтай, алиа хошин, ухаантай, зөв уурладаг аав нар төдийгүй лам нар, ажлын дарга нар, сургуулийн захирлууд, улс төрчид, Ерөнхий сайд нар байсан бол дэлхий ямар байх байсныг бид зөвхөн төсөөлж болох юм. Зөвхөн хэв загварыг зөвшөөрөх л үлдлээ. /Роберт Блайн нөлөө түүний хувийн зан байдлаас олон талаар үүдэлтэй. Түүнийг эцэг хүний зан чанар гайхуулж байна. Тэр өгүүлэгчийн үүргээ мэргэжил болгожээ. Залуучуудыг байж ядуулан, уриалан дуудах ухаантай, алиа хогшин, яруу найраг урсгаж байгаа, аз жаргалтай бүдүүн бөгөөд залуу насыг шүтэн биширдэг насандаа яваа хөгшин, өвөрмөц хувцастай эртний дүрс/

Хөвгүүдээс эрчүүдийг салгахуй

Олон жилийн өмнө эртний хүмүүс 20-30-уулаа нэг бүлэг болон нүүдлийн жижиг бүлгүүдээр аж төрж байжээ. Хэрэв та тэр цаг үед амьдарч байсан бол амьдралдаа зуугаас илүүгүй хүнтэй уулзах байсан байж болох юм. Чулуун зэвсгийн эрин үе дуусч, хүн төрөлхтний түүх эхэлсэн байхад ч хүмүүс дөрвөн мянган жил жижиг суурингуудад амьдарч байжээ. Афин, Ром мэтийн эртний том хотууд одоогийн хэмжүүрээр жижиг хотхонууд байлаа.

Жижиг суурингууд дахь омог нэгэн тогтсон хэв маягаар амьдарч, аавууд болон хөвгүүд бие биетэйгээ ойрхон амьдарч, ажиллаж байжээ. Аавууд, ах нар, өвөө нар залуусыг эрхэлдэг ажилдаа сургахын сацуу тэдэнд эрэгтэй хүний зан байдлын жишээг харуулж байв. Дөчин насандаа ч тэд сурсаар л байсан. Ахимаг насны эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүс асар их мэдлэг, туршлагатай учир сургалтуудыг удирддаг байжээ. Аажмаар, өдөр бүр хөвгүүд эрчүүдийг хүрээлж, мэдэж сурснаа сайн дураар хүрээнийхэндээ дамжуулж байв. Хөвгүүд ярианы

Өнгөнд уусч, байдлаас хамааран хагуу эсвэл зөөлөн байсан олон багш нараас эрчүүдийн эзэмшвэл зохих шинж чанар, харилцааны хэв маягийг сурч байжээ. Тийнхүү хүмүүсийн мэдлэг болон давуу туршлага бүхэл бүтэн зуунд хуримтлагдаж, системтэйгээр үеэс үед дамжин хүүхэд бүрт дамжсаар ирэв.

Энэ нийгэмд бүх зүйл төгс байгаагүй. Эртний соёлд ч өөрийн гэсэн асуудлууд байсан. Гэхдээ хүмүүс төлөв байж, амьдралаа авч явж чадаж байжээ. Гэхдээ амьдралын түвшин дээшилж, хөдөө аж ахуйд шилжиж, хотууд болон аж үйлдвэрүүдийн суурь тавигдаж, дараа нь аж үйлдвэрийн хувьсгал болж, энэ бүхэн юмсын байдлыг нэгмөсөн өөрчилсөн юм. Янз бүрийн үйлдвэрлэл, тэдгээрийн дотор янз бүрийн ургамал, ногоо тариалахаас илүү ашигтай ноосны чиглэлийн хонины аж ахуйд талбай чөлөөлж өгөхийн тулд тосгодын оршин суугчдыг газар нутгаас нь хөөжээ. Аж үйлдвэр хөгжихөд ажиллах хүчин хэрэгтэй болов. Хотуудад үйлдвэрийн ажилчин, конторын албан хаагч, уурхайчид, газар ухагчид шаардагдаж байлаа.

Өөрчлөгдөх, эсвэл өлсч үхэх асуудал тавигдаж байжээ /Ийм загвар Ази тив болон бусад газар өнөөдөр үйлчилсээр

Аав нар түүхэнд анх удаа хөвгүүдээсээ хол ажиллах болж, өглөө үүрээр босч, гэртээ харанхуй болсон хойно харьж байлаа. Сургуулийн боловсрол олгож эхэлсэн нь зөвхөн хүмүүнлэгийн үүднээс байсангүй. Учир нь үйлдвэрт тохирох ажилчнаар 10-11 насны хүүхдүүдийг бэлтгэж ч байжээ. Хүн төрөлхтний түүхэнд анх удаа хөвгүүдийн үе шууд утгаараа эцэггүй өслөө. Өнөөдөр бид өөрсдөө ухаж ойлгох юм бол юмсын тийм байдлыг хүлээж авч байна. Аав нар ажиллаж, ээж нар хүүхдээ хүмүүжүүлж эсвэл өөр эмэгтэйчүүд хүмүүжүүлэх цэцэрлэгт өгч байна. Бидний хөвгүүдийг ч эмэгтэй багш нар хүмүүжүүлэн сургаж байна. Хөвгүүдэд сонголт бий: нийтээр хүлээн зөвшөөрсөн шаардлагыг мөрдөх, томоотой байх эсвэл шуугиж, үймүүлэх. Тайтгарч, өөрийгөө хамгаалахын тулд муучууд нь эр зориг дутаж байгаагаа ойлгон, эр хүний эрч хүчийг олохын тулд дээрмийн бүлэгт элсдэг.

Аав байхгүй: өнөөгийн байдал

Хөвгүүдийн үзэж байгаагаар сүүлийн 150 жилийн хугацаанд цөөн зүйл өөрчлөгджээ. Өнөөдөр аав нар өөр нөхцөлд ажиллаж байна. Гэхдээ байдал байдгаараа эсвэл муудсаар байна. Албан ажлаа хийж байгаа эр хүн юу хийж буйгаа тайлбарлаж чадахгүй байх нь олонтаа. Аав “ажилдаа явж”, тэндээ 9-10 цаг сайн ойлгогдохгүй ажилдаа уусна. Аав нь хүүтэйгээ уулзах цаг бараг үлдсэнгүй.

1970-аад оны дундуур тоглоомын “Mattel” компани “Хартын гэр бүл” нэртэй гэр бүлийн хүүхэлдэйг зах зээлд гаргахыг хүсчээ. Ээж, аав, хоёр хүүхдээс бүрдсэн цуглуулгаас эхэлсэн байна. Тестэд оролцож байсан хүүхдүүд ихэнх тохиолдолд аав-хүүхэлдэйг авч холдуулж тавиад ээж, хүүхдүүдтэй нь тоглож байжээ. “Аав-хүүхэлдэй нь яах вэ?” гэж хүүхдүүдээс асуухад, “ тэр ажил дээрээ” гэж хариулаад тэр хүүхэлдэйг аль нэг булан руу шидэж орхисон байна. Хүүхдүүдийн нүдэнд аавын ажил утга учиргүй, тиймээс аав гэдэг хүнтэй адил хүүхэлдэй тоглоомонд ховорхон оролцох болжээ /Эцсийн эцэст асуудлыг шийдэхийн тулд аав хүүхэлдэйг тусад нь худалдах болж, булчинлаг болгон, скафандр өмсгөж, зэвсгээр хангажээ!/.

Роберт Блайн хэлснээр: “Хэрвээ эцэг хүн оройд 1-2 цаг гэртээ байвал тун удахгүй угийн

гайхалтай эмэгтэйчүүдийн үнэ цэнэ гэр бүлд цорын ганц хөдлөгч үнэт зүйл болно”. Аавын ажлаас хүүхдүүд түүний аз жаргалын тухай, түүний мэдлэгийн тухай, тэр өөрөө ямар болох тухай олж мэдэхгүй, зөвхөн түүний сэтгэл санаа ямар байгааг л мэднэ. Харин 19 цагт хүн цухалдуу, ядарсан байх нь их.

Охид эмэгтэй хүн байхыг эхээсээ сурдаг бол хөвгүүд эрэгтэй хүн байхыг хичнээн сайн хүн байлаа ч эхээсээ сурч чадахгүй. Феминизм сэтгэл санаагаар дэмжих, эмэгтэй хүн эмэгтэй хүнтэйгээ ойр дотно харилцах мэдлэгтэй эмэгтэйчүүдийн харилцаан дээр түшиглэн буй болсон юм. Ямар нэг утгаараа тэдэнд амар байлаа. Эрчүүд ялангуяа янз бүрийн насны бүлэгт харьяалагдах бол бие биетэйгээ харилцах туршлага багатай байдаг. Тэд хаанаас тийм туршлагатай болж болох вэ?

Манай нийгэмд гэр бүлд аав байхгүй байх янз бүрийн үе шат байдаг. Хамгийн том түвшинд гэр бүл салж сарних бүрэн магадлалтай. Учир нь гурав хүртэл тооны хүүхэд огт эцэггүй, эсвэл байнга байхгүй байдаг. Судалгаанаас үзвэл гэр бүл салсанаас хойш нэг жилийн дараа аав нарын 30 гаруй хувь нь хүүхдүүдээсээ холбоогоо тасладаг!

Бидний урьд тэмдэглэсэнчлэн өсвөр насны хүүхдүүдийн гэмт бүлэг аавгүй эсвэл аав нь сэтгэл санааны хувьд хүүхдүүдээсээ хөндий болсон хөвгүүдээс бүрдсэн байдаг. Тийм бүлэглэлийн гишүүдийн өдөөн хатгасан зан байдал маш тодорхой, насанд хүрсэн эрчүүдийн анхаарлыг татахад чиглэсэн байдаг. Энэ асуудлыг хөдөөгийн цагдаа нар маш сайн ойлгодог.

Зарчмын хувьд бүх хүүхэд өртдөг үе тэнгийнхний дарамтыг эцэг, эхийнхээ аль нэгтэй муу эсвэл хангалттай харилцаж чаддаггүй хүүхдүүд хүндээр тусгаж авдаг. Аавтайгаа болон аавынхаа найзуудтай таатай харилцаатай байдаг өсвөр насны хөвгүүд толгойлогч болохын тулд гэмт бүлэгт орохыг эрмэлзэх шаардлагагүй байдаг.

Гэр бүлд бүгд сайн сайхан байх нь муу, энэ нь хангалтгүй санагдаж болох юм. Гэрт нь аав нь байгаа, гэр бүлдээ үнэнч, түүнтэй орой бүр эсвэл амралтын өдрүүдээр харилцах боломжтой, гэр бүлийн амьдралд бүх нөхцөл бүрдсэн байхад ч хөвгүүдэд анхаарал дутдаг. Хөвгүүдэд өдөрт хэдэн цаг аавтайгаа нүүр тулж байх биологийн хэрэгцээ байдаг нь тодорхой юм. Өөрөөр хэлбэл, нэг зэрэг бүх сэтгэл санаагаа зориулах шаардлагатай ажилтай байх, өдөр бүр ажил руугаа ирж, очих, хөвгүүдээ сайн хүмүүжүүлэх маш хэцүү. Аль нэгийг нь золиослох хэрэгтэй болдог.

Итгэлтэй эр болохуй

Байдал улам бүр муудсаар байна. Эцэггүй байх нь зарим онцгой сөрөг үзэгдэлд хүргэдгийг даян дэлхийн өрхийн эмч нар болон олон сэтгэл судлаач тэмдэглэж байна. Байхгүй байгаа эцэг төвийг сахисан хүн биш гэдэгт асуудал оршиж байгаа юм. Гэр бүлд төвийг сахисан байх хэрэггүй. Нэг гэр бүлд аж төрж байгаа хүмүүс нэг бол бие биенээ хайрлана, эсвэл үзэн ядаж болно. Хүү аавыгаа хайрлана, эсвэл үзэн ядна. Түүний харьцаа төвийг сахисан байдаггүй. Маш хэрэгтэй, ойр дотно, бас маш хөндий ямар нэг юмтай байх нь асар их хүчний мэдрэмжээс бүрддэг тохироо юм.

Албан тушаал хөөсөн орчин үеийн эцэг хүн эдгээр асуудалтай сөрөн тэмцэхэд хүрдэг. Эрчүүд хайр дурлалаа их шаргуу ажиллаж байж илэрхийлдэг. Харин энэ нь үнэлэгддэггүй. Яагаад гэвэл хүүхдүүд тэднийг дэргэдээ байлгахыг хүсдэг болохоос том бэлэг хүсдэггүй. Хүүхдүүд мэдээж компьютерийн тоглоом эсвэл моодны спорт гутал нэхдэг ч тэд аавтайгаа харилцах хангалттай цагтай болвол аавын анхаарлыг орлогч энэ бүхнийг хурдан мартана. Эмэгтэйчүүд нөхрөөсөө юу хүсээд байгаагаа маш тодорхой ойлгох хэрэгтэй. Учир нь эрчүүд дуугүй байдлаараа гэр бүлдээ оруулж болох хамгийн том хувь нэмрийг олдог мөнгөө гэж үзсээр байх болно.

Миний найз нэг хүүхэнтэй суулаа. Тэр хүүхнээ эргүүлж байхдаа ядуу хүнтэй хэзээ ч суухгүй гэдгийг нь мэдэж авчээ. Миний найз амжилт олж байгаа хүн болох гэж шуналтай тоглогч болж, эцэст нь бусдын мөнгийг үрж шоронд орсон. Хатуухан сургамж байгаа биз.

Хорьдугаар зууны тавиад оны аав нар ч бас мөнгө олох гэж их ажилладаг байсан. Тэд үлэмж их хэмжээгээр хөндий хүйтэн болох, хүчирхийлэх цөөнгүй эрхтэй байлаа. Гэвч тэдний хөвгүүдэд үүнээс бага оногджээ. Бидний аль хэдийнэ хэлсэнчлэн 1950-иад оны хөвгүүд “яг аав шигээ” биеэ авч явах боломжтой байсан ч ямар нэг юм шүүрдэж болох байсан дотоод ертөнц рүүгээ орох боломжгүй байв. Асуудал жишээлбэл, хүү өсч том болоод өөрийн гэсэн гэр бүлтэй болох үед эхэлжээ. Залуу түшиж тулж болох байсан эр хүнийхээ дотор руу орж сураагүй байлаа. Учир нь түүний нүдний өмнө дуугаа хураасан аавынх нь цаасан хаалт үргэлж байдаг байжээ.

Эмэгтэй хүн эмэгтэйлэг байдлынхаа бат бөх оргилын хувиар өөрт ач холбогдолтойгоо хамгаалдгийг бид гэрлэсэн хойноо ойлгодог. Эмэгтэй хүн туршлага дээрээ үндэслэж хөдөлдөг. Өөртөө л ач холбогдолтойг хамгаалдаг эрэгтэй хүн өөрийнхөө өмнө кино зэрэг зүйл дээр үндэслэсэн эр зоригийн загварчилсан өнгөц жишээгээр - тус тусдаа тоосгоор барьсан тогтворгүй бөөн юмны өмнө байдаг. Тиймээс тэр үргэлж өөртөө итгэлгүй, эрх тэгш хөдлөж чаддаггүй. Тэрбээр бүсгүйг нь түүнтэй хуваалцах эрэгтэй хүний дотоод мөн чанартай хэзээ ч тулгарч байсангүй. Түүний зөвхөн бүдүүлэг хошигнолын цуглуулга л байна.

Тэр цаг үргэлж бууж өгч, зайлсхийж эсвэл шившигтээ хүртэл доош ордог. Би зөвлөлгөөн бүр дээр ийм үзэгдэлтэй байнга тулгардаг. Эрчүүд зүгээр л эхнэртээ үнэнч байж чаддаггүй. Энэ нь асар их азгүйтэлд хүргэдэг. Итгэлгүйгээр юу ч шийдэж чадахгүй. Эр хүний тухай ярихад итгэл ааваас эсвэл аавыг орлох тэр хүмүүсээс ирдэг.

Байдлыг залруулахуй

Эхлээд хүүхдүүдээ гарга! Ээжийнхээ гэдсэнд байхдаа тэд аавынхаа дуу хоолойг байнга сонсч байсан бол удахгүй таны дуу хоолойг ээжийнхээсээ болон бусад хүнийхээс ялгаж эхэлдэг болно. Төрмөгцөө л тэд танил дуунаар тань руу харна. Тэднийг нялх байхад гар дээрээ их авч бай. Тэгвэл таны дуу хоолойг мөн л мэдэрдэг болно. Эр хүний дуу хоолой цээжинд нь цуурайтдаг учраас хүнд чичиргээтэйгээр хүрдэг. Тийнхүү тэд таныг хайрлаж эхлэх болно.

Та нялх үрээ гар дээрээ авахдаа цамцыг нь засч өгөөрэй. Хүчтэй үнэртэй саван, дезодорант болон бусад гоо сайхны үнэртэн бүү хэрэглэ. Хүүхэд тань таны жинхэнэ хөлсний үнэрийг мэдэж аваг. Таны хосгүй үнэр хүүхдэд тань итгэл, аюулгүй байдлыг илэрхийлнэ. Төрөх газар эхнэр, хүүхэд хоёрынхоо дэргэд нэг өрөөнд унтаж, эхнэрээ унтуулж амраахын тулд хүүхдээ асар. Бас хүүхэдтэйгээ хоёулачнаа байх гэсэн эхнэрийнхээ хүсэлтийг харгалзаарай. Эцэг, эх нь асарч байхад хүүхдийг тань хүүхдийн тасаг руу авч явахыг сувилагчид бүү зөвшөөр. Наад зах нь нэг сар, боломжтой бол гурван сараар ажлаа зохицуулж, хүүхдийнхээ амьдралын эхний өдрүүдэд та яарч сандрах хэрэггүй. Бэлэн байж сур!

Хардах сэтгэлээс болгоомжил. “Гэр бүл ба гэр бүлээ хэрхэн хамгаалах вэ?” /гэр бүлийн асуудлуудад зориулсан Жон Клиз, Робин Скиннер нарын ном/ номын хавтсан дээр хүүхдээ хөхүүлж буй эхнэр рүүгээ харж байгаа эрэгтэй хүний шог зураг байдаг. Хөөгдсөн төрхтэй эрэгтэй өөрөө хиймэл хүн хөхөж байдаг. Хүүхэд төрөхөд хардаж харамлах сэтгэлээ барьж, түүнийг хүлээн зөвшөөрөөрэй. Таны эхнэр таныг ч бас хүүхдээ хайрладаг шигээ хайрлана. Гэхдээ таны эхнэрийн хувьд жам ёсоор хүүхэддээ тийм үнэнчээр гормоноор холбогдож, ингэснээрээ хүүхдээ асрах боломжтой болж, үүнээс эхний жилд баяр баясгаланг эдэлнэ. Эхнэртээ туслаж, өдөрт түүнтэй хэдхэн минут ч болов “холбогдож”, тэвчээртэй байгаарай. Тэр танд эргэж ирнэ!

Хүүгийнхээ хажууд байгаарай

Клиз Жон, Робин Скиннер нарын номонд өөр энгийн хэрнээ гүн утгатай зураг бий. Хүү гүүрээр ээжийнхээ талаас аав руугаа явж байдаг. Энэ зураг эр хүн болох чухал шатыг билэгдэж байгаа юм. Зургаагаас долоон насанд эрэгтэй хүүхдэд хүйсийнх нь анхны шинж тэмдэг илрэх ёстой. Тэр ээжийгээ хайрлаж, түүнтэй нягт холбоотой байна. Гэхдээ тэр цаашид ээжийнх биш. Хүү аавтайгаа байж, аав шигээ байхыг илүү их хүснэ. Аав нь дэргэд нь байж, анхаарах цаг гаргавал хүүд боломж гарах юм. Аав нь хүүтэйгээ хамт ямар нэг сонирхолтой юм хийж, хүүтэйгээ амьдралаа хуваалцах таатай боломжийг бүрдүүлж байх ёстой. Гэхдээ хэзээ ч хүүгээ шархлуулж, доош хийх хэрэггүй. Доор тийм харилцааны боломжийн хэлбэрүүдийг гаргалаа.

Хөгжөөнтэй тэмцэл

Хэрэв та хүүтэйгээ учраа олж байхыг хүсвэл спортын тэмцэлд суралцах хэрэгтэй.

1993 онд Хобартад болсон семинар дээр

Пол Уайтын хэлсэн үг

Хүүхдүүд шалан дээр хөлбөрч, ноололдох дуртай. Тэднийг дээш өргөн, гижигдэхэд бүр дуртай. Тэд таны гарыг барих гэж тоглохыг оролддог. Аюулгүй гэдгээ мэдэрдэг хөвгүүд аав нь эсвэл бусад эрчүүд тэдэнтэй ийнхүү тоглоход их дуртай. Тийнхүү тэд тантай хүч, авхаалж самбаагаа үзэнгээ өсч хөгждөг.

Энэ үеэр зугаатай тоглоомыг эхлээд харахад билэгдлийн хэд хэдэн чухал ахиц гардаг. Эхнийх нь санаандгүй учруулсан хор. Хивсэн дээр тоглож байгаа хүүхэд том хүнийг өвтгөх нь зайлшгүй. Юу гэвэл сэтгэл нь их хөөрөх тул тохой эсвэл өвдгөө хянаж чадахгүй. Хэрэв ингэвэл аав нь тэмцлээ зогсоогоод, хүүдээ: “Хүнийг өвтгөхгүйгээр тэмцэж болно. Чи ч надад хэрэгтэй, би ч чамд хэрэгтэй учраас бие биенээ ямар нэг байдлаар гэмтээхгүй байя. Өрсөлдөн тэмцэж байхдаа хажуу дахиа цохихгүй, өвтгөхгүй байхыг анхаараарай” гэж тодорхой хэлж өгөх нь зүйтэй.

Эрэгтэй хүүхэд ихэнхдээ зөвшөөрдөг. Ийм явдал нэг бус удаа тохиолдоно, үүнийг тийм маягаар зохицуулах хэрэгтэй. Дараагийн удаа ноололдохоо болих нь зүйтэй. Учир нь хүүхэд өөрийгөө хянаж чадахааргүй ихээр хөөрцөглөдөг. Үүнд ч бас сургах хэрэгтэй. Гэхдээ гол зорилго бол хүүхэд тэмцэлдэж байхдаа хохирол учруулахгүй байх, хүч хэрэглэхдээ өөрийгөө болон бусдыг өвтгөхгүй байж сурах явдал юм.

Энэ нөхцөлд маш чухал мөчийг өөрийн болгодог. Хүү том

болж, үеийн охидоос, ирээдүйн эхнэрээсээ хүчтэй, биерхүү болдог жамтай. Тиймээс эрэгтэй хүүхэд хэрхэн маргах, шүүмжлэлийг хүлээж авах, хүчтэй сэтгэл хөдлөлөө илэрхийлэх, мөн хэзээ ч эмэгтэй хүнийг давах гэж, өвтгөх гэж хүч хэрэглэж болохгүй гэдгийг мэдэх ёстой. Хосоор тоглож байхдаа энэ бүхнийг аажмаар эзэмшүүлэх хэрэгтэй. Хүү өөрийг нь хэзээ ч өвтгөхгүй, бусдыг өвтгөхгүй байгаа ааваасаа үлгэр жишээ авч сурдаг.

Тэмцэл бол эргэлзээгүй өрсөлдөөн. Үүнд ч бас билэгдлийн чухал ач холбогдол бий. Тэр босс биш, зүгээр хүү гэдэгт учир нь байгаа юм. Эцэг нь хүүтэйгээ заримдаа ялах гэж тэмцдэг. Тийнхүү эцсийн утга нь /наад зах нь дийлэнх тохиолдолд/ удаан үргэлжилсэн, баяртай тэмцлийн дараа далаараа шороодож, бууж өгсөн хүү ялагдлаа хүлээхэд оршиж байгаа юм. Ялахыг үргэлж зорилтоо болгож болохгүй. Гэхдээ хэрэв хүү зоригтой болж эхэлж, хэрэв түүнд сахилга баттай холбоотой асуудал гарч байгаа бол тэмцэлдэх тийм тоглоом бүр ч илүү чухал, шууд шийтгэснээс илүү үр нөлөөтэй. Ийм юм болж байгаа гэсэн шинж тэмдэг хөвгүүн таны анхаарлыг татахын тулд ямар нэг маш бүдүүлэг зүйлийг “Аав намайг зогсоо!” гэсэн байдалтай нүд нь гялалзан хийх үед илэрдэг. Бидний туршлагаас үзвэл тийм алхам дөрвөөс зургаан насны хүүхдүүдэд маш хэрэгтэй!

Задлах ба эмхлэх

Дэлхийн бүх аав нар тоглодог тоглоомын хосгүй схем байдаг. Надад энэ схемийг дүрслэн бичиж өгсөн Аластер Спейтэд би баярлалаа.

Эцэг, эх хоёр нь хоёр настай хүүтэйгээ газар дээр шоогоор тоглож байна гэж төсөөл. Эх нь хүүхдээ шоонуудаар тоглуулах гэж багаар бодоход багана эсвэл ямар нэг энгийн байгууламж барьж байна. Дүрмийн дагуу тоглоомын ямар нэг үед эцэг нь машин хийх гэж байснаа шоонуудыг нурааж хүүхдээ хөгжөөнө. Энэ мөчөөс хоёр эр тоглож, бие биенээ уриалж, хариулж, инээж, хөхөрч, хамгийн олон шоо тарааж өрсөлдөнө.

Сүүлд эцэг нь шоонуудыг тараасанд урамгүй байдал үзүүлж, өрөөг эмхлэхгүй бол тоглохгүй гэж хэлэхэд хүү эцэг, эхдээ тэврүүлээд суухгүй.

Тоглоомын ийм төрлүүд аав нарыг олон зүйлд мэргэжлийн болгоно. Хамгийн гол нь тоглоомыг хураалгах юм. Энд аав нь хүүхдээ тоглоомын аргаар өөрийн хүч, уураа удирдаж сургах, түрэмгийн байдлын хязгаарыг тогтоох, сэтгэл хөдлөлийнхөө эзэн байхыг үзүүлэх, сэтгэл хөдлөлдөө живэхгүй байхад сургана. Уншигчдын олонхи нь эцэггүй өссөн хөвгүүд дотроо болон гаднаа хяналтгүйгээр уурлах, сэтгэлээр унахыг харсан байх. Хил хязгаар тогтоох эхний туршилтыг цагдаа нар, дунд сургуулийн захирлууд өсвөр насанд шилжих үед нь хийж байна. Энэ үед өсвөр насны хүүхэд өөрийн зан байдлаар алдартай болсон байдаг. Тэр гэртээ аавтайгаа уураа, мөрөөдлөө, хүслээ, хүчээ удирдаж сурах энэ хосгүй тоглоомоор хэзээ ч тоглож байгаагүй.

Та зүгээр л тоглоод байна гэж бодов уу? Тоглоомд өөрөө өөрийгөө тайвшруулах нь зочны өрөөний шал, гэрийн өмнөх

зүлгэн дээр олоод авах аврах чухал дадал юм. Энэ дадал таныг сэтгэлийн хэт хөдлөлөөс чөлөөлнө. Энэ нь сайн аав хүүхэддээ өгдөг бэлэг.

Хөвгүүн эцэггүйгээр өсч байгааг хэрхэн тодорхойлохуй

Эцэггүй өсч байгаа хөвгүүдийг маш хялбархан мэдэж болно. Тэд хоёр тод хэв шинжтэй байдаг. Эхний хэв шинжид түрэмгий төрлийн хувцас өмсдөг, хүчирхийлэлтэй холбоотой тоглоом цуглуулдаг, хүчирхийлэл давамгайлсан зурагт ном үздэг, эсвэл /ахлах насных бол/ хутга зүүдэг, байлдааны зэвсэг, техник шимтэн судалдаг. Энэ хэв шинжийн хөвгүүд ихэвчлэн эрчимтэй өрсөлдөөн өрнөдөг бүлгүүдэд нэгдэж, хаягдсан хөвгүүд эсвэл залуустай муухай харьцдаг байна.

Хоёр дахь хэв шинжийнх нь өөртөө итгэлгүйгээрээ ялгардаг. Энэ нь ээжийн хүү байдаг бөгөөд байнга дарамтлуулдаг. Энэ хэв шинжийн хөвгүүд орондоо шээдэг байх нь цөөнгүй эсвэл бие засах газрыг ашиглах чадваргүй байдаг. Тэднийг сургууль дээр нь гоочилдог, тэр ямар нэг шинэ зүйл турших дургүй, шинэ газар очих бас дургүй. Тэд байнга айж байдаг.

Энэ хоёр хэв шинжийнхэн нэг ижил асуудлаар шаналдаг: тэдний хүмүүжилд эцгийн гар дутагддаг. Эхчүүд нь энэ асуудлыг ихэнхдээ зохицуулж чаддаггүй. Эдгээр асуудлыг зөвхөн аав л шийдэж чадах бөгөөд энэ нь түүний ажил билээ.

Сахилга бат

Эрт цагт аав нар дуулгаваргүй хүүхдүүдээ шийтгэгчийн үүрэг гүйцэтгэх нь цөөнгүй байжээ. Аав нар өдөржин гэртээ

байдаггүй байсан нь тэднийг хүүхдүүдийн нүдэнд бүр илүү аймаар болгодог байв. “Хүлээж бай, аав чинь ирнэ!” гэх нь эхчүүд дуулгаваргүй хүүхдүүдтэйгээ тэмцэх хамгийн аймаар сүрдүүлэг байжээ. Өнөөдөр дүр зураг эрс өөрчлөгдсөн байна. Зориг муутай аав нар хаа сайгүй ажиглагдаж байна. Тэд сахилга хүмүүжлийн асуудлыг эхнэртээ орхидог эсвэл бүр тэдний чармайлтыг гутааж: “Хүүхдүүдээ орхи – тэд тийм ч муу биш”, “Боль доо, хүүхдийг ингэх хэрэг юу байна” гэнэ /Тийм эрчүүд гэр бүлд удаан тогтдоггүй, ихэнхдээ тэд аймшигтай идэвхтэй сексчид байдаг!/.

Эмэгтэйчүүдэд хүүхдээ сурган хүмүүжүүлэх үйлст ядаж л эрх тэгш оролцдог эрчүүд хэрэгтэй. Хөвгүүдэд сахилгатай байх шаардлагатайг ойлгуулахын тулд сайн сэтгэлтэй дайчин байдал гаргах онцгой хэрэгтэй байдаг. Тохитой эрчүүд хөвгүүдтэйгээ дуртайяа хүчээ үздэг. Ихэнхдээ тэд үүнийг ямар ч аюулыг мэдрэхгүйгээр, эмэгтэйчүүд хүүхдүүдтэй “хатуу ширүүн харьцахад” илэрч болох тамирдлыг мэдрэхгүйгээр хийж болох юм.

Аав нар илүү хатуу чанга үүрэг хүлээх шаардлага гардаг өөр нэг шалтгаан бий. Хүүхэдтэйгээ зөөлөн харьцах эхийн сэтгэлийг хүүхэд тийм маягаар хариулдаг. Сахилгатай байж сургах үүргийг голдуу эх нь үүрч, шүүмжлэх нь хөвгүүд ээжийгээ өөрийг нь үзэн яддаг гэж бодоход хүргэж болзошгүй. Олон эх надад ингэж ярилаа: “Би ам нээх бүртээ шүүмжилчих юм”. Эхийн хайр алга болж гэж хүү бодож болзошгүй. Хэрэв эцэг нь хөвгүүнээ сургахад хувь нэмрээ оруулдаг бол эх санаа зовох явдалгүй юм.

Хэрэв эцэг нь хүүгийнхээ асуудлыг хариуцаж, хүүтэйгээ юу нь болж, юу нь болохгүй байгаа талаар хатуухан, тодорхой ярьж эхэлбэл, хэрэв хүч хэрэглэхгүй, гэхдээ хэлбэрэлтгүй дараалсан арга хэмжээ авбал түүний эхнэр тайван байж, урьдын адил хүүгээ хайрлаж, энхрийлэх болно. Энэ нь хүлээх хариуцлагын хуваарилалт зөвхөн тийм байх ёстой гэсэн үг биш. Гэхдээ бүхэлдээ жин эцгийн илүү хатуу байр суурийн талд байх нь зүйтэй. Эцэг, эх хоёр аль нь ч үүргийг гүйцэтгэж болно. Гэхдээ эцэг нь хүү эсвэл охиноо хайрлахгүй, хүмүүжлийн асуудалд оролцохгүй бол түүнийг ятгаад нэмэргүй.

Хүүхэд, өсвөр насныхныг дэг журамд хохирол учруулахгүйгээр сургах тухай би хоёр ном бичсэн. Та бүхэнд тэр номуудыг уншихад сонирхолтой байж магадгүй. Тэдгээр номын ерөнхий санаа - хүүхдийнхээ асуудалд хамгийн ойр дотноор оролцож, хүүхдүүд үзэл бодлоо хэлэх, таныг сонсохын тулд тэдэнд маш тодорхой байдлаар хандах хэрэгтэй. Энэ арга нь 1950-иад оны сэтгэл зүйд гарсан тусгаарлах болон хүчээр механик арга хэрэглэх аргатай бүрэн зөрчилдөж байгаа юм. Хүүхдүүдийг цаашид хөндийрүүлэх хэрэггүй. Тэдэнд таны оролцоо хэрэгтэй.

Эх, хүү хоёрын хоорондын маргаан

Цаашдын амьдралдаа эмэгтэйчүүдтэй маш дотно харьцаа тогтоохын тулд эрэгтэй хүүхдийн амжилттай шийдэх ёстой хамгийн гол зорилтуудын нэг нь эхээсээ сэтгэл санааны хувьд тусгаарлах явдал юм. Хүү сэтгэл санаа, хэрэгцээ, сексийн хувьд эхээсээ бүрэн бие даасан гэдгээ мэдрэх ёстой.

Хэрэв түүнд аав эсвэл өөр үлгэр жишээ болох хүчтэй эрэгтэй байнга байсан бол тэр энэ даалгавруудыг... амжилттай зохицуулж чадна. Тийм эрчүүд байгаагүй бол маш сайн ээж ч хүүд өөрийнх нь талаар төрж байгаа төсөөллийг эмзэг, хараат болгодог аюултай.

“Жигүүрийн далайц” Дуглас Жиллетт

Арван дөрвөн настай хүү амьдралынхаа эргэлтийн цэгт дөхөж очиж байна. Энэ тухай дараагийн жишээнд тодорхой гарна. Өсвөр насныхны олонхи нь энэ насандаа санаандгүйгээр ээж нартаа асуудал үүсгэж эхэлдэг. Хүү ухамсрынхаа хаа нэгтээ гүнд түүнээс чөлөөлөгдөх ёстойг мэддэг. Энэ санааныхаа үндсэн дээр тэр бүдүүлэг авир гаргаж, залхуурч, таагүй алхмууд хийн, бүр ээжийгээ сүрдүүлж эхэлж магадгүй. Үүнийг үргэлжлүүлэх боломж олгох хэрэггүй. Аав нь ийм юм болж эхэлж /жишээлбэл, сониноос!/ байгааг сонсоод эх, хүү хоёр аль хэдийнэ “байлдааны зогсолт” хийгээд байгаа гал тогооны өрөө рүү явна. Аав нь хөндлөнгөөс: “Чи сая ээждээ юу гэж хэлэв?” гээд хариу хүлээж байв. Дараа нь үргэлжлүүлэн: “Чи ээжтэйгээ үргэлж хүндэтгэлтэйгээр ярилцах ёстой. Маргаж болно, гэхдээ хэзээ ч хүндэтгэлгүй хандаж эсвэл сүрдүүлж болохгүй. Хэрэв ингэвэл чи надтай ярих болно шүү /биеийн шийтгэлийн тухай биш, газар дээр нь байхад л хангалттай/”.

Тэгээд аав тэдэнд маргаанаа үргэлжлүүлэх боломж олгов. Аав нь нэгдэж болох ч тэр эхнэрийнхээ талд орох үүрэггүй – тэр зөвхөн маргаанд оролцогчид найрсгаар харилцаж, бие биедээ хүндэтгэлтэй хандаж байгаа эсэхийг хянана. Энэ нь түүний эхнэр өөрөө өөрийгөө хамгаалж чадахгүй гэсэн үг биш. Эх хүн гэр бүлийн хүчний харьцаанд орох хэрэггүй юм.

Эцэг хүн гэрт байх нь гэр бүлийн огт өөр байдлыг хангаж байдаг. Та агшин зуур эмэгтэй рүү зэрвэс хараад гэрт түүнд түшиг тулгуур бий эсэхийг тодорхойлоорой. Тийм эмэгтэйчүүд халуун дотно, тэдэнд ямар ч түгшүүр байхгүй, тэд эелдэг зөөлөн байдаг. Барилга бариулагчтай дэмий маргах, хүүхдүүдтэйгээ тэмцэх, шийдвэр гаргах гээд амьдралын хүнд хүчрийг нуруундаа үүрэхээс өөр аргагүй болсон эмэгтэйчүүд хатуу ширүүн, ядарсан харагддаг. Ийм эмэгтэйчүүд сайн сайхан хувь заяатай байвал зохино.

Гэвч одоо болхи, гал тогоонд биеэ зохисгүй авч явдаг, эх рүүгээ бүдүүлэг авир гаргадаг хөвгүүдийг хаа сайгүй харж болно. Энэ нь эсэргүү болохыг оролдож байгаа хэрэг гэж бодож байна. Ахмад үеийн эрчүүд эхээсээ харилцаагаа салгаж чадахгүй бол хүүхдээрээ байгаа хүү нь бүдүүлэг аргаар л биш бол хэрхэн чөлөөлөгдөх билээ? Энэ нь санаандгүй болж байна, үүнд сайн юм огт алга.

Эхээсээ зайлшгүй холдох хэрэгтэй, гэхдээ холдож байгаа нь харагдахгүй байна. Энэ нь эмэгтэйчүүд ямар нэг буруу зүйл хийж байна гэсэн үг биш. Аав нар ажлаа хийхгүй байгаад

хамаг учир оршиж байна гэж би бодож байна.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

Таны хүүгийн сургагч

Хамгийн сайн эцэг ч хөвгүүдээ ганцаараа хүмүүжүүлж чадахгүй. Аав нарт бусад эрчүүдийн нэмэлт тусламж хэрэгтэй. Та чанга дуутай, шазруун хөвгүүдтэй бол эрчүүдийн тусламжгүйгээр явахгүй. Омгийн бүтцээр өсвөр насныхныг хүмүүжүүлэхэд гишүүд нь сургаж хүмүүжүүлэх эрчүүдийн бүх хамтын нийгэмлэг оролцсон, тэд хөвгүүдийг эр хүн болгосон. Хэрэв залуу хүнийг нас бие гүйцсэн эр хүн болгох үйл явцад ганц эцэг оролцдог түрэмгийлэл төрүүлэх байдал үүсэхгүй, дарамт багатай байвал эцэг хүн янз бүрийн тусламжид найдаж, харин хөвгүүд насанд хүрэгчдийн амьдралд зөв орно гэж найдаж болно.

Арван дөрвөөс арван найман насны хөвгүүнийг янз бүрийн дадалтай болгох, өөрийгөө үнэлэх үнэлэмжид эрс өөрчлөлт хийх, төрсөн гэрээс нь гарахад туслах эрчүүд хэрэгтэй. Өөрөөр хэлбэл, түүнд сургагч хэрэгтэй байна. Харин түүний эцэг найзынхаа хүүгийн сургагч болж болох юм. Сургагч хүмүүжүүлэх бус мэдээлэгчийн үүрэг гүйцэтгэдгээрээ эцгээс ялгаатай, бас эцэг, хүү хоёр ойр дотно байхад огт саад болохгүй юм. Урьдын цагт ийм хүн эрэгтэй хүүхдийг дархан мужааны ажилд сургадаг байжээ. Тийм байгууллага эцэг, хүү хоёрын харилцааны хүчтэй сэтгэл хөдлөлийг арилгаж байжээ. Эцэг, хүү хоёрын харилцаа нь өсвөр насны хүүхдэд хэн машин жолоодохыг сургасан бэ гэх зэрэг хүн бүрт танил болсон асуудлаас болоод маш хүнд болж болзошгүй байдаг!

Амьдрал дээр энэ нь хэдхэн энгийн алхам байдаг. Хэрэв та хөвгүүдтэй бол тэднийгээ эрчүүдтэй харилцуулж, насанд хүрсэн эрчүүдийн ертөнц ямар байдгийг мэдрүүлэхийн тулд найз эрчүүдийн бүлэгт элсэх хэрэгтэй болно. Тэгвэл та өөрөө спортоор хичээллэж, загас барьж, компьютер дээр ажиллаж байх хэрэггүй, хэрэв та хүсч байвал шүү дээ. Бусад хүмүүс танд туслана. Үргэлж мундаг тамирчин хөвгүүдтэй өндөр мэдлэг боловсролтой аав нар байх болно. Хэрэв аав танилуудаасаа сайн хүмүүсийг сонгож, юу хийхийг нь санал болгож, улмаар хөвгүүдээ зохих туршлагатай болговол энэ асуудал биш.

Хүүг юунд авьяастайгаа ойлгоход, өөрөө өөрийгөө ухамсарлахад, байгалиас заяасан чадвартай хүмүүсийг олж сурахад туслах хэрэгтэй. Амьдрал сонголт хийх ийм өргөн боломж олгож байхад манай хөвгүүд сургагчаа хайх явцдаа сургагчийнхаа тусламжид хандаж болох юм.

Амьдралд юу хийхээ мэддэг эрчүүдийн хяналтан дор байх боломж тэдэнд ховорхон олдоно. Тиймээс амьдралд олдсон боломж эсвэл аз тохиох мөчид бэлэн байхын тулд хүүгээ өрсөлдөөнд урамшуулж, хувийн сахилга багтай байхыг ятгах нь зүйтэй. Тэрчлэн манай өсвөр насныхан ирээдүйд гүйцэтгэх үүрэгтээ хайнга хандан өсч, тэдний хувьд тэр үүрэг нь эсвэл харагдахгүй байна, эсвэл төсөөлөх ямар ч сонирхолгүй байгаад гайхах юмгүй болов уу.

“Жигүүрийн далайц” Жон Палмор

Хүмүүс чөлөөт цагаа өнгөрүүлдэг тоймгүй олон бүлгүүд хамаагүй чухал зорилготойг ухаантай эрчүүд ойлгож байна. /Гэхдээ тийм клубын зарим үүрэг маш чухал ач холбогдолтой, энэ зүйлээрээ хичээллэхэд зориулагдсан нь мэдээж/. Нээрээ энэ бол эрчүүд бие биедээ санаа тавих, хөвгүүдээ бусдаар асрамжлуулах, хүүхдүүдээ өөдрөг санаа бодолтой болгох, улмаар

өсөх, зан чанар нь бүрэлдэн тогтох, эрийн цээнд хүргэх зүйлсээр хангах аргууд юм.

Клубуудын жинхэнэ ач холбогдлыг бүрэн гүйцэт ойлгохгүй байх нь олонтаа. Янз бүрийн хичээлүүдийн утга алдагдаж байна /жишээлбэл, спортын тэмцээнүүдэд талбай дээрх түрэмгийлэл эсвэл стероидууд хэрэглэхийг хөхиүлэн дэмжиж байна/. Гэхдээ дийлэнх тохиолдолд энэ бүлгүүд амьдралын омгийн зохион байгуулалтыг орлогчид. Тэд нийгмийг эрүүл саруул оршин тогтноход маш хэрэгтэй юм.

Ганц бие эхчүүд юу хийх вэ?

Ганц бие эхчүүд хөвгүүддээ ер нь их нухацтай ханддаг, хөвгүүдийнхээ өмнө бахархан дууриах жишээ болох нь тэдний хувьд их чухал. Ээжүүд энэ шаардлагыг хангах арга олмогц бяцхан хөвгүүдийн олон асуудал, тухайлбал хэт ичимхий байдал эсвэл хэтэрхий түрэмгий байдал нь алга болдог. Хэрвээ та хөвгүүний ганц бие ээж бол олон зүйлийг хийж чадна. Хүүгийнхээ сургууль дээр очоорой, хүүг тань сургах эрэгтэй багш байна уу? Найдвартай, сайн хүмүүс хичээллүүлдэг спортын, хөгжмийн болон бусад хичээлийг сонго. Сайн шилж сонго. “Хүүгээ тийм болохыг хүсч байна уу?” гэсэн утгаар сонголт хий. Үүнд хүмүүжлийн загварын утга учир оршиж байгаа юм. Маш анхааралтай бай. Эцэггүй өсч буй хөвгүүдийг насанд хүрсэн эрэгтэй найзтай болох хүслээр нь тоглох гэсэн сексийн хувьд аюултай эрчүүд анаж байх нь цөөнгүй байдаг.

Ямар ч эрсдэлтэй байсан хөвгүүдэд эрчүүдийн нийгэмлэг хэрэгтэй. Доор өгүүлэх түүх энэ шаардлагыг тодотгоно. “Tough Love” /хүүхдүүдийнхээ халдлагад өртөж байгаа эцэг, эхчүүдэд туслах бүлэг/ бүлэгт очдог эхчүүдийн нэгний нь ярьснаар түүний арван дөрвөн настай хүү өглөө босч, сургууль руугаа явах дургүй аж. Энэ бүлгийн хэдэн эр тэдний гэрт очиж, хүүг өглөө бүр босгож, сургууль руу нь явуулж байх санал тавьжээ. Тэд ч хийдгээ хийж. Хүү ямар их гайхсан гээч! Туслагч эрчүүд хэд хэдэн удаа ирсэнээс хойш хүү тэднийг бэлэн хүлээж байдаг болов. Хүү биеэ барьдаг байлаа. Эхлээд хүү эсэргүүцдэг байсан ч ерөнхийдөө энэ санаачилгад сэтгэл хангалуун байсан юм.

Ганц бие эхчүүд хөвгүүдээ сайн хүмүүжүүлж болно, гэхдээ ганцаараа биш шүү. Тэдэнд хүмүүсийн өргөн хүрээний тусламж хэрэгтэй байна. Тийм эмэгтэйчүүд хөвгүүдийнхээ хүмүүжлийг бие даан зохицуулж болох ч сөргүү байдлаас зайлсхийж, уураа гаргах хэрэггүй. Тэгэхдээ хатуу дэг журмыг ялангуяа арван дөрвөөс арван зургаан насны өсвөр үеийнхэнд системтэйгээр баримтлах хэрэгтэй. “Хүүхдийг өсгөхөд тосгон бүхлээрээ хэрэгтэй”. Харин тосгонд эмэгтэй хүмүүсээс гадна эрчүүд хүмүүс ч байх ёстой.

Охидтой аав нар

Охидод аав нараас ямар нэг онцгой юм хэрэгтэй. Тухайлбал, тэдэнд нотолгоо хэрэгтэй. Өөрөөр хэлбэл, охидоо өндрөөр үнэлж, тэднээр бахархаж байна гэсэн сэтгэгдэл төрж, хэзээ ч халдахгүй, мөлжихгүй учраас тэд аюулгүй эрэгтэй хүний хувиар эцэгтэйгээ ярилцах, харилцан бахархахаас туршлага сууж болох юм. Аавтайгаа болон өөрөөсөө ах эрчүүдтэй харилцахдаа охид өөртөө итгэлтэй болж, өөрийн ач холбогдлыг мэдэрдэг. Хамгийн гол нь тэднийг эргүүлэгч гарч ирэхгүй байх нь чухал. Эрчүүдийн хүчтэй ба сул талын талаар зөв ойлголт охидод өөрийгөө үнэлэх үнэлэмж бүрэлдэхэд эцэг, эх хоёрын хоорондын харилцааны чанар үнэлж барамгүй үүрэг гүйцэтгэнэ. Эцэг нь дотроо ээжтэй нь санаа нэг, аавыг байр сууринаас нь унагах эсвэл түүний итгэл үнэмшлийг гутаах хэрэггүй гэдгийг ойлгонгоо охин харилцааны энэ хязгаарыг ухаардаг. Тэр хэзээ “Үгүй” гэж хатуухан хэлэх нь зүйтэйг мэдэж авч, ямар нэг зүйлд хариу өгөхдөө “Үгүй” гэж хэлж сурна. Хэрэв ээж, аав хоёр нь хоорондоо эвтэй байвал охин гэр бүлтэйгээ ядаж л сайн харилцаатай байхыг хүснэ. Өсвөр насны охидтой аав нар мэдээжийн хэрэг ивээн тэтгэгч байж, хардаж харамлах сэтгэлтэй байдаг. Хэрэв энэ мэдрэмж хэр тааруу байдаг бол бүгд хэвийн. Харин охидын хөвгүүдтэй харилцах харилцаанд хяналт байх ёстой. Охины эцэг хяналт тавьдагийг хөвгүүд мэддэг байх нь зүгээр. Хөвгүүдийг хөнгөхөөн айлгаж байхад болно! Охидынхоо нас, туршлагад тохирсон аюулгүй байдлын тодорхой хил хязгаар тогтоож болно. Анхныхаа эхнэрээс салсан миний нэг найз арван гурван настай охин нь биеэ авч гарахын аргагүй хүмүүстэй /ямар нэг асуудал гарвал/ үдэшлэг дээр байгааг мэджээ. Тэр биеийн хүчээр давуу хоёр найз руугаа утасдаж, тэд нь үдэшлэгт очиж охиныг авч гарсан байна. Охин гаднаа эсэргүүцэж байсан ч үнэндээ сэтгэл нь ихэд хөдлөв.

Итгэл хүлээх нь зүгээр нэг жам ёсны эрх биш гэдгийг өсвөр насныхан нотлох ёстой. Үүний сацуу эцэг хүн буруу хардахгүйн тулд өөрийгөө хянах ёстой. Тэр баримтыг нүдээр харах ёстой.

Охин явсаар, сонголтондоо багтай зогсч, аз жаргалтай амьдрах болно. Хэн ч, хэзээ ч түүний хувьд хангалттай сайн байхгүй, гэхдээ аав сонголт хийх эрхгүй юм.

Өмгөөлөх ба хамгаалах

Эрчүүд охиноо ч, хүүгээ ч адилхан хамгаалах ёстой. Хөвгүүний хувьд аав хүч, хамгаалалтыг илтгэх ёстой. Зарим бяцхан хүүхдүүдэд энэ үнэхээр хэрэгтэй байдаг.

Есөн настай Шон дотуур байртай сургуульд орсноос хойш хоёр долоо хоногийн дараа захирал нь хүүг өрөөндөө дуудаж оруулан, хаалгаа түгжиж аваад хүүг сексийн зорилгоор эрхлүүлж эхэлжээ. Энэ тухай хэн нэгэнд ярихгүй байхаар захирал хүүг шууд сүрдүүлсэн байна. Уг явдал бүтэн улирлын турш долоо хоног бүр болдог байв.

Шоны эцэг улирлын сүүлээр сургууль дээр ирж, хүүгийн сурлагын талаар ярилцахаар захиралтай уулзжээ. Шон өрөөнд орж, байдлыг яаралгүй дүгнэсэн байна. Хүчирхэг захирал-чөтгөр сэтгэл хангалуун ширээний ард сууж, суух сандалгүй байсан эцэг нь зуухны дэргэдэх модон хайрцган дээр суужээ. Эцэгт нь энд ямар ч хүч эсвэл өөртөө итгэх итгэл байхгүй байгааг Шон шууд л ойлгосон байна. Эцэг нь түүнд туслаж чадахгүй /шударга эсвэл үгүй/ гэж тэр боджээ. Хүү сексийн доромжлолын талаар эцэгтээ юу ч хэлээгүй байна. Шон өнөөг хүртэл аавыг нь явахад захирал түүнийг урамшуулаад инээж байсныг санадаг аж. Сексийн доромжлол бүтэн жил үргэлжилжээ.

Эрчүүдэд хамгаалалт хэрэгтэй. Роберт Блай Вьетнамын дайны үед генералууд залуу цэргүүдийг буруугаар ашигладаг

байсан тухай уурлан ярьж байна. Амьдралын тухай идеалист эсвэл шашны төсөөлөлтэй хориод насны залуучууд цус, айдас, Вьетнамын дайны талаар хоёрдмол бодол хүзүүгээр нь татсаныг мэджээ. Тэдний эцэг болсон генералууд дараа нь эмэгтэйчүүдийг өрөвдөн хайрлах сэтгэлийг сүйтгэж, амьдралын талаарх аливаа итгэл үнэмшлийг нь үгүй хийн /Вьетнамын дайны дараа амиа хорлосон ахмад дайчдын тоо байлдааны үеэр амь үрэгдэгсдийн тооноос давжээ/ тэднийг Тайландын янхны газар руу “хосууд гаргахаар” явуулжээ.

Аль ч насандаа эрчүүд саланги байдлынхаа улмаас маш эмзэг байж магадгүй. Миний танил нэг сувилагч удаа эмнэлгийн шатан дээр уйлаад зогсч буй хөгшинтэй тааралджээ. Юу болсноо тэр сувилагчид ярьсан байна. Хорт хавдартай болсны улмаас өвчтөн хэлээ тайруулах мэс засал хийлгэх болж. Сувилагч түүнтэй ярилцсаны дараа тэр мэс засал хийлгэхээ болихоор шийджээ. 84 настай хөгшин ярих, амт мэдрэх чадвартай байж байгаад нүд анихыг хүссэн байна. Хэдийгээр тэр түргэн нас барах ч эрхтэн бүрэн бүтэн байх юм.

Сэтгэл гутралаас залуусыг хамгаалахуй

Хүний сэтгэлийг гутаан доромжлох олон арга байдаг ба энэ нь бага наснаас эхэлдэг. Бүх эрчүүдийг үзэн яддаг, хөвгүүдийг өшөө авах хэрэгсэл гэж үздэг эмэгтэйчүүд байдаг. Миний нэг найзын хүү анх удаа сургуульд явжээ. Болжмор шиг л яриа, их цоглог хүү байв. Цаг үргэлж буюу анхны хичээлийн хагас цаг ярилаа гэж залуу эмэгтэй багш уурлан хогийн савны хажуу буланд зогс гэжээ. Хүү сайн сонсоогүй тул хогийн саван дотор

зогс гэсэн юм байх гээд саван дотор зогсчээ. Багш хүүг арван минут тэнд зогсоохдоо үе үе ангийнхных нь өмнө доог тохуу хийж байсан байна.

Хэрэв хөвгүүдийг хамгаалахгүй бол тэд хэрхэн энхрийхэн сэтгэлээ хамгаалах вэ? Хэрэв бид хүүхдүүдээ хичээнгүйлэн өсгөхгүй бол би хэрхэн эдгэх билээ? Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөний тэргүүн Майкл Мид геттогийн дарамттай хүнд байдалд янз бүрийн арьстай эрчүүдийг бүлэгт нэгтгэхээр тусгасан хөтөлбөрүүд дээр ажиллаж байна. Тийм бүлгүүдийн цуглаан дээр тэр байнга шүлэг уншдаг. Түүнийг уншихад эрчүүд чимээгүйхэн уйлж эхэлдэг. Эрчүүдийн уулзалт, цуглаан дээр тийм зүйлийг би байнга хардаг. Хөвгүүд, эрчүүдийн мөрөн дээрээ авч яваа ачаа асар их нь мэдээж. Тэд хүчирхийллээс өөр хийгээ гаргах зүйл олсонгүй. Манай соёл иргэншлийн оршин тогтносон бүх зуунд эрчүүд тийм ч нээлттэй байсангүй. Ямар нэг сайн бөгөөд чухал юм болж эхэлж байна.

Таны хүүгийн бэлгийн хөгжлийг хамгаалахуй

Та өсвөр насны хүүтэй бол тэднийг өрөөндөө орж хаалгаа түгжин, хэн нэг нь ороод ирнэ гэж болгоомжлолгүй унтахыг зөвшөөрөхөд буруудах юмгүй. Тэгвэл тэд амарч чадна! Дээр өгүүлснээр гар хангалгыг зөв ойлгож, сексийн харьцаанд тайван байж сургахын тулд шүүмжлэхгүй байх хэрэгтэй. Үүнд эрчүүд, эмэгтэйчүүд эрх тэгш, таатай харилцаанд байгааг харуулсан чанартай эротик материал унших, үзэх нь туслана. Хүүхдүүдэд сексийн мэдрэмжийг хэзээ ч бүү хүчээр тулган хүлээлгэ. Зүгээр л өсвөр насныхны амьдралд ганцаар байх боломжийг

өгчих. Хөвгүүд “эмэгтэйчүүдийн” сэтгүүл, зураг олоод авчихна. Гэхдээ тэдгээрийг хананд нааж, таны зөвшөөрлөөр эсвэл таны мөнгөөр худалдаж авах ёсгүй! Ийм материалуудын дийлэнх хэсэг дууриал болгох гэсэн секс, завхай, хуурмаг оролдлогууд байдаг. Эмэгтэй хүний биеийг бахдах нь хэвийн үзэгдэл. Гэхдээ эмэгтэйчүүд объект бус, хүн гэдгийг танай хөвгүүд мэдээсэй.

Бузар булайгаас хэрхэн зайлсхийх вэ?

Хөвгүүд манай нийгмийн сексийн ертөнцтэй танилцаж байгаа байдлыг хараад уйлж болно. Бид хөвгүүддээ сургаж байгаа зүйл гоц сайханд бага хамаарч, зүгээр бузар булай байх талтай. Харин эцэг эсвэл эх хүний хувиар та бузар булайг эсэргүүцэж болно.

“Сарнай” гэдэг киноны гол дүр болох мансуурах донтой болж, хорчийсон рок-дуучин эмэгтэйн дүрийг жүжигчин Бетт Мидлер гайхалтай сайхан бүтээжээ. Гол үйл явдлын үед тэр нэгэн кантри хөгжимчинтэй дуу бичлэгийн студид сууж байна. Дуучин арван найм орчим насны, барууны маягийн цамц өмссөн залуу руу нүдээ ирмэнэ, залуу ч болхидуухан хариу өгөв. Эмэгтэй залуу руу улам сээтэгнэн ойртох тэр мөчид хүүгийн эцэг өрөөнд орж ирээд юу болж байгааг хараад зогсоов. “Өөрийнхөө завхай заваан юмаа боль! Миний хүүг оролдоод үзээрэй” гэж түүнд хэлжээ /үгийн утга чухам ийм байсан/.

Энэ киноны чухал хэсэг нь дуучин хөлөө дэвслэх агшин. Өөрийнх нь тухай бодол түүнд хүчтэй цохилт болов. Тийм шүүмжлэл хэлсэнд бус тэр эцгийн зөв байсныг дуучин мэдэж байлаа. Тэр эцэг бас хөгжимчин, гэхдээ өөр зэмсгээр тоглодог, шулуухан, цэмцгэр нэгэн бөгөөд их уурлажээ. Дуучны хийсэн зүйл нэг талаас хоргүй, залууд л тал засч байсан. Харин нөгөө талаас үзвэл энэ нь хоёр утгатай. Хайхрамжгүй эмэгтэйн сексийн улиглалын хэлбэр юм.

Эмэгтэйчүүд ашиглах чадвартай, үүнээс болж шодойн хорхой хөдөлж болохыг хөвгүүд ойлгох хэрэгтэй. Энэ мөчийг Беттина Арндтын ““Үгүй” гэдэг нь “За” гэсэн үг” нэртэй зоримог баримтат кинонд тодорхой харуулсан байдаг. Уг кинонд залуухан албан хаагч эмэгтэй эрчүүдийг зөвхөн өөрөөсөө холтгохын тулд тэдэнтэй уулзаж, сэрлийг нь дээд цэгт хүргэж таашаал авдагаа хөгжилтэй ярьж байна. Энэ нь өөрийн давуу эрхийг мэдрэхийн тулд тоглож байгаа тоглоом бөгөөд тэр үүнийгээ нэг их муухай зүйл гэж үзэхгүй байгаа юм. Тэр ердөө хоёр минут ярьсан ч түүний яриа дуусахад “Бүх эрчүүд новш” гэсэн байр сууринаас дан навсгарууд үлджээ. Зарим эрчүүд новш байдаг бол зарим эмэгтэйчүүд гичий байдаг нь тодорхой. Өсвөр насны эрэгтэй, эмэгтэй хүүхдүүд тийм хүмүүстэй уулзахаас сэрэмжлэх хэрэгтэй.

Таны хүү ижил хүйстэн бол яах вэ?

Зарим эцэг, эхийн хувьд хүүхдийнхээ сексийн мэдрэмжийн талаар санаа зовж байтал тэдний нэг нь ижил хүйстэн гэдгийг мэдсэнээр бүр ч хүнд асуудал гарч ирдэг. Хүү эсвэл охин тань ижил хүйстэн гэсэн баримт сэтгэл өвтгөж болох юм. Учир нь хүүхдүүдийнхээ талаар бидний мөрөөдөж байсан мөрөөдөл үнсэн товрог болдог. “Яагаад?” гэсэн асуулт гарна. Ихэнхдээ сэтгэл зовнилын эх сурвалж ер нь бол шал дэмий зүйл болдог.

Сексийн хандлагын талаар судалгаанаас үзвэл хүүхэд эхийн хэвлийд байхад дааврын нөлөөгөөр тархинд нь хүүхэд ижил хүйстэн болоход хүргэх өөрчлөлт өгдөгийг тодорхой цохон заажээ. Зарим судлаачдын үзэж байгаагаар залуучуудын тодорхой хэсэгт тийм хуваарилалт болдоггүй, тэд “аль ч тал руу явж” болох аж. Эдгээр тохиолдолд гэр бүлийн байдал үүрэг гүйцэтгэж болох юм. Хэрэв гэр бүлд эцэг нь хөндий хүйтэн, шүүмжлэгч, эх нь хэт их халамжтай бол залуу ижил хүйстэн болох өндөр магадлалтай гэж сэтгэл зүйчид үзэж байна. Гэхдээ олон сая гэр бүлд залуус чухамдаа тийм нөхцөлд аж төрж байгаа ч ижил хүйстэн болдоггүй. Түүгээр барахгүй залуучуудын ижил хүйстний харилцаанд өөрсдийг нь хэзээ ч хайрлаж байгаагүй эцгийнхээ амрагийг хайж байхдаа сахидаг тодорхой хэмжүүр байдаг. Энэ нь олон жирийн хосуудад байдаг шиг түүхий харилцаанд хүргэж болзошгүй.

Сексийн ариуныг нотлохуй

Хүүхдүүдээс хүний сексийн мэдрэмжийн нарийн учрыг нуух шаардлага нь ерөнхийдөө хуурмаг сүсэг биш. Магадгүй, бүр эртний уламжлалын тухай ярьж байж болох юм. Сексийн потенциал хүч түүнийг бүрэн ойлгох чадваргүй тэр хүмүүсийн толгойд буухдаа гутамшиг болох ёсгүй. Бүр эхнээс нь өөрийн болгох хэрэгтэй бусад хичээлүүд ч бий. Энэ нь сайн найз нөхөд, бусдыг хүндэтгэх, үр дагаврын тухай мэдсэн байх, хүсэл тачаалын мэдрэмжтэй маш болгоомжтой харьцах чадвар гэсэн энгийн ойлголтууд юм. Туйлын зорилгод сексийн туршлагыг олон соёлд байдаг шиг янз бүрийн сорилт болон шат дараатай таниулах ажлаас эхлэх нь зүйтэй болов уу. Тийнхүү ийм туршлагатай болсон залууг насанд хүрсэн гэж нотолж байжээ.

Охид, хөвгүүдэд сексийн мэдрэмж тэдний амьдралын бусад тал шиг гайхамшигтай ариун зүйл гэдгийг хэрхэн ойлгуулахаа бид тодруулах хэрэгтэй. Заримдаа цэвэр механик тодорхойлолтуудаар дуусдаг дүгнэж эргэцүүлсэн бодлоос эрх чөлөө рүү чиглэсэн иргэнийхээс христийн шашны сексийн боловсрол илүү амжилтад хүрч байна. Шашны үзлээр ядаж бүгд болдог нэг ёсны ариун холбоо сексээс баяр баясал эдэлдгийг цохон тэмдэглэжээ. Сексийн даруу төлөв байдал мухар сүсгээс ялгаатай. Энэ нь бойтоглох, тэвдэхээс хамаагүй том хүсэл юм. Сексийн эрт туршлага болхи, урам хугарсан байдалд оруулдгийг олон залуу тэмдэглэжээ. Бурхан өршөө, бид бууж өгөхгүй!

Хаягдсан хөвгүүд аавыгаа хүлээж байна

Өнөөдөр нөхөргүй сая сая эхчүүд хөвгүүдээ хүмүүжүүлж байна. Энэ нь зарчмын хувьд тийм ч муу биш байж болох юм. Гэхдээ боломж их бий. Дээр хэлсэн шалтгаануудын улмаас байдал азгүйтэж болох юм. Гэр бүлээсээ явсан эсвэл хүүхдээсээ татгалзсан аав нар аа! Хаа нэгтээ хүү тань хүлээж байгааг, таныг болон таны талаар түүхийн хэсгээс мэдэх гэж байдаг хүчээ дайчлан хүлээж байгааг та санах ёстой. Та болон таны хүүгийн эх хоёрын хоорондын маргаан саад болж байгаа бол та чармайлт гаргаж, энэ маргааныг өөрөөсөө авч хаях ёстой. Аав нь гэж хүн байдаг гэдгийг мэдэх боломжийг хүүдээ олгож, түүнтэй уулзаж, цаашлаад бүх түүхээ ярихад бэлэн, хүүгээ том болж, юмны учрыг олох чадвартай болохыг хүлээж байна гэдгээ мэдэгдээрэй.

Заримдаа хамт байсан хүү нь эцэг рүүгээ явах тухай бодож эхлэхээр эх өөрийн мэдэлгүй санаа зовдог. Тодорхой тохиолдолд энэ нь залууг гүйцэт хөгжүүлэхэд шаардлагатай чухам тэр алхам болж таардаг. Хэрвээ эцэг нь энэ хариуцлагаасаа зайлсхийвэл хүүхдийн сэтгэл шархлана. Гэр бүлээ орхисон зарим эцэг хүүхдээ хүлээн зөвшөөрөхөөс эрс татгалздаг. Олон эцэг гэрлэлтээ цуцлуулсны дараа гэр бүлийн тавцангаас алга болдог байна. Энэ нь ихэвчлэн эхэд гомдсон, дайсагнасан эрэгтэйчүүдийн байр сууринаас болдог ч хүүхдүүдийн хувьд энэ нь маш шударга бус юм. Эцэг хүн хүүхдүүдтэйгээ холбоотой байх эсэхээс шалтгаалан тэдний амьдралыг дэмжих эсвэл сүйтгэх хүчтэй байдаг. Эр хүн өөрт оногдсон үүргийг биелүүлж байхдаа хангалттай сэтгэл ханамжийг авч, сэтгэлийн амар амгаланг эдэлдэг. Харин түүний сайн эцэг гэсэн мэдрэмж гэр бүл салалтаас үүссэн азгүйдлийн мэдрэмжийг нөхөж болох юм. Гэрлэлтээ цуцлуулсны дараа л хүүхдүүдтэйгээ ойр дотно боллоо гэж надад зарим эрчүүд ярьж байсан.

Цэггүй хүүхдүүд

Энэ бүлгийг дуусгаж байхад надад “Эцэггүй хоцорсон Америк” гэсэн том ном шуудангаар ирлээ. Зохиогч Дэвид Бланкенхорн гэрт эсвэл хүүхдүүдийн амьдралд эцгийн оролцоо байхгүйгээс хүүхдүүдэд учрах уршгийн тухай дэлхийд алдартай нарийн, академик аргуудыг номдоо эмхэтгэжээ.

Уг ном энэ сэдвээр бичигдсэн бүтээлүүд дотроо нэг ёсны үсрэлт болсон юм. Нийгмийн тодорхой цаг үед эцэг хүн

хэрэггүй, бүр тэднийг хүүхдүүдийн эрүүл мэндэд аюултай гэж бараг нотолжээ. Нийгмийн сэдвээр бүтээгдсэн олон ажил эр хүйсийн таагүй хүмүүсгүйгээр хүүхдүүдийн амьдрал сайжирна гэсэн санааг хөндөхөд зориулагдсан байв. Олон хүн ийм итгэл үнэмшил дээр үндэслэн амьдралаа зохиосон байна. Өнөөдөр Америкийн нийт хүүхдүүдийн тал нь эцэггүй гэрт аж төрж байна.

Дэвид Бланкенхорны нотолж байгаагаар гэр бүлээс эрчүүд хачин жигтэйгээр алга болсон явдал манай нийгмийн асуудлуудын дийлэнхийн шалтгаан болж болох юм. Тэр үед зарим аав хүүхдүүдтэйгээ харгис хэрцгий харьцаж, эхнэрээ зодож, архичин, ажилгүй байсан, дийлэнх олонхи нь тийм биш, хэзээ ч тийм байгаагүй. Аавтай хүүхдүүд илүү амьдардаг болохыг судалгаа тодорхой харуулж байна. Ингээд хэдэн баримт дурдъя.

Аав нар нь гэртээ амьдардаг хөвгүүд, охид өөрсдийгөө илүү өндөр үнэлдэг. Тэд сургуульдаа амжилттай суралцдаг, үргэлжлүүлэн суралцах хандлагатай, илүү боловсролтой болдог, тэднийг ажилд авах нь илүү их байдаг. Гэртээ аавтайгаа байдаг хүүхдүүд сексийн доромжлолд ховорхон өртдөг, тэдэнд хуулийн асуудал ховорхон гардаг, тэдэнд эрт сексийн туршлагатай болох шаардлага байдаггүй, тэд эрт жирэмслэх нь ховорхон. Эцэггүй охид эцгийн хайр, хүндэтгэлд итгэдэг, аюулгүй гэдгээ мэдэрдэг охидыг бодвол илүү үгэнд оромтгой, эрчүүдэд тал засах илүү хандлагатай байдаг. Эцэггүй хөвгүүд эсвэл эцэг нь гэртээ ховорхон үзэгддэг хөвгүүд хүчирхийлэх илүү хандлагатай, хүнд байдалд их ордог, муу сурдаг, өсвөр насныхны гэмт бүлэгт элсэх хандлагатай. Эцэггүй гэр бүл ер нь ядуу, ийм айлын хүүхдүүд нийгмийн шатаар өөд ахихаасаа уруудах нь хурдан байдаг. Хүүхдүүдийн аюулгүй байдлын томоохон аюул “бойфрэнд-эцэг”. Жирэмсэн эмэгтэй нөхрөөсөө илүү танил хүнийхээ биеийн хүчирхийлэлд өртөх магадлал дөрөв дахин байдаг.

Дээр хэлсэн бүхэн муу гэрлэлт үргэлжлэх ёстой эсвэл ямар ч эцэг огт эцэггүй байснаас дээр гэсэн үг биш. Эрэгтэй хүн, биологийн эцэг эсвэл гэртээ амьдардаг, хажууд байж байдаг эсвэл хүүхдийн амьдралд нухацтай оролцдог хойт эцэг байвал хүүхдийн амьдралд хамаагүй дээр гэдэг нь маргаангүй тухай энд ярьж байна.

Би анх аав болж байхдаа хүүхдүүдийнхээ амьдралд ердөө нэг хавсралт, тэдний хувьд өчүүхэн зугаа, хүмүүжлийн ажлаар эхнэрийнхээ туслах юм гэж боддог байлаа. Эцгийн шилдэг дүр төрх бол нэг ёсны эхийн дууриамал юм гэж би үздэг байв. Түүгээр барахгүй юм худалдаж авахаар хүүхдүүдээ дагуулаад замбараагүй, эрсдэлтэй ажил хийх эсвэл хэтдээ би бороотой өдөр гэртээ хүүхдүүдээ харан суухын оронд амжилт олж, хүндэтгэл хүлээдэг ажлынхаа

аюулгүй, залуурт ертөнц рүү холдох боломж гаргаж байлаа.

Одоо би өөрийн ажлаа ач холбогдлын хувьд эхнэрийнхээ ажилтай эн зэрэгцүүлэн авч үзэж байна. Би эцгийн хувьд гүйцэтгэж байгаа үүрэгтээ илүү тааламжтай ханддаг болсон ба үүний сацуу энэ үүрэг намайг орхих сорилтыг хүлээж авч байна. Миний амьдрал хамаагүй аз жаргалтай болсон. Би гэмшил эсвэл үүргийн дагуу бусаар хүүхдүүдтэйгээ цагийг өнгөрүүлж байна /энэ маш чухал!/. Юу гэвэл тэдэнтэй өнгөрүүлсэн цаг

миний сэтгэлийг тэтгэж, би энэ ажлаараа бахархаж, ажлаа ч сайн хийж байна. Энэ ажилд дутуу бэлтгэж, “буруу ойлгож байгаа” юм шиг сэтгэгдэл надад байнга төрдөг. Би эхнэртэйгээ зөвлөлдөж ном зохиол уншиж эцгийн хувьд юу хийж буй талаар бусад эрчүүдтэй ярилцаж байгаад эцгийн үүргийг илүү сайн хийх аргыг хариуцлагатайгаар хайдаг.

Эцэг байх нь хүний амьдралын үндсэн амин чухал, хүндтэй гол хэсэг юм. Үүнийг хүлээн зөвшөөрөх цаг иржээ.

Хоёр үгээр

Хуучин загваруудыг толгойноосоо авч хая:

- эцэг- эрхэмсэг дээд хаан;
- эцэг – шүүгч;
- эцэг – улаан тэг;
- эцэг бараг оролцоогүй.

Хөвгүүдэд аав нь өдөр бүр нэлээд хэдэн цаг хэрэгтэйг хүлээн зөвшөөрөөрэй. Ямар ч ажлыг хүүтэйгээ хамт хийгээрэй. Хамтран ажиллах замаар хөвгүүдтэйгээ ойртон дотносох хэрэгтэй. Ингэхдээ тэдэнтэй ярилцахаа бүү мартаарай.

Хүүхдүүдийнхээ амьдралд тэднийг төрөхөөс нь өмнө оролцоорой. Эхийн хэвлийд байхад, нялхад, бага балчир байхад нь гээд хүүгийнхээ амьдралд та оролцож болно.

Хөвгүүдтэйгээ өрсөлдөн тэмцэж тоглоорой. Хөвгүүдээ өрсөлдөн тэмцэх замаар хайр халамжаа илэрхийлж, ялж, ялагдаж сургаарай. Хөөрч хөгжихөд туслаарай, тайвширч сургаарай.

Хатуу дэг журмын аюулгүй байдлыг баримтлаарай. Эхнэрээ дэмжин туслаж, хатуу хайрыг хүлээж авч сур. /Би энэ сэдвээр “Аз жаргалтай хүүхдүүдийн нууцуудын тухай” ном бичсэн/

Охидынхоо амьдралд бас оролцоорой. Тэднээр бахархаж, өөрөө өөртөө сэтгэл хангалуун байж сургаарай. Тэдний орон зайг хүндэтгэж, тэдний гадаад байдлын тухай хэзээ ч бүү ярь, эсвэл хамгийн сайн сайхан үгээр илэрхийлээрэй.

Хөвгүүдээ хүчирхийлэл, бузар булайгаас түүнчлэн сэтгэлд нь сэв суухаас, муухай зантай

болохоос хамгаалаарай.

Таны хүүгийн амьдралд бусад эрчүүд оролцоход тус дэм үзүүл. Тэднээс сурах юм ч бий, бахархах зүйл ч бий. Жилд нэг удаа эрчүүдийн амралт зохион байгуулаарай. Идэр залуугаас нас бие гүйцсэн эр хүн болох үед сайн сайхан бөгөөд мартагдашгүй туршлага болох, түүнчлэн оюуныг нээх боловсролын хэлбэрийг бодоорой.

Бусдын дуу хоолой

- Дундаж эцэг сонины цаанаас 10 жилийн өмнөхөөс 50 хувиар цөөн цухуйдаг!

“Төмөр Жон” Роберт Блай

- Эрчүүд хүүхдүүдээ хайрлаж энэрэх хүсэл сэтгэлгүй болж, тэдний хүчирхийллийн түвшин нэмэгдэж байгаа нь хөвгүүдийг бараг цэвэр эмэгтэйчүүд хүмүүжүүлж байгаатай холбоотой гэсэн онолыг Ратгерс их сургуулийн сэтгэл судлалын профессор Дороти Диннерштейн боловсруулжээ. Нийгмийн шинжлэх ухаануудад хийсэн янз бүрийн бие даасан нээлтүүдийн ачаар энэ онол үлэмж нотолгоотой болж байна.

Эцэг, эх хоёр хоёулаа эсвэл эцэг нь гол хүмүүжүүлэгч байдаг гэр бүлүүдийн сэтгэл зүйн судалгаануудаас үзвэл ийм гэр бүлд өссөн хөвгүүд уламжлалт аргаар хүмүүжсэн хөвгүүдийг бодвол илүү мэдрэмтгий болдог байна. Хүнийг хэрхэн ойлгодог талаар 26 жил үргэлжилсэн судалгаанаас үзвэл хүүхдийн хүмүүжилд оролцох эцэг хүний оролцооны түвшин нь хүнийг олгохтой их хүчтэй холбоотой хүчин зүйл юм.

“Хөвгүүд хөвгүүдээрээ байна” Мириам Медзян

- Энэ ертөнцөд эцэг хүн чадалгүй байгаагаас ямар нэг аюулгүй зүйл рүү, ямар нэг хэтэрхий сул зүйл рүү дайрдаг. Түүний олж чадах хамгийн таатай байнуудын нэг нь бяцхан хүү байдаг. Хэрэв хүү эрч хүчтэй бол, хэрэв тэр шулуухан зантай, амьдралын баяр баясгалантай бол энэ нь таныхаар сул дорой эрэгтэй хүнд яаж нөлөөлөх вэ? Тэр хорсч, дарах ёстой.

“Зэрлэгийн уик-энд” баримтат кино Марвин Аллен

- Заримдаа хөвгүүд рок хөгжимд автах эсвэл гэмт бүлэгт орох замаар сэтгэл хөдлөлийн биеэ ажиллагаанд оруулахыг оролддог ч амжилт олдоггүй. Эр хүний сэтгэл хөдлөлийн бие идэвхжээгүйг ажиглаж байгаа эмэгтэй заримдаа түүнд сэтгэлээ илэрхийлэхэд туслан, тэр биеэ идэвхжүүлэх эсвэл тэр биеэ илүү мэдрэмтгий байж сургахыг санал болгодог. Магадгүй секс эмэгтэй хүний биеийн болон сэтгэл хөдлөлийн нэгдлийг гүнзгийрүүлдэг, харин тийм зүйл хүнд байдаггүй байж болох юм. Эмэгтэй хүн эр хүний сэтгэл хөдлөлийн биеийг идэвхжүүлж чадахгүй болов уу гэж би хэлмээр байна.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

- Эрчүүдийн уламжлалт дөнгө нь эрт, ихэнхдээ яагаа ч үгүй эрт албан тушаал болон гэр бүлтэй болох явдал юм. Энэ нь эрчүүдийг гаднаас нь харахад эрийн цээнд хүрсэн мэт болгож, үнэндээ өөрийгөө жинхэнээр хөгжүүлэх асуудлыг маш хүнд ажил болгодог. Яагаад гэвэл тэр гадаад байдалтайгаа нийцэхийн тулд байнга тэмцэх ёстой болдог.

“Шинэ эр хүн” Херб Голберг

- Бидний аав нар эр хүн болж харагдахын тулд мөнгөөр биеэ худалдаж байсан. Бидний ээж

нар аюулгүй байдал болон хамгаалалтын оронд биеэ худалдаж байсан. Ээж нар бидний аавуудад “санаа тавьж”, харин аав нар бидний ээж нарт “санаа зовж” байлаа. Аав ээжтэй ан тэнцүү харьцаж байсныг би бараг хэзээ ч харж байгаагүй. Миний ээж аавтай адилхан харьцаж байсныг бараг хэзээ ч харж байсангүй. Эсвэл аав ээжтэй яг охинтойгоо эсвэл эхтэйгээ харьцаж байгаа юм шиг, эсвэл ээж аавтай яг хүүтэйгээ эсвэл эцэгтэйгээ харьцаж байгаа юм шиг харьцаж байлаа. Аав бие сэтгэлээ ээж рүү, ээж бие сэтгэлээ аав руу чиглүүлж байсан ч тэдний биесийн оролцоог би гэртээ яагаад ч юм мэдрээгүй. Эрчүүд өөрсдийгөө хэн нэгэн, гэсэн мөртлөө тэд бүгдэд хүссэн нь байж чадахгүй, тэд өөрөө өөрсөддөө хийгээд хайрладаг хүмүүстээ илүү нээлттэй бөгөөд үнэнч байж чаддаг гэдэгтээ итгэж эхэлж байна.

“Аавынхаа хуриман дээр” Жон Ли

• Эрчүүд хүүхдүүдээ хүмүүжүүлж байна

...Сэтгэл мэдрэлийн эмч Кайл Прюетт аав нар нь хүмүүжүүлсэн хүүхдүүдийг судалж эхлэхдээ энэ хүүхдүүд уламжлалт гэр бүлийн хүүхдүүд шиг Yale Development Schedule ч сайн гэдгээ харуулна гэдгийг бодоогүй байна /Schedule хөтөлбөр бяцхан хүүхдүүдийн хөдөлгөөний үйл ажиллагаа, хэлний түвшин, нийгмийн дадал, даалгавар гүйцэтгэх чадварт гарч буй ахиц дэвшлийг хянах боломжийг судлаачдад олгож байна/. Эрчүүдийн өсгөсөн хүүхдүүд бүх салбарт сайн дүн үзүүлсэнд тэр гайхжээ. Энэ баримтын олон шалтгааныг бодохдоо тэр, энэ хүүхдүүдэд хүмүүжилд нь их санаа тавьдаг эцэг, эхтэйд хамгийн гол учир оршиж байна гэсэн дүгнэлт хийсэн байна. Эхчүүд ажлын бүтэн өдөр гэр орондоо байхгүй байсан ч хүүхдүүдийнхээ өсөлт, бие махбодын сайн сайханд өөрийгөө бүрэн зориулдаг. Уламжлалт гэр бүлд эцэг хүн хүүхдүүдийн хүмүүжилд тэгтлээ их санаа тавьж чаддаггүй.

Кайл Прюеттийн бүлгийн эрчүүдийн гуравны нэг нь хүүхдүүдээ хооллодог, гэхдээ ингэхийг тэд тийм ч их хүсээгүй, харин зүгээр л бодсоноороо, ихэнхдээ өвчтэй эхнэрээ эмнэлгээс гартал эсвэл ажил олоогүй байхдаа буюу нөхцөл байдлын шаардлагаар хийдэг байна. Гэхдээ эрчүүд бодож байснаас хамаагүй олон цагаар ийм зүйл хийж байжээ. Энэ талаараа Прюеттийн ном онц сонирхолтой юм.

Энэ бүлгийн тийм эрчүүдийн ердийн жишээ болох Блю: “Хүүгээ асрах нь надад таалагддаг. Гэхдээ урьд нь миний толгойд ингэх бодол огт орж ирж байгаагүй. Хэрэг дээрээ миний сургуулийн эрэгчин найзууд миний юу хийж байгааг мэдвэл элэг нь хөших байх даа” гэжээ.

“Цагийн эрхээр эдийн засгийн үүднээс эцэг, эхийн үндсэн үүргийг авах хэрэгтэй болсон, эхлээд үргэлж санаа зовдог байсан, бүр оногдсон тавиландаа шаналсан аавуудад хамгийн тод өөрчлөлт орж байсныг” Кайл Прюетт ярьж байна. Энэ талаар зөөлрөх үйл явц маш удаан болж, гэхдээ ... тэдний хүүхдүүд хоёр настайдаа “сонголтоо эрт хийсэн” эцэг, эхийн хүүхдүүдээс ялгагдахгүй байжээ.

Кайл Прюетт үүнийг хүүхэддээ эцгийн анхаарал төвлөрч байгаагаар холбон тайлбарласан байна. Анхнаасаа л хүүхэдтэй холбоотой болсон аав энэ хүүхдийг хөл дээрээ зогсоход оролцож, тэдэнтэй сэтгэл санааны хувьд нягт холбоог үүсгэж байна. Уламжлалт эцгүүдийн дийлэнхэд ийм холбоо байдаггүй.

“Хөвгүүд хөвгүүдээрээ байна” Мириам Медзян

- Юта муж улсын их сургуулийн Хильда ба Сеймур Паркер нар бага насны охидоо сексээр доромжилж байсныг мэдэх тавин зургаан эрэгтэйг урьд нь хүүхдийг сексээр доромжилж байсан тохиолдол гарч байсныг мэдэхгүй дөчин дөрвөн эртэй харьцуулан судалжээ. Эрдэмтэд хүүхдээ хүмүүжүүлэхэд болон хөл дээрээ зогсоход оролцоогүй, хүүхдийг сексээр доромжлох хоёрын хоорондын маш чухал холбоог илрүүлжээ. “Хэрэв хүүхдэд тавих үндсэн хайр халамжийг эрэгтэй, эмэгтэй хоёр тэгш хувааж байсан бол эмэгтэйчүүдийг сексээр ашиглах дээр тулгуурласан үндсүүдийн нэг арилсан байх байсан” гэсэн дүгнэлтэд зохиогчид хүрчээ.

“Хөвгүүд хөвгүүдээрээ байна” Мириам Медзян

Наймдугаар бүлэг.

Хөвгүүдийг сургуульдаа дуртай болгохын тулд

Өглөө бүр, хэрэв цаг агаар сайхан байвал энэ эрэгтэй зургаан настай хүүгээ сургуульд нь хүргэж өгнө. Тэд хөдөөгийн нам тайван хотод оршин суудаг ба толгодоор доош уруудсан зам маш үзэсгэлэнтэй. Хүү шувууд, шавьж, бутан дахь хараа булаасан жимс рүү заан гүйж, харайн явлаа. Гэвч сургууль руу ойртохын хэрээр хүүгийн байдал хачин өөрчлөгдөж байв. Энэ өөрчлөлт нь юунаас болж байгааг мэдэж байгаа учраас аавынх нь сэтгэл гонсойлоо. Эр хүйсийн төлөөлөгч бүрийн /манай соёлын/ заавал өмсөх ёстой хуягийг аав нь өмсчээ.

Хөвгүүдийг сургуульд очиход илүү таатай болгох тухай асуудлаар би сүүлийн арван жил багш нарын дунд семинар хийлээ. Семинарыг Мехико, Их Британийн төвийн гүнлиг, Бээжин, Кейптаун зэрэг янз бүрийн газар сард дунджаар нэг удаа хийдэг байв. Хаа ч явсан би ганц л зүйлийг сонсдог байлаа: хөвгүүд бололцоогоо ашиглахгүй байна. Тэдэнд ямар ч хичээл зүтгэл алга. Тэд маш түрэмгий. “Тэнэг байх нь сайхан” гэдэгт тэд итгэлтэй байна. Охид урагш цойлж, хөвгүүд ард хоцорч байна.

Охид урагш цойлон гарч байгаагийн шалтгаан оньсого биш юм. Энэ нь багш нар охидын хүсэл эрмэлзлэлийг хөгжүүлэхэд оруулсан хүчин чармайлт, тэдний авьяас чадварыг чөлөөлсний үр дүн юм. Гэтэл хөвгүүд муу үр дүн үзүүлж байна. Тэднийг зөвхөн охидуудтай төдийгүй тэдний хэн болж болохтой нь харьцуулахад, хэрэв өөрсдөө хичээж эсвэл цагаа олсон, зохих тусламжийг авсан бол муу байхгүй. Хэрэв одоогийн хандлага хэвээр үргэлжилбэл манай зууны дунд үе гэхэд даян дэлхийн их сургуулиудад эрэгтэй оюутан огт байхгүй болно.

Үүнд бүхэл бүтэн учир шалтгаан байна. Эрчүүд дунд сургуулийн, ялангуяа бага боловсролын системээс бүрмөсөн алга болсон тул хөвгүүд эрчүүдийн хичээл мэтийн мэдрэмж олж авахгүй байна. Аавгүй эсвэл завгүй аавтай хөвгүүд аав шигээ байхыг эрмэлзэхгүй байна. Үүний оронд тэд үе тэнгийнхнийхээ бүлгүүдэд нэгдэж байна. Харин үе тэнгийнхний бүлэгт бүхэлдээ тэнэг амьтад байдаг юм. Үүний сацуу өнөөдрийн дунд сургуулийн хэв маяг хөвгүүдийн орчинд бараг нийцэхгүй буюу охид бүгдээрээ бэлэн байхад хөвгүүд хараахан бэлэн бус байх насанд чимээгүй сууж, идэвхгүйгээр мэдлэг эзэмшиж, уншиж, бичиж эхэлж байна. Эцэст нь, хөвгүүдийн сургуулийн хүмүүжлийн соёлын чанар болох сэтгэл хөдлөлийн орчин ихэнхдээ айлгах болон аргацаахтай холбоотой байна.

Дунд сургуулийн таван хүүхдийн нэг нь долоо хоног наад зах нь нэг удаа зодуулдгийг дунд сургуулийн танхайрлын мэргэжилтэн, профессор Кен Ригби илрүүлжээ. Найрсаг, хамтач уур амьсгалтай гэрт амьдралаа эхэлсэн хүү өөртөө ийм баримтыг үзүүлж байна: сургуулийн орчинд таатай байхын тулд тэр мачо стилиэр чармайлтаа илэрхийлж, өөрийгөө өшөрхөж хорссон байдалтай биеэ авч явж, охидыг хэл амаар доромжилж, бүр танхайн хэрэгт оролцох ёстой.

Суралцах содон авьяас илрээгүй /эсвэл энэ талаар туслаагүй/ хөвгүүд дээрэлхүүлж, ангидаа багшийн уур хилэнгийн бай болж, сургуулийн хашаанд танхайрах замаар

өөрийнхөө үнэлэмжийг сэргээдэг болохыг Кен Регби өгүүлж байна. Энэ нь хүүхэд насаа эргэн дурсч байгаа эрчүүдийн дийлэнхэд танил бүр “Симпсоныхон” цувралд ч энэ байдлыг тодорхой харуулдаг. Хөвгүүдийг сургуулийн үнэт зүйлсээс цаашид холдоход саад болох, сурагчдад буруушаахгүйгээр хандах шаардлагад түшиглэж байна. Энэ нь танхайрал гаргах хэрэгтэй гэсэн үг яавч биш. Дунд сургуулийн хөтөлбөрүүдийн үр нөлөөг судалсан судалгаанаас үзвэл танхайрлын үзэгдэл бүрийг эсэргүүцэх хэрэгтэй, харин тоглоомын талбай багш байнга байдаг аюулгүй газар байх ёстой. Зарим нэг хөвгүүдийг танхайрах зан гаргахгүй хөгжих боломж олгохын тулд тэдний асуудлыг шийдэж, хэрэгцээг хангахад ялгаа нь оршиж байгаа юм.

Сургуулийн ажилтны харилцааны хүйтэн хөндий, хайхрамжгүй орчин сургууль дээр сурагчдын танхайрал газар авахад нөлөөлдөг гэж профессор Ригби үзэж байна. Ажилтан бусад хүүхдүүдийг айлгаж байгаа хүүхдүүдийг сүрдүүлж байна. Ажилтан хичнээн түрэмгий, захирал, багш нар ч хүйтэн, хайхрамжгүй байх тусам хүүхдүүд бие биедээ хор учруулах магадлалтай байна.

Хүчирхийллийн схемүүдийг хөвгүүдийн амьдралаас урьдаас мэдэж болно. Хүүхдүүдээ, эхнэрээ зоддог эсвэл хүч хэрэглэх зуршлаараа шоронд орсон эрчүүдийг бүр бага сургуульд байхад нь хялбархан таньж байсан билээ. Бага сургуульдаа харгис түрэмгий байсан хөвгүүдийн дийлэнх нь эцсийн эцэст согтуу жолооч нар болж, тэдний учрыг жолоо барих эрхийн үнэмлэх авахаас нь өмнө цагдаа нар олж байжээ.

Авто ослоор амиа алдаж байгаа залуу дунджаар багаар бодоход хоёр хүний - ер нь бол түүнтэй хамт явж байсан бүсгүйн амийг авч оддог болохыг Ньюкаслын их сургуулийн Ричард Флетчер статистик мэдээнд цохон заажээ. Хөвгүүдийн өсөлт хөгжилд анхаарал хандуулаагүйгээс эцэст нь бүгд зовж шаналдаг.

Спорт – бие, сэтгэлийн сүйрэл

Сургууль дээр спорт янз бүрийн хохирол учруулдаг. 1994 онд Квинслендын нэр хүндтэй хоёр сургуулийн хооронд регбийн тэмцээн болоход нэг залуу эсрэг талын багийн тоглогчийг хүчтэй түлхжээ. Нөгөөх нь хариуд нь толгой руу хүчтэй цохисон нь үхлийн цохилт болсон байна. Энэ залуугийн үхэл авчирсан /бүх оролцогчдод/ аймшигтай уй гашуу залуучуудын ажиллагааны шууд уршиг биш, харин хүүхдийн спортын эргэн тойронд насанд хүрэгчдийн үүсгэсэн “амьсгал”, “понтам” юм /ийм байдал дасгал сургуулилтын явцад гимнастикчин охидод хатуу ширүүн харилцаанд ажиглагддаг/. Сургуулийн биеийн тамирын хичээлд оролцож байгаа насанд хүрэгчид спортоос түргэн таашаал авах ёстой залуучуудын сургуулийн төлөө гэдэг /сэтгэл зүйн хувьд эндээс гарч байгаа бүх үр дагавар/. Энэ нь эмгэнэлд хүргэдэг. Эрчүүдийг илүү түрэмгий зан байдалтай болгодог заналхийлэл эсвэл аюулын байдалд аваачихад хөвгүүдийн тестостерон дааврын түвшин ихэсдэг.

Спортын харилцааны төрлүүдэд зарим дасгалжуулагч хүүхдүүдээ шийтгэлгүй үлдэж болзошгүй хүмүүсийг зодож, биед нь ямар нэг хохирол учруулахыг өөгшүүлдэг. Энэ нь хэтэрхий хүндтэй хүмүүс биш, тэднийг тийм удирдлага байсных нь төлөө шившиг болговол зохиолтой. Спорт бол хагас хүний /робот-хүү/ өрсөлдөөнд чиглэсэн их зантай, жигшмээр, түрэмгий, мэдрэмжгүй, хувиа бодсон эрчүүдийн гажигтай хэлбэрийн гол эх сурвалжуудын нэг гэж Сиднейн академич доктор Питер Уэст үзэж байна. Ийм шалтгаанаар олон эцэг, эх бие махбод болон сэтгэлзүйн аюултай холбоотойгоор спортоор хичээллэхэд хоёрдмол сэтгэлээр хандаж байна. Тэгэхдээ спорт зохих нөхцөл байдалд эрэгтэй хүүхдийн амьдралд хамгийн сайнаар нөлөөлж болох юм.

Асуудлуудыг дараахь маягаар мэтгэж болох юм. Өнөөдөр эцэггүй өссөн болон зан байдлын доголдол нь илэрч эхэлж байгаа хөвгүүд бараг бүхэлдээ эмэгтэйчүүдээр хүрээлүүлсэн сургуульд явж байна. Тэд нөхцөл байдалд муу дасан зохицож, сургуулийн эсрэг бүлэг байгуулах хандлагатай байдаг. Тэд голдуу дунд сургуулийн ахлах ангиудад эрчүүдийн үүргийн загваруудтай тулгарахад энэ эрэгтэй загварууд нь өөрсдөө эцэг хүний эсвэл хүмүүжүүлэгчийн зан чанаргүй байх нь олонтаа. Тийнхүү төгс биш хүн төгс бишийгээ удирдаж таардаг. Энэ байдлыг хөвгүүдийг хайрладаг, тэдний боломжийг хардаг, ухаантай эрчүүд болон эмэгтэйчүүд эсэргүүцдэг. Сургууль хөвгүүдийн нийгэмших замыг хангаж болох ба хангаж байна, тэдэнд насанд хүрэх боломжийг олгож байна, үүнд гэр бүлээс нь хамаагүй илүү нөөц бололцоо туслаж байж. Эрчүүдийг дунд сургууль руу татах хэрэгтэй байна, гэхдээ энэ нь зөв сонгосон хүмүүс байх ёстой. Бид хөвгүүдийг мэдрэмтгий, ухамсартай хүн болоход нь туслах учиртай хөтөлбөрийг чангатгах ёстой. Бас бид эр, эм хүйсийн тэнцвэртэй байдлын хөдөлгөгч хүчнүүдийг болон охидтой хүндэтгэлтэйгээр харьцахыг ойлгох ёстой.

Сургуулийг шинэчлэхэд хийх долоон алхам

Багш, захирлуудын бүлгүүд /би болон Рекс Стессижерийн тэргүүлсэн/ Австралийн дунд сургуулийн шинэтгэлийн үндсэн долоон салбарыг тодорхойллоо.

1. Эрэгтэй багш нар дунд сургуулийн сургалтын бүх түвшинд оролцох ёстой.

Одоо дунд сургуулийн бараг бүх түвшинд /ялангуяа бага сургуульд/ багш нарын дийлэнх олонхи нь эмэгтэйчүүд байна. Олон сургуульд эрэгтэй багш огт байхгүй байна. Тэгтэл хөвгүүдийн олонхи нь /гуравны нэг нь байж болох юм/ гэртээ эрэгтэй хүнгүй, ер нь тэдний амьдралд эр хүн оролцоогүй байх юм. Сургууль бол тэдний хувьд эцэг хүнийг орлогч эсвэл сургагч эр хүнтэй байх сүүлийн боломж юм. Уншиж чаддаггүй болон тааруу сурлагатай хүүхдүүдийн ная гаруй хувийг хөвгүүд эзэлж байгаа баримт аюулын харанга дэлдэж байна. Энэ нь дунд сургуулийг алдаатай феминизмчилсны шууд үр дагавар гэсэн сэдвээр бодож үзэж болох юм. Сурах нь эрчүүдийн хийх ёстой ажлын нэг, тэдгээр ажил нь эрчүүдэд сонирхолтой бөгөөд энэ эрчүүд үргэлж хөндий хүйтэн, шүүмжлэгч эсвэл хайхрамжгүй байдаггүй гэдгийг хөвгүүдэд бодит жишээгээр харуулах хэрэгтэй байна. Энэ нь тэд түрэмгий биш, буруу хүмүүжилтэй хүүхдүүдтэй ажиллаж чадах нөхөрсөг, хөвгүүдийг хөгжүүлэх сонирхолтой эрчүүдтэй харилцах, туршлага олж авах цорын ганц боломж байж болох юм.

Бага сургуулийн /сургуулиас гарсан эмэгтэй багш нар ерөнхий боловсролын дунд сургуулийн системийн илүү өндөр түвшинд тэнцвэргүй байдлыг арилгах талаар захиргааны ажил хийж болох юм./ Сургалтын явцад дан эрэгтэй багш нартай харилцах боломжоор бүх хөвгүүдийг /охид/ хангах баталгаатай байхаар дунд сургуулийн хуваарийг бүхлээр нь өөрчлөх хууль гаргах нь нэг хувилбар юм. Ийм арга хэмжээ нь хөвгүүд болон охидын сурлагын амжилтыг хамаагүй дээшлүүлж, дунд сургууль болон цаашдын амьдралд тулгарах асуудлуудыг үлэмж хэмжээгээр хөнгөвчилж болох юм. Ийм бодлого АНУ-ын дунд сургуулиудад, ялангуяа хар арьстнуудын орчинд аль хэдийнэ хэрэгжиж байна.

2. Эрэгтэй захирлуудын үүргийг өөрчлөх

Дунд сургуулиудын захирлуудын дийлэнх нь эрчүүд байдаг. Ийм байх ёсгүй, энэ байдлыг өөрчлөх хэрэгтэй. Хэрвээ захирал эр хүн бол /ихэнхдээ сургууль дээрх цорын ганц хүн байдаг/ тэр хүүхдүүдтэй хамтран ажиллаж чаддаг байх нь чухал. Тэр сургуулиасаа тусдаа, захиргааны ажлынхаа араар нуугдаж эсвэл янз бүрийн шалтгаанаар сургууль дээр байнга байхгүй байх ёсгүй. Түүнд таалагдах эсэхийг мэдэхгүй ч түүний үүрэг бол эцгийн үүрэг, тэр сайн эцэг байх нь чухал.

3. Сургалтын арга барил хөвгүүдийн хүлээж авах орчинд сайн зохицсон байх ёстой

Сургуулиас тавьж байгаа шаардлага олон талаар эмэгтэйчүүдийн хүлээж авах чадварт тулгуурласан байдаг. Сургуулиуд хамтран ажиллахад бэлэн нам гүм, байгууламжийн хувьд бичгийн хуулбарын, нарийн зохицуулсан, үйл ажиллагааны уран сайхны бөгөөд идэвхгүй хэв маягтай байхыг шаардаж, дэмждэг. Бага сургуулийн нарийн зохицуулалт охидынхоос хамаагүй удаан явагддагийг олон судалгаа нотолж байна. Хэрэв эрэгтэй хүүхдүүдээс ижил

насны оксидог өгдөг ажлыг гүйцэтгэхийг шаардвал тэд өөрсдийгөө тэнэг, болхи гэдгийг мэддэг. Хүүхдүүдийн хоорондын соёлын ялгаа нөхцөл байдалтай холбоотой, энэ нь багш бүрт тодорхой байдаг.

Охид хичээлээ амархан ойлгодог бол хөвгүүдэд ихэнхдээ хэцүү, ангидаа байх дэглэмд дасан зохицох, ангийн даалгаврыг биелүүлэхэд тэдэнд хэцүүхэн байдаг. Хөвгүүдийн боловсролд тэдний эрч хүч, хөдөлгөөнтэй байдлыг сургуулийн ханын цаана гаргахын тулд ажиллах орчинг буй болгох хэрэгтэй. Тэдэнд эр хүний зан чанарыг ашиглах, тэднийг дарахгүй байх илүү сонирхолтой бөгөөд жирийн ажил хэрэгтэй. Ганцхан спортоор хязгаарлалгүй шинжлэх ухаан, урлаг, дуу хөгжим, унших, математик гэсэн сургалтын аргыг дэлгэрүүлэх нь чухал. Ийм өөрчлөлтүүдээс бас л оксидууд хождогийг тэмдэглэх нь зүйтэй. Энэ зөвлөмжүүд аль нэг хүйсээр хязгаарлахад бус охид, хөвгүүдийн боломжийг өргөжүүлэхэд чиглэсэн юм.

4. Асуудалтай хөвгүүдтэй тэмцэх шаардлагаас эмэгтэй багш нарыг чөлөөлөх

Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөн хөвгүүдийн олон асуудлыг, ялангуяа хүчирхийлэх хандлага, муухай зан, эцэгтэйгээ харилцах шаардлагаа санаандгүй илэрхийлдэг зэргийг тайлбарлаж өгдөг. Өөрсдийн зан байдлаар нийгэмд уриалга гаргангаа хөвгүүд болон залуус өөрсдийгөө анхаарахыг, дүгнэж шийтгэхдээ хатуу байгааг, гэхдээ хайр хүндэтгэл хүлээсэн эр хүн байхыг шаардлагаа илэрхийлдэг.

Эмэгтэйчүүдийг хүндэтгэдэггүй, ангийнхандаа сурах боломж олгодоггүй, хэцүү хөвгүүдтэй эмэгтэй багш нар ихэнхдээ үр дүнгүй тэмцэл өрнүүлсээр байна. Бүр хамгийн нөлөө бүхий, туршлагатай эмэгтэй багш нарын надад ярьснаар, багш нар эмэгтэй хүн шиг юу нь таалагдахгүй байгааг хөвгүүдээс шууд хүсэх нь хөвгүүдэд хэрэгтэй байгааг багш нар мэддэг гэнэ. Тэд эвлэрч, харилцан бие биенээ хүндэтгэж болох ч энэ хөвгүүд болон залууст өөр ямар нэг юм хэрэгтэй байгааг багш нар мөн л мэддэг байна. Эмэгтэй багш нар өөрсдөө өгч чадахгүй зүйл хэрэгтэй хөвгүүдтэй байнга тэмцэх хэрэггүй. Эмэгтэй багш нарыг илүү ихээр дэмжиж тогтворгүй өсвөр насныхантай муудалцахаас тэднийг чөлөөлөх хэрэгтэй. Тийм хүүхдүүд эрчүүдийн онцгой анхааралд байх ёстой. Энэ нь шийтгэх зорилготой анхаарал байх төдийгүй, өсвөр насныханд өөрийн гэсэн зөв, эрэгтэй хүний дүр төрх буй болгоход чиглэсэн урьдчилсан удаан хугацааны үйл ажиллагаа байх ёстой.

5. Эрэгтэй багш нарыг сургагчийн үүрэгт сургах

Хөвгүүдэд эрчүүд хэрэгтэй-гэхдээ таарсан болгон нь биш. Питер Дуансын Англид явуулсан судалгаанаас үзвэл, хамгийн шилдэг эрэгтэй багш хатуу, хөгжилтэй, шударга, анхааралтай гэсэн дөрвөн чанартай байх ёстой. Тодорхой хариуцлага хүлээсэн, гэхдээ хорон муу санаагүй, өрсөлдөх дургүй, зөв сэтгэлтэй, сайн зохион байгуулалттай эр хүн сургавал хөвгүүд

бусдаас илүү сайн сурдаг. Тэдэнд “өөрсдийнх нь өрөөсөн дугуй шиг” багш таалагддаггүй.

Эрэгтэй багш нар сургагчийн шинж чанаргүй бол үлгэр жишээ болж чадахгүй байх талтай. Үүний тулд тусгай сургалт шаардлагатай. Тухайлбал:

- Хэрхэн зөвлөгөө өгөх болон сөргөлдөөнийг шийдвэрлэх сургалтын тухай.

- Дотно сэтгэлгүй энэ мэдрэмж нь түрэмгийлэл болдог хөвгүүдийг ойлгох тухай.
- Эцэггүй хөвгүүдийн эцгийн хэрэгцээ шаардлагыг хангах тухай - эцэггүй үлдсэн хүүхдүүдийг халамжилж зохих аргуудыг олох.
- Залуучуудын “баатрын эсвэл хорон санаатны” эрч хүчний тухай – эрч хүчээ бүтээлч гольдролд хэрхэн оруулах тухай.
- “Хэцүү хайрыг” давах дадлын тухай – дэг журам сахиулах хэрэгсэл болгон айлгах арга хэрэглэхийн оронд асуудлыг бодож шийдэж сургах тухай.

6. Багш нарын холимог багийг ашиглах

Эрчүүд болон эмэгтэйчүүд хамтдаа ажиллаж, үүнийг амжилттай хийж байсныг охид хөвгүүдийн олонх нь хэзээ ч хараагүй.

7. Хүйсийн эрх тэгш байх тухай хөтөлбөрүүд – хөвгүүдэд ч бас

Олон сайн феминист – багш нар охидод ахиц дэвшил гаргах болон хөвгүүдийг хөхиүлэн дэмжих үйлст нэг зэрэг үнэнч байх аргыг олсон байна. Түүгээр ч барахгүй эхчүүдийн ярьж байгаагаар, тэдний хөвгүүд бүр цэцэрлэгт байхдаа тэд хөвгүүд учраас л доромжлуулдаг гэсэн сэтгэлтэй болдог. Хөвгүүд олон асуудлыг танилцуулж болох ч тэд хэцүү, муу хүмүүжилтэй эсвэл түрэмгий болохыг дэмий хичээдэггүй. Хөвгүүд өөрсдийгөө доогуур үнэлж охид шиг орчиндоо дасан зохицох чадваргүйн улмаас занганд ордог. Үүнийгээ орчин тойрныхондоо үзүүлэх тэдний чадвар ихээхэн асуудал болдогт ялгаа оршиж байна. Зарим феминист багш нар “хөвгүүдэд илүү анхаарал тавих – ямар учраас тэдэнд онцгой анхаарал тавих хэрэгтэй юм бэ?” гэж ярьдаг. Гэвч баримт бол баримт: хэрэв бид асуудлыг шийдэхийг хүсвэл бид хоёр төгсгөлөөс нь түүн рүү орох ёстой. Охидын дийлэнх нь хөвгүүдтэй танилцаж, эр хүнтэй гэрлэж, эрчүүдтэй хамт ажиллахыг хүсдэг. Хэрвээ хөвгүүд зохих ёсоор өөрчлөгдөхгүй бол охидын хувьд байдал сайнаар өөрчлөгдөхгүй.

Эчүүдийн эхлэл баталсан, эрчүүд болон эмэгтэйчүүдийн хэрэгжүүлэх хөвгүүдэд зориулсан тодорхой хөтөлбөр хэрэгтэй байна. Энэ хөтөлбөрүүд хөвгүүдийг амиа авч гарах, сургууль дээр, ажил дээр, гэр бүлд нийгмийн эрх хэмжээгээр нөхрүүд болон аав нарын хувиар хангах болно. Хөвгүүд эцэгтэйгээ хамт сурч, сургуулийн хөтөлбөрийн хүрээнд бага насны хүүхдүүдийг халамжилж сурах хэрэгтэй. Үе тэнгийнхний дэмжлэг болон дундаж насны сургагчийн ажил нь муугүй жишээнүүд юм. Хөвгүүд өөрсдөө удирдлагаа болгодог хөтөлбөрийг өндөр үнэлдэг бөгөөд тэдний зан байдал мэдэгдэхүйц сайжирсан нь мэдгдэж байна.

Төгсгөлд нь

Эдгээр долоон санааг эмэгтэй багш нар маш их таашаасанд бидний сэтгэл хангалуун байна. “Тийм ээ, бидэнд дутагдаж байсныг тодорхойлон бичсэн байна”, “Охидод гарч эхэлсэн зүйлд нэмэр болохын тулд бид хөвгүүдтэй ямар нэг юм хийх ёстой”, “Бурхны авралаар одоо бидэнд ямар нэг хариултууд бий боллоо” гэж тэд ярьж байна.

Хоёр хүйсийнхэнд тааруулж “Би чамаас муу байна” гэсэн улиг болсон дууг эцэс төгсгөлгүй тоглохын оронд бид хөвгүүд болон охидод янз бүрийн тусламж хэрэгтэй байгааг хүлээн зөвшөөрч болох юм. Одоо цагт сурагчидтай нэгэн ижил харьцаж байгаа сургуулиуд аль нэг хүйст шударга бус байна. Эдгээр жишээнүүдийн заримыг нь ч болов хэрэгжүүлбэл хөвгүүдийн байдал сайжирч, тун удахгүй нийгмийн бүх давхаргад эрхэм залуус гарч ирэх болно.

Хоёр үгээр

Сургууль хөвгүүдэд азгүйдэл, айдсыг цөөнгүй төрүүлдэг. Бид дараах аргуудаар сургуулийг хөвгүүд байж болох илүү таатай газар болгож болох юм:

Багш нарын тусламж болон сурагчдын оролцоотойгоор танхайн үйлдэл болон хүчирхийллийг зогсоох замаар тоглоомын талбайг илүү аюулгүй газар болгох;

Ялангуяа бага сургуульд эрэгтэй багш нарт тохирох орон тоо буй болгох;

Спортын хэт өрсөлдөөнийг зогсоож, спортыг таашаал авах, өөрийгөө хөгжүүлэх болон биеийн бэлтгэл хийхэд дахин чиглүүлж, цөөхөн хүнд спортын алдар хүндэд хүрэхэд зориулахгүй байх;

Хөвгүүдийн сэтгэл хөдлөлийг хөгжүүлэхэд сургагчдын үүргийг биелүүлэх, эцэг эхтэй хамтарсан арга хэмжээ авахад багш нарт туслах /сургууль, гэр бүлийн үргэлжлэл байх, бас анхаарлын голомт байх болон “бүх хөвгүүд” бай байх үүднээс/.

Есдүгээр бүлэг.

Сэтгэлд нийцсэн ажил олох

Эрчүүд ажиллах дуртай. Үдэш орой болсон хойно хотын захаар явбал гэрэл нь ассан гараашуудыг хэзээд харж болно. Тэнд эрчүүдийн бүлгүүд хуучин машинаас ямар нэг зүйл өргөн гаргаж сольж, засч байна – энэ бүхнийг маш их дур хүслээр хийдэг. Энэ ажил бүр шөнө орой болтол үргэлжилдэг. Ажлын байрандаа тавилга хийх эсвэл төмөр боловсруулах ажлыг бусад нь хийж байна. Нэг их сонирхол татахгүй зүйлийг бүтэн өдөржин ажил дээрээ хийсэн энэ эрчүүдийн дийлэнх нь орой жинхэнэ сонирхлыг нь татах ажилдаа бүх хүсэл ухаан санаагаа зориулдаг. Дунд ангийнхны анхаарлын төв орон сууцаа шинэчлэхэд төвлөрдөг – орон гэрээ эцэс төгсгөлгүй сайжруулах нь 25-50 хүртэлх насныхны амьдралыг дүүргэж бид бууж өгч эхэлдэг ч дахиад л эргүүлэгт ордог! Бусад улсад /жишээлбэл Англид/ тоглоомын цахилгаан галт тэрэг бүтээхээс эхлээд цахирмаа цэцэг тарьж ургуулах хүртэл, өмхий хүрэн үржүүлэхээс эхлээд Шекспирийн жүжгийн дүр бүтээх хүртэлх хачин жигтэй хобби элбэг байдаг – энэ бүхэн эрчүүдийг тэндхийн өдөр тутмын залхмаар нэгэн хэвээс ангижруулж байна.

Нөхөрлөл

Жин Лидлофф “Континумын зарчим” гэдэг гайхалтай номондоо хүрхрээ дамжин голын урсгал сөрөн дээш ухааж хийсэн завиа татаж гаргадаг Амазоны индиан эрчүүдийг тодорхойлон бичсэн байдаг. Энэ нь олон цаг авна. Тэд сүүлийн хүрхрээгээ давж байтал тэдний нэг хальтирч хүнд завь бусдыг нь шидэлж, дараа нь урсгал голын дагуу доош хэдэн зуун метр зайд авч одно. Хэдийгээр заримынх нь бие хөх няц болсон ч эрчүүд чангаар инээлдэнэ. Бие биенээ зоригжуулж хорхойг нь хөдөлгөөд тэд бүхнийг эхнээс нь эхлэхээр хальтирамхай чулуугаар доош бууна. Лидлофф Амазоны эрэгтэйчүүд болон эмэгтэйчүүдийн сэтгэлийн тайвныг, бүгд хуваалцдаг тэдний амьдралд хандах хандлагыг хачирхаж, өөдрөг сэтгэлээр хүмүүжсэн хүүхдүүдийг нь гайхжээ.

Мянга мянган жилийн турш хүмүүс бие биенээ шагшин гайхаж, ялангуяа эмэгтэйчүүд эрчүүдийн хийсэн зүйлийг бахдаж байсныг бид мэднэ. Эмэгтэйчүүд аюултай газрыг даван туулах, хүрхрээг давах эр зориг гаргах, зэрлэг бодон гахай унагах хэрэг гарахад эрчүүдээс тусламж хүсч байсан. Хэрэв эрчүүд ажлаа сайн хийвэл эмэгтэйчүүд хүүхдүүд тайван унтаж чаддагыг /одоо өөрчлөгдсөн/ бүгд мэддэг. Хайр татдаг байсан эрчүүдийн эрч хүч цаашид шаардлагагүй болжээ.

Эрэгтэйчүүдийг далай гатлахын тулд завинд суудаг гайхалтай санаачилгатай байдалд нь, чулуурхаг уулын бэлд ферм байгуулж шинэ ажил бодож олдог, бүгдийг эхнээс нь боловсруулан чадварлагаар хийдэг, урьд нь хийж байгаагүйгээ хийж байсанд нь дурлаж байжээ. Залуу викингүүд /эртний Скандинавын тэнгисийн цэрэг/ өөрсдийгөө ер бусын аргаар бэлтгэдэг байжээ:

Сэлүүрчид завин дээрээ суун сэлүүрдэж байхад тэд сэлүүрийн ирмэгээр явдаг байна.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

Шаргуу ажил түүнээс авах таашаал эрчүүдийн хувьд жирийн хэрэг байсан. Гэтэл одоо ажил яагаад ч юм үнэ хүндгүй болжээ. Д.Х.Лоуренсийн тодорхойлон бичсэнээр үйлдвэржсэн Английн эрчүүд нүүрсний уурхайд ажиллаж байхдаа бие биетэйгээ харилцахаас таашаал авч, тэдний хооронд нөхөрсөг харилцаа тогтож, тэд гэр бүлээ тэжээгч гэдгээрээ бахархаж байжээ. Дараа нь заавал дунд сургуулийн боловсрол эзэмшдэг болж, эцэгтэйгээ мөр зэрэгцэн ажиллахын оронд хөвгүүд сургуульд явах болжээ. Тэнд “цагаан захтан” эрэгтэй багш нар тэдэнд аавынх нь хөлстэй биеийн хөдөлмөрийн хүнд ертөнц доромж, хэрэв хөвгүүд сайн сурвал цэвэр, боловсролтой “илүү өндөр” ертөнцийн тухай мөрөөдөж болно гэж сургаж байжээ. Энэ “түвшний өсөлт” албан хаагчийн тушаалд бичгийн ширээний ард сууж, уйтгартай ажил хийн бүх насаа өнгөрүүлэхийг илтгэсэн баримт юм. Үүнийг “Боловсронгуй болгох” хэрэгтэй байв. Цэвэрхэн үлдэж, хэзээ ч биеийн ачаалал үүрэхгүй байх нь ямар нэг “буянтай үйл” байлаа.

Хүлээстэй байвал сайн

Аугаа билэг тэмдэг удалгүй хүмүүсийг хуваасан. Тийм билэг тэмдгүүдийн нэг нь зангиа байлаа.

Хувийн ганц түүх. 1979 онд би Нэгдсэн Вант Улсад суралцах сулхан найдвар тавьж Черчиллийн тэтгэлэг авах өргөдөл өглөө. Намайг ярилцлагад урив. Тэгэхэд би 26 настай, бодит

байдлыг хэт сайшаагч байсан ч олон талаар хиппи, үймээн дэгдээгч, нийгмийн хувьд чадваргүй залуу байлаа. Гэрээсээ гарахаас хэдхэн минутын өмнө би гэнэт юу өмсөхөө бодлоо. Би задгай захтай цамцыг бараг сонгож байтал гэнэт миний толгойд өөр бодол орж ирлээ. Замаараа би найзынхаараа орж түүнээс зангиаг нь гуйж, зүүж аваад ярилцлага руу явлаа. Би тэтгэлэг авлаа! Миний аз дайрлаа.

Энэ явдал жижигхэн хотод болж тохиолдлоор комиссын гишүүдийн зарим нь миний ажлыг мэддэг, гэхдээ би зангиагүй байсан бол хэзээ ч тэнцэхгүй байсан гэж бодож байна.

Зангиа ямар нэг маш гүнзгий – зохицох эсвэл эрхшээлд ороход бэлэн байгааг билэгддэг. Өдөр бүр шүүхийн байшингийн ойролцоо та урьд нь хэзээ ч ингэж хувцаслаж байгаагүй мэт харагдах костюм өмсч, зангиа зүүсэн хүмүүсийг харна. Үүгээрээ хэнийг ч хуурахгүй. Намбатай хүн байхыг хүсч байгаа мэт харагдах шаардлагыг костюм өмсөгч нар болон шүүгч нар бүгд мэдэж байгаа. Өөрөөр бол өөрөө тогтолцооны хараал хүргэх гэсэн үг юм. Гэхдээ костюм, зангианы билэгдлийн утга нь маш тодорхой. Энэ нь “Хараач, би дүр эсгэхэд бэлэн байна. Би хувь – хүү болно” гэсэн утгатай юм.

Ажил дээр зангиа зүүх нь “Би таагүй байдалтай эвлэрэхэд бэлэн байна”, тийм маягаар “Би энэ ажлыг авч хамгаалахын тулд ямар ч доромжлолтой эвлэрэхэд бэлэн” /би таны гутлыг зангиагаараа цэвэрлээд өгч болох уу?!/ гэсэн үг. Зангиа гэдгийг ойлгох нь маш чухал. Энэ бол боолын хүзүүвч юм.

Албан тушаалын шат ахих нь чөлөөтэй болох биш, үнэндээ яг эсрэгээр байдгийг хэтэрхий хожуу ч гэсэн олон эрчүүд аль хэдийнэ мэддэг болжээ. Хэрэв та ажилчин, “цэнхэр захтан” бол компанид таны бие хэрэгтэй, таны сэтгэл зүрх танд харьяалагдана. “Цагаан захтан” өөрийн зүрх сэтгэлээ өгөх ёстой. “Хил дээр амьдрагсад” кинонд зэрлэг эрчүүд хамтдаа сууж хагас, бүтэн сайныг цэцэрлэгийнхээ өвсийг хадах, машин угаахад зориулдаг хөөрхий цагаан арьстны тухай шог яриа ярьцгааж байгаа тухай гайхалтай хэсэг бий.

Тэнд зөвхөн зангиа төдийгүй нэг ижил хувцасны тухай ярив. АНУ-д бичиг цаастай зууралддаг ажилтай, ажил хэрэгч ертөнцийн уйтгарт ажилтай эрчүүдийг илэрхийлдэг олон утгатай үг бий. Ийм хүмүүсийг костюмны гол гэдэг. “Хөөрхөн хүүхэн” киноны саятан гэрээ байгуулчихаад, гэрээний нарийн ширийнийг костюмны голуудад үлдээдэг. Костюмны голууд /түүнийг өмсдөг эрэгтэйчүүд/ өнгөгүй, түүнийг өмсч байгаа хүмүүст өөрийн гэсэн онцлог байхгүйгээрээ онцлогтой.

Хот хооронд өглөөний долоон цагийн, эсвэл оройн нисэх онгоцонд суугаарай – хотоор ийш тийш явах саарал нүүртэй ижилхэн хичнээн эр байгааг хараад та гайхна – “удирдагч хүний” амьдралын гайхалтай хэв маяг тийм юм. Тэд нэг эсвэл бизнес ангиллаар нисч, онгоцноос түрүүлж бууж, тусгай үйлчилгээний танхимыг чиглэдэг, гэхдээ эрүүл ухаантай нэг ч хүн тэдэнд атаархахгүй. Энэ нь хуурай, баяр баясгалангүй амьдралтай тусгай эрхтэй тайганууд юм.

Зээлийн хавхнаас болгоомжлоорой

Яагаад ийм юм болоод байна вэ? Ухаантай хүмүүс яагаад занганд ороод байна вэ? Эцсийн эцэст, хэн ч биднийг ийм хархны өрсөлдөөнд орохыг шаардаагүй. Гэхдээ манай тогтолцоо эрчүүдийг хазаарлах гайхалтай аргатай - үүнийг зээл гэдэг. Уг санаа нь сайхан, гэхдээ буруу чиглэлээр явжээ. Зээлийг банкныхан бүтээгээгүй – уг санаанд нь өөрийн гэсэн урт уламжлал бий. Шинэ Гвинейд хуриманд оролцогчид жишээлбэл, их хэмжээний гахайн мах, жимс идсэний өрийг сүйт залуу хуримын ёслолын дараа бүх насаараа төлөх болдог. “Гэрч” кинонд үзүүлснээр, меннонитууд нэг өдөр гоё том амбаар барихын тулд хэдэн зуугаараа цугладаг. Энэ гоё барилгын эзэд болсон залуу гэр бүл бүх амьдралаа талбайд ажиллаж өнгөрүүлнэ гэдгээ мэддэг. Тосгон даяараа залуучуудад туслаж, одоо залуучууд амьдралынхаа турш амбаар баригч олонд туслана. Харилцан үүрэг хүлээн харилцан бие биенээ дэмжих энэ тогтолцоо тэднийг эдийн засгийн уналтаас сэргийлж, хэдэн зууны турш гэр бүл салалт бага байх боломжийг бүрдүүлжээ. Бидэнд ч бас бие даасан амьдралын бүр эхнээс өөрийн гэсэн орон сууцтай болох боломж олгодог, түүнийхээ өрийг бүх насаараа төлдөг барьцааны тогтолцоо бий. Ард түмнийхээ өмнө биш, харин байгууллагынхаа өмнө /ажлаа алдана, үргэлжлүүлэн төлж чадахгүй, өрөвдөх сэтгэлгүй байгууллага таныг байшингаас чинь хөөн гаргана/ та өртэй. Ийм амин чухал ярилцлага хийхээр банк руу яваад та /зангиагаа мартав!/ хэдэн зуун мянган доллартой гарч ирнэ. Энэ бол гайхамшиг! Гэвч танд яриангүй огт өөр зүйл болно. Та гэдсээ банкинд үлдээгээрэй! Банкны удирдлага гэдсийг чинь урт хүзүүт сав руу хийгээд, бусдын гэдэстэй хамт сейфэнд түгжиж орхино! Хэрэв хэзээ нэгэн цагт чи ямар нэг эрсдэлтэй, сонирхолтой, эсвэл зоригтой зүйл хийхийг хүсвэл та үүнийг бүү хийгээрэй, учир нь таны гэдэс нарийн шүү!

Эрх чөлөөтэй байхын тулд та ямар нэг аргаар энэ занганаас зайлсхийх ёстой. Жишээлбэл, сууц хямд байдаг хотоос зайдуу газар аж төрж болно. Хөршүүдтэйгээ өрсөлдөхгүй, гудамжиндаа хамгийн хуучинд тооцогдох машин унаж болох юм. Хүүхдүүдээ хувийн сургуульд сургахын оронд тэдэнд илүү их цаг зориул. Жилийн чөлөө авч болно, бүгдийг сайтар бодох хэрэгтэй!

Сэтгэл зүрхтэйгээ дахиад ажилла

Ажил өөрөө хор учруулдаггүй. Эрчүүд ажил хийх дуртай. Ажлын онцлогт асуудал байгаа юм. Хэрэв ажлыг ялгавал та ажилдаа сэтгэлээ зориулж чадахгүй, ажил таныг ална. Эрэгтэй хүн хэд наслах талаар хамгийн бодитой үзүүлэлт түүний ажилдаа дуртай байгаа эсэхээс шалтгаална. Бодитой зорилгогүй бөгөөд хувийн хяналт хангалтгүй байх нь энд гол асуудал юм.

Бидний өвөг дээдэс хөгжилтэй ажиллаж, дуулж байсан. Тэд ангийн шувууны хойноос хөөцөлдөн таашаал эдэлж, ямс ухаж гаргахдаа мөр зэрэгцэн ажиллаж, эсвэл мод, дүүрэн зөгийн бал олоод баярладаг байжээ. Бүх нийтээр бичиг үсэг тайлагдах хүртэлх цаг үеийн тухай ямар нэг баримтат кино, эсвэл архивын материалыг үзээрэй – та өөрөө үүнийг храх болно. Амьдрал ихэнхдээ хүнд хэцүү байсан, гэхдээ баяр баясгалангүй байсан хүн ховорхон байсан. Цагийн эрхээр соёлт амьдралаас ой руу болон эрэг рүү шилжиж, харин хүмүүс тосгон руу, хот руу шилжин суурьшсан.

Бусдын тушаасныг бид хийж, ажил улам бүр дургүй хүрэм болсон. Хүний сэтгэл хөрж, амьд үлдэх шаардлагын улмаас өөрөө өөртөө захирагдаж байлаа. Өнөөдөр ажил илүү тав тухтай нөхцөлтэй болсон ч урьдын адил ямар ч сэтгэл байхгүй байна. Энэ нь урьдын адил амьдралаас салангид – жинхэнэ амьдралын оронд таны тэвчиж байгаа ямар нэг юм - ажил, тээвэр, ажлын дараа сэргэхээс үлдсэн цагт гаргаж өгсөн амьдрал! Ажил өнөөдөр бидний амьдралын хамгийн гол руу буруу шаантаг шааж байна. Байдлыг эрүүлжүүлэх цаг болжээ.

Өнөөдөр хүмүүсийн дийлэнх нь, эрчүүд болон эмэгтэйчүүд өөрсөддөө тийм ч их таалагдахгүй, хийх шаардлагагүй ажил эрхэлж байна. Намайг өсвөр насны хүүхэд байсан тэр үед дунд сургуульд “ажил албан тушаалын лавлах бичиг” хөтөлбөрийг оруулах санаа хэрэгжиж байсан. Энэ санааны зорилго нь сурагчид өөрсөддөө таалагдсан зүйлийг сонгоход нь туслах явдал байлаа. Гэвч бид жинхэнэ зорилго нь огт өөр байсныг бүгд бүүр түүр мэдэрч байв. Сайхан амьдрал худалдаж авахын тулд бид сайн ажиллах ёстой ч энэ лавлах бичгийн утга нь тэсэхийн тулд сайн цалинтай ажлыг бид сонгоход оршиж байлаа. Ажил гэж үүнийг хэлнэ. Өөр юуны төлөө ажиллах билээ /ядаж тэр өдрүүдэд хүмүүст сонголт байсан. Ажилгүйдлийн одоогийн түвшинд ямар нэг ажилтай болох нь онцгой эрх бөгөөд голомттой байх нь нүгэлд тооцогдож байна/.

Хүн төрөлхтөний энэ хямд үнэлгээтэй бид тэмцэх ёстой – тийм хямд үнэлгээг хүлээж авахгүй байх, түүний хорыг хүүхдүүддээ нэвтрүүлэхгүй, хүүхдүүдийн хүүхэд насыг үгүй хийлгэхгүй, эдийн засгийн хямралын харанхуй мананд живүүлэхгүй байх ёстой. Сэтгэлд нийцсэн ажил олоход залуу хүний зорилго оршино. Таалагдсан ажлаа олсон хойно та үр дүнг үзэхийн тулд хангалттай ажиллаж сурах ёстой. Тэгвэл та нэг бол аз жаргалтай, нэг бол баян бөгөөд аз жаргалтай болно! Гол зорилго нь танд үнэхээр таалагддаг ажил байх учиртай. Тэгвэл та өглөө бушуухан ажилдаа очих гэж орноос үсрэн босно. Энэ нь таныг бодож сургасан шиг тийм ч хэцүү биш.

Сонирхолтой ажлын найман түвшин

Доор таны ажил хэргийн байдлыг дүгнэх найман шалгуурыг гаргалаа. Хэрэв тэдгээрийн ядаж нэгэнд хүрсэн бол та өөртөө сэтгэл хангалуун байх болно. Хэрэв та уйдаж байгаа бол, хэрэв та ажил дээрээ бэрхшээлтэй тулгарч байгаа бол үйл ажиллагааны ээлжит шатанд шилжээрэй. Энэ шалгуурууд өөрийгөө бусадтай харьцуулахад зориулагдаагүй. Энэ бол бие даасан баатарлаг үйлсийн хэмжүүр. Тархи толгойны гэмтэл авсан, бие даан сурч байгаа хүн хамгийн алдартай генералаас илүү эр зоригтой болохоо харуулна.

1. Та өөрийн хувь нэмрээ оруулж байна уу?

Энэ нь бага наснаас эхэлдэг. Гурван настай хүүхэд хүртэл гэр орноо цэвэрлэхэд хувь нэмрээ оруулж болно, оруулах ч ёстой. Та гэртээ сууж байгаа, эрхэлсэн ажилгүй залуу байлаа ч гэсэн гэр бүлийнхээ ерөнхий байдлыг сайжруулахын тулд ямар нэг юм хийж болно. Та бага насны хүүхдүүдийг харж хандаж, хоол унд бэлтгэж, гэртээ ямар нэг юм засч, талбайдаа ногоо тарьж, боломжоороо сурч, аялж, энэ ертөнцийн тухай шинэ зүйл олж мэдэж болох юм. Та авч байгаадаа төдийгүй өгч байгаагаараа бахархаж болно. Энэ том бизнес Австралийг хямралд оруулж байсныг санаж байна уу? Бидэнд өөрийн нэр хүндээ өргөж чадах хүмүүс илүү их хэрэгтэй байна.

2. Та өөрийгөө тэтгэж чадах уу?

Хэрэв та ажилтай, эсвэл ямар нэг орлоготой бол та өөрийгөө тэжээн тэтгэж чадахгүй бусдыг халамжлахад зориулж болох улсынхаа нөөц баялгаар амьдрахаа аль хэдийнэ больжээ. Та нийгэмд бүү дараа болоорой. Энэ хоёрдугаар алхам. Хэрэв энэ бүхэн таны хийж чадах зүйл бол та аль хэдийнэ амжилт олоод эхэлжээ.

3. Таны ажил бусдын амьдралыг өөд татаж байна уу?

Нэр хүндгүй олон ажил, жишээлбэл, автобусны жолооч, дэлгүүрийн эзэн, эмчийн дэргэдэх бүртгэгч олон зуун хүний амьдралд асар ихээр нөлөөлдөг. Таны бодит ажил хүмүүст үйлчлэх гэдгийг ухамсарлан та үүнийг өөртөө сонирхолтой, найрсгаар хийж /шаардлагатай ажлыг механикаар хийх төдийгүй/, харилцаж байгаа, түүнчлэн харилцан ажиллах хүмүүстээ эерэг нөлөө үзүүлж болно.

4. Та бусдыг тэжээгчийн үүрэг гүйцэтгэдэг үү?

Таны ажил маш хэвийн байсан ч бусдыг дэмжих боломжтой бол энэ чинь том амжилт. Тэжээгчийн хувиар таны буй болгосон халхавчин дор эхнэр, хүүхэд, гэр бүл амжилттай ажиллаж эхэлж чадах ба хожно. Та амьдралаа болон хожим ирэх үеийнхнээ дэмжээрэй.

5. Таны ажил бусад хүмүүсийн ажилд шаардлагатай дэд бүтцийг буй болгож байна уу?

Таны ажил өөр ажлыг буй болгодог уу, удирдлага болон бүтэц, бусад хүмүүсийг өсч дэвжих боломжоор хангадаг уу? Таны ажил эсвэл бизнес бусдад зориулсан, эсрэгээр үүсгэхгүй байж

болох цүнхэл үүсгэж чадах уу?

6. Та бусад хүний амьдрал, ирээдүйг сайжруулж сургаж, хөгжүүлдэг үү?

Хэн ч амьдралаа ажлын туршлагатай эхэлдэггүй. Ажил дээр бид бүхэнд дарга нар төдийгүй сургагч, аавыг орлох хүн хэрэгтэй. Бидний сонирхлыг дотноор хүлээн авах эрчүүд болон эмэгтэйчүүд хэрэгтэй. Танд хамтран ажиллахад таалагдах тийм даргын зан чанарын тухай суугаад бичээрэй. Дараа нь та өөрөө энэ зан чанарт нийцэх эсэхээ дүгнээрэй. Сургагч болон найз нөхөд байх боломж аль ч ажилд илүү тохиромжтой тал болж болох юм.

7. Таны ажил байгалийг, хүмүүсийг болон тэдний амьдралыг хамгаалахад тус болдог уу?

Эмч хүн багаар бодоход хор учруулахгүй байх эртний үүрэгтэй. Хэрэв бид бүгд энэ зарчмыг ажилдаа хэрэгжүүлсэн бол энэ нь сонирхолтой байх байсан байх.

Жишээлбэл, Европт хориглодог, гэхдээ Австралид хүчтэй лоббигоор хамгаалагдсан, хөдөө аж ахуйд хэрэглэдэг химийн хэрэгслийн албан ёсны төлөөлөгч бол та өндөр орлого олж болно. Хууль үүнийг танд хориглохгүй, гэхдээ ямар нэг үндсээрээ буруу зүйлд оролцож байгааг / Аушвицийн гагнуурчин шиг/ нь танд ойлгомжтой. Дэлгүүрийн ухамсартай эзэн бүгдэд дэс дараатай тамхи худалдахаас татгалзаж чадах уу? Дэлхийд ямар кино хэрэгтэй байгааг кино студи асуух уу? Зар өгөгч зар сурталчилгаа нь ямар төрлийн байж болохыг сонирхоно. Дэлхийд ямар мэдээлэл цацахаа сэтгүүлч эргэцүүлэн боддог. Жинхэнэ эр хүн эдгээр асуудлыг бодох ёстой. Зүгээр амжилтад хүрэх нь хангалтгүй. Амжилт юунд оршиж байгааг та өөрөөсөө асуух хэрэгтэй.

8. Таны хийж буй юм хосгүй байж, дэлхийд нөлөөтэй байхын тулд төрөлхийн авьяас, чадвараа ажилдаа хэрэглэж байна уу?

Фред Холлоуз нүд эмчилж чаддаг бөгөөд үүнийгээ дэлхийн хэмжээнд бусдаар хийлгэх ажлыг хэрхэн зохион байгуулахаа мэддэг. Жон Леннон дуу зохиож чаддаг. Хошин шогийн жүжигчин Глин Николин болон Энтони Акرويد нар хүмүүсийг зүгээр нэг гаднаа инээх төдийгүй, бас тэднийг дотроо баясахад хүргэж байсан. Зарим хүмүүс гэмт хэргийг илрүүлж чаддаг бол бусад нь өвдөлтийг намдааж, зураг зурж, хийл хөгжим хийж, нохой сургаж, далайн давалгаагаар гулгаж, бөмбөг өшиглөж, цемент түрхэж, гоё байшин зохион бүтээж, шинэ шинэ хууль гаргаж чадна. Таны ажил - амьдралд оруулж байгаа бүтээл бол та гайхалтай ажил хийж байна гэсэн үг.

Хүн бүр сэтгэлийг нь хөдөлгөж байдаг уран бүтээлийн эрч хүчтэй. Энэ ямар хүч болохыг хэрхэн тодорхойлж болох вэ? Та өөрөө ойлгоно – илэрхийлж хэлээгүй шаардлагыг та гадагш гаргахгүй бол таны дотрыг хөндүүрлүүлэх болно. Бага багаар эхэл, таныг хааш нь аваачихыг хараарай.

Нэг л ажил, гэхдээ өөр хандлага

Үнэндээ олон хүний хувьд тэд хийж байгаа ажлынхаа утга учрыг олоход асуудал байгаа юм. Үл хөдлөх хөрөнгийн үнэнч ажилтан, хуульч, улс төрч, эмч ч байж болно. Гэхдээ тийм хүмүүс урьдын адил дүрмээс гадуур байдаг. Өөрийнхөө ажлын тухай бодоорой. Та өөрийгөө “би” гэж тодоор ялгаруулахын тулд таныхтай адил төрлийн уламжлалт ажлын гадаад илүү заншлыг хэрхэн халж чадахсан бол? Надад архитекторч мэргэжилтэй найз байдаг юм. Тэр төслийн сүүлийн хугацааны зарчмыг “үхлийн шугам” гэж нэрлэснийг эрс няцаагаад, “амилах шугам” болгож байгаагаа үйлчлүүлэгчиддээ шууд зарласан байна. Өөрөөр хэлбэл, захиалга хэрэгжихийн хирээр хэлэлцдэг бодит байдлын, гэхдээ уян хатан хуваарь юм. Үр дүн нь үргэлж илүү чанартай даалгавар байдаг.

Тэргүүлэх чиглэлийнхээ түрүүнд ажилтныхаа тушаал дэвших асуудлыг тавьсан банкны нэг даргыг би мэднэ. Будилж орхисон настай эмэгтэйд хичнээн зөөлөн, анхааралтай хандаж байгаа хорь орчим насны эрэгтэй худалдагчийг би харсан, миний нулимс гүйлгэнэсэн шүү. Энэ хүмүүсийг хэм хэмжээнд оруулдаггүй, тэд төвөгтэй байдлыг гайхамшиг болгон хувиргадаг.

Бүх ажлыг ингэж хувиргаж болохгүй байх. Гол утгаараа

сөрөг үйл ажиллагаа бий, жишээлбэл, улс төр, одоо энэ хэрэглэгдэж байгаа байдлаараа, мөн чанар нь хор хөнөөлтэй буюу өөрөө өөртөө шударга биш, паранойя /мэдрэлийн өвчин/ хөдөлгөдөг худалдааны зарим төрөл шиг ажил юм. Дамаск орох замд гэгээн Павелд тохиолдсон шиг “Би явлаа” гэж хэлэх цаг болж байна.

Капитализм коммунизмыг даван туулсан, гэхдээ энэ нь бүгд сайн ажиллаж байна гэсэн үг биш. Чухамдаа Шумахераас эхлээд Гэлбрейт хүртэл их чадвартай тайлбарлагчдын хэлснээр, капитализм хорт хавдар шиг байнга өсч байх ёстой, калифорничууд шиг бүгдээрээ амьдрах хүсэлтэй байна гэсэн үг. Дэлхий үүнийг тэсвэрлэхгүй байж болох юм. Хэрэв үндсэн чиглэлийн эрчүүд улам бүр их олж, үрдгээ хийсээр байвал дэлхий зүгээр л багтарч үхнэ. Эдийн засгийг эрүүл ухаанаар харвал үйлдвэрлэлийн бүтээмжийн асуудал, бас хулгай, өөрөөр хэлбэл, ядуучуудаас мөнгө аваад баячуудад өгөх ажиллагаа юм. Одоо өөрөө зоргоороо байхын тулд ирээдүйгээ дээрэмдэж байгаа хэрэг. Амьдралын эзэн өмч хөрөнгөнөөсөө бус, бага юманд сэтгэл ханаж, амьдралаас таашаал авч сурвал тэр цагт тогтвортой, өөртөө хүрэлцэхүйц, үр нөлөөтэй, хүмүүсийг хохироохгүй капитализмын дараах эдийн засгийг бүтээх боломжтой болно. Энэ цагт амьдрахад хамаагүй таатай байх болно.

Тэтгэвэрт гарах – доромжлол ба үрэлгэн зан

Хэдэн жилийн өмнө би Лисмороос холгүйхэн эрчүүдийн цуглаан дээр Кимберли зэрлэг омгийнхны ахлагч Дэвид

Мовалжарлайгийн хэлсэн үгийг сонслоо. Уламжлалт нийгэм дэх эрчүүдийн амьдралын мөчлөгийн тухай ярьсан юм. Өндөр настай зэрлэг хүмүүс тэтгэвэрт гардаг эсэх талаар тэнд байсан хөгшчүүлийн нэг /цагаан арьстан/ асуулаа. Дэвид инээгээд, жил бүр түүний хүмүүсийн зохион байгуулдаг ёслолын ажиллагааны талаар тодорхой ярьж өгөв. Энэ ёслолын ажиллагааны үеэр омгийн удирдагч бусдаас илүү хүчтэй хэвээр байгаа гэдгээ нотлон газарт зоосон урт модны орой руу авирч гардаг байна. Хөгшин удирдагч хэвээр үлдэхийг хүсч байна гэж хүмүүсийн дийлэнх нь бодож байгаа учир зальтай наадам байна гэж би тэр агшинд бодож билээ. Тэгэвч энэ дарамтаас ангижрахад бэлэн хөгшин үнэндээ сонголтын өмнө тулжээ: тэр урт модны оройд хүртэл авирахыг хүсч байна уу, үгүй юу. “Чөтгөр ав /инээгээд/, энэ онд би авирч чадахгүй байх!”

Тэтгэвэрт гарах нь тодорхой өвчний эх сурвалж бөгөөд олон эрийн хувьд хоёрдмол явдал юм. Асуулт тавьсан хүн ч тэгэж бодсон байх, учир нь тэр “Дараа нь яах вэ?” гэж асуусан юм чинь.

Дэвид оновчтой үг хэлэх гэж хэсэг бодлоо. “Англиар юу гэж хэлдгийг мэдэхгүй юм. Хөгшин удирдагч байхаа болиод “гар” болно”.

Тэр биеийн хөдөлмөр эрхэлдэг ажилчин болохыг хэлж байна гэж хормын дотор би бодлоо. Тосгонд гудамж шүүрдэж байгаа хөөгдсөн хөгшний төрх надад санагдав.

Эргэн тойронд суугаа хүмүүс мэгдсэн байлаа. “Ойлгож байна уу, энэ яг та нарын машинд байдаг жижиг ном” гэж Дэвид тайлбарлахыг оролдов.

“Ашиглах заавар байна” гэж хэн нэг нь ойлгов.

“Тийм, тийм гэж Дэвид толгой дохиод, - шинэ удирдагч гарч ирээд урьд нь харж байгаагүй зүйлийг шийдэхэд хүч хүрэхгүй ямар нэг зүйлтэй тулгарахаараа “гартай” зөвлөлддөг”.

Өдөр тутмын үүргээ биелүүлэхэд удирдагчид мэдлэг хэрэгтэй, тэр мэдлэгийг эзэмшигч хүндтэй хүн цаг нь болохыг хүлээж байдаг. Зэрлэг омгийнхны уламжлалаар юуг ч, ялангуяа хөгшдийн амьдралын туршлагыг дэмий хаядаггүй.

Америкийн үйлдвэрүүдэд ахимаг насны удирдах албан тушаалтан болон мастерууд хорьдугаар зууны наяд онд нягтлан бодогч, эдийн засгийн ухаантнууд толгойд гарч, ашгийн тухай яриа гарснаар халагдсан юм. Гэвч хэрэг муугаар эргэжээ. “Төгс төгөлдрийн эрэлд” номын зохиогч Том Питерсийн нотолж байгаагаар, энэ хөгшчүүдээр ажлын явцыг хянуулж үйлдвэрт байлгахын тулд өндөр цалинтай, ажлын богиносгосон өдрөөр буцаан авах нь улам бүр олширсон байна. Хөгшчүүл машинууд ажлын хэвийн дэглэмээс гарах эсвэл хүмүүс хоорондын асуудал хямралд хүртлээ хурцдах үеийг тодорхойлоход тэдэнд тусладаг нууц мэдлэгийн зургаа дахь мэдрэхүйтэй байлаа. Тэд учир шалтгааныг мэдэж байгаа учраас

асуудлыг асуудал болоход нь ажиллаж эхэлж чаддаг байв. Амьдралын туршлагад орлуулагч байдаггүйг харж байгаа биз.

Эрчүүдийн хувьд тэтгэвэрт гарах нь гунигтай үйл явдал. Тэтгэвэрт гарахдаа бие цогцос тань олон жил амьдрах ч та үхдэг. Өөрийн “хөгшрөлтийн байдлаа” өөр үе рүү шилжүүлэх аргыг олоход гол зорилго оршиж байгаа юм. Өөрийн хамгийн том, ажиглагдамгүй байсан ч хамаагүй хувь нэмрээ оруулах цаг болжээ.

Боссын эцгийн үүрэг

Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөн эрч хүч гэж нэрлэж байгаа тэргүүлэгчид чухал ач холбогдол өгдөг. Удирдаж байгаа нийгмийнхээ сайн сайхны төлөө гэсэн цорын ганц эрмэлзэлтэй, хосгүй удирдагчийн тухай ярина. Одоо бодит байдлыг хэт сайшаагч /идеалист/ дур булаам буюу зөв санаа болохын хувьд тэргүүлэгч байхаа больжээ. Тийнхүү эрх мэдэлтэй болохын төлөө байж болох аргуудаас хамгийн муу аргатай хүмүүс удирдагчаар гарч ирж байна.

Билэгдлүүд их ач холбогдолтой. Эр хүн байхын билэг тэмдэг нь Хаан. Миний өвөөг үйлдвэржсэн Англид төрөхөд тавдугаар Георг ван байжээ. Бусад олон мянган хүний адил миний өвөө Жорж гэдэг нэртэй болж, тэр хүүгээ буюу миний эцэгт Жорж гэдэг нэр өгсөн байна. Энэ билэгдлийн ач холбогдлыг үнэлэхгүй байхын аргагүй юм. Өнөөдөр бидэнд Уэйн, Шон, Даррел /Жон Уэйний, Шон Коннерийн г.м./ гэдэг хөвгүүд бий. Титэм биднийг авчирсныг харж байгаа биз.

Ганц хоёроос бусад тохиолдолд Австрали, Их Британи, АНУ-д улстөрийн азгүй удирдагчид байсан. Өнөө үед хүндэтгэл хүлээх удирдагч гарна гэж найдсаар байна. Шведийн ерөнхий сайд Улоф Пальмег эхнэрийн хамт кинотеатраас харьж явсан тэр дулаахан үдэш буудсан билээ. Тус улсын иргэд гудамжиндаа гаран уйлцгааж байсан билээ. Хангалттай хүндэтгэл энэ хүнийг тодорхойлохын тулд хүчтэй үг хангалтгүй. “Тэр бидэнд хэрэгтэй байсан юм. Тэр даян дэлхийд хэрэгтэй байсан юм” гэж хүмүүс сэтгүүлчдэд ярьжээ. Пальме арьсны өнгөөр ялгаварлан гадуурхах үзэл, Вьетнамын дайныг эсэргүүцэж, хорин жил цөмийн зэвсгийг устгах асуудал дээр ажилласан байна. Тэрбээр маш энгийн, даруухан хүн байсан бөгөөд таны ч хөрш байж болох байсан болохоор та ч гэсэн амьдралдаа түүнтэй тааралдаж болох байлаа. Тэр хүчирхийлэлгүй улс орныг удирдаж байсан бөгөөд тэр жил галт зэвсэг хэрэглэсний улмаас амь эрсэдсэн гурван хүний нэг байсан юм /харьцуулан үзвэл зөвхөн тэр үеийн Нью-Йоркт нэг шөнийн дотор хорь орчим, жилд 4000 хүн хүний аминд хүрч байжээ/.

Зөвхөн эдийн засаг л тэргүүлэхэд хэрэгтэй мэт үздэг хачин алдааг манай удирдагчид болон менежерүүд хэтэрхий олонтаа гаргаж байна. Хүнийг зүрх удирддаг гэдгийг тэд ойлгохгүй байлаа. Жинхэнэ удирдагч хүмүүсийн амьдралд оролцдог – энэ нь хүмүүс хоорондын харилцаатай холбоотой ажил, эцгийн үүргийн биелэлт хэрэгтэй ажил юм. Удирдагчийн хувиар амжилтад хүрэхийн тулд та өсч торнисон эцэг байх, өргөн тайзан дээр эцгийн дүр төрхийг гаргах чадвартай байх талар амжилтад хүрсэн байх ёстой. Үндэстний хувиар бид буруу үндэслэлээр удирдагчдаа сонгож байна. Жинхэнэ удирдагчид өөрийн багаа хөгжүүлэх, хүний хөгжлийг юу юунаас дээгүүр тавих зорилго тавьдаг. Харин өөрийгөө ард түмнийхээ төлөө алба хааж байгаа хүн гэж үздэг.

Удирдагчийн тухай ойлголтын утгыг ойлгохын тулд Далай лам, Ганди, Черчилль, Боб Браун, Нельсон Мандела, Фред Холлоуз мэтийн удирдагчдын тухай дүрс бичлэгийн материалыг үзэх нь тустай. Жинхэнэ удирдагчид хөвгүүд шиг хөгжилтэй, сэтгэлийг нь ойлгоход хялбар байдаг, бас шаардлага гарсан үед тэд хурц ухаан, тодорхой зорилгоо илэрхийлэн хэлдэг. Тэд онцгой тархитай, бас зүрх сэтгэлдээ хөтлөгддөг.

Манай удирдагчдын дийлэнх нь өнөөдөр энэ чиглэл рүү хандаагүй. Гоёмсоглосон, хэтэрхий

ёсорхуу тэд багийнхнаа албан тушаалын шаг ахих, бөгсөө халхавчлахаар дээш ахих ухамсартай, зай барих хэрэгтэй хүмүүс гэж үздэг. Харин жинхэнэ удирдагчийг “Надад итгэсэн хүмүүст би яаж туслах вэ?” гэсэн ганц зарчмаар сэрээдэг. Удирдагчид хувиа хичээсэн биш – тэд манлайллыг цув шиг нөмөрдөг, энэ нь тэдний хийж байгаа ажил, тэд дараа нь энэ ажилтайгаа явна. Удирдагч байхын тулд хүн эцэг хүний хүмүүжүүлэх, магтах, уриалах, шийтгэх, өдөөх багийнхаа гишүүн бүрийн хувийн хөгжлийг хянах гол зан чанарыг ашиглах ёстой. Эмэгтэй хүн эцгийнхээс ялгаатай нь эхийн зан чанараа тийм ч хүчтэй бусаар гаргах ёстой. Удирдагчийн хүрээ хамаагүй өргөн байх ёстой ч удирдлагыг хэдэн арван хүний оролцоотойгоор тусгайлан нэр цохох үндсэн дээр үлэмж хэмжээгээр хэрэгжүүлж болно. Удирдагч хүн нэгтгэх, урамшуулах, зорилгоо тодорхойлохын тулд билэгдлүүдийн хүчийг өргөх хэрэгтэй.

Хэрэв сонирхол, халамж ажилд байхгүй бол тийм удирдагчийн халааг авагч аавууд нь тэднийг гомдоосон юм шиг л шанална. Билэгдлийн энэ утас маш хүчтэй юм.

Баг, хамт олны баяр баясал

Хэдэн тэрбум долларыг чанарын бүрэн хяналт, удирдлагын дуурайх загваруудыг хэрэглэх, ажлын зөвлөлдөх бүлгүүдийг

хөгжүүлэх байгууллагуудад зориулсан. Энэ бүх гайхалтай хөтөлбөрийн зэрэгцээ өнөөгийн ажилчны бүлгүүд урьдын адил жигтэйхэн тааруухан хэвээр байна. Энэ хүмүүсийн удирдлага нь тэдний үнэхээр итгэх байсан зорилгоо ойлгоход нь туслаагүй байна. “Бид хамгийн шилдэг бялуугаа жигнээгүй байна”, харин бид ач холбогдолтой зүйл хийж байна. Энэ нь нэг зэрэг оюуны болон практик хэрэгцээ байж болох юм. Жишээлбэл, хөлбөмбөгийн баг нэгдмэл байж, онооны ялгаагаа арилгаж, тоглогч бүр боломжоо бүрэн ашиглавал оюуны алдарт хүрнэ. “Бүжгийн танхимд хатуу” кинонд залуу /Пол Меркуриогийн бүтээсэн дүр/ өөрийнхөө болон шаналсан эцгийнхээ төлөө, гэхдээ зөвхөн багийнхаа дэмжлэгтэйгээр үүнийг хийж чаддаг. Энэ нь хамтын хүчин чармайлт байсан бөгөөд хүн бүр сайн ажилласан нь киноны сүүлийн хэсгийг жинхэнэ хосгүй бүтээл болгосон юм. Дэлхийд шинжлэх ухааны дэвшилт хийх хэрэгтэй байна, дэлхий хүрээлэн буй орчноо хамгаалах талаар шийдвэр гаргах хэрэгтэй байна, мөн дэлхийд хөлбөмбөг, фламенко бүжиг хэрэгтэй байна гэж би хэлмээр байна.

Ажлынхаа эцсийн дүнд бид өөрсөддөө “Цаашид юу болох вэ?” гэсэн хамгийн чухал асуултыг тавих ёстой. Борлуулалтын тоо, албан тушаал ахих – энэ бүхэн юуг илтгэж байна вэ? Хүүхдүүдийнхээ оролцсон сургуулийн арга хэмжээн дээр очиж чадаагүйгээ бид тайлбарлахдаа тэдэнд хангалттай тайлбар өгөх хэрэгтэй байдаг. Таатай тосгуур, хөтөвч хүлээн өндөр настны асрах газарт шивэгнэгч буйлнуудын танхимд сууж байхдаа бид өөрсөддөө “Миний амьдрал ямар үнэтэй байсан юм бэ?” гэсэн асуулт тавина.

Эрчүүд өөртөө болон ямар нэг аугаа зүйлд итгэхийг тэсэн ядан хүлээнэ. Хэрэв удирдагч тийм зорилгыг олж харж, түүнийгээ багтаа ойлгуулж чадвал хүмүүс түүний араас шунан дагана. Ач холбогдолтой зорилго нэн даруй хувийн сонирхлуудыг манлайлж, тэдний хүчин чармайлтыг жигүүртэй болгоно. Тийм нөхцөлд хүмүүс гайхамшгийг бүтээж, үнэхээр бие биедээ тусалж, уран бүтээлийн авьяасаа гаргаж, урам зоригтойгоор өглөө эрт сэрнэ. Чухам ийм явдал бөмбөгдөгч нисэх онгоц үйлдвэрлэдэг байснаа тайруулсан эрхтэнд зориулан протез үйлдвэрлэх болсон “Lukas Aerospace”-т болсон юм. Чухам ийм явдал АНУ-ын армиас гарсан инженерүүд дайны дараа үлдсэн минуудыг аюулгүй болгохоор Вьетнам руу буцахаар шийдэх үед болжээ. Чухам ийм явдал гурав дахь ертөнцийн орнуудад нүдний протез үйлдвэрлэгч бүлгүүдийг Фред Холлоуз цуглуулах үед болсон юм. Дэлхийд тийм жишээ олон байгаа.

Эрчүүд олон мянган жилийн турш багаараа ажиллаж байлаа, учир нь нэгдэх чадвар тэдний биеийн эс бүрт сууж байдаг /хэрэв хүсвэл бидний бие махбодь эсүүдийн ийм баг/. Авд гарсан омгийн бүдүүвчийг ердөө дахин идэвхжүүлэх л хэрэгтэй. Өнөөдөр эрчүүдийн дийлэнх нь өнгөц нөхөрлөлтэй, гэхдээ бодит байдал дээр юу ч ялгарахгүй ажил дээрээ хий ганцаардах болжээ. Хэрэв бид итгэж байгаа зорилгодоо хүрэхийн тулд хамтдаа цугларч эхэлбэл өөрсдийгөө илүү сайн мэдрэх болно гээд бодоорой.

Хоёр үгээр

Зангиагаа шатаа, эсвэл түүнийг улаан лооль өлгөж тогтооход ашиглаарай.

Нэг бол итгэдэг ажлаа олж хий, нөгөө бол та ажлаасаа ямар нэг итгэж болох юмыг олоорой.

Хэрэв та босс бол эцэг хүний үүрэг гүйцэтгэж байгаагаа ухаараарай. Та хүмүүсээ ажлаа хийж чадахаар хооллож, халамжлах ёстой.

Тэдэнд аль болох олон эерэг үнэлгээ өгөөрэй. Хүмүүст нийцэхээр найдлагаа өөрчлөөрэй. Тэдэнтэй ирээдүйн тухай төсөөллөө хуваалцаарай. Хүмүүсийн санаа бодлыг асуугаарай. Хариуцлагагүй явдалтай тэмц, хүмүүсийг бүү гутаан доромжлоорой. Аминчлан уулзахдаа зэмлэж, хүмүүсийн дэргэд магтаарай.

Хэрэв та багийн гишүүн бол өрсөлдөхөө больж, гайхалтай зорилгууддаа, ялангуяа энэ зорилгод та итгэж байгаа бол түүндээ хүрч болохыг ойлгоорой.

Хайр дурлал, баяр баясгалан болон идеализм амьдралын бусад талбараас ажил дээр багагүй ач холбогдолтой.

Хэрэв та тэтгэвэрт гарах ёстой бол амьдралд оролцохоос бүү татгалз. Омгийн тэргүүлэгч бол. Хамгийн гол нь сонирхолтой хүн хэвээр байгаарай.

Бусдын дуу хоолой

- Компани, сүм, их сургууль хүнийг өртэй байлгахыг хүсдэг.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

- Зангиагаа бүү шатаа

Хобартын их сургуулийн хүн судлалын профессор Уокер Фенлейн эр хүний уур хилэн бадарч байхад зангиаг шатаахгүй байхыг хичээнгүйлэн зөвлөмж болгож байна. Хорьдугаар зууны жараад онд хөхний даруулгуудыг шатаахыг олон нийтийн мэдээллийн хэрэгслээр янз бүрээр ухуулж байсан /Фенлейн тайлбарлав/, уг ажиллагаа нь өөрөө гэмтэлтэй асаагууртай холбоотой хэргийн улмаас гарсан юм. Зангиаг ашиглах өөр олон арга бий, тухайлбал улаан лоолийг өлгөж тогтоож сэнсний ремень солихоор багажны саванд хоёрыг байлгаж эсвэл шөнийн хөгжилтэй цуглааны үеэр барабаны цэцэглэсэн ремень болохоор хэдэн зангиаг нийлүүлэн уяж болох юм! Зангиа удахгүй сюртук, каммербунд шиг үгүй болно гэж профессор Фенлейн урьдчилан таамаглаж байна.

- Майкл Лениг /Кэролайн Жонсоос авсан ярилцлагаас/

-Тийм ээ, миний бодлоор...эрчүүдийг боол болгосон. Магадгүй, үүнд үйлдвэржих үйл явц буруутай байх. Мэдрэмжтэй холбож байсан байгалиасаа эрчүүд холдсон. Герег Зорбаг орчин үеийн эрчүүдээс олох амаргүй /инээв/. Хэрэв одоо эрчүүдийг өглөө хэрхэн босч, ажилдаа явж байгааг харвал /үүнийг урьд нь ямар байсантай харьцуулж болно/ боол шиг, өчүүхэн төдий зассан юм шиг санагдана... Миний аав яаж аж төрж байсныг би мэднэ: өглөө 5.30 босч ажилдаа яваад, гэртээ их орой, ядарсан ирдэгсэн, бүхэл амьдралынхаа турш өдөр бүр ингэж явсан. Тэр хатуу чанга байх ёстой байсан бөгөөд өөрөөр байх боломжгүй байсан юм.

Олон эмэгтэйд феминизм таалагддаг байсан гэж би бодож байна, учир нь феминизм оноосон үүргээс нь ангижруулсан мэт эмэгтэйчүүдэд санагдаж байсан. Эрчүүдэд ч ийм юм болох ёстой гэж бодож байна. Эрчүүдэд өчнөөн найдвар тавьж байна. Энэ бүх феминист он жилүүдэд эр хүн байх амаргүй байсан, учир нь эрчүүд бүгд хүчирхийлэгч, бид бүгд сорон мөлжигч, бид бүгд гахай гээд л бидэнд байнга ярьж байлаа.

Хэдийгээр бүгд ийм биш ч, үнэний хувь байсан. Тийм үгнүүд эрэгтэйчүүдэд тус болохгүй, тэдний зүрх сэтгэл үүнийг няцаж байсан юм. Эрчүүд тэвчээр, өөртөө итгэх итгэлээ бага зэрэг алдсан ч тэднийг сэхээрнэ гэж би найдаж байна, гэхдээ эмэгтэйчүүдийн эсрэг биш, яагаад гэвэл эрчүүдэд эмэгтэйчүүдийг хайрлах, халамжлах хэрэгтэй, эмэгтэйчүүд дайсан биш шүү дээ. Тэднээс ажлын нэгж, эдийн засгийн нэгж хийж, тэд энэ бүх мөнгөө үргэлжлүүлэн олсоор байх ёстой гэж Кэролайн хэлээд, нэмж:

- Таны урьд хэлсэнчлэн, бидэнд үйлчилдэггүй тогтолцоог ажиллуулж байх нь гайхалтай сайн, бидний одоо харж байгаачлан энэ нь элэг эмтэрмээр юм...

Үнэхээр аймаар...хэрвээ тогтолцоо бидэнд сайн үйлчилж байсан бол, хэрэв бидэнд маш

сайн сургууль байсан бол бүгд илүү энэрэнгүй биз байсан байх, тэгвэл ажиллацгаая. Гэвч энэ бүх ажил, сэтгэлийн шаналгаа, энэ өр юуны төлөө юм бэ? Та хэзээ нэг цагт ямар нэг хямд, өөдгүй муухай юмны тухай, хөрш дүүрэг сүйрч байгаа, хуванцар хогоор дүүрэн, шуугиантай, хяналт сул худалдааны төв байгуулагдаж байгаа тухай кино үзэж болох уу? Эрчүүд миний бодлоор, хэн болохоо харуулсан буюу энэ ертөнцтэй өөрийн хийж чадах зүйлээр холбоотой гэдгээ мэдрэх хэрэгтэй. Одоо тэд улам бүр тусгүй, занганд орж боолчлогдомхой болсон мэт санагдаж байна. Тэд ширээний ард сууж, сайхан харагдах ёстой – болохгүйгээ хүртэл сайхан буюу маш цэвэрхэн, үсээ янзалсан, сайхан үнэр сэн хийлгэсэн, бүтэн өдөржин дэлгэц рүү бүлтийж байх ёстой байдаг. Дүрэм тогтоодог нь аймшигтай, энэ нь хүний сэтгэл оюунд ямар хамаатай юм бэ? Энэ эрчүүдийн санаа сэтгэлд ямар хамаатай юм бэ? Хэрэв эрчүүдийнх гэх сэтгэл, эсвэл ямар нэг иймэрхүү юм байдаг бол түүнд энэ бүхэн хэрхэн нөлөөлөх нь миний санаанд бууж байна. Та хэн болох ахуйгаа хэзээ бүрэн мэдрэх вэ?

Заримдаа би бага зэрэг бохир байх дуртай, хуруу, гар халтар гээд л. Сексийн талаар? Секс хамгийн их таалагддаг байтал асуухаар яагаад ч юм хэн ч дурсдаггүй талаар би асууж байна л даа? Энэ бол миний хийдэг чухал ажил. Би секст дуртай, би идэх дуртай, би шөнө орондоо байх дуртай энэ бол гол зүйлс. Эдгээр нь аймаар хэрэгтэй, юунаас ч чухал. Би цэцэрлэгжүүлэх дуртай. Нүх ухах дуртай. Ямар нэг юм барих дуртай. Би будах дуртай... энэ ариун зүйлс гэж бид бодож байна, эдгээр нь бид бүгдийн хувьд ерөнхий зүйл гэж би хэлэх байна. Тийм ээ, өөр бас...орчин үеийн амьдрал хүмүүсийг ямар нэг юмаар дутааж байна гэж би бодож байна. Хэн нэгний амийг аврах, эсвэл зам дээр унасан хүнийг босгох эсвэл хэн нэгэнд туслах боломж нийгэмд эсвэл өөр хүнд цэвэр үнэтэй юм. Хээрийн түймэр гарах үед хөдөөгийн хүмүүсийг хараарай. Бүгд босон харайж, бие биедээ туслана. Хүмүүс гайхалтай тэсвэр хатуужил гаргаж, янз бүрээр тусладаг.

- Миний таних нэг хүн бясалгал хийж байхдаа хонгилын төгсгөлд есөн фут өндөр, жадтай гэрэлтсэн юмыг харжээ. Тэр гэрэлтсэн юм дөхөж ирээд: “Хэрэв чи амьдралдаа ямар нэг юм хийхгүй бол би чамайг авч явна” гэж хэлжээ. Тэгэхэд миний найз гучин найман настай байсан юм.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

- Би янз бүрийн эд ангиас бүрдсэн механизм биш, эд анги биш.

Би өвчтэй байна, энэ нь механизм буруу ажиллаж байгаатай холбоогүй.

Би өвчтэй байна, яагаад гэвэл миний зүрх сэтгэл хөдлөлийнхөө хамгийн гүндээ хүртэл шархадсан байна, сэтгэлийн шарх урт удаан хугацаа шаарддаг, зөвхөн цаг хугацаа тусалж чадна, тэвчээр, бас удаан, хүнд гэмшил, амьдралын алдаагаа ухаарах, эцэс төгсгөлгүй давтагдах алдаанаасаа өөрөө өөрийгөө чөлөөлөх, хүн төрөлхтөн өршөөх алдаанууд гэсэн ямар нэг төвөгтэй гэмшил тус болно.

”Анагаахуй” Д.Х.Лоуренс

- Үргэлжийн ач холбогдол буюу бидний амьдралдаа хүлээсэн үүргийн мэдрэмж байхгүй байгаа нь эрчүүд хөндий хүйтэн болох гол эх сурвалж гэж бодож байгаагаа цохон тэмдэглэх

нь зүйтэй гэж би үзэж байна.

“Хэвлий дэх түймэр” Сэм Кин

- ...Америк эрчүүдийн дөчин найман хувь нь одоо хамгийн аварга том арван корпорацийн нэгд, эсвэл АНУ-ын засгийн газарт ажиллаж байна.

...хүнд суртлын өвөрмөц байдал хэдэн үе дамжсан Зүүн Европын зохиолчид хүнд суртлын хяналтын улмаас сэтгэл хөдлөлийн зогсонги байдал, гомдол, хорсол, ичгүүрийн холимогийн тухай бичжээ.

“Жигүүрийн далайц” Роберт Блай

- Ажилгүй бол амьдралынхаа турш уурлана. Гэхдээ ажилдаа сэтгэлгүй бол та багтарч, үхнэ.

“Хүн байхын учир” Альбер Камю

- Өнөөгийн эцэг хүн ажлаа үзэн ядсан хүн шиг байнгын ичгүүр, чилж хөшсөн байдал нь нийлээд ямар ч хүчгүй, аргаа барсан байдлаас үүдэн гомдсон байдалтай орой гэртээ ирж байна. Урьд цагийн аавууд өөрийнхөө хир чадлаас даван олс сүлжиж, загас барьж, замын гэрэлтүүлгийн шонгийн нүхнүүд ухаж...амьтан маллаж, бүр дуу дуулж, ярьж сурч байсан. Тийм сургалт нь зан авирыг нь зөөлрүүлж байжээ. Өшөөрхөж хорсдог эрэгтэйчүүд хүртэл сургалтад хамрагдаад зөөлөн болдог.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

- Ажилдаа бүгдийг зориулдаг, өөрийг өргөхөөс хамгаалж болох эрчүүд ямар нэг ид шидийн юм болдог, ханаар хүрээлэгдсэн орон зайд орох чадвартайгаа мэддэг.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

- Бүлэг болон цуглаанд хамрагддаг эрчүүд эр хүнийх нь шинэ дүр төрхийг болон “эр хүн” гэдэг үгийн шинэ ач холбогдлыг олохыг хүсдэг. Тэд хуучин төрхөө хаяхад бэлэн байдаг. Энэ бол оюун санаа, биеийн өвчин, оюун санаа тэдгээрийг шулмуудтай нүүрэлдүүлнэ гэж бодон эрэгтэйчүүд цуглаанд ирдэг. Үнэндээ эр зориг нь тэднийг тийш нь авчиржээ. Үнэхээр өвчтэй эрчүүд урьдын адил өөрт тулгараад байгаа асуудлаа ойлгодоггүй, эрчүүдийн бүлэгт нэгддэггүй, эрчүүдийн төвүүдэд цуглаанд очдоггүй, сэтгэлийн шархандаа шаналж байгаа эрчүүдийн тухай ном огт уншдаггүй. Ийм эрчүүд бахь байдгаараа өөрсдийн асуудлаа эмэгтэйчүүд, хүүхдэд, бусад эрчүүд болон бусад үндэстэнд тохоодог. Эмнэлэгт ирсэн эрчүүд бүхэлдээ дэлхий дээрх хамгийн эрүүл хүмүүс. Тэд өөрсдийн өвдөлтөө хүлээн зөвшөөрч, “Би айж байна, гэхдээ би энд ирлээ. Би яаж өвдөж байгаагаа харуулж, өвдөлттэйгөө тэмцэх болно” гэж хэлэх хангалттай хүчтэй. Бусаддаа дэмжлэг үзүүлдэг эрчүүдийн хүрээнд хэдхэн цаг болсны дараа олонх нь айдсаа олж хардаг, зарим нь амьдралдаа анх удаа ийм юм үздэг.

“Аавынхаа хуриман дээр” Жон Ли

Аравдугаар бүлэг.

Эрчүүдийн жинхэнэ найз нөхөд

Хоёр фермер байшингийн өмнөх тоос шороонд дарагдсан хашаанд зогсч байна. Нэг нь нөгөөгөө үдэхээр орж ирсэн хөрш бол, нөгөө нь ачааны машины тэвшинд тавилга ачиж дуусахыг харж зогсов. Ферм нь хов хоосон малгүй болж, тоног төхөөрөмжөө худалджээ. Хоёр жаал машины ойр зогсч, эхнэр нь урд талын суудалд суугаад хаашаа ч юм харж байв.

Энэ хоёр эр мөр зэрэгцэн гучин жил фермийн аж ахуй эрхэлж, талын түймэр унтрааж, гэмтсэн хүүхдүүдээ шөнө эмнэлэгт хүргэж, арвайн бин олон мянгыг идэж, олон галлон /3-4литрийн хэмжээтэй/ цай ууж, хүний өөрийн гэлгүй эхнэр, хүүхдүүдээ халамжилжээ. Тэд сайн, муу олон жилийг хамтдаа туулжээ. Одоо тэдний нэг нь дампуураад явж байна. Тэр хотод амьдрахаар болж, тэнд эхнэр нь зочид буудал цэвэрлэн гэр бүлээ тэжээх болж байгаа аж.

“За, явъя даа” гэж нэг нь хэлэхэд,

“Тэгье дээ, орж ирсэнд баярлалаа” гэж хоёр дахь нь хэлэв.

“Тэгж байгаад бидэн дээр нэг ирээрэй”.

“Тэгнээ, өөр яахав”.

Тэд тус тусын машиндаа суугаад хоёр тийшээ явлаа. Мөн тэр үед эхнэрүүд нь харилцан бие биедээ олон ил захидал бичих бол энэ эрэгтэйчүүд дахиад хэзээ ч бие биетэйгээ ярилцахгүй.

Олон юм ярилгүй үлджээ. Үйл явдлын энэ эмгэнэлтэй эргэлтийн өвдөлтийг намжаахад туслах олон зүйл байсан. Хэрэв нэг нь “Сонсооч, чи ерөөлөөр л учрах хамгийн сайн нөхөр минь шүү” гэж нүд рүү эгцлэн харж байгаад хэлсэн бол нөгөөхийн сэтгэл ямар их хөнгөрөх байсан бол. Эсвэл тэд нэг үдшийг эхнэрүүдтэйгээ хамт өнгөрүүлж, бие биедээ “Санаж байна уу...” гээд л уйлан, хөхрөлдөн ярьцгаасан бол. Эсвэл хоолойгоо шахаж, бэргэн зогсохын оронд удаан тэврэлдсэн бол хэн хэн нь ирээдүйн зүдгүүрийн өмнө хүч, итгэл нэмэхсэн. Газраа орхиж байгаа фермер дэмжлэг, тайвшрал эсвэл сайшаалыг олохгүй. Тэр сэтгэлээ барих гэж байж ядна, үүнээс болж түүний бие шаналж байгаа бөгөөд амиа хорлох, архичин болох хорт хавдартай болох эсвэл азгүй тохиолдолд өртөх эрсдэлийн бүлэгт орно.

Харж байгаа биз, эрчүүдэд найз нөхөд байдаггүй, ямар ч байсан хараал идсэн англосаксон гаралтай орнуудад тийм байдаг. Австралид бид найз нөхөдтэй бөгөөд яриандаа тодорхой сэдэв хэзээ ч хөндөхгүй гэсэн нууц хэлэлцээрийг тэдэнтэй байгуулдаг. Далд, нарийвчлан боловсруулсан хууль хошигнол, гомдмоор сануулгыг, ноцтой мэдрэмж эсвэл эмзэглэлийг эргүүлэх аргуудыг тогтоодог. Үүнийг хүн бүр сайн мэднэ, олон удаа тодорхойлон бичсэн. Зарим заалтуудыг өөрчлөх цаг болжээ.

Хөвгүүд амьдралыг халуун дулаан хайраар эхэлдэг. Хараарай, тэд бага ангидаа бие биенээ

хүзүүдэн явна. Энэ насандаа тэд жаахан хүүхдүүдэд бүр ч энхрий, зөөлөн хандаж, охид гэж үймэлдэхгүй, үхсэн амьтны тухай, эсвэл гунигтай яриа сонсоод уйлахад бэлэн байдаг. Тэгээд юу болов? Учрыг нь олох гээд үзье.

Чи эр хүн гэдгээ нотол

Бид урьд ярьсанчлан, хөвгүүдийн амьдралд эрэгтэйчүүд, түүнчлэн насаар ах хөвгүүд үгүйлэгддэг. Учир нь өнөөгийн нийгэмд бид хүүхдүүдээ нас тус бүрээр нь тусгаарлаж, тэднийг нас чацуу, ижил хүйсийн хүүхдүүдтэй л нийлүүлэх гэдэг. Энэ бол буруу зохицуулалт, юу гэвэл даян дэлхийн тосгон бүрт, балар ойд, омог бүрт жаахан хүүхдүүд томчуудын дэргэд шулганалдахыг үргэлж хүсдэг. Нөгөө талаас, бага сургуулийн жаалуудад дэлхий хагуу, аймшигтай байдаг. Учир нь том хүүхдүүд зүгээр нэг манлайлдаггүй, багачуудын бүлэг нь нэгдэж нягтарч чаддаггүй, тэдэнд ах нарын жинхэнэ хайр ивээл дутагддаг. Үүнээс бол бүлэгт ширэнгэн ойн хууль ноёрхдог буюу “Ялаануудын эзэн” кинонд гардаг шиг юм болдог. Эндээс /тусдаа сургалттай сургуульд бүр ч муу/ захиран тушаах бие махбодийн болоод айлган сүрдүүлэх журам үүсдэг.

Сидней дэх Men’s Network бүлгүүдийн Пол Райт сургуулийн орчинд хөвгүүн байхын учрыг ойлгоход эмэгтэйчүүдэд туслахын тулд хүлээн авалтыг ашигладаг. Тэр эмэгтэйчүүдээс ижил хүйсийн бусад төлөөлөгчөөс биеэ хамгаалах чадвараас тэд эмэгтэй хүнд тооцогдох эсэх нь шалтгаална гэдгийг харуулахыг тэднээс хүсчээ. Өөрөөр хэлбэл, эмэгтэй хүн байхын тулд зэрэгцэн гарч ирсэн, түүнчлэн үзэл бодлоо хамгаалах чадвартай өөр ямар ч эмэгтэйтэй зодолдох хэрэгтэй. Хэрэв та ингэж чадахгүй бол таныг зодож, таныг эмэгтэй хүн биш гэж буруушаана! Сургууль дээр хөвгүүдийн амьдрал тийм байдаг. Хүчирхийлэл энэ бол байнгын сүрдүүлэг, харин биеийн хүчээр тэнцүүгээ нотлох нь өдөр тутам байнга гарч байдаг асуудал юм. Энэ тодорхойлолт миний сурагч насны байдалтай бүрэн нийцэж байна. Харин таныхтай нийцэж байна уу?

Чи цэнхэр биш гэдгээ нотол

Хөвгүүдэд эр зоригоо харуулах шаардлагын дарамт учирдаг. Найзуудынхаа хажууд дуугаа намсгаж, эсвэл найз нь ороод ирсэн бол шөнө охин дүүгээ үнэсэхээс татгалзаж байгааг эцэг, эхчүүдийн дийлэнх нь анзаарсан байдаг.

Энэхүү бүдүүвчинд нэн ялангуяа бэлгийн бойжилт гүйцэх үед хачин эргэлт гардаг. Бусад олон хүн таатайгаар хүлээн авч чаддаггүй биологийн баримт болохынх нь хувьд ижил хүйстэн байх нь хэвийн хэмжээнээс ямар нэг байдлаар ялгаатай хөвгүүн бүрийн толгой дээр цэнхэр болох аюул бууна гэсэн үг. Эрсдэл маш өндөр бөгөөд байнга хавчигдаж, элэг доог болж, дээрэлхүүлж, бүр амиа алдах болно гэсэн үг. Гэхдээ энэ нь соёлын хэр хатуугаас шалтгаална. Ижил хүйстнүүдийг бид хүлээн авахгүй байх нь хэвийн ямар ч залуугийн хувьд өндөр үнэтэй тусдаг. Энэ нь эр хүйсийн төлөөлөгчдийн дунд найрсаг, бүтээлч, ойр дотно байдал эсвэл сэтгэл хөдлөлийн ямар нэг илрэлээ өөрөө хянаж байхыг шаарддаг. “Хэрэв би мачо биш бол намайг цэнхэр гэж үзнэ”. /”Ноён ээж” кинонд нэг эр хүүхдүүдээ сургахын тулд гэртээ хэсэг хугацаагаар үлддэг. Тэр бүхэл өдөржин дуулга өмсч, гэр рүү нь хэн нэг нь ороод ирж магадгүй хэмээн үүдэндээ цахилгаан хөрөө залгаад орхидог./

Ижил хүйстнүүдийг гадуурхснаараа бид өөрөө өөрсдийгөө гадуурхаж байгаа хэрэг. Өөрөө өөрийнхөөрөө байж чадахгүй бол хэн ч өөрийгөө эрх чөлөөтэйг мэдрэхгүй.

Өрсөлдөөний ташуур

Зан авирын онцлогийн хувьд өрсөлдөөн нь сайшаагдах гэсэн улиг болсон эрмэлзлэлээс үүсдэг. Гэвч хэзээ ч хүссэнээр болдоггүй. Ялалт ч сэтгэлийн амар амгаланг авчирдаггүйг хамгийн өндөр зэрэгт хүрсэн олон тамирчин мэджээ. Гэхдээ адилхан дэмжих үед сургагч нарын зүгээс хөвгүүд болон эрчүүдэд сэтгэгдэл төрүүлэх ийм шаардлага хэрэггүй - тэд өөрсдийнхөө төлөө сурч байгаа, хамгийн хүчтэй, хамгийн шилдэг болох гэж сэтгэлээ зовоогоогүй. Харамлах, авахын дон балинезийн урлаг, соёлд гайхалтай адилгүйгээр тусгасанчлан өөрчлөгддөг.

Бэлгэвч онц сайн санаа байсныг бүгд хүлээн зөвшөөрдөг, харин нэг ижил хэмжээтэй байдаг энэ хэрэгслийн ганц тааламжгүй тал юм. Гэтэл эрчүүдийн бэлэг эрхтэн янз бүрийн хэмжээтэй байдаг. Өөрийгөө хүндэтгэдэг нэг ч эр эмийн сангаас жижиг бэлгэвч зургаан хайрцгийг авья гэж асуухгүйг үйлдвэрлэгчид шууд ойлгожээ!

Яриа зогссон, яагаад гэвэл хүн бүр тус тусын бодолд дарагдсан юм. Эцэст нь хэн нэг нь хариу олжээ. Жижиг хэмжээг “том” гэж нэрлэж болох аж. Харин бүр илүү томын хэмжээг яах вэ? Ярианы энэ шатанд уур амьсгал ёозгүйгээр эргэлээ. Эцсийн дүнд олон саналыг авч үзээд бэлгэвчийг “том”, “асар том”, “өө, бурхан минь!” гэсэн гурван хэмжээтэй гаргахаар тохиролцсон байна.

“Whole Earth Review” өгүүллээс

Өрсөлдөөн бол эрчүүдийн амьдралын хор. Олон нийтийн газарт хаа нэгтээ жишээлбэл, бассейны хажууд би сууж байгаа

энэ өдрийг хүртэл хажууд хэн нэг нь байхгүй байхад би амар тайван, сайхан байдаг Хэрэв хажууд нэг эр хүн гараад ирвэл би хамгийн түрүүнд, энэ миний биед аюул учруулахгүй биз, өөрөөр хэлбэл, тэр над руу дайрч довтлохгүй байгаа гэж бодно. Өнөөг хүртэл хэн ч над руу дайрч байсангүй, жаахан байхаас минь хор учруулж байсангүй хир нь энэ мэдрэмж намайг урьдын адил эзэмдэж байв /эмэгтэйчүүдэд ийм рефлекс ойлгомжтой ч өөр шалтгаантай байдаг/.

Цаашлаад би дүгнэлт рүүгээ орж, тэр надаас хүчтэй юу, илүү хувцаслаж уу, эсвэл бие бялдрын хөгжил сайтай эсэхийг харна. Хэрвээ тэр эмэгтэй хүнтэй явж байвал үнэхээр тэр цаад эмэгтэйдээ таалагдаж байгааг нотлох шинж тэмдгийг хайна! Хэрэв машины зогсоол нүдэнд харагдахуйц байвал түүнийг ямар машинтай болохыг шинжиж, өөрийнхтэйгөө харьцуулна. Энэ нь орлого, байр суурь түүнчлэн сонголт сайтай эсвэл үгүйг харуулах маш сайн заалт юм. Тэр эр нэлээд нөхөрсөг бөгөөд яриа өдвөл өөрийгөө аль гараг дээр очихыг би бодно. Дотоод өрсөлдөөн үргэлжилсээр би өрсөлдөөний утгаараа дайсагнасан, буруу, улиг болсон санааныхаа занганд орсон бололтой.

Одоо Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөний ёс суртахуунаар дамжуулан энэ утгагүй бүдүүвчээс ангижрахын тулд би өөрийгөө өөрчлөн сургаж байна. Би бусад эрчүүдийг өгөх эсвэл авах юмтай ах, дүү мэтээр хүлээн авч сурч байна. Би эмэгтэйчүүдийг үргэлж эгч, дүү мэт хүлээн

авдаг, харин яагаад эрэгтэйчүүдийг тийнхүү үзэхгүй байна вэ? Энэ байр суурь хандлагад болон хүн төрөлхтөний бүхэл бүтэн хагасын амьдралын баяр баясгаланг ер бусаар өөд татахад аугаа том өөрчлөлт гаргахад хүргэнэ.

Бага байхад нь бусад эрчүүдтэй бие махбодиор зохих ёсоор холбоотой байхыг хориглож байсан эрчүүд хэзээ ч насанд хүрсэн хүмүүс болохгүй. Ингэж татгалзаж байсан олон эрэгтэй үнэндээ эрчүүдтэй холбоотой байх шаардлагадаа их дарагдана. Тийм эрчүүдийг хөлбөмбөгийн тэмцээн эсвэл боксын тэмцээн дээр харж болно. Тэд эрчүүдийн харилцааны хүчтэй талуудыг хараад сэргэхийн сацуу ойртох аливаа хэлбэрээс зай барьдаг.

Эрчүүдэд бусад эрчүүдийг хайрлах, дэмжихийг зөвшөөрөхөд тэд манай нийгэмд өрсөлдөх шаардлагад эргэлзэж эхэлдэг. Харин эргэлзээ нь манай гаригийг хамгаалах зорилготой илүү баримжаат ажил, төслүүд болон үйл ажиллагаануудад оролцох хүсэл болоод бэлэн байдлыг төрүүлдэг.

Чухам үүнд Шинэ Эрчүүдийн Санааны хүч оршдог. Бүгд тэврэхээс эхэлдэг.

“Жигүүрийн далайц” Барри Куни

Өрсөлдөөний гадна

Бразилийн ксерванте ард түмэн чийрэг эр болох үйл явцыг найман үед хувааж байна. Чацуутнуудын бүлгүүд бүхэл амьдралынхаа турш ойр дотно хэвээр үлддэг, тэдэнд насаар ах бүлгийн эрэгтэйчүүд тусалдаг. Жил бүр ксервантчууд нас тус бүрийн бүлгээр ээлж дараатай гүйлт зохион байгуулдаг. Эдгээр гүйлт нь тэмцээн шиг харагддаг ч үнэндээ энэ бол тэмцээн биш. Гүйж байгаа нэг нь бүдрэх, эсвэл ойчвол бусад нь түүнийг босгож, цугтаа гүйдэг. Бүлэг баринд үргэлж хамтдаа орж ирдэг.

Энэ нь хэдийгээр бүгд байдаг хүчээ шавхаж байгаа ч бидний ойлгодог утга бүхий гүйлт биш. Энэ бол эр зоригийн баяр, эрч хүч бялхаж байгаагийн илэрхийлэл юм. Ксерванте бол хүмүүсийнх нь нягт хамтын ажиллагаагаар 1000 жилийн турш оршиж ирсэн соёл. Омгийн хүмүүс өөрсдийгөө эр хүн, үүнийгээ тэмдэглэж байна гэдгээ нотлох шаардлагагүй. Марвин Ален энэ сэдвээр: “Би дэлхийн аль ч газрын эр хүн бүрт өөрийнхөө эр хүн гэдгийг “нотлохыг” уриалж байна” гэж гайхалтай хэлсэн байдаг. Үнэхээр энэ бол инээдтэй үзэл баримтлал. Гэтэл эмэгтэйчүүд өөрсдийгөө эмэгтэй хүн гэдгийг нотлох үзэл баримтлалгүй байдаг.

Найз нөхөд асар их тусалдаг. Тэд таны цагийг зохицуулахад туслаж байна. Тэдний нэг гэдгийг танд тэд харуулна, таны төлөө санаа тавина. Магадгүй, чухам иймээс үргэлж барбекюгийн уламжлалын дагуу эрэгтэйчүүдийг бэлтгэдэг. Үүгээрээ тэд “Эрчүүд чамайг ч бас тэжээж чадна” гэдгийг тэмдэглэхийг хүсч байна. Итгэхгүй байгаа бол хиам болон давтсан махны чанарын талаар эрчүүд болон эмэгтэйчүүд бие биетэйгээ гэмгүйхэн хошигнож байгааг сонсоорой!

Найз нөхдийн хүрээ үгүй эр хүн амьдралд нэлээд тамирддаг. Найз нөхөд сэтгэл хөдлөлийн ямар нэг шалтгаанаар эхнэр эсвэл найз бүсгүйгээс мэдрэлийн хэт хараат байдлыг хөнгөлнө. Хэрэв амьдралын хүнд үед эр хүн найз нөхдөөсөө, бас эхнэрээсээ тусламж авбал бусадтай хуваалцсаны учир хүнд дарамт хөнгөрнө. Хэрэв асуудал эмэгтэй хүнтэй холбоотой бол / ихэнхдээ ийм байдаг/ найз нөхөд тэр асуудлыг тань даван туулахад туслаж, юуны учир гэдгийг ухуулж, буруу зүйл хийвэл зогсоож, шаналгааг хөнгөвчлөхөд тусална.

Хямралтай үед эр хүнд туслах

Хобартын засгийн газрын томоохон байгууллагад хоёр жилийн өмнө дөч гарч яваа эрд цомхотгосны мэдэгдэл гардуулжээ. Тэр үргэлж үнэнч, мэргэжсэн ажилтан байсан бөгөөд дарга нь энэ тухай түүнд биечлэн хэлж зүрхлээгүй байна. Үүний оронд тэр эр болон бусад олон арван хүн гэнэт шуудангаар албан ёсны захидал авчээ.

Түүний хэдэн найз нь юу хийхээ зөвлөлдөж, хийх ажлынхаа төлөвлөгөөг гаргасан байна. Тэд нөгөө эрийн гэрт нь хоол унд, унтах дэвсгэрээ авч очоод, амралтын өдрүүдээ өнгөрүүлжээ. Эхнэр, хүүхдүүдийг нь өөр тийш нь явуулсан байж. Тэр унтаж чадахааргүй цочирдсон байсан тул тэдний хэн нэг нь заавал түүнтэй цуг байж, урам өгч байхаар ээлж дараалал гаргажээ. Ням гарагийн үд дундын үед их ярилцсаны дараа цурхиртал уйлж, тэврэлдсэний дараа энэ хүн өөртөө тэнэг загнах цаг өгөлгүй, цагийг нь олж зогсоосон найз нөхөддөө талархаад, цаашдын төлөвлөгөөгөө гаргаж эхэлжээ. Найзуудын сэтгэл тайвширч, бүх зүйл сайн сайхан болохыг хянаж байв. Гэр бүл нь хэд хоногийн дараа гэртээ эргэн ирж, түүний цаашдын амьдрал аль хэдийнэ өрнөж байна.

Энэ хүний найз нөхөд нь үүнийг эрчүүд хийх ёстой ажил гэдгийг ямар нэг байдлаар ойлгож байжээ. Найз эрчүүд эхнэрүүд болон бусад эмэгтэйчүүдийн хийж чадахгүйг хийж чаддаг. Таны юу мэдэрч байгааг бусад эрэгтэйчүүд мэддэг. Эрчүүдэд бие биедээ ойлгомжтой асуудлууд байдаг. Жишээлбэл, гэр бүлийнхээ тэжээгч байх нь эмэгтэйчүүдийн асуудалтай харьцуулашгүй. Зөвхөн эрчүүд эр хүн байхын мөнхийн үйл явцын тухай мэдэхэд танд туслаж чадна.

Сэтгэлээ илэрхийлэх

Олон сая эмэгтэйчүүд нөхрөө сэтгэлгүй, хөшүүн болсон талаар гомдоллож байна. Эрэгтэйчүүд өөрсдөө үнэндээ юу хүсч байгаагаа илэрхийлэхийг хүсэхдээ ичиж, сандрах нь олонтаа байдаг. Ер нь үүнийг эрэгтэйчүүд болон эмэгтэйчүүдийн хоорондын эвлэршгүй зөрчилдөөн буюу хүйсүүдийн тэмцэл гэж нэрлэдэг. Хэрэв эрчүүд юу бодож байгаагаа илэрхийлэх чадваргүй байдаг нь бусад эрчүүдтэй ярилцах боломжгүйтэй холбоотой юм болов уу? Хэрэв эрчүүд бие биетэйгээ илүү их ярьдаг байсан бол тэд өөрөө өөрсдийгөө илүү сайн ойлгох байсан байх. Магадгүй, тэдэнд эхнэртээ хэлэх юм байсан байх. Зөвхөн бусад эрэгтэйчүүдийн хүрээнд л тэд сэтгэлээ нээж чадах байсан юм шиг санагдана. Эрчүүд эмэгтэйчүүдээс өөр дуу хоолойтой байдаг шиг тэдний сэтгэлийн мэдрэмж бас өөр юм гэж Майкл Мид ярьж байна. Бидэнд хангалттай мэдрэмж байдаг ч эмэгтэйчүүдийнх шиг биш. Хэт идэвхижсэн бид өөрсдийгөө илэрхийлэх гэж зовохгүй.

Эрчүүдийг юу хүнлэг бус болгосон бэ?

Та нараас хэд нь нуруу өндөр, баян, амжилт олсон, хүчирхэг, хорин сантиметр урт эрхтэнтэй, үстэй цээжтэй, булчинлаг мөртэй, бүх юм нь хяналтад байдаг вэ?.. Тийм хүн байна уу?.. Тэнд нэг байна! Энд ердөө ганц жинхэнэ эр хүн байна!!!

Эр хүний шинэ тодорхойлолт бий, тэр нь ядахдаа ядахдаа шүү! эд материалын хангамж болон хамгаалалт шиг хайр дурлал болон халамжид тулгуурлаж байна.

Эрчүүдэд хандаж хэлсэн үгнээс Марвин Аллен

Эрчүүд нийгэмд хүнд байдалд байна. Тэднээс ялангуяа сүүлийн үед илүү ойр дотно, илүү зөөлөн сэтгэлтэй байхыг шаардаж байна. Гэхдээ тэднийг урьдын адил шаардлага гарвал дайнд мордуулахаар хүмүүжүүлж, тэднээс урьдын адил хэрэгцээ гарсан тохиолдолд хатуу чанга байхыг харж байна, учир нь хатуу чанга байх нь энэ амьдралд хэрэгтэй юм. Эрчүүд сул дорой байхыг бид үнэндээ хүсэхгүй байна. Шаардлага гарсан цагт тэд хурдан шаламгай байж чаддаг байхыг бид хүсч байна, энэ амаргүй урлаг шүү.

“Би хоёр удаа нөхөрт гарч байлаа, бас хэд хэдэн хүнтэй учиртай байсан боловч бүгд муугаар төгссөн. Дийлэнх эмэгтэйчүүдийн адил би эрэгтэйчүүдийг сонсдог байсан, гэхдээ өнөөдрийг хүртэл би тэднийг анзаардаггүй байж. Эрчүүд бие биетэйгээ маш дотно, элэгсгээр ярьдгийг би хэзээ ч мэддэггүй байжээ. Тэд алахад бэлэн байх ёстой гэсэн ухамсартайгаар амьдарна гэдэг нь эрэгтэй хүний хувьд юу болохыг би хэзээ ч төсөөлж байсангүй. Мундаг

хүмүүстэй нэг өрөөнд байгаа мэт сэтгэгдэл энэ амралтын өдрүүдэд надад төрлөө. Намайг сонссонд баярлалаа.

Эрчүүдийн амралтын өдрийн цуглааныг

ажиглагч эмэгтэй

Нэг зохиолч дөрвөн найзтайгаа хэдхэн хормын өмнө машины осол гарсан газар очсоноо тодорхойлон бичжээ. Тэд машины цувааг зогсоогоод, хүмүүсийг машинаас гаргаж, гэмтсэн хүмүүсийн цус алдалтыг зогсоож, газар дээрээ амьсгал хураасан хоёр хүний гэр бүлийнхнийг тайтгаруулахыг хичээж байлаа. Тэнд гурван цаг болов.

“Таван эр машины тусгай зам дээр ярганы газарт хүний амь аврахын тулд сэтгэлээ барьж байна” гэсэн маягийн сонинуудад гарах гарчгуудыг харахыг хүсч байж билээ гэж энэ зохиолч хожим нь бичжээ. Сэтгэлээ барих нь эрчүүдийн ертөнцийн маш чухал хэсэг юм. Үүнд амьд үлдэх үүднээс асар их үнэ цэнэ оршиж байгаа бөгөөд эмэгтэйчүүд бүгд сэтгэлийнхээ гүнд энэ чадварт найдаж байдаг. Тохиромжтой цаг ирэхэд ийм мэдрэмжтэй болоход бэлэн байх нь огт өөр хэрэг юм.

Эрчүүдийн цуглаан дээр

Гэр бүлийн асуудалд зориулсан томоохон хурлын хүрээнд болсон өдрийн зөвлөгөөнд хэсэг эрчүүд суув. Эмэгтэйчүүдийг энэ зөвлөгөөнд оролцохгүй байхыг хүсчээ. Өрөөн доторх уур амьсгал өнөөдрийн бусад зөвлөгөөнөөс их ялгаатай буюу бага зэрэг дүнсгэр, жаахан түгшүүртэй байв. Хаалга андуурсан дунд насны нэг эмэгтэй хаалгаар шагайснаа уур амьсгалыг шууд мэдрээд, хүлцэл өчөөд алга боллоо.

Энэ зөвлөгөөнийг хөтлөх нь миний ажил байв. Би тайван суугаад, хүмүүсийн анхаарлыг өөртөө татаж тухлав. Би олон мянган зөвлөгөөн, ярилцлага хийж байсан болохоор “найрсаг” байхыг хэт хичээж хүч зарцуулахгүй байхаа мэднэ.

Цаг нь болохоор би яриагаа эхэлж, бүлгийнхний уур амьсгал аажмаар дотно дулаан болж ирдэг. Эмэгтэйчүүдийн цуглаануудын цоглог, хөнгөн эгдүүцлээс ялгаатай нь эрчүүдийн бүлэгт түгшүүртэй байдал, бүр айдас мэдрэгддэг. Өөртөө илүү итгэлтэй эрчүүд, ахмадуудаас гарч байгаа хошигнол, бүлээн дулаан хандлагын нөлөөгөөр уур амьсгал арай зөөлөрдөг. Дөч гарсан би ичгүүр сонжуургүй биш буюу өөртөө маш их итгэлтэй болон өөрийн дуу хоолойн өнгөнд тийм ч дуртай биш гэсэн хоёр хязгаарын хооронд оршиж байна. Би гарз хохирол, шившигийг хангалттай амссан. Би зовлон зүдгүүр, тэвчээр хатуужлыг хүндэтгэдэг, учир нь тэр бүхнийг давж урагшилсаар байгаа хэн ч байсан хүндэтгэлийг минь улам их хүлээдэг. Тиймээс эхлээд бид ахмадуудад хандаж тэднийг ирсэнд талархлаа илэрхийлдэг. Тэдний урт удаан насалж, надаас илүүт үзэж мэдэрснийг нь би цохон тэмдэглэдэг. Туршлагагүйн улмаас намайг хазайвал туслахыг би тэднээс хүсдэг. Тэгээд бид ярилцлагаа эхэлдэг.

Эрчүүдийн түүхэн дэх энэ мөчийн хувьд дэлхийн таталтын хуулийн дагуу явж байгаа санал шүүмжлэл урагшлах чиглэл болно. Бид тулгарч байгаа хүндрэлүүдийн талаар, аав нараас хөндий хүйтэн болж байгаа тухай, гэр бүлийн амьдралын эмзэг байдлын тухай эхлээд ярилцаж, зүгээр л бие биенээ сонсдог. Эрчүүд ар араасаа цувран үг хэлнэ. Тайван, энгийн ярьж байхдаа тэдний нүдэнд нь нулимс цийлэгнэж, эрчүүд уйлж эхэлдэг. Үе үе бид жижиг бүлгүүдэд хуваагдаж, дараа нь дүгнэлтүүдээ хуваалцахаар дахин нэгддэг. Сүүлийн хүн бид хоёр удаан тэврэлдсэний дараа тэр хүн явахаас өмнө зөвлөгөөн заасан хугацаанаас нэг цагаар сунадаг.

Эрчүүдийг шаналгагч зовлон маш удаан хугацаанд хуримтлагдсаар байдаг. Нэг их онцын хүн асуудлыг хэлэлцдэггүй, харин “Амьдрал ямар байна вэ?” гэсэн асуудлыг хөнддөг. Тиймэрхүү яриа шар айрагны газар, спорт-клуб, “Ротари” эсвэл сүмийн цуглаан дээр ч болдоггүй. Тиймээс эрчүүдийн сэтгэлийг хөгжүүлэх маш зүй ёсны бөгөөд шаардлагатай хэсгийн хувьд бидний амьдралд боломж байхгүй байна. Эмэгтэйчүүд хэзээ ч бие биетэйгээ чалчихгүй бол тэдэнд ямар их дарамт учрахыг төсөөл дөө. Үүнийг ойлгож байгаа бол эрчүүдийн дарамттай, бээвгэр байдлын учрыг ойлгож болох юм. Биднийг бие биенээс нь хол тийм удаан байлгаж байжээ.

Уй гашуу

Сэтгэлээ няц дараад байх нь эрчүүдийг алж эхэлдэг гэж азгүйдлын сэтгэл судлалын салбарын шинжээч Мэл Мак Киссок хэлжээ. Ойр дотныхоо хүнийг алдсан хүн дараагийн хоёр жилд үхэх магадлал элэг бүтэн эрэгтэй хүнээс найм дахин илүү байдаг. Хэрэв гэр бүлд хүүхэд жишээлбэл, хүүхдийн гэнэтийн үхлийн синдромоор нас барахад эцэг, эх нь энэ зовлонг тэсэлгүй салах магадлал 70 хувиар илүү байдаг байна. Бид эрчүүдэд уй гашуугаа илэрхийлэх хэрэгсэл яаралтай олж өгөх ёстой. Уй гашуугаа тайлах чадваргүй байдал амьдралд итгэх итгэлээ алдахад хүргэдэг гэж МакКиссок тайлбарлаж байна. Хэн ч модтой амьдарч байхыг хүсэхгүй учраас гэр бүл салж сарнидаг. Эхнэрүүд болон найз бүсгүйчүүд өөрсдийнх нь зовлон хангалттай байдаг учраас ихэнхдээ тэд нөхөртөө шаардлагатай байгаа зүйлийг өгч чаддаггүй. Ганц сэтгэл хөдлөлийг /энэ тохиолдолд уй гашуу/ мэдрэх чадваргүй байдал уур хилэн, айдас, халуун дотно байдал, хайр дурлал гэсэн мэдрэмжийн хүрээг дарахад хүргэнэ гэж Мэд МакКиссок үзэж байна. Шунал тачаалыг эрчүүдийн дийлэнх нь алддаг, харин чухам үүнийг бид олж авахыг эрмэлздэг.

Уйлж орилох нь энгийн нэг биеийн үйлдэл. Бид уйлж байхад бие махбод уй гашуугаас биднийг ангижруулан тархийг угаагч химийн бодисыг ялгаруулдаг. Уйлж дуусмагцаа бид гүнзгий амьсгалж, нүд онгойж, бусдыг хайрлах сэтгэл төрж, энэ ертөнцийн дүр төрхийг дахин харж чаддаг.

Хүнд цаг үед эрчүүд бид өөрсөддөө хэр санаа тавина төдийчинэ түргэн харанхуйгаас гардаг. Тэр өөртөө хэр их хүндрэл учруулна төдийчинэ удаан эрүүлжиж, энэ хугацаанд гаргасан алдаа бас төдий ноцтой байх болно. Эмтэрсэн зүрхээ анагаах гэсэн ородлогоороо тэр бусад олон хүний зүрхийг эмтэлнэ.

Эрэгтэй хүн гашуудахдаа “Үхлийн хөндийг” туулдаг, гэхдээ энэ тохиолдолд тэр ганцаар явах ёсгүй. “Хөндийн” эсрэг талд гарахдаа тэр гэрэлтэж, дарамтгүй болж, муу зуршилд автах хандлага нь багасч, хүнийг хайрлаж, хүнээр хайрлуулахад бэлэн болсон байна. Хайртай эмэгтэй нь

тийм ч ойр дотно биш байсан ч түүний хувьд бүх зүйл хэвийн – одоо тэр өөртөө санаа тавьж чадна. Амьдралын хүнд хэцүү мөчид дэмжиж тусладаг найз нөхөд түүнд бий. Тэр энэ нөхөрлөлөө цаашид хамгаалсаар байна гэж найдъя.

“Эр хүн байхын учир” Роберт Блай

Миний найз найман настай байхдаа аавыгаа алдаж билээ. Хоёр жилийн дараа ээж нь амиа хорлосон юм. Найз минь дүү нартайгаа үлдсэнийг хамаатнуудад нь тараажээ. Тэд том болох хүртлээ ховорхон уулзалдаж байв. Би найзтайгаа танилцах үед тэр маш амжилттай яваа бизнес эрхлэгч байсан ч цочмог ууртайгаасаа болоод олон ажилтнаа алдсан байлаа. Тэр хоёр ч удаа гэрлэлтээ цуцлуулж, гурав дахь удаагаа гэрлэх санаатай байв. Өөрт нь хамаг учир байгааг ойлгосон байсан тэр надтай ярилцахад бэлэн байлаа. Өөрийн түүхээ ярьж, уй гашуугаасаа ангижрах нь түүнд хэрэгтэй байсан юм. Тэр бүр багаасаа энгийн, гүн үйлдлийг хийгээгүй байжээ. Түүхээ намуухан, удаан ярьж, хэд хэдэн удаа нүд нь нулимсаар дүүрэх үед

тэр цурхиран уйлж, дараа нь яриагаа тайван үргэлжлүүлж байв. Аажмаар огт ер бусын тайван мэдрэмж бидэнд төрөв. Энэ бол хэзээ ч мартаггүй сэтгэгдэл байлаа.

Зугаа цэнгэл ба нөхөрлөл

Эрэгтэй найзуудтай болох өөр шалтгаан бол зугаа цэнгэл. Тодорхой хүрээнүүдэд, гэхдээ намбалаг байдал эсвэл хориг хязгаараас ангид хамгийн шуугиантай, идэвхтэй, эелдэг, томоогүй, таатай зүйл.

Бид SPERM-ийг /Society for the Protection and Encouragement of Righteous Manhood/ гэж нэрлэдэг.

“Хэвлий дэх түймэр” Сэм Кин

Эрчүүдийн нөхөрлөлийн бүдүүлэг авир ба марзагануур зан.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

Миний амьдардаг газрын өсвөр насны хэдэн хүүхэд ер бусын нэг юм хийлээ – тэдэнд Хон голын эрэг дэх майхнуудад амьдрах нь таалагдаж, тэд модон завь хийж, түүгээрээ гол уруудахаар шийджээ. Учир нь тэд залуус болохоос жаахан хүүхэд биш, эцэг, эх нь ч тэдэнд “зөвшөөрчээ”. Нэг аавынхаа туслалцаатайгаар тэд ажиллаж болох саравч олж, энд тэндээс янз бүрийн материал цуглуулж, амралтын өдрүүдэд ажиллаж, мөнгөө хурааж, эцэст нь завь хэлбэр дүрсээ олжээ.

Тэдний харилцаа үргэлж эв найртай байсангүй. Тэдний нэг нь өгөх ёстой мөнгөө өгөхгүйн дээр бусдаасаа өөр зорилгоор мөнгө зээлж, байдлыг бүр ч хүндрүүлсэн байна. Тэдний зарим нь шаардлагатай мөнгийг цуглуулахын тулд илүү их ажиллаж байв. Хүнд үед залуус найздаа, түүний талаар “Чи бидний адил ажиллахгүй байна. Чи биднийг ашиглаж байна” гэж бодлогоо хэлэхээр шийджээ.

Тэдний хоорондын нөхөрлөлийн нягт холбоо, хатуу боловч түрэмгий зангийн ачаар залуу дэлбэртлээ уурласангүй.

Тэр байдлыг эргэцүүлэн бодож, мөнгө олох арга олж, өгөх ёстойгоо гүйцээсэн байна. Зан чанар чухам тийм тохиолдолд л хатууждаг.

Завь хийдэг өөр нэг залууд их найдлага тавьдаг захирамтгай эцэг, эхийн асуудал байлаа. Найзууд нь их дарамтад орж байгааг анзаарч, найздаа хэрхэн туслах талаар түүний эцэг, эхтэй нь зөвлөлдөхөөр шийджээ. Үүний дараа тэд ингэж хэлжээ: “Сонсооч, хөгшөөн, чи эцэг, эхтэйгээ ердөө нэг л жил хамт байх нь. Тэсээд, сургуулиа төгсчих. Тэгээд л чи өөрөө өөрийнхөө эзэн болно ш дээ. Амьдралаа чи өөрөө авч явах болно. Чи энэ мужааны газраа бүрмөсөн үлдсэн ч болно”.

Тэнгис дэх хэцүүгийн арал цагийг зугаатай өнгөрүүлэх газар. Бүх хүний амьдрал сайн сайхнаар дүүрэн, тайван, нөхөрлөлөөр батжисан байдаг. Хэрэв та сайхан ном унших дуртай бол Мев Бинчийн романуудаас залуучуудын хувьд нөхөрлөл гэж юу байдаг тухай унших болно.

Хөгшин, залуу гээд эрчүүд яагаад бүгд амьдралд тийм тулгууртай байж болохгүй гэж? Ийм олон аюулаас зайлсхийж болох юм биш үү!

Хоёр үгээр

Нөхөрлөл дэх өрсөлдөөний аливаа хэлбэрийг үндсээр нь устгаж, спортыг илүү сонирхолтой болгодог хөгжилтэй өрсөлдөөн шиг болгож орхи.

Та эр хүн гэдгээ нотлохоо боль. Харин жинхэнэ эр хүн шиг байгаарай.

Эелдэг зөөлөн бай. Үе үе чин сэтгэлээсээ найрсаг үг хэлж байгаарай.

Найз нөхөддөө тулгарсан асуудлыг ач холбогдлыг нь багасгаж эсвэл зөвлөгөө өгөхийг оролдолгүйгээр яриаг нь сонсоорой.

Эрчүүд жинхэнэ амьдралаа ярьж, хөндүүр хирнээ сонирхолтой сэдвүүдийг хэлэлцдэг эрчүүдийн бүлэгт элсээрэй.

Уй гашууг мэдрэхээс бүү ай, нулимснаас бүү ай. Магадгүй та дотроо багагүй зүйл хураасан байгаа байх.

Бусад эрчүүдтэй хамтдаа хөгжилд. Хөгжилтэй, чөлөөтэй, итгэлтэй бай. Эрэгтэй хүн гэдгээрээ бахарх. Найз нөхдөө хайрлаарай.

Арваннэгдүгээр бүлэг.

Эрчүүдийн зэрлэг авир

Энэ бүлэгт бид Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөний гурван гүнзгий үзлийг авч үзнэ. Энэ нь: Ариусал, Зэрлэг хүн, Үнсний үе жаахан хөвгүүд эр хүн болох нухацтай үйл явцууд юм. Эдгээр үйл явц амьдрах хүслээс гарч байгаа хүчийг олж авахад эрчүүдэд тус болдог. Тэдгээр нь өтөл насанд хэрэг болох мэргэн ухааныг эрчүүдэд өгнө.

Энэ бол өөрийгөө олж авахын тулд эрчүүдийн хийж буй алхам. Хэрэв тэд үүнийг хийхгүй бол амьдралдаа олж авсан бүхэн нь учир утгагүй байх болно.

“Хаврын гал” Жеймс А.Мичнер

Шашин, оюун санаа ба эрэгтэй хүн

Дэлхийн хүн ардын түүхийн туршид шашин шүтлэг оршиж байсан. Шашинд хүн байдаг. Амьтдыг гайхалтайгаар дүрсэлсэн Ласко агуйнууд нь хамгийн эртний эрчүүдийн ёслолын нотолгоо юм. Зэрлэг хүмүүсийн шашны зан үйл насанд хүрсэн эрчүүдийн цагийн 70 хувийг эзэлдэг байжээ. Өнөөдөр ч гэсэн янз бүрийн саад бэрхшээл, хэт шүтлэгийн байж болох бүх төрлүүд байгаа ч сайн үйлийг бүтээх хүч нийгмийн тэтгэлэгүүдээс эхлээд даян дэлхийн энх тайван хүртэл шашны хүчтэй нөлөөг агуулсан байдаг. Хамгийн аугаа бөгөөд амжилт олсон эрчүүд, эмэгтэйчүүд Нельсон Манделагаас Далай лам болон Аун Сан Су Жи хүртэл - үйл ажиллагаанд нь шашны үндэс орсон хүмүүс юм.

Шашин яагаад хүний амьдралд тийм том үүрэг гүйцэтгэдэг юм бэ? Бид төөрч, төөрөлдсөнөө байнга мэдэрч, цаашид бид хэрхэн амьдрахаа шийдэх боломжгүй болдог. Хүнд байдлаас гарах гарц тэр бүр санаанд ордоггүй. Зарим тохиолдолд бидэнд баригдахгүй, гэхдээ алдаагүй амьдрал сайхан бөгөөд бид урсгалаар нь хөвж байгаа мэт мэдрэмж төрдөг. Ердийн хөөрөлт ба уналт, зовлон ба таашаал – энэ нь та зөв замаар явж байгаагаа мэдэрч байгаа бол чухал биш. Хүний оюунлаг байдал амьдралын ямар нэг онцгой шууд дадлага туршлагыг илэрхийлдэг. Шашин гэдгийг бид зохион байгуулалттай бүлгийн үйл ажиллагаа гэж ойлгож байгаа бөгөөд зан үйл нь шашны мэдрэмжид шүтэх, тэр мэдрэмжээ алга болгочихгүй байх оролдлого юм.

Хүмүүс өнөөдөр зан үйлийн утга учрын мэдрэмжээ алджээ – тэд үүнд ашиг байхгүй гэж санаж байна. Гэвч бид “хоосон зан үйл” гэдэг үгийг ашиглахдаа зан үйл “бүрэн дүүрэн” байж болохыг аяндаа хүлээн зөвшөөрдөг. Ёслолын ажиллагаа болон цуглаан мэтийн бүлгийн хүчин чармайлт нь амьдралыг шашны гүн гүнзгий утгатай болгох, зөвхөн бүдүүлэг зуршлын асуудлыг төдийгүй, ерөнхий дүр зургийг харах чадварыг сэргээхийн чухалд анхаарлаа төвлөрүүлэхэд бие биедээ туслах ач холбогдолтой аргууд юм. Хэв маягийн болон техникийн / үнэнч сүсэгтэн, Буддын шашинтан болон нутгийн ахлагч хамтад нь судалж болох нийцтэй олон зүйлийг олно/ гээд шашин хоорондын ялгаа бий. Ямар нэг утгаараа хүнд шашны ямар ч зам тохирдог. Гэхдээ амьдралдаа ямар нэг шашин шүтдэггүй бол ноцтой алдаа болно.

Бид чин зоригтой, хэлэхийн аргагүй, илэрхийлэхийн аргагүй үгнээс дээр байж болох харилцаа холбоотой болохыг эрмэлзэж байна. Чухамхүү өөрийгөө энэ гүн гүнзгий хүсэлд зориулсны дараа бид уй гашуу, баяр баясгалан, уур хилэнг мэдэрнэ. Үүнээс үүдсэн хүсэл тэмүүлэл биднийг хувийн амьдралын жүжиг болон нандин мэдрэмжид живүүлж болзошгүй. Тэгвэл бид өөрсдийгөө амьд бөгөөд хүн, сэтгэл хөдлөлийн баялаг туршлага дүүрэн байхыг мэдэрдэг.

“Жигүүрийн далайц” Жорж Тейлор

Би олон зуун өвчтөнийг эмчилж байсан. Тэдний дунд амьдралынхаа хоёр дахь хагаст орсон, өөрөөр хэлбэл, гучин таваас дээш насны, сүүлчийн боломжийн хувиар асуудал нь амьдралыг үзэх шашны үзлийг хайхад чиглээгүй нэг ч хүн байгаагүй.

“Төмөр Жон” Карл Юнг

Хуучны шашин шүтлэг бидэнд итгэл төрүүлээгүй юу?

Дэлхийн уламжлалт аугаа шашнууд амьдралаа чөлөөтэй болгож, сайжруулахыг сургадаг ч тэдний зурсан дүр төрх өнөөгийн ертөнцөд нийцэхгүй болжээ. Христийн шашин туйлын зорилгоороо нийгмийн хүчтэй хувьсгалын хүч юм. Гэвч дийлэнх хүмүүсийн нүдэнд хамба лам нарын эр, эм нь мэдэгдэхгүй туслахууд, эсвэл цай уух зуур хижээл насны эмэгтэйчүүдийг чичрүүлдэг байдал л бууж байна. Цаашлаад сүмийн өөрийн сурталчилгаа нь хачин бөгөөд ойлгомжгүй харагдана. Үүний сацуу олонхи сүсэгтний хувьд шашин гэр бүлийн нийгмийн уламжлал

маягийн заншил болжээ. Олон хүний хувьд итгэл үнэмшил, зан үйл утга учраа алдаж, хальс төдий зүйл л үлдсэн байна.

Хуучин уламжлалуудын уналт болон шинэ амьд шашин байхгүй байгаа хоёрын хооронд төөрөлдсөн хүмүүсийн дийлэнх нь огт юунд ч итгэхгүй байна. Үүнээс болж тэд амьдралын маш олон асуултад хариулах чадвар муутай болж. Хэдийн бардам ч орчин үеийн хүн хүнд бэрхийн өмнө сөхөрч магадгүй байна. Амиа хорлох, ичгүүр сонжуургүй явдал, харамч зан, тамхи татах муу зуршил холгүй цуглаж, ээлжээ хүлээж байна. “Хар хүний ивээл” гэж Фред Холлоуз нэрлэсэн нь дажгүй сонсогдож байгаа боловч үр дүн алга /эцсийн эцэст, Фред өвөрмөц агийн ёс болох яруу найрагт хэт автсан билээ/.

Эрчүүдийн хөдөлгөөн чинь өөрөө шашин биш гэж үү хэмээн зарим нь асууна. Феминизм шиг юм болж магадгүй, одоогийн шашнууд хувирч өөрчлөгдөж, тэдгээрт шинэ хүч цутгана гэж би таамаглаж байна. Мэдээжийн хэрэг, олон эрчүүдийн хувьд хөдөлгөөн амьдралд нь аль хэдийнэ тодорхой үүрэг гүйцэтгэж, амсч үзээгүй байсан ахан дүүсийн мэдрэмжийг өгч байна. Эрчүүдийн хөдөлгөөн удахгүй эрчүүдийг хэдэн зуун жилийн турш байгаагүй шашны дасгал болон зан үйл рүү эргүүлнэ.

Яруу найрагчийн ажил хүний сэтгэлийг аврах биш, харин түүнийг зохистой аврал болгоно.

“Жигүүрийн далайц” Жеймс Е.Флетчер

Гэр бүл солио болох учиргүй

Олон эрчүүд, хэрэв асуувал, ариусал гэгээрлийн замыг бус гэр бүлийнхээ сайн сайхан байдлыг хангахаа зорилгоо болгодог гэж хариулна. Энэ нь маш бодь сэтгэлийн юм шиг сонсогдож болох ч, гэр бүлдээ туйлын ач холбогдол өгөх нь оюуны мөлжлөг юм. Эхнэрээр нь дамжуулан нөхрийг нь борлуулах тэдэнд хоёуланд нь маш муу. Үр хүүхдээ амьдралын утга учир болгох нь тэдний хувьд тэсвэрлэхийн аргагүй дарамт болно гэсэн үг /үүний нэг илрэл нь гэр бүлээ хамгаалахын тулд эхлээд эхнэр, хүүхдээ, дараа нь өөрийгөө хороох хүний ухаангүй бодол! Эрэгтэй хүний сэтгэлд амьдралыг хадгалагчид байдаг, тиймээс тийм тохиолдлууд, бурхны авралаар ховорхон байдаг/. Гэр бүлийнхээ хэрэгцээг хангаж, үүнийхээ төлөө шагнуулахад амьдралынхаа хэдэн арван жилийг зориулах эрмэлзэл бүрэн хэвийн бөгөөд хүндэтгэл хүлээх зүйл юм. Гэхдээ энэ тохиолдолд өөрийгөө мэдрэх мэдрэмжээ маш хялбархан алдаж, улмаар бусад олон асуудлыг буй болгодог.

“Хэвлий дэх түймэр” номд Сэм Кин гэр бүлээсээ салаад маш хэцүү байх үед хөгшин найз нь тусалсан тухай өгүүлдэг. Тэр хөгшин түүнд “Эрэгтэй хүн өөртөө тавих ёстой хоёр асуудал байдаг. Нэгдүгээрт: “Би хаашаа явж байна вэ?”, хоёрдугаарт: “Надтай хэн хамт явах вэ?” Хэрэв чи энэ хоёр асуудлын байрыг соливол зовлонд унана!” гэж хэлжээ. Цөөнгүй эрэгтэйчүүд үүнийг сольж тавьдаг.

Хуучны сургамж

“Би хаашаа явж байна вэ?” хамгийн чухал асуулт. “Би хаанаас ирсэн бэ?” энэ асуулт ямар нэг хариултыг агуулж байж болох юм. Бид хаанаас ирснээ мэддэг. Ул мөр нь эргээд,

хэдэн зуун дамжаад, таван зуун мянган жилийн өмнө амьдарч байсан кроманьоны анчинд очно. Та өнөөдөр амьдарч байна, учир нь тэр цэцэн мэргэн, хатуу, чадварлаг, халамжтай, зоригтой бөгөөд Дэлхийн хүчнүүдтэй ажиллах чадвартай байжээ. Танд ч бас түүний гайхалтай чадварууд бий. Хамгийн гол нь яаж ажиллах хөтөлбөрөө сэргээх хэрэгтэй. Тэгсэн цагт та урагшилж чадна.

Эрчүүдийн хөдөлгөөнд урьдын цаг руу, болхи бүдүүлэг омгуудын арга барил болон зан үйл рүү буцах арга байдаг. Хэдийгээр энэ нь зарим талаар таагүй байдал үүсгэж, биднийг доог тохуу болгож болох ч, эргэж харах нь тийм ч муу биш. Үүн рүү бүр гүнзгий орж ч болно. Бид авралын галаа унтраалгадаг үеийнхний хувь тавилангаас зайлсхийе гэвэл өвөг дээдсээсээ олон зүйлийг сурах хэрэгтэй. Эртний хүн өөрийгөө хүрээлэн буй орчиндоо зохицож, байгаль дэлхийд яаж эсэн мэнд байхаа мэддэг. Хүнд байдалд байгаа хүмүүсийг үхэж дуусахад хүргэхгүй байх нь чухал. Эрчүүдийн хөдөлгөөн эрт цагийн чиглүүлэгч зүйрлэл, зан үйл, билэгдэл, ёс заншил, танин мэдэхүйн уялдаа холбоог маш их сонирхдог. Бид тэндээс ирээдүйгээ цогцлоохын тулд ашиглаж болох арга хэрэгслийг олж авдаг.

Экологи буюу оюун санааны зам

Амьдралаа хамгаалахад эрчүүдийн эцсийн зорилго оршино гэж бид аль хэдийнэ ярьсан /ухаан суулгах ажлын тухай бүлэгт/. Энэ ажил зөвхөн эрчим хүчний оюуны эх сурвалж болон чиглэлийг ашигласан тохиолдолд сайн болж болох тухай бид энд нэмж болох юм. Экологийн утга учиртай амьдралаар

амьдрах нь зүгээр нэг техникийн сорилт биш, үүнд хүний харааны өнцгийн дотоод өөрчлөлт ч мөн орно. Бодитой үзэл бодлын үүднээс бороотой ойг судлахаар явсан биологич олж авсан туршлага нь өөрчлөгдсөн байдалтай эргэж ирдэг. Өтгөн ойд өнгөрүүлсэн олон шөнө, байгалийн нууцад гүн нэвтрэхэд зориулсан өдрүүд түүний зүрх сэтгэлийг эзэмджээ. Тэр ёстой тээр болсон байдлаас оргилуун, цоо шинэ хүн болдог.

Экологи шинэ шашин болсны бүх шинж тэмдэг бий. Магадгүй адилхан хэлбэрээр, гэхдээ манай цаг үеийн шаардлага байгаль, зэрлэг амьдралд илүүтэй, ягшмал номлол болон оюун ухааны бие тоолтод бага анхаарал хандуулан ямар нэг илүү амьд, тустай зүйлд одоогийн шашнуудыг хувиргаж байна. Христ, лал, хинди гэх мэт /Буддын шашин үргэлж экологийн шашны дээд түвшинд байсан/ шашны экологийн хувьд мэдлэг өгөх хэлбэрүүд аль хэдийнэ буй болжээ.

Олон хүний анхаарлыг “дэлхийг аврах” прагматик бодол бус илүү жам ёсны амьдрал татаж байна, яагаад гэвэл тэд өөрийн байгаа байдлаараа зэрлэг онгон байгальд татагджээ. Үнэхээр цөөнгүй хүн огт сүсэггүй гэдгээ мэдэгдэж, онгон байгаль, далайг өөрсдийн оюуны ертөнц гэдгийг нэгэнт хүлээн зөвшөөрчээ. Зэрлэгээрээ байх хүсэл тэмүүлэл бидэнд байнга төрж байна. Үүнээс “Юрийн үеийн цэцэрлэг” болон япончуудын коалад маш ихээр хайртай болсон. Үүнээс барбекю, наран шарлагын газар болон үндэсний хүрээлэн буй болсон! Энэ мэдээж байгалиа хайрлах хайр юм. Амьдрал хэдийчинэ хиймэл болно, төдийчинэ тэнцвэрт байдлыг хүмүүс сэргээхийг эрмэлзэнэ. Орчин үеийн хүн хэдий хэр дотоод болон гадаад

зэрлэг онгон байдалд ойр байна, төдийчинэ түүний ажил үйлс урагштай байна.

Ойд зүгээр суух, өөрт тааламжтай сайхан байх тухай яриагүй юм. Эртний соёлд хүн гадаад ертөнцтэй нийцтэй байхын тулд урт замыг туулах хэрэгтэйг таньж мэджээ. Энэ нь эцэг, эх, хөгшдийн зүгээс хичээл зүтгэл, хайр халамжийг шаардсан, олон жил үргэлжилж байгаа идэвхтэй үйл явц юм.

Бид бие цогцсыг бүтээх хэрэгтэй, гэхдээ спорт танхимын дамнуурган дээр биш. Идэвхжүүлсэн, сэтгэл хөдөлгөсөн бие цогцос бидний эрхэм дээд эрмэлзлийг өөртөө агуулах хангалттай хүчтэй. Энэ зэрлэг хүн өөрт нь нухацтай санал болгосон сургалтаар дамжсаны дараа л бүрэн дүүрэн дотоод амьдралд орж болох юм...

“Төмөр Жон” Роберт Блай

Ухаан суух нь баатарлаг ялалт

Одоогийнхоор та арван найман нас хүрсэн өдрөө эр хүн болно. Үүний улмаас хаашаа ч харсан эр хүний бие цогцост дан хөвгүүд байна. Эрт дээр үед эр хүн болох нь урьдаас төлөвлөсөн урт удаан үйл явц байлаа. Энэ үйл явц ахмадуудын бодож төлөвлөсөн, идэвхтэй оролцоо, зан үйл, хичээл зүтгэл шаардаж байсан. Зан үйл болон хичээл зүтгэл нь манай гарагийн янз бүрийн газар нутагт хэлбэрээрээ янз бүр байсан бөгөөд эскимосчуудаас урду хүртэл, янз бүрийн арьстан бүрт, бүх цаг үед буюу нийгэм бүхэнд хаа сайгүй хэрэглэгдэж байжээ. Энэ нь хүн судлаачид өөрсдийнхнөөсөө өөр соёлтой танилцахдаа ажигласан анхны зүйл байсан юм. Эдгээр зан үйл, хичээл зүтгэлд ариусал гэсэн нэр байлаа.

Зүүн Африкийн кукуйу ард түмний эрчүүдийн уламжлалт ариусах үйл явцыг Роберт Блай тодорхойлон бичжээ:

“Залуусыг гурван өдөр мацаг бариулахаар тусгай газар руу явуулдаг байлаа. Дараа нь тэдэн дээр ахимаг насны эрчүүд ирж, тойрон сууцгаадаг. Тэд хөвгүүдэд ууж хүрэлцэхүйц хэмжээний аяга цус авах гэж венийн судсаа огтолдог. Энэ зан үйлээс хөвгүүн олон зүйлийг олж мэддэг. Хөвгүүн хоол хүнсийг эхчүүд төдийгүй эрчүүд өгдөгийг, бусдыг шархдуулахаас гадна өөр олон зорилгоор хутгыг ашиглаж болохыг мэдэж авдаг. Тэр бусад эрчүүдийн адил нэгэн болсон гэдэгтээ одоо эргэлзсэн хэвээр байгаа болов уу, үгүй болов уу?”

Эрчүүдийн эгнээнд элсүүлэх ажиллагаа болмогц ахмадууд залууст эрэгтэй хүний ач холбогдлыг дүрсэлсэн үлгэр домог, түүх ярьж, дуу зааж өгдөг. Энэ нь уралдан тэмцэлдэхийн төдийгүй, оюун ухааны ач холбогдлын талаар болов уу гэж би бодож байна. Энэ бүх чийглэх төдий үлгэр домгийг ярьж өгч, ойлгуулсны дараа тэр үлгэр домог нь залуу эрэгтэйг өөрийнх нь эцгээс цааш хэдэн зууны тэртээх намгархаг, эцгүүдийн чийгэнд аваачдаг”.

Та ч бас хийж болох ухаан суулгах аяллууд

Энэ бүх уламжлал бидний хувьд алдагдсан үед бид тохиолдлоор ч байж магадгүй, ажиллахыг шаардах орлуулагчдыг буюу адил зүйлсийг олсон. Бидэнд байдаг хуучин уламжлалаар амьдралаа урамшуулан зоригжуулж, өөртөө болон хөвгүүддээ зориулан шилжилтийн шинэ ёслол буй болгохын тулд зарим нэг зөв санааг хэрэгжүүлж болох юм.

Заримдаа бид санаандгүйгээр тэдгээртэй дайралддаг. Нэг үдэш нэртэй домог судлаач Жозеф Кэмпбеллийн ажлыг уншиж байхдаа би наад зах нь нэг тийм аялал хийснээ ойлгосон. Олон эрчүүд залуугийнхаа явдлаас ийм зүйл олж мэднэ гэдэгт би итгэлтэй байна. Кэмпбеллийнхээр бол ухаажуулах аялал гурван үе шаттай явагдах ёстой:

1. Орон гэр, гэр бүл болон таньж мэддэг бүхнээсээ холдох.

2. Танихгүй хүмүүсийн гэнэтийн зочломтгой байдал туслах, нууцлаг холбоотнуудын тусламж оролцох аймаар, хэцүү, гэхдээ сэтгэл сэргээсэн аялал хийх. Тиймээс та эмзэг зангаа сөр, залуугийн айдас, түгшүүрээ арилга.

3. Эцэст нь гэртээ харихдаа аялагч мэдээжийн хэрэг, урьдын байсан, гэхдээ бүрмөсөн өөрчлөгдсөн хүн байна.

Би 17 настай байхдаа, залуу австраличуудыг Шинэ Гвинейд очиж, чулуун зэвсгийн үеийн амьдралд өөрийгөө туршиж үзэхээр ганцаараа тосгонд амьдрахыг урьсан зурагт хуудсыг харж билээ. Төслийг хэсэг оюутан Папуа-Шинэ Гвиней болон Өрнөдийн соёлын хооронд гүүр тавих зорилгоор зохион байгуулсан байв. Би тэр бүлэгт багтаж явлаа. Миний эзэн Шинэ Гвинейн зэрлэг хүн байсан бөгөөд би тэднийд Баруун Шинэ Британийн эрэгт модны навчаар урьдын адил хувцасласан, сүрлэн байшинд амьдардаг, үдэш нь түүдэг галын дэргэд амьдралын үүсэл гарлын тухай түүх ярилцан суудаг хүмүүстэй хамт үлдэв. Энэ нь аймшигтай гансрал байсан бөгөөд би сэтгэл дотроо хаяахан зүрх алдаж байсан ч надад гайхалтай дурсамж үлдээсэн юм. Буцах замдаа өвчтэй, соёлын шокноос хараахан гарч чадаагүй би эргийн нисэх буудлаас холгүйхэн хэсэг хугацаанд байх хэрэгтэй болсон юм. Тэнд би эргүүлийн офицер Маркус гэдэг австрали залуутай танилцсан. Тэр гучин тав орчим настай ч аль хэдийнэ “хөгшин чоно” болжээ. Маркус аялалд туслах буюу сургагчийн үүрэг гүйцэтгэсэн хүмүүсийн нэг байсныг би тэгэхэд мэдээгүй байсан юм. Үерийн ус хөөрч, буух зурвасаас буугаагүй байсан тул би онгоцонд суун гэртээ харьж чадахгүй байсан билээ. Тиймээс би түүнтэй амьдралын тухай чалчиж цаг нөхцөөв. Бид үдэш бүр эрэг дээр суун Бисмаркийн тэнгисийн давалгаа харанхуйд элсэн эргийг дэлдэж цалгих, каноэгээс ирж байгаа загасчид намдуухан дуулж байгааг сонсдог байв.

Тэр Викториагийн Уилсонс Промонторигоос холгүй орших фермдээ өнгөрүүлсэн бага насныхаа тухай надад ярьж өгсөн юм. Нэгэн удаа халуу шатсан өдөр түүний аав нь аавыгаа нас барсан тухай цахилгаан авчээ. Аав нь цайгаа тайван ууж дуусгаад, бүрэнхий болох үед тал руу явахыг Маркус харсан байна. Бүр жаахан байсан Маркус аавынхаа араас нэлээд зайтай, ховсдуулсан юм шиг дагаж явжээ.

Тэр аавыгаа Корнер Инлет дээрх толгойн орой дээрээс олжээ. Аав нь баян хуур дээр гашуудлын гунигтай ая тоглож байв. Маркус аавыгаа баян хуур тоглож байхыг хэзээ ч хараагүй юм. Харсан зүйлээсээ айсан хүү хэсэг зогссоноо гэр рүүгээ аажуухан шогшжээ.

Морсби боомтод /буцах замдаа/ би эцэг, эхдээ болон өөртөө ямар ч бэлэг худалдаж аваагүйгээ санав. Тиймээс мөнгөтэй болохын тулд Брисбанаас Мельбурн хүртэлх нисэх онгоцны тасалбараа худалдлаа. Би хэдэн бэлэг дурсгалын зүйлс худалдаж аваад, гэр хүртэл 1600 км зайг туулах машины зогсоолыг зорилоо /энэ бүхэл бүтэн адал явдал болсон/. Долоо хоногийн дараа хоёр цагийн үед би гэрээсээ гуч орчим км зайтай шөнийн сэлүүхэн зам дахь утасны бүхээгт байгаагаа мэдэв. Надад нэг л хачин, гэртээ харилгүй, цааш аялмаар санагдлаа. Би энэ асуудлыг боломжийн цорын ганц аргаар шийдсэн. Ядарсан, өлсгөлөн, бохир “би” гэр рүүгээ утасдаж, зовж шаналсан эцэг, эхдээ аврал болов. Гэвч миний дотоод “би” аялах л хүсэлтэй байлаа. Миний үеийнхний олонхи шиг би урьдын адил замд явна.

Та ч бас аялж байсан гэдэгт би итгэлтэй байна. Ухаан санаа маш хол эртний үе рүү явж одно, харин уг санаа нь хүний хөгжлийн хувьд маш чухал, тиймээс бид биеийн хүч гаргалгүйгээр заримыг нь хэрэгжүүлж болно.

Урьд цагт тийм аяллыг зохих ёсоор зохион байгуулж байжээ. Хүмүүс юу хийж байгаагаа мэддэг байлаа. Америкийн уугуул нутгийн залуучууд уулын оройд сууж, хөдөлгөөнгүй байж байгаад оюун санаандаа мөрөөдлөө харахыг оролддог байжээ. Ажиглагчид тэднийг ирвэсийн халдлага болон бусад аюулаас анзаарагдахгүйгээр хамгаалдаг байсан гэдэгт та эргэлзэхгүй байж болно. Хуучны соёлуудад залуусыг хэт хайрладаг байсан ба тэд гэнэтийн халдлагад өртөхөд хэтэрхий үнэтэй байжээ.

Залуу гэмт хэрэгтнүүд болон бизнес-удирдагчдыг эгц ханаар олсоор буухад сургадаг миний нэг найз олсоор буух эхлээд аюултай юм шиг боловч огт аюулгүй байдаг гэж надад тайлбарласан юм. Бид зохион байгуулалттай утгагүй аюулын ачаар бус, бие биенээ гэсэн аугаа халамж, харилцан итгэлцэлд өсч өндийж байна.

Үнэхээр ухаан суулгах ямар элементүүд байдаг вэ?

Юуны өмнө, энэ нь эцэг, эхтэйгээ санаатай хийсэн хагарал юм. Үүний дараа хөвгүүн ой руу, эзгүй газар руу эсвэл ямар нэг зэрлэг газар руу явдаг. Хоёрдугаарт, энэ нь насаар ах эрэгтэй хүнээс хөвгүүнд үүсгэсэн шарх. Энэ нь шархадсан арьс, хутганы шарх, халгайн түлэлт, цөм цохисон шүд байж болох юм. Гэхдээ шархыг зэрлэг балмад аргаар үүсгэсэн гэж үзэн зэвүүцэн босон харайх хэрэггүй. Соёл боловсролд дийлэнхдээ ухаан суулгагчид тэр шархыг утгагүй өвдөлт өгүүлэхгүй, гэхдээ гүн гүнзгий утга учрыг тусгасан байхыг мөрдлөгө болгодог.

Шархдуулж байгаа тэр газарт түүний сайхан сэтгэл оршиж байх болно.

Мирцея Элиад, “Төмөр Жон”-оос иш татав

Ухаан суулгагч хөгшид хөвгүүдэд ариун амьтан гэдгийг нь ойлгуулах аугаа том шагнал гардуулахын тулд тэднийг дагуулан ой эсвэл говь руу авч явдаг. Үүнд ухааруулахын утга учир оршиж байна. Энэ үйл явцад айдас, билэгдлийн чанартай шархдана, гэхдээ үүнийг асар их халамжтайгаар, маш чухал шалтгаанаар хийдэг. Хэзээ ч энэ үйл явц зэрлэг балмад шинжтэй байдаггүй. Нүүрний баг бүжиг зан үйл, ид шидийн сургалт болон шүтээн амьтад залуу хүнд харьяаллын болон нэр төрийн хүчтэй сэтгэгдэл төрүүлдэг. Ухаарал нь хэзээ ч мартагдахгүйгээр бүтээсэн эрэгтэй хүний оюуны хүлээн авалт юм.

1970-аад онд Угандад христийн шашны төлөөлөгч өөрийнх нь коллежийн залуусын зарим нь туранхай, эрүүл биш бөгөөд өөртөө итгэлгүй, гэр бүлтэй болдоггүй, маш ядуу аж төрдгийг яагаад ч юм анзаарчээ. Хүнд байдлаасаа буюу өвчин эсвэл удаан хугацааны аяллаас болж, хичээл тасалдаг байсан тэр залуус болохыг тэр олж мэдсэн байна. Тэд амьдралдаа хэзээ ч юунд ч хүрээгүй байна.

Ухаарал гэгээрлийн үед залууст тавьдаг анхаарал нь тэдэнд амьдрах урлаг, эр хүний ухаан, ахиж дэвших аргуудыг дамжуулахад шаардлагатай, хөвгүүд, залуусыг сургаж хөгжүүлэхэд ах, өвөө, үеэл ах, төрсөн ах дүү нар нь оролцдог үргэлжилсэн оролцоог л хүчтэй болгож байгаа юм. Эдгээр урлагийн нэгэнд ч, одоогийнх шиг эрчүүдийн хөгжлийг дур зоргоор нь тавих тухай байсангүй.

Майкл Вентура “Хиртсэн зуун” гэдэг гайхалтай сайхан эсседээ өсвөр насныхны байгаагаараа байдал нь бидний үзэл санаагүй байдлыг сорих тухай өгүүлсэн байна. Өсвөр насныхны сонсдог хөгжим, тэдний яриа, тэдний хууль ухаажих цаг ирснийг зарлаж байгааг тэрээр дурьджээ. Тэдний адайр зан, ухаангүй явдал нь насанд хүрэгчдээс анхаарал тавихыг шаардсан шаардлага юм. Вентурын өгүүлснээр:

“Танин мэдэхүйн нарийн боловсруулсан бөгөөд тарчилгасан зан үйлээр ялангуяа эрчүүдийн бэлгийн бойжилтыг гүйцээж байгаа байдал омгуудад хаа сайгүй ажиглагдсан. Манай залуус шиг тэдний залуус хэт давруу үзэлтэй биш бол ийм дасгал тийм ч шаардлагатай биш баймаар... Омгуудын насанд хүрэгчид манайхны адил хүүхдүүдийн амьдралын энэ мөчийг тойрдоггүй; тэд түүнийг баяр болгон тэмдэглэдэг. Тэд бараг л хүүхдүүдээ нүгэл мэтээр айлгаж байгаад ёслолуудаа ухаан суух мөч хүртэл нь залуусаас нууцалдаг... Залуу хүнд нэг

зэрэг ярьж байгаа шашны бүх жүжиглэлт, бүх асуулт, бүх түүхийг омгийн нэгдсэн сэтгэлээр бүхэл өдөр, бүхэл шөнө төвлөрүүлж байгаа ёслолуудыг энэ бүх асуулт болон тэдгээрийн хариултаас нууцлахын тулд хийдэг... Энд хамгийн гол үг нь төвлөрөлт юм. Насанд хүрэгчдэд сургах зүйл бий, өгүүллүүд, чадвар, ид шид, бүжиг, ёслолууд бий. Хэрэв энэ бүхнийг нарийн бөгөөд бүрэн дүүрэн сурахгүй бол омог эсэн мэнд үлдэж чадахгүй байх... Омгийн соёлууд хүслийг биелүүлэхийн зэрэгцээ шаардлагатай бүхнээр хангаж байсан, бид үүнийг ухаан суух гэж нэрлэж байгаа юм. Энэ практик нь 15 настайдаа залуус бүрэн хариуцлага хүлээх насанд хүрсэн хүний хувиар омогтоо өөрийн байр сууриа эзэлж чаддаг болдог тийм үр нөлөөтэй юм”.

“Төмөр Жон” Майкл Вентур

Анхааруулга. Хүн бүр ухаан суух шаардлагыг бүрэн хангаж чадах хүртлээ мэдэж байгаагаасаа хамаагүй илүүг

олж мэдэх ёстой. Гэхдээ бодоход буруудахгүй.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

Спорт бол хөвгүүдийг тодорхой өчүүхэн өөрчлөлтөөр эр хүн болгон хувиргах талбар юм. Манай гэр бүл /Австралийн бусад мянга мянган гэр бүлийн адил/ зул сарын баяраар крикетийн тэмцээн явуулдаг уламжлалтай. Хөвгүүд ах нар болон өвөө нарынхаа магтаалд умбаж, баяр бахдалдаа хөөрнө. Охид ч бас тоглоно, гэхдээ тэдний хувьд бүгд тийм ч чухал биш. Эрэгтэйчүүд мөн янз бүрийн үзүүлбэр үзүүлж, эмэгтэйчүүдийг байж ядуулна. Аав нар нь дүрмээ баримтлахгүй үймэн бужигналдаж байгаа хөвгүүд рүүгээ хашгирч, хөвгүүдэд өчүүхэн ч амсхийх зав өгөхгүй байна. Аав нар барбекю хийхээр бэлтгэл ажилдаа орж, жинтэй үгээ хэлэх үед баярласан эсвэл урам хугаран орилолдох дуу зогсоно. Зан аашийг тийнхүү хатуужуулдаг, харин тэр үед эрчүүд хамтдаа байгаадаа болон амьдралын сайн сайханд баярлана.

Энэ тохиолдолд хөвгүүд томчуудтай зэрэгцэн зүгээр л чалчаад байлгүй, болж буй үйл явдалд оролцдог. Соёл боловсролын шилдэг гэсэн бүхэн санаатайгаар болоод ухамсартайгаар томчуудаас хүүхдүүдэд дамжих ёстой. Нэг оюутан хэрхэн амиа хорлосон тухай би эхний бүлэгтээ бичсэн. Тэр миний найз байсан юм. Магадгүй, тэр амиа хорлохоор шийдэхэд гэр бүлийн, эсвэл хувийн шалтгаан байсан байх – би мэдэхгүй юм. Энэ нь тэр үеийн залуус бие биедээ ярьдаг зүйл биш байсан. Тэр шинжлэх ухааныг шүтэгч нэгэн байлаа. Шинжлэх ухаан түүний шашин байсан юм. Ямар тай ч шинжлэх

ухааны, ялангуяа түүний шунадаг байсан физикийн үнэт зүйлс нь механик, хоосон үнэт зүйл байжээ. Шинжлэх ухаанд зохицуулан үзвэл бид эцэс төгсгөлгүй, утга учиргүй эргэлдэгч, жирийн атомууд юм. Ямар ч юм утга учиргүй. Миний найз шинжлэх ухааныг шашинаа болгосон нь түүнийг амьдралаа үргэлжлүүлэхэд хангалттай байсангүй.

Ухаан суулгах орчин үеийн зан үйлийг хөгжүүлэх

Бид хөвгүүдээ эр хүн болгох утга учиртай үйл явцыг хэрхэн буй болгох вэ гэсэн нэгэн чухал асуудалтай компьютержсэн тив хоорондын нислэгүүдийн зуунд аж төрж байна.

Залуучуудын амьдрал ухаан суух янз бүрийн арга замууд оролцсон эхлэл төдий үйл явдлаар дүүрэн бөгөөд эдгээр үйл явдал нь тэдэнд амьдралаа зөв эхлэхэд тус болж болох юм. Залуусын хувьд хувийн машин эсвэл жолоо барих эрхийн үнэмлэхтэй болох нь маш чухал алхам /магадгүй залуус машин хулгайлаад байгаагийн жинхэнэ шалтгаан нь нас бие гүйцсэн байдлаа чимэх эрмэлзэл юм. Учир нь хууль ёсны дагуу машинтай болоход тэдэнд туслах хэрэг хэнд ч алга/.

Жолоо барих эрх гэж юу болох талаар ганц хором бодъё. Гэнэт чөлөөтэй хөдлөх, насанд хүрэгчдийн ертөнцөд оролцох бололцоотой болно. Машин нь бүсгүйчүүдийн анхаарлыг татах үүднээс бие даасан байдал, ихээхэн давуу талыг илтгэнэ! Үүний сацуу залуу гэнэт өөрийн болон бусдын амьдралыг аюулд учруулж байгаагаа ойлгодог, тиймээс түүнд хариуцлагаа өндөржүүлэх талд асар том үсрэлт болдог. Энэ алхмыг хийнгээ залуу шагналд нь эцэг, эх, насаар ах хамаатнууд болон найз

нөхөдтэйгөө насанд хүрэгчдийн зоог барьж, энэ мөч баяр хөөр болон хариуцлагаар дүүрдэг. Эхлэлийн бусад алхамд анхны ажил, анхны болзоо ордог. Сургуулийн сүүлчийн шалгалтууд нас бие гүйцэх үйл явцад том чухал үнэлэлт болдог /бүр хэтэрхий чухал ч байж болох юм/. Дунд сургуулиа төгсөх нь тэмдэглэлт баяр болж, дэмжлэгийг хүлээдэг. Бэлгийн бойжилт гүйцэхийн эхлэлд зориулсан үйл явдал Бар Мицвын адил тэмдэглэлт баяр болон насанд хүрэгчдийн дэмжлэг зэрэг бүтээлч хандлагад уриалдаг.

Өөрийн гэсэн орон сууц, эхээсээ хол амьдрах, өөрөө өөртөө хоол бэлтгэх, байрны түрээсийн төлбөр зэрэг нь мэдрэх хэрэгтэй чухал зүйлс юм. Өөрт ногдох завсрын үегүйгээр эхийн гараас эхнэрт шилждэг залуус угандачуудад зориулаагүй шиг тийм ямар нэг чухал зүйлгүй байдгаараа миний гайхлыг үргэлж төрүүлдэг.

Шарх

Ухаажихад Эрчүүдийн хөдөлгөөний /ялангуяа Сэргээлтийн хөдөлгөөнтэй болон арван хоёр алхмуудын хөтөлбөрүүдтэй холбоотой хөдөлгөөний жигүүрийн/ онцлох элемент ордог. Энэ нь шархны гол санаа юм. Шарх гэдэг ойлголт нь олон учир шалтгааныг агуулдаг. Тэр ойлголтод бие болон сэтгэлийн гэсэн бие махбодийн гэмтэлд /бараг бүх хөвгүүн жирийн амьдралдаа амсдаг/ ч, эмгэнэлт биш баатарлаг зүйл болгох зорилгоор өмнөх бүх шархыг цэвэрлэхийн тулд ашигладаг ёслолд ч хамаарна.

Манай гарагийн олон хэсэгт ухаан суулгахад бие махбодийн өвдөлтийг ямар утгаар оруулдгийн учрыг тайлбарлахыг

оролдохдоо Роберт Блай өсвөр насныхан сайн дураар дамждаг дотоод үйл явцын тухай бидэнд дурсав:

“Өсвөр нас – энэ нь ухаан суулгахын тулд заншсан ёсоор сонгодог хугацаа бөгөөд бид бүгд энэ насандаа хичнээн шарх авдгаа санаж байна. Өсвөр нас нь хөвгүүдийн хувьд эрсдлийн үе юм. Өсвөр насны хөвгүүд эрсдлийг хүсч, аюулын хойноос хөөж, бүр үхлийн ирмэгт ч хүрдэг”.

Хөвгүүд эрсдэл рүү явж, баатар болохыг эрмэлзэх энэ хандлагын тухай мэддэг. Илүү цэрэгжсэн бүлгүүд маш хатуу ухаарал суулгадгаараа ялгаатай тэдгээрт хөвгүүдийг хүмүүнлэг бус болгох элемент байдаг: хөвгүүд эхийн энхрий зөөлөн ертөнцөөс гарахад тэднийг илүү хэрцгий болгодгийг Сэи Кин цохон заажээ. Бусад олон зүйлсэд байдаг шиг энд нарийн тэнцвэр байх ёстой. Магадгүй бидэнд байгаа ухаан суулгах хамгийн шилдэг эквивалентууд байж болох юм энэ нь нутагших бүсүүдэд ороход нөлөөлөх хүчтэй, зөв чиглүүлсэн тийм арга хэмжээнүүд бөгөөд үүнд хөвгүүдийг /жишээлбэл, сахилга багтай болгохоор хүүгээ хэзээ сургуульд явуулахаа эцэг нь боддог шиг ухаажлыг “худалдан авч” болохгүй. Энэ нь хэзээ ч үр дүнгээ өгөхгүй/ мэддэг, хайрладаг эрчүүдийн оролцоо шаардлагатай. Яаж ч ухаан суулгах гэсэн, түүний зорилго хүүхдийг дэмжих, туршлагатай хослуулах ёстой, гэхдээ хэзээ ч гомдоож, доромжилж болохгүй.

Буруу ухаажуулалт

Бидний олонх нь усанд болон янз бүрийн доромжлолд хүрсэн байдлаас бүрдсэн их сургуулиас олгодог ухаажлыг са

наж байгаа. Саяхан Австралийн Хатан хааны цэргийн коллеж ухаан суулгах зорилгоор залуус руу сексийн халдлага хийсэн хэсэг сонсогч-офицерт ял шийтгэжээ. Магадгүй үүнтэй флотод гарсан маш зэрлэг хэрэг, хөлөг онгоцон дээр эмэгтэйчүүдийг хүчиндсэн хэрэг холбоотой энэ нь бэлгийн ноцтой, тогтворгүй байдал юм. Бодитой манлайлал, ухаан суулгах жинхэнэ ажиллагаа байхгүйгээс буруу ухаажуулалт гарч байна.

Амьдралын шилжилтийн үйл явцууд тодорхой харгислалыг шаарддаг нэг ёсны мэс засал хэрэгтэй юм. Гэхдээ үүнийг асар урлагтайгаар хийх ёстой. Эрүүл нийгмийн ухаажуулалт нь хамгийн туршлагатай хүмүүсийн ажил бөгөөд түүнийг нас бие гүйцээгүй хүнд даалгах хэрэггүй.

Яагаад өвдөх ёстой юм бэ?

Шархдуулж, дараа нь анагаах зорилготой ёслолын шархны гол санаа энгийн биш. Сэтгэл мэдрэлийн нэлээд гажигтай өвчтөнтэй ажиллаж байгаа эмч онцгой хатуу бөгөөд хүчтэй байх ёстой нь тодорхой. Аядуу сайхан сэтгэл юунд ч хүргэхгүй. Хэрэв хүн их шаналж байгаа бол өвчнийг нь намжаахын тулд түүнийг их хайрлах хэрэгтэй. Хөвгүүд заримдаа өөрсдийгөө түлж эсвэл ямар нэг шалтгаанаар арьсаа зүсдэг гадна талын өвдөлт арилдаг эсвэл наад зах нь дотоод өвдөлтийг хөнгөвчилдөг. Дотоод өвдөлтийг гадагшлуулахын тулд ямар нэг хүчтэй зүйл хэрэгтэй.

Эрчүүдийн олонх нь жирийн амьдралд төрөхийн шархтай байдаг тухай Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөн зарлаж байна. Роберт Блай сэтгэлийн энэ бүх шархыг тоочив.

Эцгийнхээ ивээлийг хүртээгүй шарх. Би үхлээ хүлээн хэвтэж байгаа эцгийнхээ орны дэргэд хоёр өдөр байхдаа түүнийг надад хайртай гэж хэлнэ гэж найдаж байлаа. Тэр чингэж хэлсэнгүй. Бүр жаахан байхдаа эцгээ харахгүй байх, түүнтэй хэзээ ч хамт байхгүй байх, өөр эцэгтэй болох, эцэггүй байх, ажлаас өөр юм мэдэхгүй эцэгтэй байх энэ шарх ... Аюултай, шийтгэгдэж байгаа эцэг...

Эх хүн ч бас цохилт өгдөг. “Чи хэтэрхий сул дорой. Бусад хөвгүүдээс холхон бай”, “Хэрэв чи ингэхээ болихгүй бол би чамайг гэр рүү чинь явуулна шүү”, “Чи яг эцэг шигээ”. /Аав нар сүхээр далайлгаж зарим эхчүүд та нарыг аажмаар ичгүүрт байдалд оруулна/.

Залуусыг Вьетнам руу илгээсэн хөгшид шиг чамайг хуурвал бас нэг шарх үүснэ.

Хэзээ ч тааламжтай ахмад эрд тооцогдохгүй байх. Залуучуудын еврейн хороо - үүний шууд үр дүн.

“Гэмт бүлэглэл рүү харах юм бол дэргэдээ ахмад насны хүнгүй залуусыг л харах болно. Тийм бүлгийн гишүүд бие биенээ эр зоригтой болгож, гэр бүлийн харилцаанд оруулж, үнэнч, сахилгатай байлгах гэж аргаа баран оролддог. Тэдний цөөхөн хэд нь ийм хүмүүжилтэй болж, дийлэнх нь тийм болдоггүй” гэж Майкл Мид тэмдэглэж байна.

Шарханд “гол сэтгэл хөдлөл нь түгшүүр, дарамт, ганцаардал, өрсөлдөөн, айдас” байдаг ажлын байран дээрх таагүй байдал, өрсөлдөөнийг нэмж болно. Бусад эрчүүдтэй сэтгэлийн холбоогүй байх нь бүх шархнаас хамгийн хүнд нь байж болох юм. Шархнаас зайлахын аргагүй. Чи хэт

туранхай, хэт тарган, жижигхэн, урт, чи том хамар, чихтэй, чи хөгжмийн сонсголгүй гэх мэт. Юунд ч өртөхгүй үлдэх хүн цөөн.

Ухаан суулгах зорилго нь энэ бүх гэмтлийг утга учиртай байдалд оруулж, тустай туршлага болгон хувиргах аугаа зорилго юм. Би /40 настай байхад/ нисэх онгоцны буудал дээр байхдаа эцэг, эхтэйгээ аймшигтай, хурцаар муудалцахаас өөр аргагүй болсон юм. Дараа нь бид гурвуулаа нисэх буудлын хонгилоор явж байхдаа гурвуулангийнхаа өмнөөс баяр бахдал дүүрэн

байгаагаа би мэдээд өөрийгөө гайхаж билээ. Бид сорилтыг тэсч гарсан юм. Гэр бүлүүдийн 95 хувь нь тэсдэггүй гэдэг худлаа болохыг бид нотолсон.

Тэр өдрөөс хойш надад гайхалтай бахдалтай сэтгэл төрсөн юм. Үнэхээрийн уур хилэнгээс өөр юу ч, энэ хүчийг ичээнээс нь сэрээж чадахгүй байх.

Шарх алт болдог

Бидний сэтгэлд нэг юм үргэлж нийцдэггүй. Нэг хүү өөрийгөө хэтэрхий туранхай, эсвэл хэтэрхий жижигхэн, эсвэл хэт шөрмөслөг гэж бодож байхад нөгөө нь ээрүү эсвэл хазгар байдаг. Нэг нь хэтэрхий ичимхий, нөгөө нь спортод муу, эсвэл бүжиглэж чаддаггүй, эсвэл хэтэрхий цонхигор байдаг.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

Хэрэв та амьдралдаа олон хүнд бэрхийг туулсан бол үүнийгээ өөрийн сайн сайхны төлөө хэрхэн ашиглах вэ? Шаналал, цог заль хоёр хоорондоо шууд холбоотой байдаг. Сэтгэл мэдрэлийн хамгийн шилдэг эмч нар, аугаа анагаагчид, ядуу зүдүү амьдралтай гэр бүлээс гаралтай, багадаа хүнд өвчин тусч байсан эсвэл сэтгэл санаа болоод бие махбодийн ямар нэг халдлагад өртөж байсан хүмүүс байдаг.

Хэрвээ та хөвгүүд, охидтойгоо харилцах аргаа өөрчлөхийг хүсч байвал хэрхэн гомдсон эсвэл хэрхэн шархадсаныг мэдэрдэг миний туршлага танд хэрэгтэй.

“Зэрлэгийн уик-энд” баримтат кино Марвин Аллен

Аугаа жүжигчид, үнэхээр аугаа удирдагчид хотын ойролцоох амьдралын найрсаг эсвэл тохь тухтай орчноос гаралтай хүмүүс биш байдгийг бид мэднэ. Тэд шаналж, ямар нэг байдлаар “үүнийгээ эсрэгээр нь эргүүлсэн байдаг”. Мэдээжийн хэрэг шаналж байгаа, шаналалын хүнд хүчирт дарагдаж байгаа олон хүн бий. Зовлон шаналал бол баталгаа биш. Гэхдээ та амьдралдаа шаналсан бөгөөд ямар нэг юм хийхийг хүсч байгаа бол өөрийгөө азтай гэж бодож эхлэх нэг арга байна!

Миний дотны нэг найз хотын нэгэн тайван мэргэжилтэн, гэр бүлтэй хүн. Түүний эцэг гэж хүүгийнхээ шууд дайсан, санаа сэтгэл нь байнга хувирч байдаг, гэнэтийн цочмог ааштай хачин хүн байдаг юм. Миний найзыг найм орчим настай байхад эцэг нь түүнийг аяллаар явахыг хүсэхгүй байна уу гэж асуужээ. Хүү бүр айж, эхийнхээ араар нуугдав тэр явахыг хүсээгүй юм. Эцгийгээ гэртээ орилж хашгичиж байх зур хүү унтлагын өрөөндөө очиж унтахаар хэвгжээ. Хэдхэн хормын дараа эцэг нь түүнийг алчихаагүй нь сайн ч, ийм хэрэг болсон нь муухай юм. Тийм явдал маш олон болж байжээ.

Хүү өсч том болоод ажилдаа анхаарлаа хандуулдаг ч, хэзээ ч жинхэнэ аз жаргалыг огт амсч мэдрээгүй байна. Харин дунд насны хүн болох үед энэ бүх шаналал дотроо багтахаяа больж гадагшлах болжээ. Тэр бие махбодийн янз бүрийн хүнд мэдрэмжүүд сандарч мэгдэх, мэдрэмжийн гажиг мэдрэгдэж эхэлжээ. Гэвч азаар тэр тайван байж, тайвшруулагч бэлдмэлүүд хэрэглэдэггүй байсан байна. Шаналалуудаа сонсогдохоор ярьж, тэр хүүхэд настайгаа холбоо тогтоож, хэтэрхий гунигтайгаар дарагдсан, мартагдаагүй байсан олон дурсамжуудаа сэргээжээ. Үе үе, мэргэжилтнүүдийн тусламжтайгаар түүний сэтгэл хөнгөрч, өөртөө илүү санаа тавихтайгаар болж, түүний амьдрал сэтгэл санааны хувьд илүү амар тайван болсон байна. Тэр мөн ажил дээрээ ч олон зүйлийг өөрчилж, гэр бүлтэйгээ удаан хугацаагаар амарч аялж, түүний амьдрал гадаад амжилтаар биш дотоод байдал дээр

үндэслэсэн огт өөр хэмнэлтэй болжээ.

Тэсэхээс өөр сайн зүйл үгүй

“Үүнийг эдгээхийн тулд үүнийг мэдрэх хэрэгтэй”. Эрчүүдийн хувьд хүнд мөчүүдийн нэг нь тэдэнд туслах хэрэгтэй гэдгийг хүлээн зөвшөөрөх явдал юм. Түүгээр барахгүй, хэрэв бид хүүхэд насны шархуудаа хайхрахгүй бол тань дээр тусах тэдгээрийн сөрөг нөлөө хоёр замаар үйлчлэх болно. Нэг бол шархнууд таныг саажсан болон зовиуртай байдалд оруулна, эсвэл таныг бүр ч дор байдалтай болгоно. Та маадгар, биеэ тоосон болж болно. Танд бусдад туслах хөөрүү шаардлага гарч, та хэзээ ч зөрчилддөггүй үргэлжийн таатай амьтан болно. Та бусад хүний өвчнийг сонирховч өөрийнхөө өвчний учрыг олоход бэлэн бус байна.

Ухаажилт тийм хувь заяанаас хамгаална, учир нь шархыг нэгдсэн зурагт оруулна. Үүнд ач холбогдол өгч, үүссэн шархны энергийг эерэг хүч болгон хувиргана гэж Роберт Блай цохон зааж байна. Түүний хэлсэн үг: “Ухаажуулах эртний дасгал энэ бүх реакцид нөлөөлөх ёстой байсан, учир нь энэ дасгал шинэ шарх эсвэл хангалттай өвдөлттэй бөгөөд гашуун, бүр өчүүхэн ч байсан хамаагүй зориудын шарх учруулах хэрэгтэй байдаг. Энэ нь залуу хүн дотоод шархаа санаж байхад хэрэгтэй. Ухаажуулалт цаашилбал залуу хүнд шинэ болон хуучин шархаа яахыг харуулдаг”.

“Төмөр Жон”-ы түүхэнд нэг залуу өвдөлтөө намжаахын тулд шархтай хуруугаа цөөрөм рүү дүрдэг. Шархтай хуруу нь алтан болж түүнийг мэл гайхуулдаг! Блай ингэж тайлбарлаж байна:

“Алт болж хувирсан нь итгэл төгс, эрх чөлөөтэй байдал болон уран бүтээлийн урсгалын бүх төрлийг илтгэж байна. Гүйлтийн залуу эмэгтэй тамирчин дасгалжуулагчаа байхад барианд ордог; түүний хөлийн хурууны үзүүрүүд алтан болдог. Пристонд даргатайгаа хамт ажилладаг физикч гэнэт самбар дээр тэгшитгэлийг алтан шохойгоор бичдэг. Сайн цэцэрлэгчийн гарын хуруунууд алтан болдог, харин заримдаа дасгалжуулагч эсвэл багшийн хэл алтан болдог”.

Сайхан төрх байдлыг хэн ч хүлээж авна.

Амьдралын аялалд нэгдэх болон салах

Ухаан суулгах нь хөвгүүдийн скаутын адал явдал биш, эко жуулчны нэг удаагийн аялал биш / гэхдээ энэ нь муугүй эхлэл болж болох юм!/ гэдэг нь одоо ойлгомжтой болж байна. Энэ нь хэдэн арван жил үргэлжилдэг боловсрол юм. Нялх балчир хүүхдээс насанд хүрсэн эр хүн болох хүртэл түүний үе шатуудыг шат дараатайгаар туулах нь тодорхой. Хүүхэд эхээс эцэг рүү, дараа нь сурган хүмүүжүүлэгч рүү, тэсвэр хатуужил руу явдаг.

Тэр дэс дараалалтайгаар найдвартай холбоог үүсгэх ёстой, дараа нь тусгаарлаж, цааш явах хэрэгтэй. Алхам бүр зорилгод нийцэх хэн нэгний оролцоог шаарддаг, чухам тиймээс бидний дийлэнх нь үргэлж буруу тийшээ явдаг. Өнөөгийн ертөнцөд эхчүүд бүхэлдээ хүүхдүүдийнхээ амьдралд оролцож байна, гэсэн ч хүүхдүүд цэцэрлэг, яслид удаан хугацаагаар байдгаас болж эдгээр холбоо аюулд өртөж байна. Аав нар хэрэв байдлыг бүхэлд нь харвал энэ нь азгүй үе. Сурган хүмүүжүүлэгчидтэй улам ховорхон уулзаж байна /хөгшид өөрсдийгөө хэрэггүй гэж бодоод гольф тоглохоор явдаг. Ах нар болон өвөө нар юунд уриалахаа ойлгодоггүй/.

Эрчүүд эхлээд ямар хол явснаа нарийн ургуулан бодож, дараа нь хийвэл зохих алхамуудаа тодорхойлж, тэгээд тэдгээрийг хэрэгжүүлэхээр идэвхтэй явж, таны мэдэхийг хүсч байгаа зүйлийг мэддэг хүмүүсийг олох хэрэгтэй. Таны зогссон хөгжлийн энэ чиглэлд идэвхтэй түлхэцийн чухлыг хэтрүүлэх хэрэггүй.

Австрали маягаар ухаан суулгах

Хүний уг үндэс өөрийн гэсэн хүчтэй болох, амьдралынхаа гүн рүү нэвтрэхийг эрмэлзэж байгаа орчин үеийн хүний хувьд ихэвчлэн сайхан эхлэл болж болдог. Бид кельт, саксон, африк, ази эсвэл өөр хэн нэг байх нь чухал биш, аль болох гүнзгий ухаж, ямар “розеткад” холбогдсоноо мэдэхийн ашиг тус багагүй бий. Төрсөн нутгийн хөгжим, бүжиг, хувцас, заншил бидний сэтгэлийн хувьд сайхан хүнс болох юм.

“Та хаанаас гаралтай вэ” гэхээс гадна “та одоо хаана байна вэ” гэдэг бас нэг тогтолцоо бий. Австрали бол өөрийн гэсэн онцлогтой улс. Газар нутаг нь хүнийг анагаах хүчтэй. Австрали хөрсөн дээрээ буй болж байгаа бүх арьстанаа аажмаар өөрчилж байна. Дэлхий тус улсад тохируулан хүмүүсийг хэлбэржүүлж байна. Азиас Австралид шилжиж ирсэн зэрлэг омгийнхон буй болоход 50 мянган жил шаардагджээ. Энэ газар нутаг тэдэнд гүн гүнзгий, хөгжмийн дуу хоолой, хурц нүд, байгалийн хамгийн нарийн зүйлсийг ухаж ойлгох саруул ухаан, заяасан байна. Энэ газар нутгийн хувьд аборигенууд төгс юм.

Тийм үйл явц харийн хүмүүс бидэнд ч бас явагддаг. Мөнх ногоон ургамал, хатуу ширүүн уур амьсгал, өргөн уудам газар нутаг, хуурай том гадарга бидэнд шингэж, бидний ген өөрчлөгдөж байна. Магадгүй бид үеэс үед хувирч өөрчлөгдөх үйл явцдаа байсаар байгаа бөгөөд бид зэрлэг омгийнхон болох хэрэгтэй болж байна /тэр нь дээр/. Англи, ливан, азийн завьчид бид бүгд аажмаар зэрлэг омгийнхон болно!

Энэ талаар мэдлэг бид чинь ямар хүмүүс билээ гэдгээ мартсан австрали эрчүүдэд тус болж болох юм. Бид хэзээ нэг цагт аврагдаж магадгүй. Зориг хатуужлын түлхүүрийн талаар бид уншиж, түүнийг хайхдаа амьдралын чухал хэсэг нь үргэлж ухаажих асуудал байсан зэрлэг омгийнхноос сурвал сайн байхсан. Тэднийг хуулбарлахгүй, гэхдээ бид өөрсдийн ухаажих үйл явцаас хайж байгаа тэр чанаруудыг авах хэрэгтэй.

Чарльз Перкинсийн түүх

Доор бичсэн текстийг 1992 оны хоёрдугаар сарын 15-ны “Australian” сонинд гарсан Стюарт Ринтоулын нийтлэлээс /зөвшөөрөл авсан/ авсан юм.

“Чарльз Перкинс зэрлэг омгийн хүн, олон жил төрийн албанд өндөр албан тушаал хашиж байсан, австраличуудын дийлэнх нь түүнийг сайн мэддэг. Зэрлэг омгийнхны асуудал хариуцсан газрын тэргүүн байсан, сэтгэл судлал болон хүн судлалын факультет төгссөн, Австралийн одонт Перкинс удаан хугацааны турш Канберра дахь зэрлэг омгийнхны төлөөлөгч байлаа. Дараа нь түүний мөрөөдөл бүтэлгүйтсэн юм. Хийгээгүй хэрэгтээ буюу хөрөнгө мөнгө шамшигдуулсан хэрэгт орсон тэр ганцаар болж, Өмчийн сайд бөгөөд ерөнхий сайд Боб Хоукийн золигт гаргасан хүн болжээ. Перкинс эцэс сүүлд нь хэрэг хийгээгүйгээ нотолсон ч төрийн албаа жигшин орхиж, Эллис Спрингсдээ буцаж иржээ.

Хэдэн жилийн дараа 1999 онд Перкинс нэгэн гайхалтай зүйл хийв. Тэр миний төрсөн омог арунта ардын хүний хувиар албан ёсоор ухаажсан хүн болов. Нэг удаа шөнө хуарангийн түүдгийн дэргэд болсон цуглааны үеэр түүний эсрэг талд нэг хөгшин сууж, түүний амьдрал болон амжилтын тухай хэлэлцэж байснаа “Чи мэдэхгүй өөр ертөнц бий” гэсэн баримт тэмдэглээд дуусгав. Хөгшний зөв байсан бөгөөд тэр юуны төлөө тэмцэж байснаа ойлгоогүйг Перкинс ойлгосон байна. Тэр жинхэнэ зэрлэг хүн биш, яагаад гэвэл зэрлэг хүн болдог үйл явцыг туулаагүй юм. Энд түүний шаналалд нөлөөлөхөөр хэлсэн үгийг иш татъя.

“...энэ нь миний бодлоор, таны төсөөллөөс гадуур зүйл. Энэ юу болохыг би хэзээ ч хэлж тайлбарлаж чадахгүй байх; энэ бүхэн хэтэрхий хүчтэй, энэ ёслолд оролцсон хүмүүс болон надаас өөр энэ бүхэн юу болохыг хэн ч мэдэхгүй. Үүнээс болж ёстой амьсгаа давчидна”.

Хоёр ертөнц бий...

Та шөнө түүдгийн дэргэд сууж, 200 орчим хүн бүжиглэж, та далд хүчийг мэдэрч... 50 мянган жилийн өмнөх үе рүү буцаж очно. Таны тархинд шинэ хуудсууд хэвлэгдэж байна”.

Энэ зүгээр нэг хувийн хувьсал биш. Үүнд толгой эргэм хурдаар газар авч байгаа ядуурал, архидалт болон хүчирхийллээс зэрлэг омгийнхныг аврах түлхүүр оршиж байна гэж Перкинс үзэж байв. Ухаажих хүртэлх өөрийн амьдралын тухай тэр ярихдаа, амьдарч байгаа биш, амьдралыг мэдэрч байгаа мэт мэдрэмж байнга төрдөг байсан гэжээ.

“Хэрэв зөвхөн ус уухгүй, навч зажлахгүй, чулуу өшиглөхгүй эсвэл цэцэгс үнэрлэхгүй бол киноны баатар мэт өөрийгөө

сэтгэж болох юм. Би Канберрад амьдарч байхдаа чухам ийм л мэдрэмжийг мэдэрч байлаа”.

/Канберра олон хүнд ийм нөлөө үзүүлсэн/ Тогтсон уламжлалын дагуу Перкинс тэр үйл явдлын тухай юу ч ярьсангүй. Хүн судлалын катологиудад жагсаасан хэлбэрүүд бүхэл бүтэн зууны турш оршиж байсан бичиг соёлгүй ертөнцийн тухай гайхалтай дэс дараатайгаар өгүүлсэн байдаг. Түүнд бие цогцсыг зүсэх, ширэнгэ дэхь урт удаан амьдрал, өгүүллүүд,

дуунууд болон бүжгийн судалгаа, хөгшиддөө дуулгавартай байх тухай орсон байдаг. Хөндлөнгийн хүмүүст ихэнхдээ ойлгомжгүй байдаг сахилга бат ер нь бол эцсийн үр дүнгийн нэг хэсэг байдаг.

“Манай хууль чанга бөгөөд хуулийг зөрчсөн хүнийг зохих ёсоор шийтгэдэг. Миний сайн мэддэг гэхдээ цаашид харилцан ярьж чадахгүй хүмүүс энд бий.

Бидний хувьд энд байх нь бие махбодийн үйл явц дахь ухаажилт энэ туршлагын дотоод учир шалтгааныг ойлгох олон зүйлийг өгч чадахгүй. Байдлыг үнэнээр нь аваад үзье. Туулаагүй үе шатуудын талаар бидний төсөөлөл зургаан настай хүүхэд сексийн тухай эсвэл хөгшрөлтийн тухай өсвөр насны хүүхдэд ямар ч төсөөлөл байдаггүйн адил юм. Бид үүнийг хүлээн зөвшөөрч ухаарах цагийг хүлээх ёстой. Хэрэв тэдгээрийг туулж өнгөрүүлээгүй бол ойлгохгүй зүйлс таны амьдралд гарна”.

Перкинсийн хувьд ухаарал нь амьдралын уртыг ухаарах үйл явцын эхлэл байсан нь тодорхой. Тэр хэл, дуу болон арунтагийн хөгшдийн туулсан замыг судалсан. Гэхдээ амьдрал тийм байдаг нь түүнд маш тодорхой байлаа.

“Намайг ёслол үйлдсэний дараа ертөнц өөрчлөгдсөн. Модод өөрчлөгдөж, навчис өөр болж, өвс ч өөрчлөгдөж, дов толгод өөр болж, агаар өөр байлаа. Би мод руу харахад нэг өдөр энэ нь мод, харин нөгөө өдөр энэ миний найз болж байлаа. Би тэнд өөр хэн нэгийг харсан. Би гэртээ байлаа”.

>

Зэрлэг хүнийг хүлээж авах

Ухаан суухын ач холбогдлыг тайлбарлах нэг арга гэвэл “Зэрлэгийг хүлээж авахын тулд хийсэн аялал” гэнэ. Зэрлэг гэж юу болохыг тайлбарлахад амаргүй. Гэхдээ эрчүүдийн дийлэнх нь тодорхой утгаараа энэ ойлголттой хамаатай. Тэр нь нэг бол эрчүүдийн дотор байдаг зүйл, түүнд бие даасан амьдрал бий. Тэр бас биднийг өөрийн гэсэн гайхамшигтай, шударга, зэрлэг онгон, аугаа байхад сургадаг. Бид сайн хүмүүс гэхдээ бидэнд хүч болон нэгдмэл чанар бий гэж дүр эсгэх ёсгүй гэж Зэрлэг хүн сургадаг. Зэрлэг хүний үгэнд орох нь та л зөвхөн чадах хамгийн нийцтэй бөгөөд уршигтай зүйлийг хийнэ гэсэн үг /даосизм болон Лао-цзыг шүтэн бишрэгчид энд яг л гэртээ байгаа юм шиг байдаг/. Биднийг сайн сайхан байхад, бидний бүх зүйл хэвийн байдаг, гэхдээ бид “зэрлэг” байхдаа хосгүй байдаг. Хийж бүтээж байгаа, цэцэрлэг байгуулж байгаа эсвэл жааз хөгжмөөр тоглож байгаа, хэзээ нэгэн цагт нууц амраг байсан хэн ч хэрэв “эрх чөлөөтэй байж”, өөрийн хүслийг дагавал бүгд сайн сайхан болно. Бидний дотоод зүй ёсны хэмнэл оргилдоо хүрч жинхэнэ авьяасыг илрүүлдэг.

Модод, тэгш тал, давалгаа болон ус, амьтан, ямар нэг ургаж байгаа юм, хөгжим, хүүхэд эмэгтэйчүүдэд өгөх хайр бидний зэрлэг ааш авираас үүсч гардаг. Хамгийн бүтээлч хүмүүс “зэрлэг хүнд” ойрхон бөгөөд түүний хүчийг авдаг.

Зорилго нь зэрлэг хүн байхад бус, харин түүнтэй холбоотой байхад оршино.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

Эрэгтэй хүний дотоод итгэл төгс байдал зэрлэг хүнийг хэрхэн өөрийн болгосноос үүсдэг. Үүний сацуу эрэгтэй хүний оюун санааг хөгжүүлэх арга зэрлэг хүнийг мэдэх буюу түүнтэй харилцах, гэхдээ түүн шиг болохгүйд оршдог /Исус Христ, Мухаммед, Будда зэрлэг хүнтэй хялбархан харилцаж, мөргөл үйлдэх, бясалгах газраа сонгож, зэрлэг онгон байдалд цагийг өнгөрүүлж байжээ. Тэд бүгд урьд нь хэлэхийн аргагүй, тэр үеийн тогтсон хэв журмыг баримтлаагүй, гэхдээ дотоод дуу хоолойndoо захирагдаж, энэ дуу хоолойndoо үнэнч хэвээр байж зэрлэг хүний тамгыг тээж байсан юм/.

Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөн дэх зэрлэг хүний саналыг дуулиан, шуугиан эрэлхийлсэн олон нийтийн мэдээллийн хэрэгсэл байнга ашиглаж байна. С.П.Эстес “Чонотой гүйгч” гэдэг гайхалтай номондоо тэнцвэрт байдлыг олохын тулд иргэншсэн тал ч, зэрлэг, зөн билгийн тал ч хэрэгтэй гэж эмэгтэйчүүдэд зөвлөсөн байдаг. Эмэгтэйчүүдийн хэт ялдам ааш, хэт таатай байдал нь тэднийг эрчүүдийн адил аюулд учруулдаг.

Зэрлэг хүн гэдэг нь зандалчин гэсэн үг биш гэж Роберт Блай цохон тэмдэглэжээ.

Зандалчны үйл хөдлөлийн маяг хөрс, газар шороо болон хүн төрөлхтөнд асар их хор учруулдаг; хэдийгээр зандалчин мөн л шархаддаг ч тэр шархаа шинжлэхийг илүүд үздэггүй гэж бид хэлж болно. Авсан шархаа шинжилдэг зэрлэг зөн санваартан, бөө эсвэл ойн цагдаатай адил болохоос зандалчинтай адилгүй.

Бидний жинхэнэ орчин, бидний дотоод “би” сайн сайхан гэдэгт бид итгэж сурах ёстой. Үүнд

итгэхийн тулд бид зөвхөн нялх хүүхэд рүү анхааралтай харах хэрэгтэй. Бид бүгд гайхалтай сайхнаар төрдөг нь тодорхой. Гэтэл хүүхэд төрх нь яагаад тийм их сэтгэл хөдөлгөдөг юм бэ? Вордсвортын зөв байжээ: бид энэ газар дэлхийд ирэхдээ аз жаргалын үүлийг дагуулж ирдэг”. “Хүүхэд бол оюуны болон бүтээлч хөдөлмөрийн мянган жилийн өв залгамжлагч. Түүнийг ухаан суулгах аргаар илрүүлэхэд гол зорилго оршино. Тор таныг барилаа”. Блай ярьж байна.

Гэгээн Мария аз жаргалант Иус нартай холбогдох нь сайн ч хэрэв бид зэрлэг бүжиг, ярзайсан эрчүүдтэй болон усанд орох үсэрхэг амьтадтай гайхамшигтайгаар холбогддог соёлд амьдарч байсан бол бүх зүйл залууст хичнээн өөр байх байсныг бид мэдэрч болох юм.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

Зэрлэг хүн

Амьдрал болон эр хүний эрүүл мэндээ дахин сэргээхийн тулд зэрлэг хүнтэй бид хэрхэн холбоо тогтоож болох вэ? Зохиолч Аза Бейбер үүнийг маш тодорхой дүрслэн бичсэнийг би бүхлээр нь иш татъя:

“Феминист хувьсгал соёл боловсролд дийлж, бид эрчүүд шиг ямар аймаар байсан, бид хүчтэй өөрчлөгдөх ямар их хэрэгтэй байгааг бидэнд хэлж өгсөн, сүүлийн гучин жилийн хугацаанд олон эрд тохиолдсоныг Роберт Блай нарийн тодорхойлон бичжээ. Аливаа үзүүлэлтэд мачо байх нь зохимжгүй. Түүгээр барахгүй эрэгтэй хүн бүр гендээ мачогийн элементийг тээж байдаг. Үүнийг няцааж, дарах нь эрчүүдийн хувьд /соёлын хувьд ч/ үхлийн аюултай байж болзошгүй. Тийм няцаалт биднийг гутралд оруулж, эрч хүч, хүсэл тачаалгүй болгож, бие даасан биш болгож магадгүй.

Эрчүүд бид онцгой авьяас чадвартай. Тэдгээрийн нэг нь бидний сэтгэл, оюун санаанд хаа нэгтээ гүнд амьдарч байгаа, гүнээс биднийг дуудагч кроманьончуудтай холбоотой байх чадвар юм. Энэ хүн зандалчин биш гэдгийг тодорхой ойлгох хэрэгтэй. Тэр ямар ч байсан хорон муу санаатай дарлагч, эсвэл жолоодлогогүй амьтан биш. Тэр балар эртнийх, гэхдээ бүдүүлэг биш, уугуул нутгийн, гэхдээ шалиг завхай биш. Тэр эрэгтэй хүний оюун санаан дахь хамгийн сайн сайхныг үзүүлдэг юм. Номхотгошгүй бөгөөд яламгүй, бас зэрлэг, хамгаалах, хамгаалалт хийх өрсөлдөхөд бэлэн түүний зөн билэг хүний амьд үлдэх нөхцлийг хангахад шаардлагатай. Бидний сэтгэлийн хамгийн голд байгаа эгэл болхи хүнд амьдрах, амьсгалах, өөрийгөө илэрхийлэх газар байх ёстой. Хэрэв бидний ааш зангийн хуучны үлдэгдлийн энэ хэсэг үхвэл эрэгтэй хүн хамтдаа үхнэ.

Ах, дүү Гриммийн хуучны үлгэрүүдээс “Төмөр Жон” гэдэг нэрийг зээлэхдээ Блай энэ эгэл болхи хүнийг зэрлэг хүн гэж нэрлэсэн юм. Энэ маш тохиромжтой тодорхойлолт юм.

“Төмөр Жон”-д хүнд хэцүү аялалд гарсан нэг залуу хувингаар ус авахдаа цөөрмийн ёроолд байгаа том үстэй амьтныг хардаг /түүх тэр чигээрээ билэгдлүүдээр дүүрэн/. Нээлт нь түүнийг айлгаж, бас сонирхлыг нь татав. Орчин үеийн эрэгтэй хүн бүрийн сэтгэлийнх нь гүнд хөлнөөсөө толгой хүртэл үстэй, том эгэл болхи хүн амьдарч байхыг би санал болгож байна. Энэ зэрлэг хүнтэй холбоо тогтоох нь өнөөгийн соёлд байхгүй үйл явц юм. Фрейд, Юнг, Вильгельм Рейх гурав бол цөөрөм рүү бууж, тэнд байгааг авах зориг гаргасан хүмүүс. Орчин үеийн эрчүүдийн ажил бол тэдний араас доош буух явдал юм” гэж Блай ярьж байна.

“Сүүдэр” гэж түүний нэрлэсэн дор байгаа хар зүйлийг авах нь ухаан суухын тулд жинхэнэ, “би”-гээ нээхэд эр хүн бүрт Блайны тавьж байгаа бас нэг даалгавар юм. Блайны түлхсэн эрчүүд өөрийн энэ сүүдэр талыг судалж эхэлжээ. Уур хилэн, түрэмгийлэл, уй гашуу, хаягдсан болон хүний хүрээнээс хасагдсан сэтгэл, гэнэтийн уур хилэн, бачимдал гэсэн энэ янз бүрийн хар бөгөөд сүүдрийн хүч эрчүүдийн сэтгэлд чөтгөр шиг эргэлдэж байдаг. Бидний хүлээн зөвшөөрч, биднээр бахархаж байхын тулд энэ бүх зүйлийг няцааж, үгүйсгэхийг оролдсон. Гэвч бид таатай байх гэж хэтэрхий хичээсэн бөгөөд эцсийн эцэст өөрөө өөрийгөө тодорхойлох ажлыг бусдад шилжүүлсэн. Энэ нь бидний хувьд өөрсдийгөө сүйтгэсэнтэй адил зүйл болсон. Бид эмэгтэйчүүдийн дэмжлэгийг авахын тулд өөрсдийгөө бөөцийлж энхрийлж

байна, харин дараа нь эр хүний эрч хүч биднийг тайван орхиж байгаа бүх нотолгооноос зөрж бид найдлага тавьдаг. Гэвч ингэж болно гэж үү?

Хар л даа. Бидний эрч хүч дуусна гэсэн дийлэнх эрчүүдийн найдлага дэмий зүйл юм. Бидний сексийн мэдрэмж маш эрт насанд илэрч, сэрэл хөдлөхөөс “нойтон нойр” хүртэл гайхалтай, хойшлуулашгүй зүйлийг дагуулдаг. Эрчүүдийн сексийн мэдрэмжийн энэ хойшлуулашгүй зүйл бидний насанд хүрсэн амьдралд удаан, олонхид нь бүр өтөл нас хүртэл үргэлжилдэг. Үнэхээр бид энэ бүх эрч хүчийг дарах чадвартай байхыг хүсч байгаа юу? Яагаад бид ийм хосгүй, гайхалтай тэмүүллээс таслагдах ёстой юм бэ? Хэрэв Блайгаас адил төстэй зүйлийг ашиглавал Хак Финийг таатай байлгахыг бэлэвсэн авгай Дуглас хүссэн. Харин тэрээр хар арьст хүнтэй голоор уруудсаны дараа Салли эгч түүнийг үрчлэн авч хүмүүжүүлэхийг хүссэн. “Би үүнийг тэсвэрлэж чадахгүй. Урьд нь би энд байсан” гэж Хак хэлэв. Танил мэт санагдахгүй байна гэж үү?

Зэрлэг хүн эрэгтэй хүн бүрт байдаг. Тэр үнэхээр гайхалтай.

Түүнд угийн асар их эрч хүч, дэлхий ертөнцийг хайрлах аугаа хайр бий. Тэр эм хүйсийн аль ч төлөөлөгчийг тэжээгч, хамгаалагч, бүтээгч, гэхдээ тэр өөрийнхөөрөө, эр хүний байдлаар тэжээж, хамгаалах болно. Зэрлэг хүн ичилгүйгээр бидэнтэй мэндчилэх цаг болжээ. Эр хүний хувьд бидний ажил энэ ертөнцөд бид илүү ихийг өгч, өөртөө илүү шударга байх нь дээр гэдгийг өөртөө ойлгуулахад оршино. Бидэнд хувьсгал хийх эрх бий”.

“Жигүүрийн далайц” Аза Бейбер

Зэрлэг байдал эрчүүдийн орон гэр

Дээр хэлсэн бүхэнд хэн нэгэнд нууцлаг юм шиг санагдаж байгаа байх. Энгийнээр хэлбэл: яагаад эрчүүд шугуй руу явах дуртай вэ? Яагаад загасчлах, цэцэрлэгээ арчлах, бут, далай, агаар салхинд дуртай бидний мэддэг хамгийн цэцэн мэргэн, буйр суурьтай, найдвартай эрчүүд зэрлэг онгон газар цагийг өнгөрүүлэхийн тулд ямар нэг шалтаг олдог юм бэ?

Шалтгаан нь тодорхой. Салхи, одод, далайн давалгаатай газар тэд зэрлэг хүнтэй урамтай холбоо тогтоодог. Энэ нь тодорхой мэт санагдавч ямартай ч хүүхдүүдийн бүхэл бүтэн үе ой руу явахгүй, зэрлэг амьтанд гар хүрэхгүй, оддын дор унтахгүйгээр өсч байна. Энэ бүх шаналал сэтгэл санааны эрүүл мэндтэй ямар нягт холбоотойг бид мартаж учиргүй:

“Залуу хүн цэцэрлэгийг мэдрэхийг Төмөр Жон хүсч байна. Тарьж ургуулахад арван жил шаардагдах цэцэрлэгийг мэдэрснийхээ дараа бид залуу хүн өөрийн сэтгэлдээ хүндэтгэл үзүүлж сурсан, хэрхэн нууц амраг болохыг мэддэг болсон, бүжгийг ойлгодог болсон гэж бид хэлж болох юм”.

Роберт Блай

Винус Бэй – Эрх чөлөөний ирмэг дээр

Намайг 14 настай байхад манай гэр бүл Винус Бэй гэдэг газар очсон юм. Английн энэ хортой ойлголтоор бид дотно холбоотой гэр бүлүүд байсан, харин нийгмийн хувьд тусгаарлагдсан манай шинэ улсад амьдрал түргэн буцалгагчид болдог шиг үйл явц болон хувирч байна! Гэр бүлийн аялал болон майхант аялал, өдөр тутмын нэгэн хэвийн амьдрал дахь хүсэн хүлээсэн зүйл байлаа. Энэ түүхэнд чухал болох миний хүүхэд насны сэтгэгдлийг ойлгомжтой байлгахын тулд би энэ бүхнийг тайлбарлаж байна.

Энэ өдөр наран ургасан маш намуухан өдөр байлаа. Энэ газар бидэнд харьяалагдаж байсан бөгөөд бид эргэн тойрноо шингээгч усны зах руу дөхөж очлоо. Австралийн эрэг орчимд ой мод далай руугаа орсон газар урьдын адил бий бөгөөд бидэнд онгон байдлын дунд байгаа мэт сэтгэгдэл төрж байлаа. Бид далайн эргийн дагуу ганц хоёр км явсны дараа би сэлэхээр шийдэж халхавчтай газар хувцсаа солихын тулд манхнууд дахь модны араар оров. Цайны модод болон усан үзмийн ороонги дунд нарны гэрэл дор ойн цоорхойд нүцгэн зогсохдоо би дасал болоогүй нүцгэн бие, цонхигор цагаан арьсан дээр тусч байгаа нарны дулаан анхилуун үнэртэй хосолж байгааг би хурцаар мэдэрч байлаа. Толгодод ороонги ургамлын цэцгэн хэлхээ унжиж байлаа. Би хүй нэгдлийн зэрлэг, онгон байдлыг мэдэрч байлаа. Тэнд сексийн мэдрэмж ч төрж байлаа. Тэр мөчид миний ой ухаанд хэзээ ч байгаагүй илүү амьд зүйлийг мэдэрч байлаа. Би бүр эргэж ирэхгүйгээр ой руу зугтаж ч болох байлаа.

Онгон байгальтай холбоотой энэ гүн гүнзгий мэдрэмж хүүхэд бүрийн төрөлхийн эрх юм. Бид амьдралаа үүнийг тойруулан цогцлоох чадвартай байх ёстой. Бүх урлаг хөгжим, шашин, яруу найраг зэрэг нь байгаль буцах гэсэн оролдлого юм. Чухам энэ бидний сексээс хайж байгаа зүйл дээр үндэслэдэг. Түүгээр ч барахгүй энэ нь бид өнөөгийн ертөнцөд өөрийгөө тойруулан бүтээж байгаа зүйлтэй бүрэн зөрчилддөг.

Роберт Блай энэ тухай маш шулуухан хэлсэн байдаг: “Хэрэв та хүн бол соёл иргэншил таныг алж байна”. Америкийн индианчууд цагаан хүний хот руу харж энэ сэтгэгдлийг хуваалцдаг. Амазонкийн ард түмэн өнөөдөр үүнийг харж байна. Тэд цагаан хүний ертөнцөөс айж байгаа төдийгүй эрчүүдийн сэтгэлийг хордуулж байгаа хорноос айж байна. Тэд бидний ертөнц рүү харж, бидэнд харуусч байна.

Хууран мэхлэгч

Эрчүүдийн сэтгэлд зэрлэг хүнээс гадна бусад зүйлс бий. Тэр нь хууран мэхлэгч юм. Юнгийн зааснаар бидэнд нэг ч бие хүн байхгүй, харин байнгын харилцаанд хэд хэдэн хүн байдаг

ба тэд хоорондоо тэнцвэртэй байдлыг хадгалах ёстой. Танд хэнд ч өргүй гэсэн хар санаатай, томоогүй бодгаль – хууран мэхлэгч байх хэрэгтэй. Бие хүний энэ хэсэг маш чухал, учир нь таныг янз бүрийн тулгуур үзлээс гадуур байлгадаг /чухам тулгуур үзэлтнүүд үргэлж хүний амь хөнөөж, шоронд сууж, дэлхийн дайнудыг эхлэхийг хүсдэг/. Фундаменталист шашин төдийгүй, ямар нэг “измийг” бодлогогүйгээр мөрдөх нь түүнийг зөв зүйтэй гэдэгт эргэлзээ төрүүлэхгүй. “Измууд” аюултай, тэд хямралдаан гаргадаг, тиймээс бид тэднийг хэзээ орхихоо мэдэх хэрэгтэй. Хууран мэхлэгч хүндэтгэл хүлээдэггүй учир үргэлж ашиг тустай байдаг! Хэт их дарамтад байгаа, хэт уян хатан бус, ямар нэгэн юманд боогдсон хүн бүр томоохон хууран мэхлэгч болох ёстой.

Хэрэв та улайчихаад байдаг бол хууран мэхлэгчээ ажиллагаанд оруулах хэрэгтэй, учир нь тэр тийм амархан ичдэггүй.

“Жигүүрийн далайц” Роберт Мур

Нөгөө талаар таны хууран мэхлэгч хэтэрхий их газар эзэлж байж болох юм. “Хэрэв танд хэтэрхий ичгүүргүй найз байдаг бол тэр хууран мэхлэгчээ автомат дээр нь тавьсан гэсэн үг. Түүнээс бахархдаг хүмүүсийнхээ тухай ярихыг хүсээрэй. Хэрэв тэр өөрийнх нь амьдралд байр суурь эзэлдэг эрчүүдээ тоочиж чадахгүй бол тэр хууран мэхлэгчээ бүрэн автомат дээр нь тавьсан гэсэн үг. Шүтэн биширдэг хүмүүсгүй эрэгтэйг надад үзүүлээрэй. Би танд хууран мэхлэгч нь хоногийн 24 цаг

ажилладаг эрийг харууламз” гэж Роберт Мур ярьж байна. Хэрэв та эр хүн бол алдартнуудын, ялангуяа эр хүйсийн алдартнуудын цуглуулга танд хэрэгтэй.

Тэдэн дээр үндэслэн бодитой хүмүүс, гэхдээ таны сэтгэлд тэдний хосгүй төсөөлөл байдаг. Бид бусдаас материал зээлдэн өөрсдийн зан чанарыг жагсаадаг. /Өсвөр насандаа би кун-футай киноны баатруудтай өрсөлдсөн юм. Хорон санаатны шүдийг хөлөөрөө цөм өшиглөх гэж биш, энэрэнгүй байж сурахын тулд бясалгалын үнэ цэнийг эрт ойлгосон юм. Миний ганцаардал нэлээд ариун, утга учиртай болсон. Ясны сурган хүмүүжүүлэгчид ажиллагаанд орох хүртэл бид бүгдэд баатрууд хэрэгтэй/. Баатруудыг няцаадаг эрчүүд тохиолдлоор тийм болоогүй. Тэдэнтэй насаар ах хүмүүс байнга муухай харилцаж байснаас тэд бүх хүнийг харгис хэрцгий мэт үзэх болжээ. Бүх хүн хор учруулахгүй, энхрий, зөөлөн байдал хүний зөв зан төлөв байж болохыг ойлгоход тэдэнд тусламж хэрэгтэй. Эцсийн эцэст ичгүүргүй явдал идэвхтэй үйл ажиллагаанд саад болдог.

Архетипүүд хэрхэн ажилладгийг эртний герегчүүд ойлгож байжээ. Тэд олон сүм, олон бурхан бүтээсэн бөгөөд амьдралын зохих үед зохих бурханд хүрэх аргыг хэрхэн олж авахаа мэдэж байлаа. Жишээлбэл, дурлалд итгэл алдарсан эмэгтэй Артемидын сүм рүү явж болох байв. Тэр тэнд эмэгтэйчүүдийн хүчийг өндөр үнэлдэг, харин эрчүүдээс тэдэнд юу хэрэггүй,

тэсвэр хатуужилтай, спортын, анчин-эмэгтэйчүүдтэй хамт аж төрж, суралцдаг байжээ. Тэр эмэгтэй энэ сүмд ангийн бурханд мөргөн, нэг болон түүнээс олон жил байх боломжтой.

Амьдралын өөр үед орохдоо тэр эмэгтэй Афродитад мөргөж эхэлж болно. Хожим нь эхнэр, эх болсон хойноо Герагийн сүмд очиж болно. Итгэл үнэмшил өөрчлөгдөж болно, очсон газар бүр хувь хүнийг хөгжүүлэхэд тус болж байжээ.

Тиймээс герегүүдийн хувьд амьдрал үргэлж ариун хэмжүүртэй байв. Амьдралын үе шат бүр өөрийн гэсэн загвартай байсан бөгөөд үе шат бүр зохих хүндэтгэлийг хүлээж байжээ. Роберт Блай үүнийг манай дур зоргоор соёлтой харьцуулж: “Тэд сүмээс сүмд шилжиж байсан бол бид нэг “Макдоналдс”-аас нөгөө рүү хэсүүчилж байна” гэж хэлсэн байна.

Үнсний үе

Та хэзээ нэгэн цагт гучин таван настай эрэгтэй хүний нүд юу илэрхийлж байгааг харсан уу?

“Төмөр Жон” Роберт Блай

Залуучууд хөл дээрээ зогсохын өмнө унах хэрэгтэй. Өсөх нас бол амьдралын шилжилтийн чухал үе гэж бидэнд сургадаг ч өөр чухал замуудын тухай мэдээлэл өгдөггүй. Бидний дийлэнх нь өсвөр үеийг туулсныхаа дараа сэтгэл амарч санаа алдаж, түүнээс ангижирлаа гэж боддог! Гэтэл насанд хүрсэн эрэгтэй хүнийг бүр илүү хүнд өөрчлөлтүүд хүлээж байдаг. Хэн ч 40 нас хүртлээ бүрэн дүүрэн эр хүнд ойрхон очиж чаддаггүй.

Залуучууд, өсвөр насныхан болон 20 настнууд бүдүүлэг бөгөөд ярдаг байдаг. Тэд амьдралаар туршаагүй гайхалтай өөдрөг үзэлтэй байдаг. Тэд өөрсдийгөө ялагдашгүй гэж боддог. Гэвч эцсийн эцэст бүх эрчүүд амьдралаас бүгдийг авч чадахгүйг ойлгодог. Энэ ухаарал барагцаалбал 35 орчим насанд ямарваа үйл явдал уналтын гох дэгээ болдог. Хүүхэд амьгүй төрөх нь бий. Эсвэл таныг эхнэр чинь хайрлахаа болино. Хэзээ нэгэн цагт тэсвэр хагуужилтай эцэг таны нүдний өмнө хатаж үхдэг. Хавдар хортой болж хувирдаг. Машины осол таны бие цогцсыг үзэшгүй муухай болгоно. Эсвэл таны нарийн бодож боловсруулсан ажил үйлс хөзрөөр барьсан байшин шиг нуран унана. Тэгээд гэнэт таны эргэн тойрныг уучлахын аргагүй алдаа, уй гашуу нөмрөх болно. Үнс рүү тавтай морил.

Намайг 35 орчим настай байхад миний эхнэр үр зулбаж, удаан хүлээсэн жирэмслэлтийг эцэс болгосон нь уналтын гох дэгээ болсон юм. Тэр ердөө жирэмсний гурван сартай болсны дараа гэдэс нь базлах үед би авто жолоодлогод орж халамжтай, нэр хүндтэй нөхөр болсон юм. Би тун тайван, итгэлтэйгээр түүнийг эмнэлэгт хүргэсэн. Би сэтгэл мэдрэлийн эмнэлэгт түүний ойролцоо зогсч, удаан хүлээсэн хүүхэд болох ёстой байсан хэлтэрхийнүүдийг нойтон гараараа барьж байснаа санаж байна. Урьдын адил гадна талдаа тайван дүр эсгэсэн би энэ үйл явдлын дараа хоёр өдрийн зөвлөгөөн хийв. Харин дараа нь над дээр цохилт ирсэн юм. Би аажмаар хар нүх рүү унаж тэнд хагас жил байсан. Өнөөдрийг хүртэл би надад юу тохиолдсоныг арай ядан санадаг. Авралгүй уй гашуутай тулгарч, өөдрөг үзэл, итгэлтэй байдлаа алдаж байснаа би таамаглаж болох л байсан. Би таагүй хувиа хичээсэн нэгэн болж орноосоо арай ядан босч байлаа. Миний сэтгэл санаа уй гашуугаа өөрөө давах ёстой байсан эхнэрээс хөндийрч байлаа. Би оргүй хоосон руу живлээ. Цаг хугацаа өнгөрөхийн хэрээр ямар нэг байдлаар миний дотор зөөлөрч эхлэв. Би аймшигтайгаар бачимдаж, үл таних газарт очсон байсан нь ямар нэг сайн зүйл болж эхлэхийг илтгэж байлаа. Би өөрийн бахархлаа залгиж, найз нөхдөө өөртөө туслахыг зөвшөөрсөн нь надад амаргүй байсан. Цагийн эрхээр миний өөрөө өөрийгөө мэдрэх мэдрэмж сэргэж эхэллээ. Одоо би бусдын адил маш сул, үнэхээрийн эмзэг нэгэн болсноо мэдэж байна. Бурханы авралаар амьдрал миний бүх боломжуудыг туршиж байна. Азаар би амьд үлджээ. Нэг үгээр хэлэхэд би номхров.

Нас бие гүйцэхийн тулд бүрэн хоосрохыг үзэх албагүй ч та нугасандаа хүртэл өөрийн тань мөрөөдөл хэзээ ч биелэхгүй байж болохыг хэзээ нэгэн цагт мэдэх мөчийг мэдрэх ёстой. Тийнхүү та Үнс рүү аялж, тэнд нэг бус удаа очиход хүрч болзошгүй /хэрэв та эхний удаа сургамж авахгүй бол тийшээгээ дахин очно!/. Эцэст нь үүний учир нь танд хүрч, анхаарал

халамжгүй хөвгүүнээс шаналах чадвартай, нээлттэй зүрхтэй эр хүн болно.

Улс оронд ч бас Үнсний үе хэрэгтэй

Хэрэв улсууд мөнхийн балчир хүүхэд хэвээрээ үлдэхийг хүсэхгүй бол бүхэл бүтэн улс нас биенд хүрэхийн энэ үе шатыг туулах хэрэгтэй. Орос улс одоо байгаль орчны бохирдол, согтуурал, эдийн засгийн тогтолцооны үр нөлөөгүй байдлын Үнстэй нүүрэлжээ. АНУ Рейганыг сонгож, юу ч болоогүй мэт дүр эсгэн Вьетнамын Үнснээс гарч чадахгүй байсан тэр үед ахмад дайчид өөрсдөө нийт үндэстэнд зориулсан Үнсний

үүргийг гүйцэтгэх ёстой байлаа. Энэ нь олон хүний давж гарах зүйлээс хүчтэй байсан юм. Хэн нэгэнд “уучлаарай бидний буруу байсан” гэж хэлэх хэрэгтэй байлаа. Гэвч ингээгүй.

Австралид зэрлэг омгийнхны талаар “Mabo and Tretu” санаачилгууд Үнсний чухал үйл ажиллагаа болсон. Энэ нь хулгай болон хүн амины хэрэг дээр үндэслэсэн үндэстнийг байгуулахгүй байхад бидний хувьд чухал байсан юм. Ямартай ч хүмүүс таван настай хүүхэд ч ойлгомжтой энэ тодорхой үүргийг хүлээх шаардлагатайг эсэргүүцэж байсан.

Харамсалтай нь АНУ урьдын адил сүүлийн 40 жилийн хугацаанд бүтээсэн Үнсээ цуглуулахаас татгалзаж байна. Манай хөдөө аж ахуйн бодлого - Үнс, манай сургуулиуд - Үнс, харуудтай хийсэн харилцаа дүүрэн Үнс, худалдааны алдагдал - Үнс, байгалийн орчны талаархи бодлого - Үнс, эмэгтэйчүүд болоод хүүхдүүдийн ядуурал - Үнс.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

Эрүүл ичилтгээр анагаах

Хөгшин, залуу хоёр цөл газар руу удаан хугацаагаар аялахаар явжээ. Залуу хэдэн өдөр дарамтад дуугүйхэн явж байв. Хөгшин үүнийг харсан ч учрыг нь лавлах гэсэнгүй. Эцэст нь залуу ярьж эхэлжээ. Тэр жимсний фермийн дарга, жилийн өмнө өвөл трактораар гурван настай хүүгийнхээ хөл дээгүүр дайрчээ. Азаар хөрс чийглэг зөөлөн байсан учраас хүүгийн бяцхан хөл шаварт шигдсэнээр ослоос арайхийн зайлж чаджээ. Хүү айдас, хэсэг газар нь хөхөрснөөр энэ явдал дууссан байна.

Залуу хэдэн долоо хоногийн турш орон гаран явжээ. Дотны найз нөхөд болон гэр бүл нь тийм зүйл хэнд ч тохиолдож болох тул сэтгэлээр унахгүй байхыг түүнээс гуйж байв. Түүний сэтгэл бага зэрэг хөнгөрсөн ч болсон хэрэг явдлыг урьдын адил толгойноосоо авч хаяж чадахгүй л байлаа. Энэ аялал үүнд агаар шиг хэрэгтэй байсан ч тэр урьдын адил нөгөө үйл явдлаа эргэн дурсч байлаа. Хөгшин дуугүй л байв. Тэр залууг сэргээж, сэтгэлийнх нь зовлонг багасгахыг оролдсонгүй. Залуу ч бас дуугүй. Дотор нь танил бөөн зүйл мэдрэгдэхийн хирээр болсон явдлыг дахин дахин эргэн санасаар байв.

-Хүмүүс юу гэж ярьцгааж байна вэ? гэж өвгөн нэг юм асуув.

-Азгүй явдал байсан гэж тэд ярьцгааж байлаа. Намайг буруушаах хэрэггүй гэж байсан.

-Аан, өвгөн дахиад л хэсэг хугацаанд дуугүй болов.

-Тэд буруу хэлж л дээ гэж гэнэт тэр ярихад залуу бодлоосоо сэргэв.

-Тэгээд... Та юу гэх гэв? гэж тэр асуув.

-Энэ чинь үнэндээ тэнэг юм. Чи хүүгээ няц дарчихаагүй азтай юм гэв.

Тэдний тойрон суусан түүдгийн эргэн тойронд харанхуй нөмөрсөнд залуу баяртай байв. Түүний нүүр чинэрч, халуун нулимс хацрыг нь даган урсав.

-Би хүүг эхнэр харж байгаа гэж бодсон. Бид тэр үед муудалцсан байсан юм. Би трактораа асаасан. Би эргэн тойрноо хараагүй. Чөтгөр алгад гэж, гэртээ хүүхдээ харж байх нь түүний ажил гэж би бодоод хараагүй юм.

Хөгшин аль хэдийнэ залуугийн ойролцоо ирсэн байв. Тэр гарыг нь татаж түүнийг энгэртээ наав. Залуу чанга гэгч нь ихэр татан уйллаа. Хөгшин бөхийж гараа түүний ханцуй руу хийв. Залуу хөгшний цээжинд нүүрээ наан нулимсаа залгилан уйлсаар байв. Хэсэг хугацааны дараа уйлахаа болилоо. Тэр хөгшний цамц хацрыг нь шүргэхийг мэдэрч, жаахан өндийгөөд мөрөн дээгүүр нь харж хов хоосон одот тэнгэр рүү харлаа. Тэр амьдралдаа хэзээ ч ингэж тайвширч байгаагүй байх.

Биднийг анагаадаг уй гашуу

Бүх юм муу байх үед нааштай мөчүүд тохиодог.

“Намайг дүүжиллээ гэж найз нь сэтгэл хөдлөн илтгэхэд Юнг “сонсоход гунигтай л юм. Гэхдээ бид хамтдаа байвал яаж ийгээд үүнийг давна” гэв. Хэрэв найз нь дарамттайгаар ичингүйрэн ирж “намайг халчихлаа” гэвэл Юнг “ийм үйл явдлын төлөө бөглөө мултлая. Гайхалтай мэдээ байна. Одоо ямар нэг сайхан зүйл болно” гэж хариуллаа.

...Хэрэв хүн ялагдлаа өөрөө хэрхэн хүлээхээ тодорхой мэдэхгүй байвал сэтгэл дэх ямар нэг хүч ширүүхэн катабазисыг гаргадаг.

Гутрал нь бага хэмжээний катабазис юм. Түүнийг бид өөрсдөө биш ямар нэг өөр зүйл үүсгэдэг. Гутрал ихэнхдээ биднийг цочролд оруулж, түүнийг алга болоход бид гайхдаг. Гутралын үед бид ялагдлаа хүлээхээс татгалздаг. Тиймээс ямар нэг гар буун ирж биднийг хүлээн зөвшөөрүүлэхийн тулд дардаг. Уй гашуудлын үед бид ялагдлаа хүлээхийг илүүд үздэг.

Жинхэнээсээ ухаажихын тулд бүх талын мэдлэгээ өргөжүүлж царс модон төгөл, уулс, мөсөн гол, морьд, арслангууд, өвс ногоо, хүрхрээнүүд, цаа бугын гайхамшгийг харах хэрэгтэй. Бидэнд онгон байгаль зах хязгаар хэрэгтэй. Хүрхрээ болон барсад хүрэх замыг хааж байгаа бүхэн хүнийг алдаг.

Зэрлэг хүний ажил нь залуу хүнд түүний зориг нь ямар элбэг дэлбэг, олон янзын, олон талын байж болоход сургах явдал юм. Ухаан суулгагчийн ажил нь хүү эсвэл охинд тэд мах цуснаас илүү зүйл гэдгийг нотлоход оршино... Хүн бүр зүгээр нэг амь дүйхэд хэрэгтэй тэр зүйлээс хамаагүй давуу хүсэлтэй байдаг.

...Даян дэлхий галд автсаныг тэр ойлгов. “Бүгд ухаантай!”

“Төмөр Жон” Роберт Блай

Амьдралд хүн бүрт Үнсний үе хэрэгтэй. Хүн өөрийн өөдрөг үзэл, хүчин чармайлтаас гадна үргэлж эмзэг байдаг гэдгийг ойлгох ёстой. Хэдийгээр энэ нь маш энгийн байсан ч энэ үед аргаа барсан байдалд орвол энэ мөчийн утга учир алдана гэсэн үг. Уй гашуу цэвэрлэгдэж, аргаа барсан байдал зүгээр л зогсдог. Мэдрэмжийг гадагшлуулахад үүний учир оршиж байна.

Амьдрал байнгын урагш тэмүүлсэн идэвхтэй шийдвэр гаргасан алхамууд хийсэн юу болох нь тодорхойгүй бодитой холбоотой байдаг. Амьдрал бол хатуу бизнес. Хэрэв хүн энэ үед уйлах болон найз нөхөдтэйгөө зовлонгоо хуваалцах боломж

олгож чадвал тэр сорилтыг давж шилдэг нь болно. Тэр цаашид ядуучууд, хөгжлийн бэрхшээлтэй эсвэл сул дорой хүмүүс рүү үзэн ядсан харцаар харахгүй. Тэд өөр шиг нь л адилхан хүмүүс гэдгийг ойлгоно. Бусдын зовлонг мэдрэх түүний чадвар түүний сэтгэлд ер бусын гүн шингэсэн байна. Үнсний үе жинхэнэ хүн буй болсон үед дуусна.

Хоёр үгээр

Та хаашаа явж байгаага бодоорой. Таны хүүхдүүд явж, харин эхнэр чинь нас барахад та юу хийх вэ? Та ганцаараа байхад амьдрал гэж юу вэ?

Өөрийн хүлээсэн үүргийнхээ сацуу та өөрийгөө танихын тулд өөрөө өөртөө орон зай, тусдаа орон зай гаргаарай.

Байгаль дэлхий хүний хувьд орон гэр гэдгийг ухаараарай. Байгальд цагийг өнгөрүүл. Ялангуяа хотод амьдарч байгаа бол зэрлэг онгон байдалд байгаарай. Ухамсартай арга хэмжээ авч, газар дэлхий, далай, тэнгэрийн хэмнэлд дахин орохын тулд наран шарлагын газар руу яваарай.

Сүсэг бишрэлтэй бай. Бүжиглэдэг, бөмбөр дэлддэг, дуулдаг эсвэл чив чимээгүй суудаг шашнуудыг хүндэтгээрэй.

Та 40 нас хүрээд жилийн амралт авч, хойшлуулж байсан эсвэл үргэлж хийхийг хүсч байсан тэр зүйлүүдээ хийгээрэй. Та туулж өнгөрүүлсэн тэр замаа үргэлжлүүлэх үү, эсвэл өөрчлөлтийг хүлээж байна уу гэдгийгээ дахин нэг бодоод үзээрэй.

Жил бүр төрсөн өдрийнхөө яг өмнө, эсвэл дараах дөрвөн өдрийг /доод тал нь/ гав ганцаар өнгөрүүлээрэй.

Мөнхөд балчир хүүхэд байхаа болихын тулд ухаажих ямар төрлийг дамжих нь танд хэрэгтэй юу, үгүй юу гэдгийг бодоорой.

Та амьдарч байгаа тэр газрынхаа эртний соёлын талаар олж мэдээрэй. Австраличуудын хувьд зэрлэг хүмүүсийн соёл, тэдний ааш зан, зан чанар маш сургамжтай байж болох юм.

Гэр бүл салалт, өвчин эсвэл ажил дээрхи азгүйтэл гэсэн томоохон азгүйдлийг түр зуур авч үзээрэй. Энэ нь чөлөөтэй болох чухал алхам болно. Үнсэнд булуулаарай. Өвдөлт, уй гашуу, гуниг зовлон, сул дорой байдал эсвэл азгүйдлээс бүү ай. Тэд таны зорилгыг баяжуулна.

Зэрлэг хүнийг хайгаарай.

Бусдын дуу хоолой

- Өглөөний таван цагт боссон зарим хүмүүс цэцэрлэг рүүгээ орж, тэнд ажилдаа явахын өмнөх хэдэн цагийг өнгөрүүлдэг. Тийм боломжтой байхын тулд эр хүн-аав өөрийнх нь амьдрал ажилд, хүүхдүүдэд, гэр бүлд харьяалагдана гэсэн итгэл үнэмшлээ сөрөх ёстой болно.

“Жигүүрийн далайц” Роберт Блай

- Австралийн зэрлэг омгийнхон, Шинэ Гвиней, Африкийн омгуудын хөвгүүдэд урьдын адил ухаан зааж байгаа хөгшид 8-12 насны хөвгүүдийг эхээс нь авч, тэдэнтэй адал явдал, сургалт, сорилт, бүжгийг нарийн шат дараатайгаар эхэлдэг. Өвгөд шүлэг уншиж, үлгэр домог хэлж, жигшүүртэй зүйлсийн

тухай ярьж, заримдаа шөнийн турш бүжиглэж хонодог байна. Хөвгүүд эр хүний сэтгэл хөдөлгөсөн бие цогцос гэж юу болохыг ойроос хардаг. Африкийн зарим омгуудын хөвгүүд шөнөжин, 24 цагийн турш тасралтгүй бүжиглэж сурдаг.

“Жигүүрийн далайц” Роберт Блай

- Хайр дурлал гэрлээрээ миний орон зайг бүрхсэн байхад яагаад би дэмий чалчих ёстой юм бэ?

“Төмөр Жон”-ы Кабираас иш татав

- Зэрлэг урсгал дагуу хөвж, өвс татаж, юу ч уншихгүй, өөрийгөө “сонгодог” гэдгийг мэдрэхгүй “жирийн хүн” шиг бүрэн дүүрэн амьдралд ордоггүй. Сэтгэл хөөрөл хүрч болох хязгаартаа хүрсэн амьдралтай адил. Бодол санааны дараа, өөрөө өөртөө оноосон шийтгэлийн дараа, уй гашуудлын дараа сэтгэл хөөрдөг.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

- 35-40 насны зарим эрчүүд хувийн журмаар, зан үйлгүйгээр, бүр өвгөдгүйгээр Үнсийг туулж эхэлдэг. Хичнээн олон мөрөөдөл нь бүтээгүйг тэд ажиглаж эхэлдэг. Дунд сургуулийн нэгэн залуу уралдааны машины жолооч, уулчин болж, Америкийн гоо бүсгүйтэй гэрлэж, гучин насандаа саятан болж, гучин таван насандаа физикийн салбарын Нобелийн шагналыг хүртэж, уран барилгач болж, хамгийн өндөр байшинг барихыг мөрөөнө. Тэр жижигхэн муухай хотоосоо явж, Парист очиж амьдрахыг мөрөөдөж байна. Тэр гайхалтай сайн найз

нөхөдтэй болж... гучин таван настайд нь энэ бүх мөрөөдөл нь Үнс болно.

Мөрөөдлөө бүтэлгүйтсэнийг хүлээн зөвшөөрөх нь гучаас дээш настай хүнд хэрэгтэй туршлага юм. Хэрэв хүн энэ бүтэлгүйтлийг хурцаар хүлээн авахгүй бол тэр хэмжээлшгүй бахархлаа хэвээр хадгалж, өөрийгөө дотроо эргэлдэж байгаа бүхэнтэй буюу сексийн эрмэлзэл, өөрийн ухаан, үүрэг хүлээхээс татгалзах, шалиг хүсэл, өөрийн давуу тал, өөртөө итгэх итгэлтэй адилтган үзсээр байх болно. Зарим америкчуудын өөртөө итгэх итгэл нь тэд

Үнс дээгүүр харайсныг илтгэдэг.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

• Өөр ертөнцийн алтан эмэгтэй агаар мандлаар өөрийн туяаг түгээж, энэ туяа нь охидын царайг гийгүүлдэг. Түүний гоо үзэсгэлэн хөвгүүний ер бусын зовлонгийн хувьд хангалттай өгөөш болж, түүний генийн ой санамжийн ямар нэг хэмжүүрт хүртэл нийцдэг. Зуны ид дунд үед ганц харахад л хангалттай.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

• Сэгсэр тэгээд чөлөөтэй бол

Хобартын их сургуулийн жендерийн эргономикийн профессор Уокер Фейнлейн хэлснээр, эрчүүдийн бие засах газрын байдал өөрчлөгдөх шаардлагатай болтлоо хөгжжээ. Эрчүүд бие засах газартаа эвлэрэх ёстой болдог шиг тийм бүдүүлэг нөхцлийг эмэгтэйчүүд хэзээ ч тэвчихгүй гэж профессор Фейнлейн ярьж байна. “Явж очоод, өөрсдөө харцгаа” гэж тэр оюутнууддаа ярьж байна. Энэ нийтийн саванд зогсохдоо /писсертери хэмээн

барилгын хүрээнд алдартай/ эрчүүд нийгмийн эвгүй байдал, өрсөлдөөний гэмтлийн бүх зэргээс болж шаналдаг.

Хоёр дахь ноцтой асуудал бол “дусал саатах синдром” юм. Нэг ч эрэгтэй эрхтэнээ гүйцэд сэгсэрч чаддаггүй тэр баримтыг эрэгтэй хүний бэлэг эрхтэний физиологи болон бяцхан дуслуудын физик магадлана эсвэл сонгодог хэллэгээр илэрхийлбэл:

Бүү хавч, бүү сэгсэр,

Үлдэгдэл дотоожинд шингэнэ.

Эсвэл Роберт Бернсийн үгээр хэлбэл:

Дэгээгээ сэгсрэхгүй бол

Дусал нь хөлийг чинь даган урсана.

Үр дүнд нь жирийн өдөр үдийн цайны үед эрчүүдийн дийлэнх нь бүсэлхийнээсээ доош шар айрагны газрын бие засах газар шиг үмхий үнэртүүлнэ. Энэ том асуудал шүү, банзал өмссөн нь ийм үеэс зайлсхийхэд үнэхээр туслалаа!

Хатаах ажиллагааг зайлшгүй илүү өргөн болгохын хамт эрчүүдийн бие засах газарт цаас тавьж, цаасаа хаях газартай болговол эрчүүд ч, эмэгтэйчүүд ч баяртайгаар хүлээн авна, бас хар өмд өмсөх шаардлагыг цэглэнэ.

Тасманийн ойн комиссын сонин “Chips”-т бичжээ

• Зарим эрчүүд ээж нараа хий судлаач болохоос ангижруулж чаддаггүй. Тэд эмэгтэйг

хамгаалахыг дахин, дахин оролддог. Тэд өөрсдийн сэтгэл хөдлөлийн хуруугаа тас хазаж,

үлдсэн бүх амьдралдаа бусдын сэтгэл хөдлөлийн тухай сонсч явдаг.

“Төмөр Жон” Роберт Блай

- Зарим уншигчид магадгүй үүдний манаач болон гуйгчийн тухай Кафкагийн романыг санаж байгаа байх. Гуйгч хаалга онгойх, эсвэл манаач унтах, эсвэл түүнийг урихыг хүлээн үүдэнд олон сар, жил хүлээдэг. Он жилүүд өнгөрсөөр. Эцэст нь хөгширсөн, үхэх дөхсөн тэр манаачийг дуудаж, түүнд энэ бүхэн шударга бус байгаа тухай шивнэдэг. Манаач хариуд нь: “Өө, энэ чинь таны хаалга шүү дээ. Та хэзээ ч орж болох байсан” гэж хэлдэг, тэгээд гуйгч үхдэг.

“Жигүүрийн далайц” Роберт Блай

Арванхоёрдугаар бүлэг.

Эрчүүдийн бүлгүүд

Энэ ном таны аль хэдийнэ эхэлсэн амьдралын талаар ямар нэг сайн сайхан санаа төрүүлсэн гэж би найдаж байна. Гэвч таны тархи эргэчихсэн юм шиг санагдаж байж магадгүй. “Өөрөө өөртөө туслах” болон “өөрийгөө боловсронгуй болгох” бүх байдалтай холбоотой асуудлуудын нэг нь эрэгтэй хүн бүхнийг өөрийн гараар өөрчилж чадна гэсэн бат итгэлд оршиж байна. Энэ бүтэшгүй санаа орчин үеийн хүнийг зовоож байна. Тэгээд энэ “би өөрөө өөрийнхөөрөө” гэдэг хандлага бүтэхгүй болохоор бид юуг ч өөрчлөх хэрэггүй гэсэн дүгнэлтэд хүрээд, бууж өгдөг. Тиймээс өнөөдөр залуусын дийлэнх нь өөртөө маш итгэлтэй, харин ахмад настнуудын дийлэнх нь сэтгэл гутралтай байна!

“Эрчүүдийг хэрхэн хүмүүжүүлэх вэ” ном анх хэвлэлтээс гарсан цагаас хойш би эрчүүдийн нийгэмлэгт харьяалагдахын чухалтай холбоотой зарим хормуудыг ойлгож авсан. Өөртөө өөрчлөлт хийхэд хялбар болгох, дэлхийн боломжийн өөрчлөлтийг хийхийн тулд бид адил төстэй зорилгод хүрэхийн төлөө ажиллаж байгаа эрчүүдийн бүлгийг байгуулж, түүнд нэгдэх ёстой. Байнга уулзаж, ярилцаж байхад бэлэн эрчүүдийн жижиг бүлгүүд ч таамаглалаа хуваалцаж, бие биенээ асар олон зүрх зоригоор хөгжөөж, харин үе үе бөгсийг нь алгадаж болох юм. Энэ бүхэн таныг илэн далангүй байж, эрх чөлөөтэй тал бүр тийшээ хөдөлж байхад хэрэгтэй юм! Эр хүний хувьд таны амьдрал үнэхээр өөрчлөгдөж эхлэхийг хүсч байгаа бол та эрчүүдийн бүлэгт элсч, эсвэл өөрийн гэснийг үүсгэн байгуулах тухай бодох нь зүйтэй. Хэрэв танд сонирхолтой байгаа бол энэ сэдвээр хэдэн санал дэвшүүлье.

Эрчүүдийн бүлгүүд хэрхэн ажилладаг вэ?

Танай зочны өрөөнөөс холгүйхэн, та одоо ном уншаад сууж байгаа газар хоёр долоо хоног тутамд амьдралынхаа тухай ярилцах зорилгоор 8-9 эрээс бүрдсэн бүлэг цуглана гэж мөрийцье. Энэ үдэш гэрт хэн ч байхгүй, яагаад гэвэл эр хүн маш сэтгэл хангалуун, төлөв томоотой, хүчтэй, эе эвийг хичээгч болдог үр дүн нь таалагддаг учир тэдний эхнэрүүд болон найз эмэгтэйчүүд баяртай байдаг.

Австралид эрчүүдийн хэдэн зуун бүлэг байдаг. Мэдээж, ажлаа чимээгүйхэн хийгээд явж байдаг нь ч бий. Бусад орнуудад ч мөн л ийм дүр зураг байдаг. Сэтгэл судлаач, Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөний идэвхтэн Ги Корно Канадад ганцаараа 300, АНУ-д мянгыг үүсгэн байгуулжээ. Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөн Герман, Их Британи, Өмнөд Америк болон Шинэ Зеландад байгуулагдаж, мэдээллийн товхимол бичиж, интернэтээр мэдээллээ цацаж, хурал зөвлөгөөн хийж байна. Бүгд маш их сонирхож байна. Янз бүрийн мөчүүдэд түшиж тулж байна: АНУ-д янз бүрийн арьстай эрчүүд болон еврейчүүдийн бүлгүүд онцгой хүчин чармайлт гаргаж байгаа ажээ. Австралид зэрлэг хүмүүстэй нягт холбоо тогтоож, ийм бүлгүүдийн анхаарлын төвд өсвөр насныхныг сурган хүмүүжүүлэх, аав нарт үүргээ биелүүлэхэд туслах асуудал оршиж байна.

Эрчүүдийн бүлгийн бүтэц хэд хэдэн үндсэн чиглэлүүд

дээр үндэслэж байна. Хэрэв та ярихыг хүсэхгүй бол танд хэн ч дарамт шахалт үзүүлэхгүй. Хэн нэгнийг ярьж дуустал нь сонсох, элдэв зөвлөгөөгөөр яриаг таслахгүй байх дүрэмтэй байдаг. Эрчүүдийн олонхийн амьдралд энэ нь дутагддаг. Сэтгэлээ нээсэн хүнийг түшиж тулдаг болохоос ямар нэг зүйл номлодоггүй.

Эрчүүдийн бүлгүүд үе үе маш их сэтгэл хөдлөлтэй байдаг. “Илүү үг бүү дуугар”, “бодож байгаагаа л ярь” гэсэн дүрэмтэйгээр хүмүүс тусдаа уулзахад ямар нэг маш чөлөөтэй зүйл болдог. Хэрэв эрчүүд өөрийнх нь түүхийг сонсч, хүндэтгэн хүлээн авна гэдгийг мэдэж байгаа бол олон хүн илэн далангүй болж болох юм.

Мөн ажил хэрэгч Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөнүүд ч байдаг. Ярих сэдэв нь “Хүүхдээ эмх цэгцтэй болгох нь” эсвэл “Залхмаар ажлаасаа ховхорч, амьдрах цаг хэрхэн гаргах вэ?” гэж байж болох юм. Энэ нь сексийн тухай, эсвэл гэр бүлийн маргаанд шархадсан хүнийг, эсвэл эхнэр нь долоо хоногийн өмнө хорт хавдартай гэсэн онош тавиулсан хүнийг дэмжих хэрэгтэй гэх мэт сэдэвтэй байж болно. Эрчүүдийг бүлгүүд дээр би дайны үеэр авсан гэмтлийнхээ тухай ярьж байгаа, хэдэн арван жил дуугүй явсны дараа анх удаа үнэнээ ярьж байгаа хөгшдийг би сонсч байлаа.

Тийм бүлгүүдэд залуус одоогийн залуу аав нарыг орлох хүмүүсийг олдог. Эрчүүдийн бүлгүүдийн ёс зүй маш хүчтэй тухайлбал, эмэгтэйчүүд, хүүхдүүд эсвэл бие биендээ хэзээ ч хүч хэрэглэхгүй гэдэг. Эрчүүдийн бүлгүүдэд ярьдаг ярианы стиль эмэгтэйчүүдийн ярианаас эрс ялгаатай, тухайлбал, зулгуйдах, ярьсан хүн бүхнээ хүлээн зөвшөөрөх хандлага бага байдаг.

Ер нь тийм бүлгүүд хэн нэгний гэрт цуглардаг, гэхдээ цуглаан нь үе үе сүм, эсвэл эрүүл

мэндийн төвүүдэд болдог. Дийлэнх нь нэгдмэл зорилготой, зарим нь хүчирхийлэл, эрүүл мэнд, бүлийн амьдралтай холбоотой асуудалтай эрчүүдэд зориулагдсан байдаг. Бүлэг үйл ажиллагаагаа эхэлмэгц гишүүн элсүүлэлтээ зогсоож болно, гэхдээ зарим бүлгүүд үе үе шинэ гишүүдийг урьдаг. Хэдэн найзуудаа уриад ярьж эхлэх нь бүлэг байгуулах хамгийн түгээмэл арга юм. Зарим бүлгүүд яриагаа эхлэх сэдэв болгож номууд /энэ мэтийн/ ашигладаг, эсвэл хоорондоо зөвшилцөж байгаад жагсаалт гаргадаг. Бүлгүүдийн удирдагчид дүрмийн дагуу удирдлагагүй байснаас өөрчлөгдөж байхыг илүүд үздэг энэ нь эрчүүдэд үйл ажиллагааны цэгцтэй байдал таалагддаг, тэд зорилгодоо хүрэх чигийг баримталдгийн шинж тэмдэг юм. Бүлгүүд дүрэмтэй /доромжлохгүй, нууцыг хадгалах/, хариуцлагагүй байдлыг хүлээн зөвшөөрөхгүй байх хандлагатай байдаг. “Нөхөөр, чи хүүхдүүдээ эс тоомсорлож байна уу! Хэзээ сэрнэ сэхнэ гэж бодож байна?”, “За яахав эхнэрээсээ салж болох юм. Чи эхнэртэйгээ ярилцаж, юу бодож байгаагаа хэлж болохгүй гэж үү?”, “Чи ядарчээ хөгшин минь. Танай эхнэр та хоёр амрах хэрэгтэй” г.м.

Эрчүүдийн бүлэгт та байдгаа дэлгэх албагүй, хэн ч таныг дарамтлахгүй. Магадгүй, ямар нэг шалтгаанаар бусад эрчүүдэд сэтгэлээ нээж, туршлагаасаа шалавхан хуваалцахаар та ярьж эхэлсэн байх вий. Та энгийн зөвлөгөөнүүдийг авахын зэрэгцээ илүү чөлөөтэй амьсгалж байгаагаа мэдэрнэ! Сэтгэл маш их амарна /гэхдээ энэ нь архианаас эсвэл загасчилснаас огт өөр юм/, юу гэвэл ерөнхий өөрчлөлт гарч байна. Амьдрал утга учиртай болж эхэлнэ.

Эрчүүдийн бүлгүүдийн дийлэнх нь амралтын өдрүүдээ хамт өнгөрүүлэхээр төлөвлөж эхэлсэн тэр мөчид хүрдэг. Дийлэнх нь эрчүүд байдаг бүлгүүдэд аав нар хүүхдүүдээ оролцох арга хэмжээг төлөвлөдөг. YMCA Explorers мэтийн зарим бүлгүүд охидтой аав нарт тусгайлан зориулагдсан байдаг ба тодорхой нөөц бололцоо болон бүтцээ ашиглан хамтдаа цагийг өнгөрүүлэх боломж олгох зорилт тавьсан байна.

Энэ юунд хүргэх вэ?

Ерөнхий дүр зургийн талаар уу? Цагийн эрхээр Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөний үйл ажиллагаа хуулийн өөрчлөлт болон ажлын байр солигдоход хүргэдэг. Манай эдийн засаг болон дэлхий бүхэлдээ хамгийн янз бүрийн хүрээндээ өөрчлөгдөнө. Дунд сургуулиудад хөвгүүдтэй харьцах харилцаа, аав нарын байдал, спортод залуусыг ашигладаг, хөвгүүд бэлгийн доромжлол болон мөлжлөгт өртдөг, арми дахь эрчүүд, шоронгийн хүчирхийлэл, төрсөн эцэгтэй байх, эцгээ мэддэг байх хүүхдүүдийн эрх, эмэгтэйчүүдийн эсрэг хүчирхийлэл болон улиглалаас урьдчилан сэргийлэх гээд өөр бусад өөрчлөлтүүдийг ч хүмүүс бодох болно. Үйл ажиллагааны талбар өргөжсөөр байна.

Эрчүүдийн бүлэг тодорхой утгаараа хүмүүсийн хувиралт өөрчлөлтийн энэ тархи эргүүлсэн байдалд хэрэгтэй, дутагдаж байгаа хэсэг юм. Энэ хөдөлгөөн юунд хүргэхийг хэн мэдэх билээ? Хэрэв эр хүн бол та энэ хөдөлгөөний нэг хэсэг, таны

ажиллагаа түүний чиглэлд нөлөөлнө. Хэрвээ та эмэгтэй хүн бол бид танаас дэмжихийг хүсч, таны орулж буй хувь нэмэрт талархаж байна.

Хоёр үгээр

Өөрийн гараар амжилтад хүрсэн хүн. Энэ бол үлгэр. Өөрчлөлт хийж, түүнийг давахад бид бүгдэд бусдын тусламж хэрэгтэй.

Эрчүүдийн бүлэгт элс, эсвэл найз нөхөдтэйгөө хамтран байгуулаарай.

Амжилтад хүрсэн бүлгүүд ихэвчлэн бүтэц эсвэл хөтөлбөртэй байж, чиглэл болон зорилгоо хадгалахын тулд удирдагчаа өөрчилдөг.

Эрчүүдийн эрх чөлөө, боловсронгуй байдлын төлөө дэлхийн нийтийн хөдөлгөөн хурдаа авч байна. Яг цагтаа шүү!

Ирээдүйн тухай мөрөөдлүүд

Эрчүүдийн хөдөлгөөний ажлын үр дүнд юу өөрчлөгдөх юм бэ?

Эрчүүд ирээдүйд ...

Бага ажиллаж, их тоглоно. Бага цалинтай, бага зарлагатай байна. Хүүхдүүддээ илүү анхаарал тавьж, гэр бүлтэйгээ илүү удаан байна. Урт насална. Тэд айх аюулгүй болно.

Тэд мөн...

Олон найз нөхөдтэй болж, ойр дотно байна.

Зурагтаар спортын тэмцээн бага үздэг болж, спортоор илүү хичээллэх болно.

Онгон байгальд тайван байхыг илүү их сонирхдог болно.

Сүсэг бишрэлтэй байж, экологийн бүрэн идэвхтэй болно.

Хайр дурлалын хамтрагчийн хувьд тэд...

Орондоо өөрийгөө илүүтэй харуулж, биетэйгээ идэвхтэй харилцаж, илүү итгэлтэй, хувиа бага боддог, илүү найрсаг болж, бага яарах болно.

Эцэг, эр хүний хувьд ...

Хүүхдүүдийнхээ амьдралд илүү оролцож, илүү эергүү байж, өө эрэх эсвэл айлгах үүднээс биш хатуу байр суурь баримтлахад бэлэн байна.

Хэрэглэгчийн хувьд тэд...

Илүү дулаан өнгийн хувцас өмсөнө. Зохих хэмжээний ганган, гэхдээ хүний гэсэн тодотголтой гар хийцийн хувцас өмсч, мөн зүүлт чимэг /костюм, зангиа алга болж, камербанд болон сюртук мөн адил түүхэн эд зүйлс болно/ зүүнэ.

Хуучны, гэхдээ сонгодог машинууд унаж, тэдгээртээ санаа тавина.

Хөгжмийн зэмсгээр тоглож сурна.

“Дэлхийн” хөгжмийг илүүд үзэж, залууст баримжаалсан хэв загвар болон бүтээгдэхүүнүүдээс аль болох холдоно.

Залуусын шүтээн алга болж, тэд байгаагаараа байх болно: залуу сайхан, гэхдээ муу санаа суугаагүй, атаархал төрүүлэх тийм хүн биш байна.

Хижээл нас болон туршлага загвар, кино, ажил эрхлэлтийн хандлага болон удирдагчдыг

сонгох сонголтоос эхлээд бүгд удаашралгүй дахин үнэлэгдэнэ.

Үлгэрлэн дуурайх хүмүүс нь тавиас дээш насны, ялангуяа дотно, тайван шинжтэй, гэхдээ урьдын адил хатуу, тогтвортой, нэр хүндтэй, хөгжөөнтэй эрчүүд болон эмэгтэйчүүд байна.

Хүмүүс дотоод ертөнцөө илүү их сонирхдог болохын хирээр одоогийн сүсэг бишрэл дахин сэргэнэ; үүний зэрэгцээ шинэ эрлийзүүд болон ёслолын хэлбэрүүд, тухайлбал, урьдын гомдлоо тайлахад туслах, өсвөр насны хөвгүүдэд ухаан суулгах хүмүүс гарч ирнэ. Шашин болон экологи аажмаар нэгдэж, шинэ хүчирхэг хүч буй болно.

Олон эрчүүд дөчин нас хүрэхээрээ бусад зорилгодоо хүрэхийн тулд нэг ёсны ёс журам мэтээр нэг жилийн амралт авна.

Тэд шийдвэр гаргаж, ажлаа үргэлжлүүлэн хийж, эсвэл амьдралаа өөрчлөх эсэхээ шийдэх болно.

Эрчүүдийн дийлэнх нь төрсөн өдрийнхөө өмнөх болон дараах хэдэн өдрийг ганцаар өнгөрүүлж байх болно.

Эрчүүдийн газар дээр нь зохион байгуулсан болон сайн сургалттай бүлгүүд хүүхдүүдтэй хатуу ширүүн харьцагчид, хүчирхийлэгчид, эхнэрээ тарчилгагчидтай тэмцэж, ажиллах болно. Энэ нь нийгмийн хувьд халамжтай, гэхдээ маш хатуу хяналтын байгууллага, өөрсөддөө туслах бүлгүүд байна. Тийнхүү “цагаан захтнуудын” дунд гэмт хэрэгтэй тэмцэх илүү нөөц цагдаа нарт гарах болно!

Эрчүүд нутаг орны болон дэлхий дахины асуудлуудыг эрхлэх улс төрийн болон идэвхтнүүдийн байгууллага байгуулж, нутаг орны бүлэгт эмэгтэйчүүдтэй мөр зэрэгцэн ажиллах болно. Тэд өөрсдийн ажилд компьютерийн олон тооны сүлжээ, факс, e-mail-ийн мэдээлэл болон мэдээллийн товхимол ашиглана.

Тэд дунд сургуулиудын нүүр царайг өөрчилж, хүүхдийн орчинг бүрдүүлж, нутгийн зөвлөлийг арилжаа наймаа эрхлэхийг хориглож, улс төрийн уламжлалт намуудыг устгаж, энэ гараг дээрх амьдрал, хайр дурлал, анагаах ухаанаас илүүтэй суралцахын тулд хөгжиж буй орнууд болон гадаадын ард түмэнтэй нэгдэн ажиллана.

Зарим талаар та бүхэн Эрэгтэйчүүдийн хөдөлгөөнийг сонгох, элсэх хэрэггүй болно, учир нь энэ хөдөлгөөн нь бүх эрчүүдийг нэгтгэнэ.

Энэ нь яг л амьсгалахтай адил энгийн юм.

Table of Contents

[Уншигчдаас илгээсэн захидал](#)

[Өмнөх үг](#)

[Нэгдүгээр бүлэг. Асуудал](#)

[Баримттайгаар нүүр тулах нь](#)

[Австралийн статистикийн товчооны мэдээллээс иш татав](#)

[Эрх чөлөө бид бүгдийн хувьд](#)

[Гурван дайсан](#)

[Бусдын дуу хоолой](#)

[Хоёрдугаар бүлэг. Эр хүн болох долоон алхам](#)

[Эр хүн болж хувирах нь](#)

[Идэр залуу болох долоон алхам](#)

[Аавтайгаа ярилцаарай](#)

[Сексийн таашаалдаа анхаар](#)

[Өөрт тохирох найз бүсгүйтэй бол](#)

[Хүүхэдтэйгээ илүү ойр дотно бай](#)

[Жинхэнэ эр хүн шиг найзтай болж сур](#)

[Юуны төлөө ажиллаж байгаагаа ойлго](#)

[Оюун санаагаа эрх чөлөөтэй болго](#)

[Бусдын дуу хоолой](#)

[Гуравдугаар бүлэг. Бид бүгдийн эрх Чөлөө!](#)

[Феминизм эрчүүдэд зориулагдаагүй](#)

[Эрх чөлөөний өөр нэг тал](#)

[Жон Уэйнийг буруушаа!](#)

[Эрэгтэй хүний оройтсон эхлэл](#)

[Бид юуг буруу хийв?](#)

[Аавын хэрэгцээ](#)

[Бусдын дуу хоолой](#)

[Дөрөвдүгээр бүлэг. Та ба таны эцэг](#)

[Аавтайгаа харилцах таны харилцаа ямар зорилготой вэ?](#)

[Аав тань таны амьдралд хэрхэн нөлөөлж байна?](#)

[Аав нар юу сонсохыг хүсдэг вэ?](#)

[Аавыгаа олох нь](#)

[Хөвгүүн бүрийн хүсдэг дэмжлэг](#)

[Үүнийг аавтайгаа шийдээрэй](#)

[Аавыгаа байгаагаар нь хайрла](#)

[Бусдын дуу хоолой](#)

[Тавдугаар бүлэг. Секс ба зан авир](#)

[Төгс хүн шиг хайрлах нь](#)

[Эрчүүд ба бүх биеийн секс](#)

[Өөрөө өөрийгөө хайрлах нь](#)

[Илбэ шидийг хадгалах нь](#)

Тэнцвэрт байдлын эрэлд

Эрчүүдийн сексийн мэдрэмжийг гутаах нь

Сексийн доромжлол

Бид хүүхдээ хэрхэн хүмүүжүүлж байна вэ?

Өөрийн сексийн төлөвшлийн талаарх итгэл төгс байдал

Сэрлийг жолоодох нь

Азаргаа үргээе

Бусдын дуу хоолой

Зургаадугаар бүлэг. Эрчүүд ба эмэгтэйчүүд

Ялдамхан тэнэг хүн шиг эрэгтэй

Эхнэрээсээ зөрөх нь

Цэрэг

Шунал тачаалд дүрэм хэрэгтэй

Гэр бүлийн амьдралын маргаанууд

Эрчүүдийн хүчирхийллийг хэрхэн зогсоох вэ?

Секс ба сээтэн хаялт

Шаргуу бай

Нойроч буй гоо бүсгүй

Итгэл

Таны хувийн орон зай

Урт, харанхуй шөнөөр

Туулсан зам мөртэй хүн

Бусдын дуу хоолой

Долоодугаар бүлэг. Жинхэнэ эцэг болохуй

Урьдын үүргүүдээсээ татгалз

Итгэлтэй эр болохуй

Байдлыг залруулахуй

Хүүгийнхээ хажууд байгаарай

Хөгжөөнтэй тэмцэл

Задлах ба эмхлэх

Хөвгүүн эцэггүйгээр өсч байгааг хэрхэн тодорхойлохуй

Сахилга бат

Эх, хүү хоёрын хоорондын маргаан

Таны хүүгийн сургагч

Ганц бие эхчүүд юу хийх вэ?

Охидтой аав нар

Өмгөөлөх ба хамгаалах

Сэтгэл гутралаас залуусыг хамгаалахуй

Таны хүүгийн бэлгийн хөгжлийг хамгаалахуй

Бузар булайгаас хэрхэн зайлсхийх вэ?

Таны хүү ижил хүйстэн бол яах вэ?

Сексийн ариуныг нотлохуй

Хаягдсан хөвгүүд аавыгаа хүлээж байна

Эцэггүй хүүхдүүд

Бусдын дуу хоолой

Наймдугаар бүлэг. Хөвгүүдийг сургуульдаа дуртай болгохын тулд

Спорт – бие, сэтгэлийн сүйрэл

Сургуулийг шинэчлэхэд хийх долоон алхам

Төгсгөлд нь

Есдүгээр бүлэг. Сэтгэлд нийцсэн ажил олох

Нөхөрлөл

Хүлээстэй байвал сайн

Зээлийн хавхнаас болгоомжлоорой

Сэтгэл зүрхгэйгээ дахиад ажилла

Сонирхолтой ажлын найман түвшин

Нэг л ажил, гэхдээ өөр хандлага

Тэтгэвэрт гарах – доромжлол ба үрэлгэн зан

Боссын эцгийн үүрэг

Баг, хамт олны баяр баясал

Бусдын дуу хоолой

Аравдугаар бүлэг. Эрчүүдийн жинхэнэ найз нөхөд

Чи эр хүн гэдгээ нотол

Чи цэнхэр биш гэдгээ нотол

Өрсөлдөөний ташуур

Өрсөлдөөний гадна

Хямралтай үед эр хүнд туслах

Сэтгэлээ илэрхийлэх

Эрчүүдийг юу хүнлэг бус болгосон бэ?

Эрчүүдийн цуглаан дээр

Уй гашуу

Зугаа цэнгэл ба нөхөрлөл

Арваннэгдүгээр бүлэг. Эрчүүдийн зэрлэг авир

Шашин, оюун санаа ба эрэгтэй хүн

Хуучны шашин шүтлэг бидэнд итгэл төрүүлээгүй юу?

Гэр бүл солио болох учиргүй

Хуучны сургамж

Экологи буюу оюун санааны зам

Ухаан суух нь баатарлаг ялалт

Та ч бас хийж болох ухаан суулгах аяллууд

Үнэхээр ухаан суулгах ямар элементүүд байдаг вэ?

Ухаан суулгах орчин үеийн зан үйлийг хөгжүүлэх

Шарх

Буруу ухаажуулалт

Яагаад өвдөх ёстой юм бэ?

Шарх алт болдог

Тэсэхээс өөр сайн зүйл үгүй

Амьдралын аялалд нэгдэх болон салах

Австрали маягаар ухаан суулгах

Чарльз Перкинсийн түүх

Зэрлэг хүнийг хүлээж авах

Зэрлэг хүн

Зэрлэг байдал эрчүүдийн орон гэр

Винус Бэй – Эрх чөлөөний ирмэг дээр

Хууран мэхлэгч

Үнсний үе

Улс оронд ч бас Үнсний үе хэрэгтэй

Эрүүл ичилтээр анагаах

Биднийг анагаадаг уй гашуу

Бусдын дуу хоолой

Арванхоёрдугаар бүлэг. Эрчүүдийн бүлгүүд

Эрчүүдийн бүлгүүд хэрхэн ажилладаг вэ?

Энэ юунд хүргэх вэ?

Ирээдүйн тухай мөрөөдлүүд