

بیش از
۲ میلیون نسخه
فروخته شده در
سراسر جهان!

من از کجا آمده‌ام؟



حقایق مصور درباره زندگی؛ رک و پوست‌کنده

نویسنده: پیتر مایل تصویرگر: آرتور رابینز مترجم: احمد تصویری

من از کجا آمده‌ام؟



حقایق مصور دربارهٔ زندگی؛ رک و پوست‌کنده

نویسنده: پیتر مایل تصویرگر: آرتور رابینز مترجم: احمد تصویری



مرکز پژوهش و آموزش رهایی
www.rahaayi.com

مقدمه مترجم

از نگارش ویراست نخست این کتاب چیزی حدود سی سال می‌گذرد. ویژگی‌های منحصر بفرد آن، هنوز به والدین برای یافتن ایده‌های مناسب برای گفت‌وگو با کودکان و همچنین شیوه ساده‌سازی مفاهیم، بسیار کمک می‌کند.

علی‌رغم ضرورت مقوله «تربیت جنسی کودکان» و آموزش به‌هنگام و صحیح آن، نمی‌توان چالش‌های موجود بر سر راه فرآیند بومی‌سازی را از نظر دور نگاه داشت. مؤلفین کتاب حاضر، آن را برای بازه سنی ۶ تا ۹ سال مناسب دانسته‌اند اما توصیه کودکان ایرانی در همین بازه سنی به مطالعه و استفاده مستقیم از این کتاب، ساده‌اندیشی است. در امر آموزش هر مفهوم، همواره می‌بایست به زمینه‌های فرهنگی اجتماعی و استعداد ذهنی فراگیرنده، در کنار مبانی و اصول انتقال مفاهیم آن محتوای آموزشی، به طور هم‌زمان توجه کرد. حقیقت آن است که کنار آمدن با صراحت لهجه این کتاب برای بسیاری از والدین ایرانی، کاری دشوار است.

در امر آموزش، توصیه نسخه‌هایی کلی که برای طیف وسیعی از مخاطبین کارآیی داشته باشد، اقدامی غیر تخصصی است؛ توجه به این مهم در جامعه ما شدت بیشتری می‌یابد. فراموش نکنیم که هر کودک منحصر بفرد است و مختصات ادراکی ویژه خود را دارد. در این میان والدین بهتر از هر کس می‌توانند تشخیص دهند کودک‌شان تا چه حد کنجکاو است، تا چه میزان از پیش و از طریق منابع مختلف اطلاعات کسب کرده و نسبت به محتوای کتاب حاضر، چگونه واکنش

نشان خواهد داد. تنها با در نظر گرفتن این موارد است که فعالیت «کتابخوانی مشارکتی» والد و کودک، اثرات تربیتی بلندمدت و باکیفیتی برای او به ارمغان خواهد آورد. کلید طلایی در امر تربیت جنسی کودکان، تبدیل شدن والدین به اولین، مورد اعتمادترین و صمیمی‌ترین منبع کسب اطلاعات برای کودک است. شاید بیراه نباشد اگر بگوییم پدر و مادر پیش از دعوت کودک خود به همراه شدن با این کتاب یا هر کتاب دیگری، بهتر است الفبای «رابطه ایمن و پذیرنده» با کودک را آموخته و یا در خویش تقویت کنند.

در انتها، بر خود لازم می‌دانم از «مرکز پژوهش و آموزش رهایی» قدردانی کنم؛ انعطاف‌پذیری و تعامل مؤثر ایشان، بازآفرینی این کتاب به زبان فارسی را با بالاترین کیفیت، ممکن ساخت.

آرزو می‌کنم روزی فرا برسد تا امر تربیت جنسی برای کودکان، دیگر تابویی ناپسند و قبیح نباشد. روزی فرا برسد تا سیاست‌گذاری‌های کلان آموزشی سرزمین‌مان، آغوش خود را به روی اقداماتی این چنین - این چنین کم‌جان و پراکنده، هر چند دغدغه‌مند و بلندهمت - بگشاید و از آن حمایت کند. روزی فرا برسد تا امکانات آن‌چنان فراهم باشد که تألیف کتاب توسط متخصصین ایرانی، بر ترجمه کتاب اولویت اساسی پیدا کند. تنها در این صورت است که می‌توان به اثربخشی آموزش در این حوزه، دل بست.

احمد تصویری

تیر ماه ۱۳۹۵

تقدیم به سیمون، نیکلاس، کریستوفر، جین،
و هم‌چنین تمام والدین خجالتی دنیا؛ پدر و
مادرهایی که وقتی می‌خواهند دربارهٔ بعضی
حقایق با کودکان‌شان صحبت کنند، بارها
سرخ و سفید می‌شوند.

این کتاب دربارهٔ توست.



ما برای نوشتن این کتاب دست به کار شدیم، چون فکر می‌کردیم تو حتماً دوست داری بدانی چطور به وجود آمده‌ای.

از آنجا که ما هم فرزند داریم، خوب می‌دانیم چقدر سخت است آدم بدون آن که گونه‌هایش گُل بیاندازد و تته‌پته کند، حقیقت را بگوید!

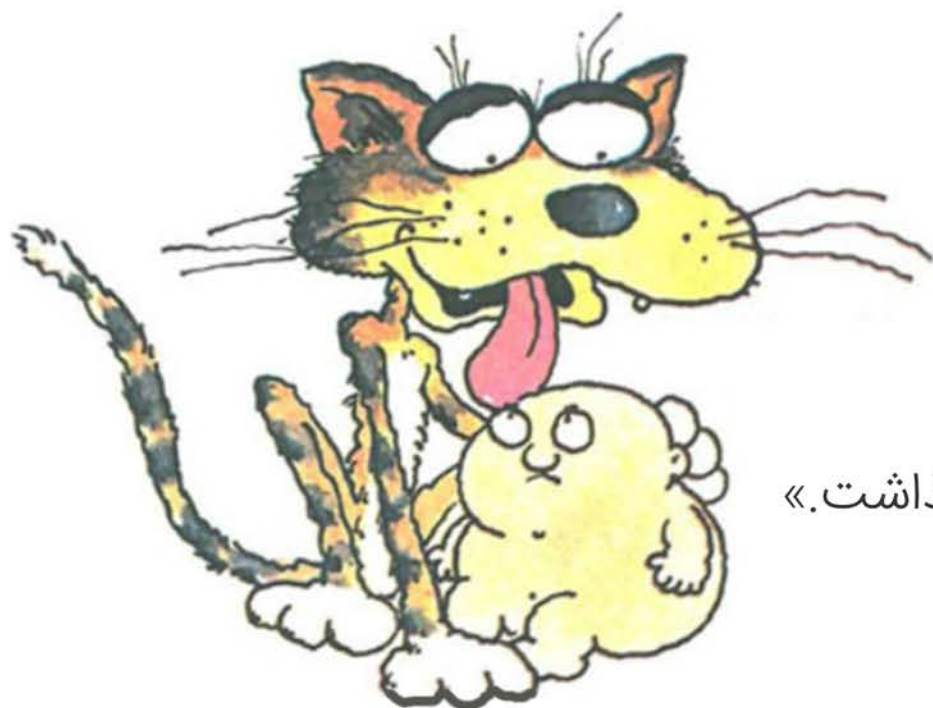
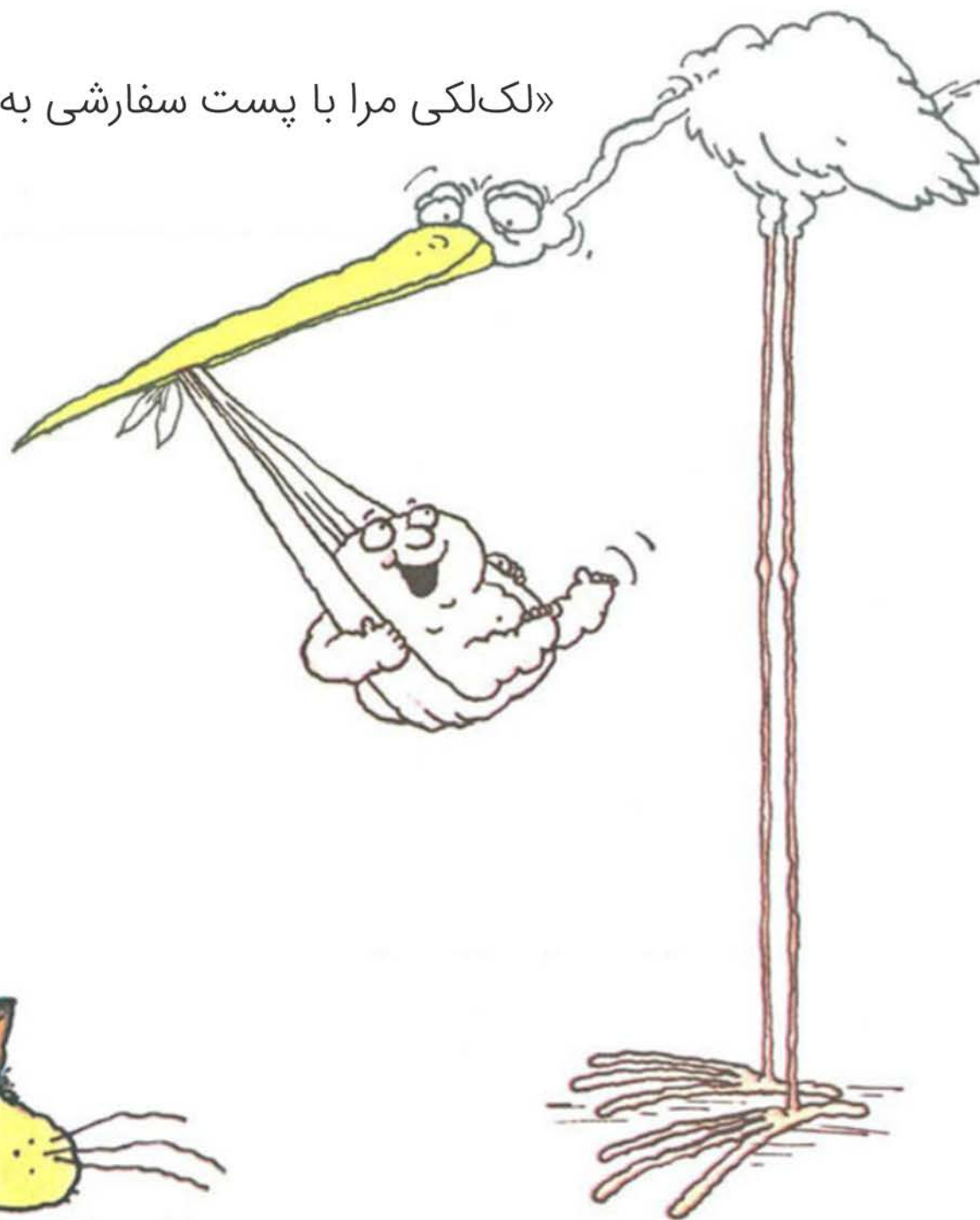
قبل از آن که شروع به نوشتن این کتاب کنیم، از تعدادی دختر و پسر هم سن تو در کشورهای دیگر دنیا پرسیدیم که فکر می‌کنند از کجا آمده‌اند.



گفتن حقیقت، آن هم در نهایت خونسردی، کار آسانی نیست!

بیا با هم به بعضی از این پاسخ‌ها نگاهی بیاندازیم:

«لک‌لکی مرا با پست سفارشی به بابا و مامانم تحویل داد.»



«یک شب گربه‌ای مرا پشت در خانه‌مان گذاشت.»

«بابا من را داخل لیوان مشروب پیدا کرد.»



«فرشته‌ها من را به عنوان هدیه سال نو
از آسمان به زمین آوردند.»



«مامان من را از بیمارستان به خانه آورد.»

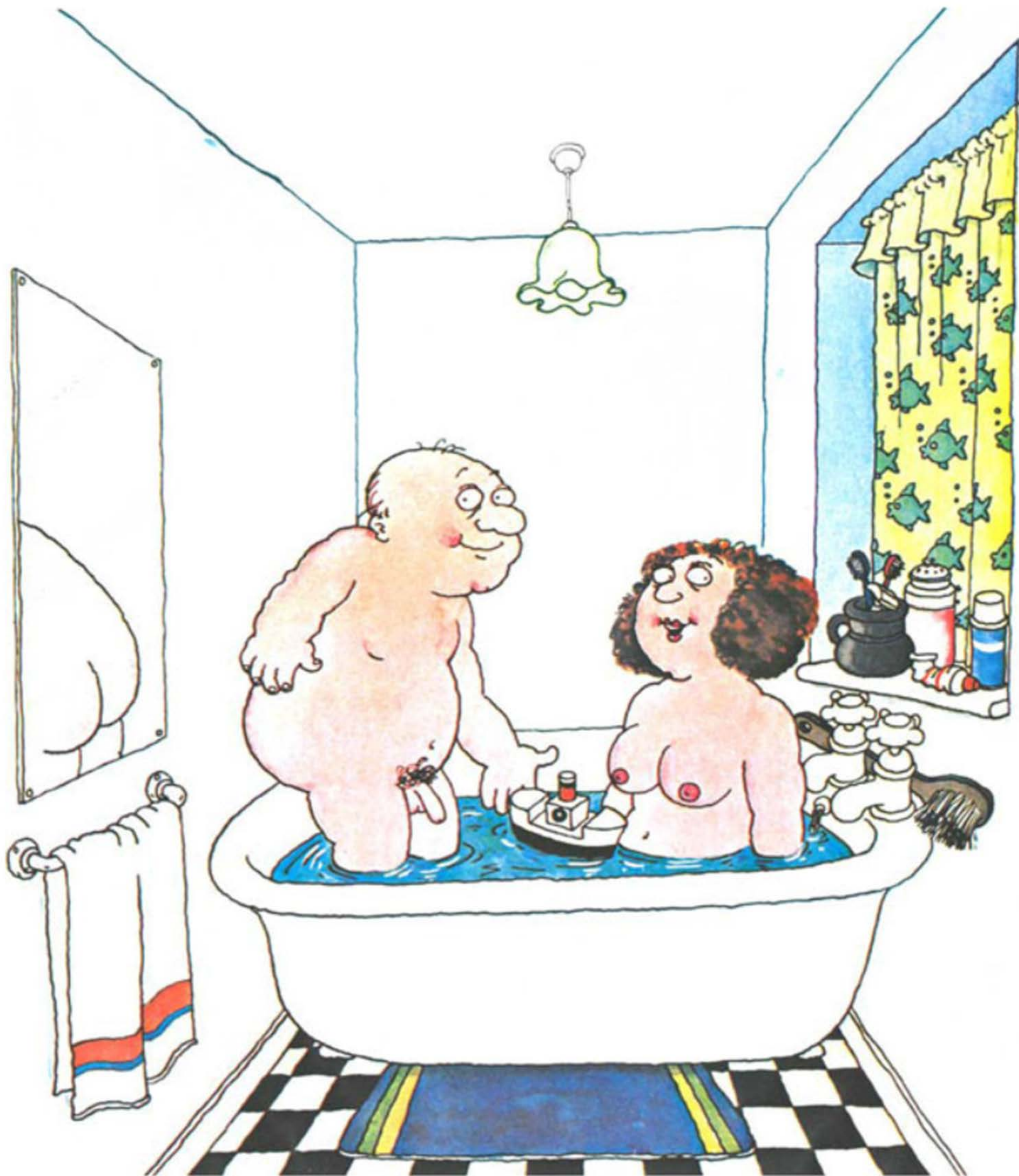


بهتر است بدانی که هیچ کدام از این پاسخ‌ها درست نیست. حقیقت خیلی جالب‌تر از این حرف‌هاست! پس بیا از اول شروع کنیم.

آدم بزرگ‌ها بچه کوچولوها را به وجود می‌آورند

اولین چیزی که باید بدانی این است که آدم بزرگ‌ها بچه‌های کوچک را به وجود می‌آورند. برای این کار، به یک زن و یک مرد نیاز داریم. یعنی اگر دقیق‌تر بخواهی، این مامان و بابا هستند که تو را به وجود آورده‌اند. حالا اگر مامان و بابا را با هم‌دیگر در حمام تصور کنی، متوجه نکته جالبی می‌شوی.

بله! بدن آن‌ها کاملاً شبیه به یکدیگر نیست. احتمالاً تا الان هم متوجه این موضوع شده بودی، اما اگر آن‌ها را در حمام تجسم کنی خیلی بیشتر از ماجرا سر در می‌آوری. علاوه بر این که اندازه بدن آن‌ها با هم فرق می‌کند، شکل آن نیز متفاوت است. زن و مرد هر کدام اعضای بدن مخصوصی دارند.



درباره کدام تفاوت‌ها حرف می‌زنیم؟

این تفاوت‌ها اهمیت زیادی دارند چون اگر بعضی از اعضای بدن بابا و ماما با هم فرق نمی‌کرد، تو هیچ وقت به وجود نمی‌آمدی.

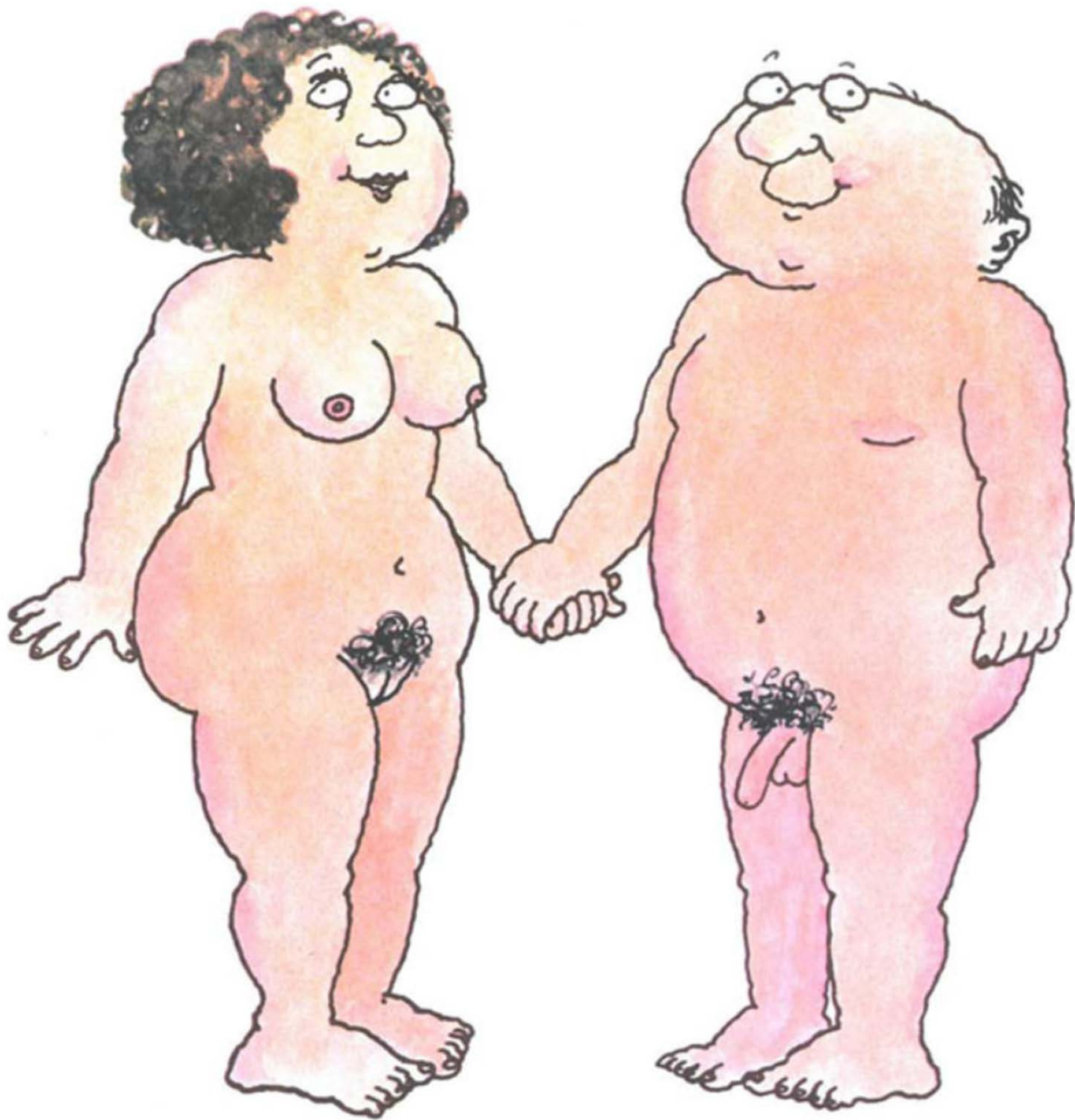
در واقع مجبوریم به سراغ دو تصویر بزرگتر برویم تا دقیقاً بفهمی ماجرا از چه قرار است!

نگران نباش اگر این تصاویر خیلی شبیه پدر و مادرت نیست. اعضای مهم بدن در همه ما شبیه به هم‌دیگر است؛ حتی در بدن تو.

بیا از قسمت بالای تصاویر شروع کنیم تا بفهمیم این تفاوت‌ها کدام‌اند.

اول از همه و همان‌طور که می‌بینی، سینه مرد صاف است. اما زن روی سینه‌اش، دو برآمدگی گرد دارد.

این دو برآمدگی اسم‌های زیادی دارند. بعضی‌ها مَمه صدایش می‌زنند و بعضی‌ها چیزهای دیگر!



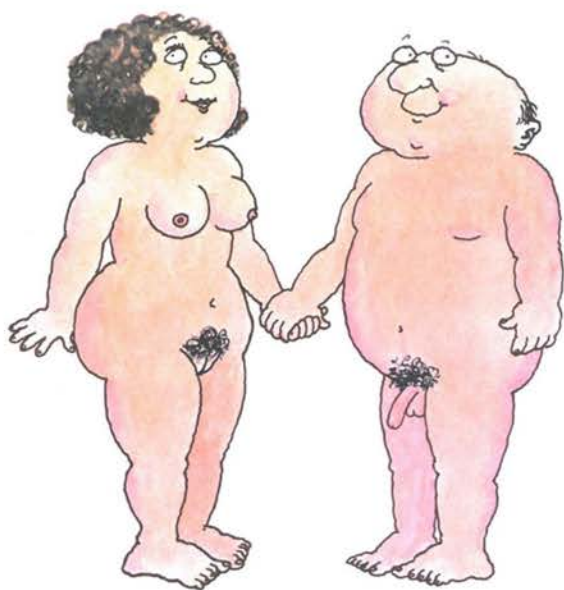
وقتی افراد هیچ لباسی به تن ندارند، تفاوت‌هایشان آشکار می‌شود.

پستان

اما بهترین نام برای این دو برآمدگی، «پستان» است. کلمه‌ای که می‌خواهیم آن را به خاطر بسپاری.

وقتی تو تازه متولد شده بودی، پستان‌های مادرت بیشتر مثل یک شیشه شیر سیّار بود. شیر تنها غذایی است که تو می‌توانستی در چند ماه اول زندگی بخوری؛ چون آن موقع حتی یک دانه دندان هم نداشتی. برای همین از ساندویچ هات‌داگ، همبرگر، سیب‌زمینی سرخ‌شده، آب‌نبات یا هر چیز دیگر خبری نبود! فقط و فقط غذاهای آبکی.

این نوشیدنی خوشمزه و مفید که تو را در ماه‌های اول تولد زنده نگه می‌داشت، یا از شیشه شیر می‌آید یا از پستان‌های مادر. پس حالا که صحبت شیر شد، بیا از پستان‌ها تشکر جانانه‌ای بکنیم و بعد سریع دنبال ادامه داستان‌مان برویم!



به قسمت پایین تصاویر بیشتر دقت کن؛ همان‌طور که می‌بینی دقیقاً بعد از کمر، بدن زن پهن‌تر شده اما بدن مرد تغییری نکرده است.



شیر لذیذترین غذای دنیاست.

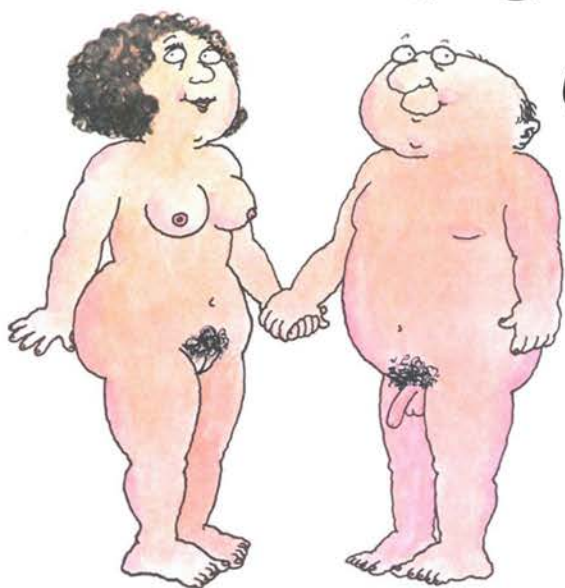
گفل

بدن زن در این قسمت پهن تر می شود تا نوزادی که قرار است در آینده به دنیا بیاورد، فضایی مناسب و کافی داشته باشد. بعداً بیشتر در این باره برای ت توضیح می دهیم.

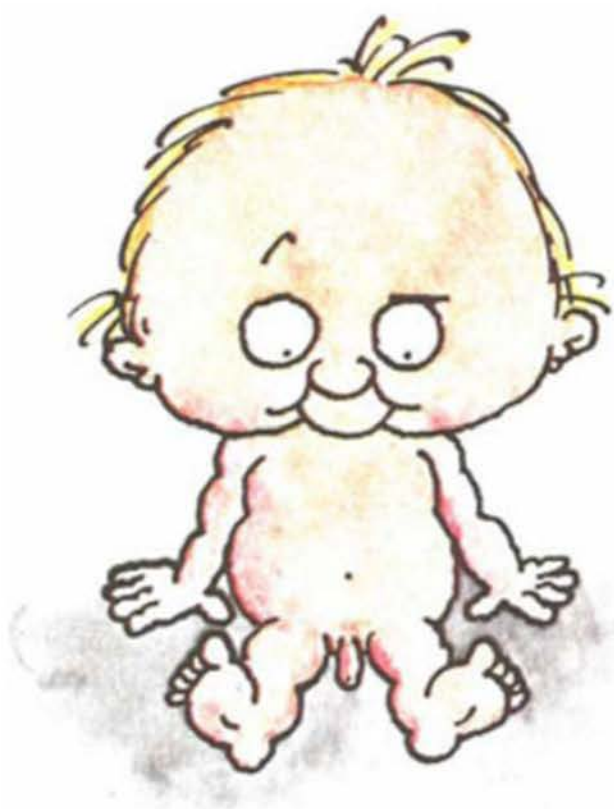
بیا باز هم پایین تر برویم؛ درست بین پاها. زنان و مردان هر دوی شان در آن قسمت کلی موی وزوزی دارند. غصه نخور! تو هم وقتی بزرگ تر شدی، از این موها در می آوری.

اندام مردانه

اما اگر موها را کنار بگذاریم، موضوع مهم این است که چیزی بین پاهای مرد آویزان است؛ چیزی که همه پسرها آن را دارند ولی در زن ها خبری از آن نیست.



دقیقاً مثل پستان، این عضو هم اسم های زیادی دارد. اما مناسب ترین نام برای آن، «اندام مردانه» است؛ اندامی که باعث می شود مردها کاملاً با زن ها فرق کنند!



تو و اندام مردانه‌ات با هم رشد می‌کنید.
هر چه تو بزرگ‌تر شوی، او هم بزرگ‌تر می‌شود!

اندام زنانه

درست می‌بینی! زن‌ها هم بین پاهای خود چیزی دارند؛ نام این شکاف کوچک «اندام زنانه» است.

بسیار خوب. حالا که فهمیدی مردها اندام مردانه و زن‌ها اندام زنانه دارند، برگردیم سراغ بحث خودمان. بچه‌ها دقیقاً چطور به وجود می‌آیند؟

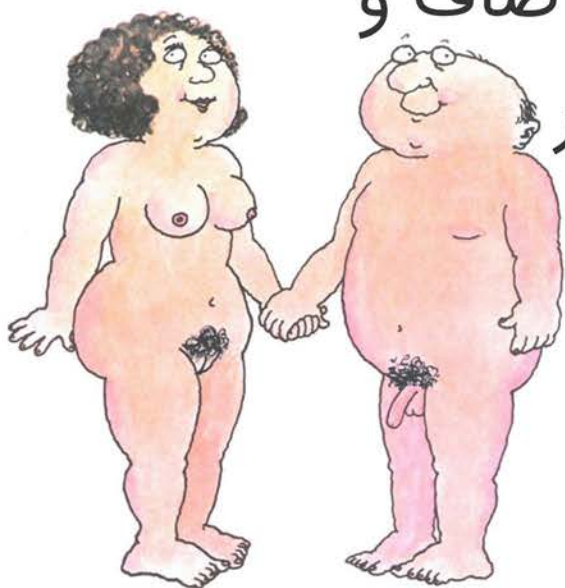
داستان هر نوزاد از این جا آغاز می‌شود

ماجرا از این قرار است که زن و مرد کنار هم و روی تخت‌خواب دراز می‌کشند. آن‌ها معمولاً ترجیح می‌دهند این کار را روی تخت انجام دهند؛ چون تخت‌ها نرم و راحت‌اند!

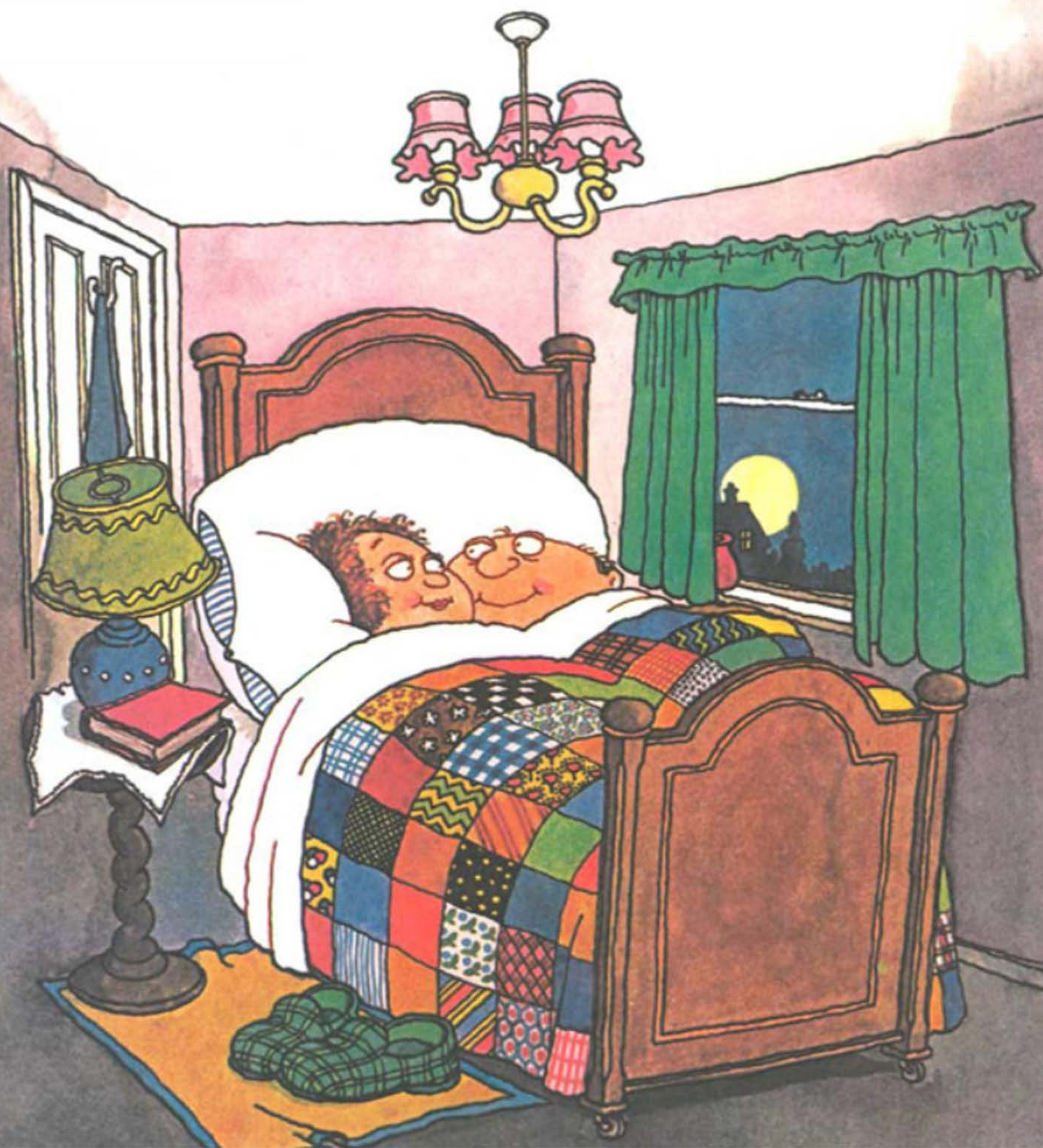
مرد، زن را بسیار دوست دارد و به همین خاطر او را می‌بوسد. زن نیز او را می‌بوسد و بعد، هم‌دیگر را محکم بغل می‌کنند. بعد

از مدتی، اندام مردانه مرد مثل یک خط‌کش، صاف و محکم شده و از آن اندازه همیشگی‌اش بزرگ‌تر

می‌شود. بزرگ‌تر می‌شود، چون قرار است کلی کار انجام دهد!



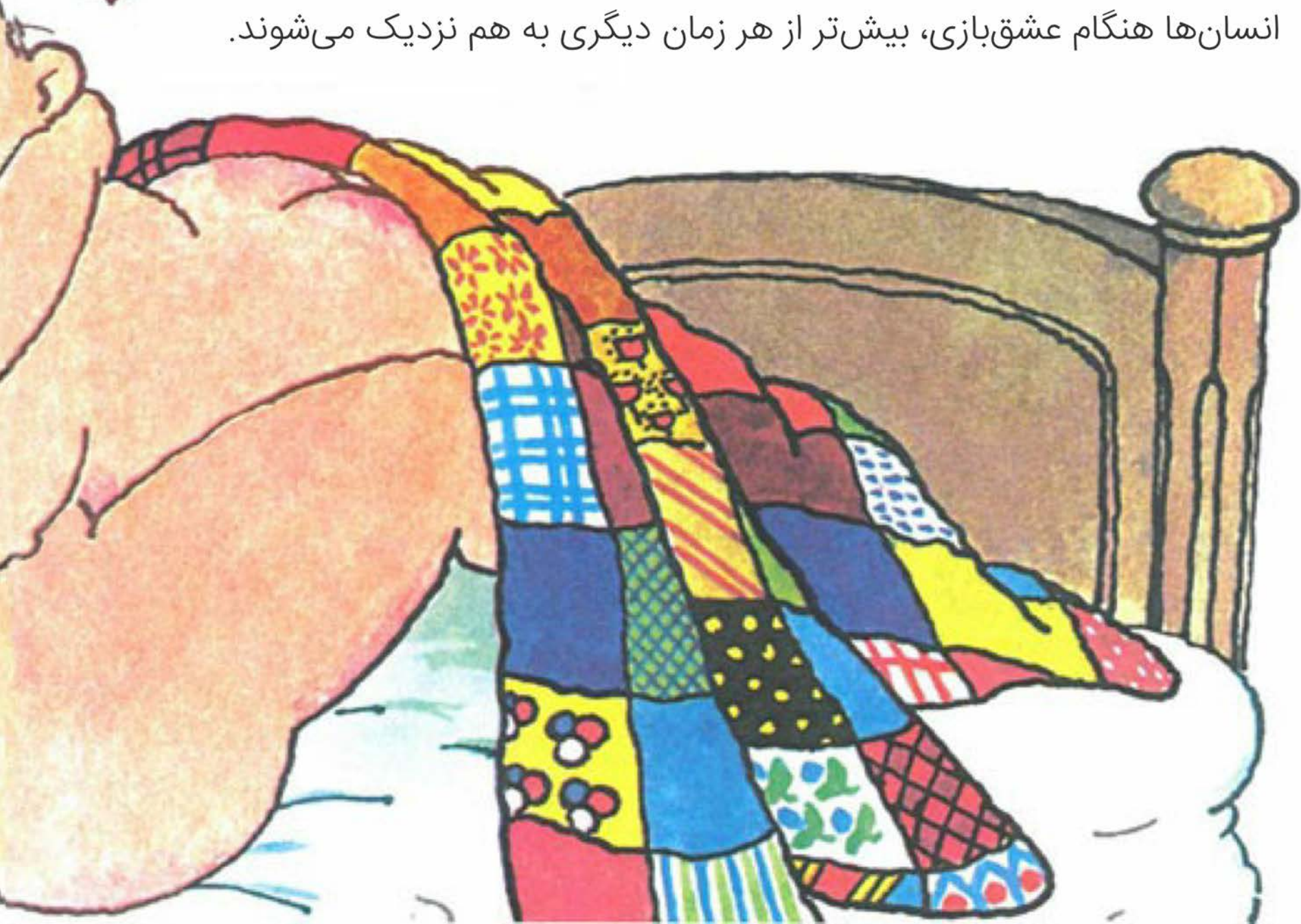
اتاق خواب مامان و بابا همان جایی است که
بچه‌های کوچولو سفر خود را از آن جا شروع می‌کنند.





در این لحظه، مرد زن را بیش‌تر از هر زمان دیگری دوست دارد و به همین خاطر می‌خواهد تا جایی که می‌شود به او نزدیک شود. بهترین راه برای این کار این است که روی بدن زن دراز بکشد و اندام مردانه‌اش را داخل اندام زنانه او فرو کند.

انسان‌ها هنگام عشق‌بازی، بیش‌تر از هر زمان دیگری به هم نزدیک می‌شوند.



عشق‌بازی

این کار هم برای مرد و هم برای زن، بسیار لذت‌بخش و دوست‌داشتنی است. مرد از این که تا این حد به زن نزدیک شده خوشحال است و زن هم، خیلی دوست دارد اندام مردانه همسرش در اندام زنانه‌اش قرار بگیرد. اسم این کار «عشق‌بازی» است؛ چون توسط زن و مردی انجام می‌شود که هم‌دیگر را خیلی خیلی دوست دارند.

سخت است بگوییم آن‌ها وقتی این کار را انجام می‌دهند، دقیقاً چه احساسی دارند. اگر بتوانی لحظه‌ای را تصور کنی که شکمت غلغلک می‌آید و این احساس هیجان‌انگیز در سراسر بدنت پخش می‌شود، شاید بتوانی بفهمی زن و مرد هنگام عشق‌بازی چه حسی دارند.

همان‌طور که می‌دانی وقتی غلغلک‌مان می‌آید، کمی تکان‌تکان می‌خوریم. هنگام عشق‌بازی هم دقیقاً همین اتفاق می‌افتد؛ فقط این لرزیدن و تکان‌خوردن، با همه لرزیدن‌های دیگر فرق می‌کند! حالا برای این که دقیق‌تر بفهمی چه اتفاقی می‌افتد، تصور کن وقتی مامان و بابا این کار را انجام می‌دهند، بیشتر از همه اندام مردانه بابا و اندام زنانه مامان غلغلک می‌آید؛ درست مثل تو که وقتی قاه‌قاه می‌خندی، شکمت درد می‌گیرد! برای همین، قسمت پایین بدن آن‌ها بیشتر از همه جای دیگر بدن‌شان می‌لرزد و تکان می‌خورد.



عشق بازی هم مثل غلغلک، احساس خیلی خوبی به آدم می‌دهد.

مرد اندام مردانه‌اش را درون اندام زنانه زن عقب و جلو می‌برد تا خوب روی هم مالیده شوند. مثل وقتی که جایی از بدن می‌خارد و تو آن را به آرامی مالش می‌دهی؛ این کار احساس خیلی خوبی دارد!

معمولاً اندام مردانه در ابتدا به آرامی حرکت می‌کند. اما هرچه احساس غلغلک‌مانند شدیدتر می‌شود، مرد سریع‌تر این کار را انجام می‌دهد.

چرا این احساس محشر برای همیشه ادامه پیدا نمی‌کند؟
ممکن است از خودت بپرسی اگر این حس این قدر خوب است که می‌گوییم، چرا مامان و بابا همیشه این کار را انجام نمی‌دهند؟ برای این پرسش، دو علت وجود دارد.
اول آن که، عشق‌بازی بدن را بسیار خسته می‌کند؛ بیشتر از فوتبال بازی کردن، دویدن، طناب‌زدن و بالارفتن از درخت.
انجام این کار تقریباً بیشتر از هر فعالیت دیگری آدم را خسته می‌کند. درست است که عشق‌بازی کار لذت‌بخشی است، اما تمام روز نمی‌شود آن را ادامه داد!



عشق‌بازی مثل طناب‌زدن، کار طاقت‌فرسایی است.

دلیل دوم به یک اتفاق شگفت‌انگیز مربوط می‌شود. اتفاقی که حس خوب غلغلک‌مانند را متوقف می‌کند و از همان لحظه ماجرایی به وجود آمدن نوزاد آغاز می‌شود.

وقتی زن و مرد دارند به شدت تکان‌تکان می‌خورند، تو فکر می‌کنی هر لحظه ممکن است مثل دانه‌های ذرت منفجر شوند! دقیقاً در همین لحظات است که آن اتفاق شگفت‌انگیز رخ می‌دهد. زن و مرد در پایان تمام مالش‌هایی که درباره‌اش صحبت کردیم، به شدت می‌لرزند و تکان‌تکان می‌خورند؛ لرزیدنی بسیار لذت‌بخش!

توصیف این «فوران» هم مثل عشق‌بازی کار آسانی نیست. تا حالا شده دماغت برای مدتی طولانی بخارد و بعد با تمام وجود عطسه کنی؟ اتفاق شگفت‌انگیز کمی به این حس شبیه است.

هم‌زمان با این اتفاق، مایعی چسبناک و بسیار غلیظ از انتهای اندام مردانه بیرون می‌پاشد و وارد اندام زنانه زن می‌شود.



این اتفاق شگفت‌انگیز از عطسه کردن خیلی خیلی بیشتر کیف می‌دهد.

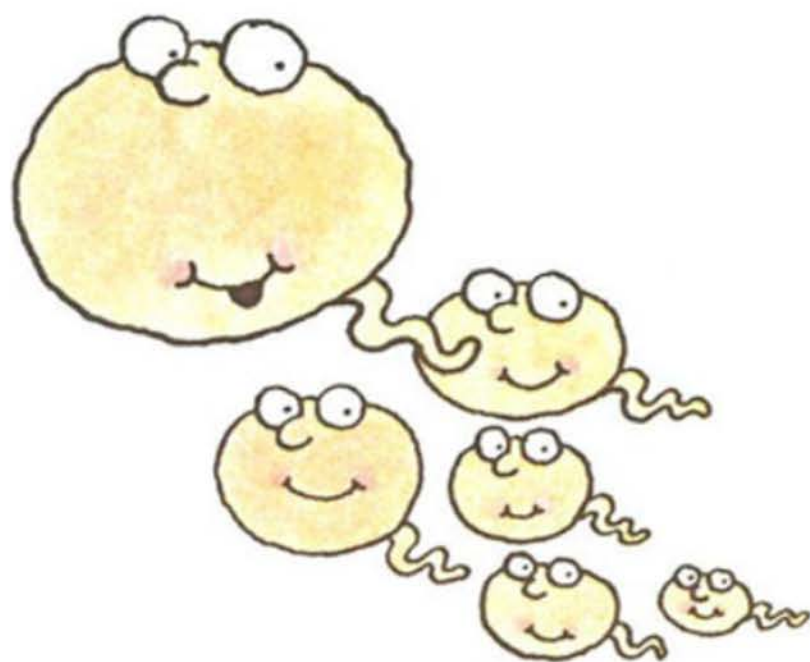
بسیار خوب! خوشت بیايد يا نه، من، تو و همهٔ انسان‌ها روزی از همین مایع چسبناک به وجود آمده‌ایم.
اسم این مایع «منی» است؛ منی سرشار از «اسپرم» است.

اسپرم‌ها عاشق می‌شوند

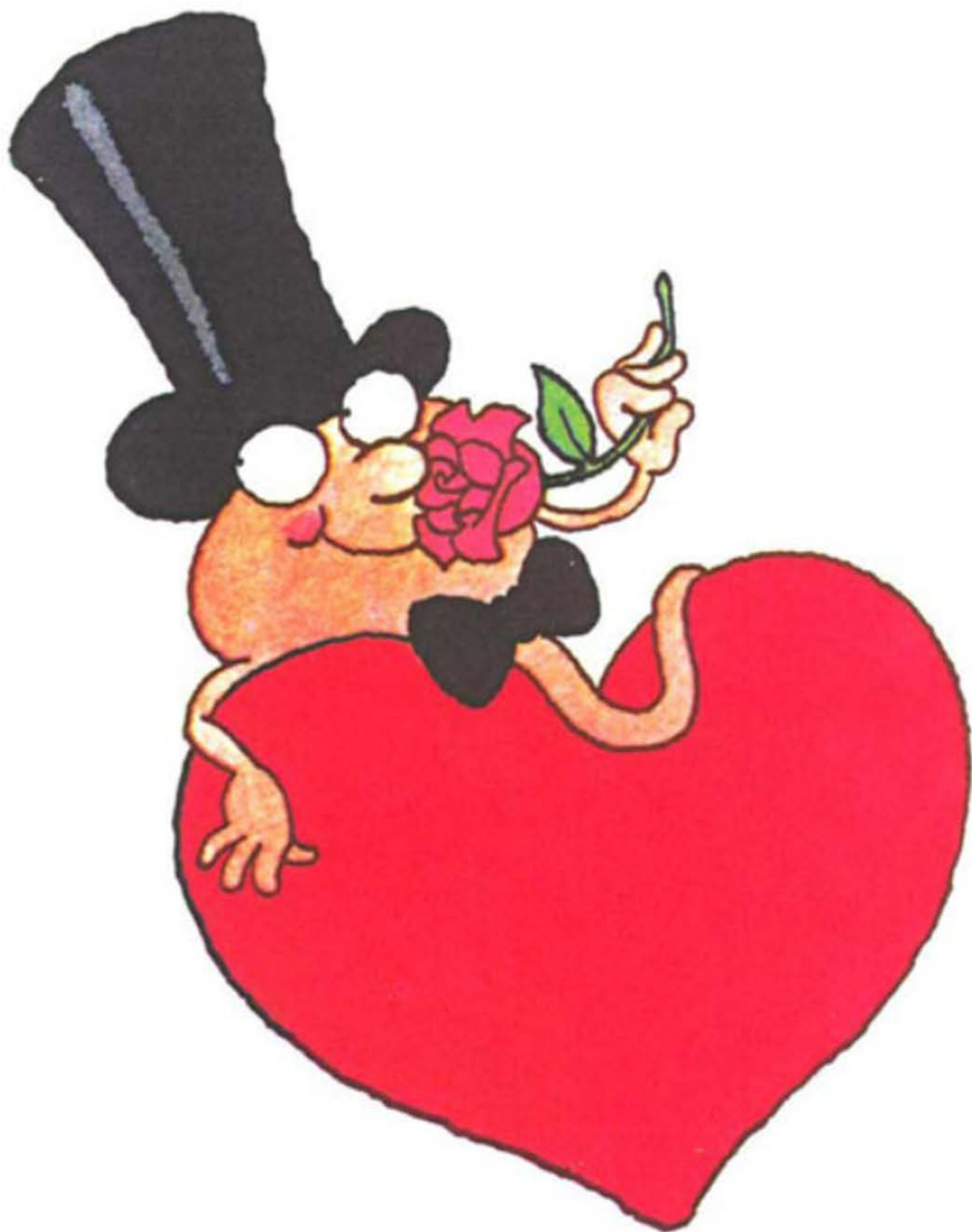
هر قطره از منی، از هزاران هزار اسپرم کوچک تشکیل شده. اسپرم‌ها آن‌قدر ریزند که فقط با میکروسکوپ‌های خیلی قوی می‌شود آن‌ها را از نزدیک تماشا کرد. این موضوع که اسپرم‌های کوچک در نهایت به چه چیزی تبدیل می‌شوند، یکی از عجیب‌ترین اتفاقات خلقت خداوند است.

اسپرم‌ها پس از خارج‌شدن از اندام مردانه، درون اندام زنانه به راه خود ادامه داده و پیش می‌روند. دقیقاً مثل بچه قورباغه‌های خیلی خیلی کوچولویی که به سمت بالای رودخانه شنا می‌کنند.

شاید از خودت بپرسی
اسپرم‌ها دنبال چه می‌گردند؟
زن‌ها هر ماه در بدن خود
گلوله‌های کوچکی به نام
«تخمک» تولید می‌کنند. حالا،
اسپرم‌ها تلاش می‌کنند هر
طور شده خودشان را به یکی
از این تخمک‌ها برسانند.



آن‌ها با بچه قورباغه‌های کوچولو مو نمی‌زنند.



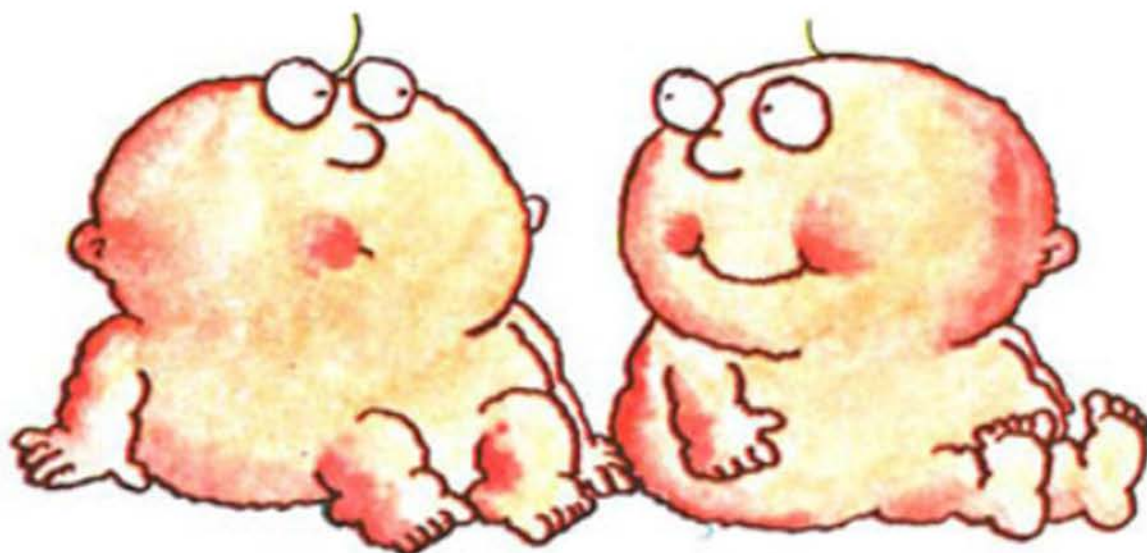
اسپرهای خوش‌تیپی مثل این، هر تخمکی را به آسانی شیفته خود می‌کنند!

اگر روزی یک اسپرم به یک تخمک برسد و با هم ملاقات کنند، خیلی بعید است که عاشق هم نشوند!

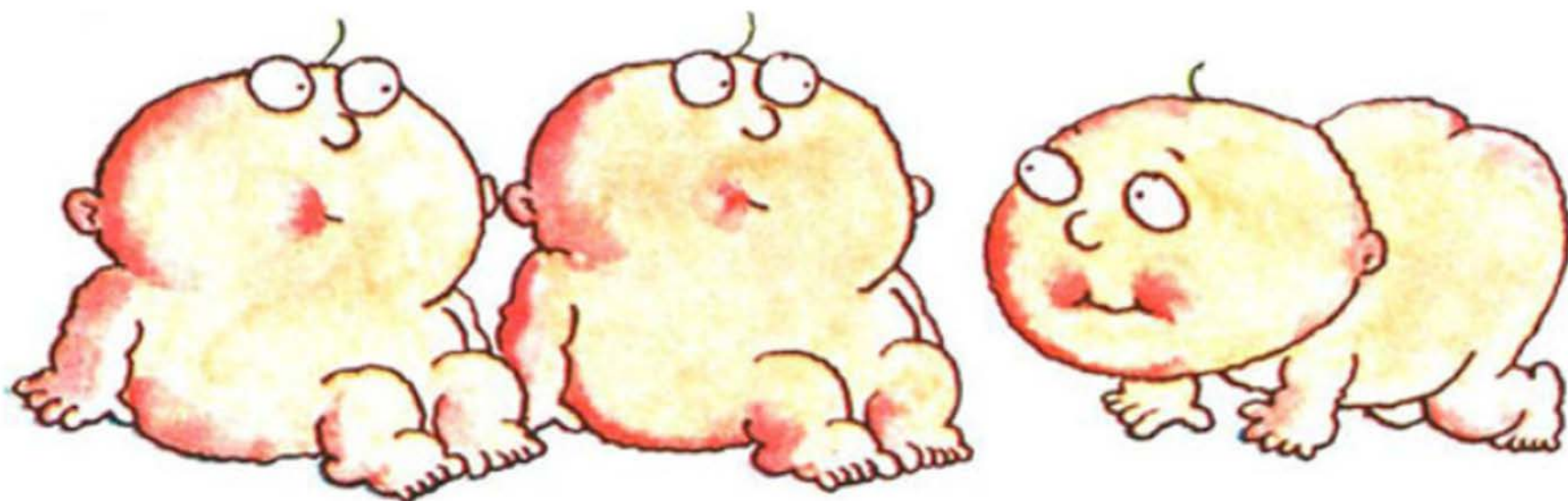
به این برخورد، «لقاح» می‌گویند. لقاح یا باروری، اولین مرحله از ماجرایی است که در پایان آن نوزاد متولد می‌شود. برای به وجود آمدن نوزادی کوچک، اسپرم و تخمک باید دست به دست هم بدهند و مخلوط شوند. این ترکیب در آغاز آن قدر کوچک است که حتی مادر هم تا چند هفته‌ای وجود آن را در بدنش احساس نمی‌کند.



اگر یک اسپرم با یک تخمک ترکیب شود، یک بچه به وجود می‌آید.



دو اسپرم و دو تخمک، دوقلو.



این ترکیب را می‌شود حالا حالاها ادامه داد!

از ذره‌ای بسیار کوچک تا نوزادی زیبا، فقط در ۹ ماه ذرهٔ کوچک با سرعت خیلی کمی درون بدن مادر شروع به رشد کردن می‌کند. غذای او (بهتر است اسمی برایش انتخاب کنیم؛ اما چون هنوز مطمئن نیستیم دختر است یا پسر، این کار را به بعد موکول می‌کنیم!) از غذایی که مادر می‌خورد تامین می‌شود. او جایی درون بدن مادر به نام «رحم»، گرم و ایمن نگه داشته می‌شود.

پس از گذشت ۹ ماه، این ذرهٔ بسیار کوچک که در آغاز تقریباً هیچ چیز نیست، به نوزادی تازه‌نفس تبدیل می‌شود که هر لحظه آماده است پا به این دنیا بگذارد!

شاید دوست داشته باشی بدانی در این ۹ ماه چه اتفاقی می‌افتد. برای همین در ادامهٔ کتاب برایت توضیح می‌دهیم نوزادی که هنوز متولد نشده چگونه در هر ماه تغییر کرده و رشد می‌کند.



مدتها پیش از آن که به دنیا بیایی،
به این ور و آن ور سرک می کشیدی؛
البته درون بدن مامان.

ماه اول

ذره داستان ما (بیا از این به بعد فرض کنیم او دختر است!) در طول ماه اول، از نقطه‌ای بسیار کوچک که به سختی دیده می‌شود، به «جنین» کوچولویی درست اندازه یکی از دندان‌های تو تبدیل می‌شود. او با همه کوچکی‌اش ستون فقرات دارد و دست‌ها، پاها، بینی و چشم‌هایش تازه شروع به شکل‌گیری می‌کنند. او حتی یک قلب دارد؛ یک قلب تپنده.

ماه دوم

درست زمانی که ماه دوم به پایان می‌رسد، دختر کوچولو علاوه بر دست و پایش، انگشت‌هایی خوشگل، آرنج و زانو هم پیدا کرده است. هم‌چنین صورتش شکل مشخصی به خود می‌گیرد.

ماه سوم

در این ماه جنین به هر چیزی که برای فریاد کشیدن به آن نیاز دارد، مجهز می‌شود. تارهای صوتی در ماه سوم شروع به شکل‌گیری می‌کنند. تارهای صوتی همان چیزی هستند که وقتی فریاد می‌کشی: «مامان من گشمنه!» از آن‌ها استفاده می‌کنی.

ماه سوم

ماه دوم

ماه اول



ماه چهارم

حالا دختر کوچولو تقریباً هم‌اندازه کف دست مادرش است. او هم‌چنین بیشتر به یک موجود زنده شبیه شده و مادر معمولاً در انتهای این ماه می‌تواند جنب و جوش‌های او را درون شکمش احساس کند. تو از این زمان به بعد می‌توانی دستت را روی شکم مامان بگذاری و خودت وجودش را حس کنی. بعضی از جنین‌ها آن‌قدر محکم لگد می‌زنند که تو خیال می‌کنی آن‌جا مسابقه فوتبال برپاست!

ماه پنجم

لحظه مهمی برای دخترک تاس ما فرا رسیده. در ماه پنجم، لایه نازکی از مو سر جنین را می‌پوشاند و ناخن‌هایش شروع به رشد می‌کنند. در این ماه دکتر می‌تواند با یکی از همان وسایل باحالش صدای طپش قلب او را به دقت بشنود.

ماه ششم

اگرچه جنین نمی‌تواند به خوبی ببیند (چون درون رحم خیلی تاریک است!)، در این ماه پلک‌هایش برای اولین بار گشوده می‌شوند. در همین زمان، ابروها و مژه‌ها هم پدید می‌آیند.

ماه ششم



ماه پنجم



ماه چهارم



ماه هفتم

اگر فکر می‌کنی دختر کوچولوی ما تا الان به اندازه کافی بزرگ شده، در ماه هفتم از این هم غول‌پیکرتر می‌شود! جنین درون رحم در خود جمع و مچاله می‌شود. او حالا تقریباً اندازه کل دست توست و حدود یک‌ونیم کیلو وزن دارد. حالا که بدن او به اندازه کافی بزرگ شده، مغزش نیز در این ماه شروع به رشد می‌کند.

ماه هشتم و نهم

نوزاد در طول این دو ماه روز به روز بزرگتر و قوی‌تر می‌شود؛ او حالا آماده است تا پا به جهان بگذارد و با دنیا آشنا شود.

ماه نهم



ماه هشتم



ماه هفتم



روز تولد

بالاخره نوبت به روز تولد می‌رسد؛ روزی که همه ما آن را تجربه کرده‌ایم اما هیچ کدام چیزی درباره‌اش یادمان نمی‌آید.

دختر کوچولوی ما خودش را در هم مچاله کرده و درون بدن مادرش آرام گرفته. فکر می‌کنی او چطور قرار است بیرون بیاید؟ پاسخ این سوال ساده است؛ او را از آن‌جا بیرون می‌کنند! بعد از گذشت ۹ ماه، مادر دیگر نمی‌تواند صبر کند. حالا نوزاد آماده است تا به دنیا بیاید و از این‌جا به بعد، طبیعت کارش را آغاز کند.

شکم‌درد شدیدی از راه می‌رسد

نوزادان کوچک قبل از این که به دنیا بیایند، به ما آماده‌باش می‌دهند! در انتهای ۹ ماهگی، شکم‌دردهایی با فاصله‌های زمانی منظم سراغ مادر می‌آید. این اولین نشانه است تا همگی منتظر روز تولد باشند. در ابتدا فاصله بین این دردها که به آن «هفت درد» یا «درد زایمان» می‌گویند، زیاد است.

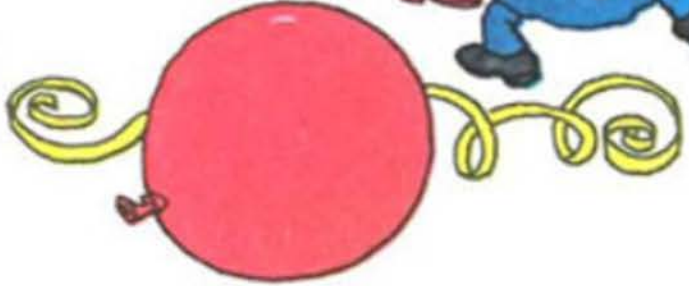
اما رفته‌رفته فاصله بین آن‌ها کمتر می‌شود.

دقیقاً در همین زمان است که دختر کوچولوی ما برای هر لحظه ممکن است از راه برسد. برای همین دکتر را خبر می‌کنند یا مادر را به بیمارستان می‌برند.



دکتر، دستیار کوچک مامان!

روز تولد



در لحظهٔ تولد، مادر باید با استفاده از ماهیچه‌های شکمش نوزاد را از شکاف بین پاهایش محکم به بیرون هل دهد.

حالا نوبت مرحلهٔ آخر است؛ سخت‌ترین مرحله

اگر به اندازهٔ بزرگ نوزاد و شکاف کوچک مادر توجه کنی، می‌فهمی که این کار برای مادر چقدر دشوار است. به همین خاطر است که اسم این مرحله از تولد را درد زایمان گذاشته‌اند.

این مرحله ممکن است خیلی طول بکشد و مادر را خیلی خیلی خسته کند. اما در آخر، نوزاد بدعنق ما که صورتش سرخ شده و مثل تماشاچیان فوتبال با تمام وجود فریاد می‌کشد، پا به دنیا می‌گذارد.

تو هم موقع تولدت کلی گریه کرده‌ای!



سفر از رحم مادر به این دنیا، حادثه بسیار بزرگی است.

هنوز یک کار دیگر باقی مانده تا بعد از آن همه بتوانند نفس راحتی بکشند. دختر کوچولوی ما در تمام این ۹ ماه، از طریق لوله‌ای که به شکمش وصل بود تغذیه می‌شد.

این چاله کوچولو روی شکم ما چه کار می‌کند؟

اما حالا که او به دنیا آمده و می‌تواند از طریق دهانش غذا بخورد، دیگر به این لوله نیازی ندارد. به همین خاطر دکتر آن را قطع می‌کند و انتهایش را گره می‌زند. نگران نباش! این کار دردی ندارد.

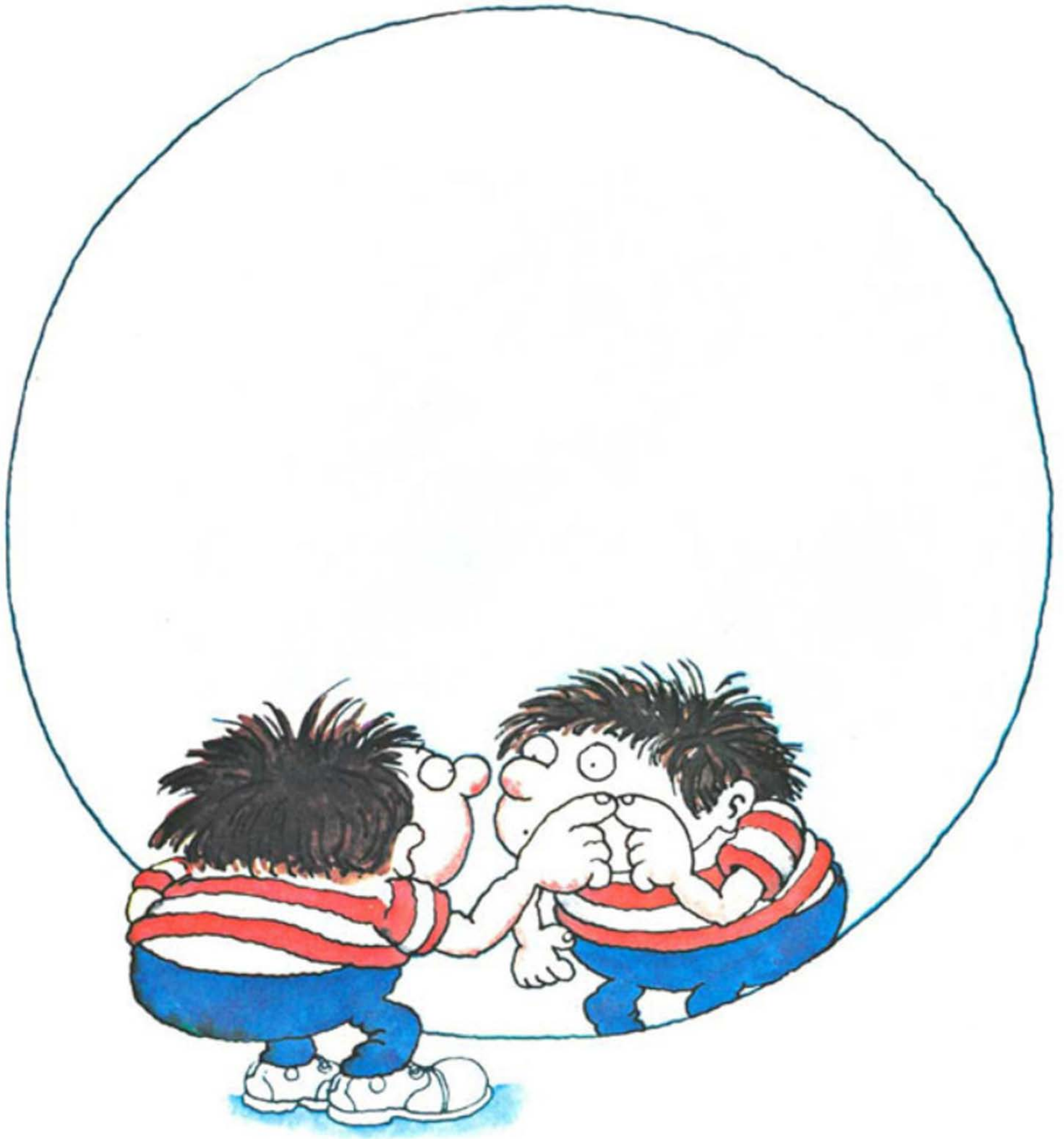
این لوله درست مثل طول بلندش، اسم سختی هم دارد:
مجرای آمبیلیکال یا همان بند ناف خودمان!



این چاله بانمک روزی به تو کمک می‌کرد زنده بمانی.



این هم از این! حالا دیگر می‌دانی از کجا آمده‌ای.
شاید از خودت بپرسی این همه تلاش برای موجودی این چنین
کوچک ارزش دارد؟ درست است، حتماً دلیل بسیار خوبی وجود
دارد که مامان و بابا این راه طولانی را طی کرده‌اند.
می‌خواهی بدانی دلیلش چیست؟ کافی است در آینه به خودت
نگاهی بیاندازی.



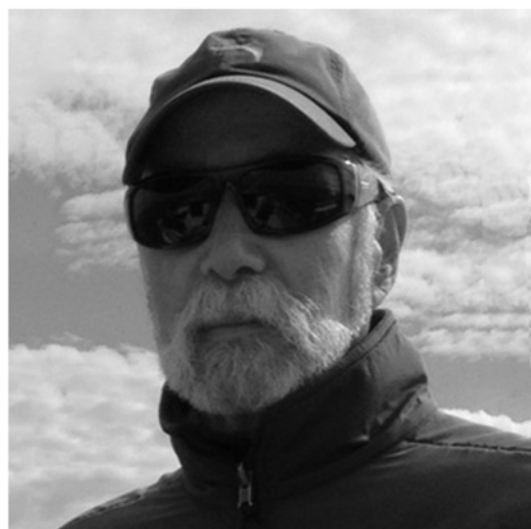
وجود ارزشمند تو دلیل تمام این اتفاقات است.



نویسندهٔ این کتاب پانزده سال در صنعت تبلیغات مشغول به کار بود تا سرانجام در ۱۹۷۵، به نویسندگی روی آورد. «یک سال در پراوینس» و «پراوینس تا همیشه»، دو عنوان از پرفروش‌ترین کتاب‌های اوست. **پیتر مایل**، با روزنامه‌ها و مجلات بسیاری همکاری داشته و آثارش تا کنون به بیش از هفده زبان بازآفرینی شده‌اند. او اکنون به همراه همسرش در شهر پراوینس فرانسه زندگی می‌کند.



تصاویر این کتاب توسط استاد هنردرمانی موسسهٔ «پِرت» و بنیان‌گذار موسسهٔ «تحلیل‌گری بیانی» خلق شده است. **آرتور رابینز**، عضو هیئت مدیرهٔ انجمن بین‌المللی روان‌شناسی در شاخهٔ روان‌تحلیل‌گری بوده و بیش از سه دهه است که در دانشگاه تدریس می‌کند. او همچنین در نیویورک، به صورت تخصصی به روان‌درمانی و روان‌کاوی می‌پردازد.



**LYLE STUART books are published by Kensington Publishing Corp.,
850 Third Avenue, New York, NY 10022**

Copyright © 1977 Peter Mayle

**All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form or by
any means without the prior written consent of the publisher, excepting brief
quotes used in reviews.**

First printing 1987

25 24 23 22 21 20 19 18

Printed in the United States of America

**ISBN 0-8184-0253-9
eISBN 978-0-8184-0796-3**

**All Kensington titles, imprints, and distributed lines are available at special
quantity discounts for bulk purchases for sales promotions, premiums, fund
raising, educational, or institutional use. Special book excerpts or customized
printings can also be created to fit specific needs. For details, write or phone the
office of the Kensington special sales manager: Kensington Publishing Corp.,
850 Third Avenue, New York, NY 10022, attn: Special Sales Department, phone
1-800-221-2647.**

Kensington and the K logo Reg. U.S. Patent and Trademark Office

Citadel Press is a trademark of Kensington Publishing Corp.

**Translated by Ahmad Tasviri
Rahaayi Publishing House, Tehran, 2016**

www.rahaayi.com



دکتر بنجامین اسپاک - یکی از برجسته‌ترین متخصصان اطفال در طول تاریخ که برای نخستین بار، رویکرد روان‌تحلیل‌گری را در این حوزه به کار گرفت - در وصف «من از کجا آمده‌ام؟» می‌نویسد:

«صداقت و انسانیت به کاررفته در این کتاب را بسیار ارزشمند می‌دانم. زبان طنزآمیز و شوخ طبع آن برخی والدین را برای غلبه بر خجالت‌شان هنگام صحبت با کودکان پیرامون مسائل جنسی یاری می‌کند، اما اصلاً به مذاق عده‌ای دیگر خوش نمی‌آید.»

بیش از سه دهه است که کتاب «من از کجا آمده‌ام؟» به والدین کمک می‌کند دربارهٔ حقایق زندگی با کودکان کنجکاوشان گفت‌وگو کنند. میلیون‌ها کودک در سراسر جهان توسط این کتاب یاد گرفته‌اند که به راستی نوزاد انسان چگونه به وجود می‌آید. شفافیت و زبان طنزآمیز کتاب آن‌ها را در این مهم بسیار مشتاق می‌کند.

پیتر مایل و آرتور رابینز، علاوه بر «من از کجا آمده‌ام؟» خالق کتاب پرفروش «چه بلایی سرم آمده؟» - کتابی راهنما برای دوران بلوغ - نیز هستند.

