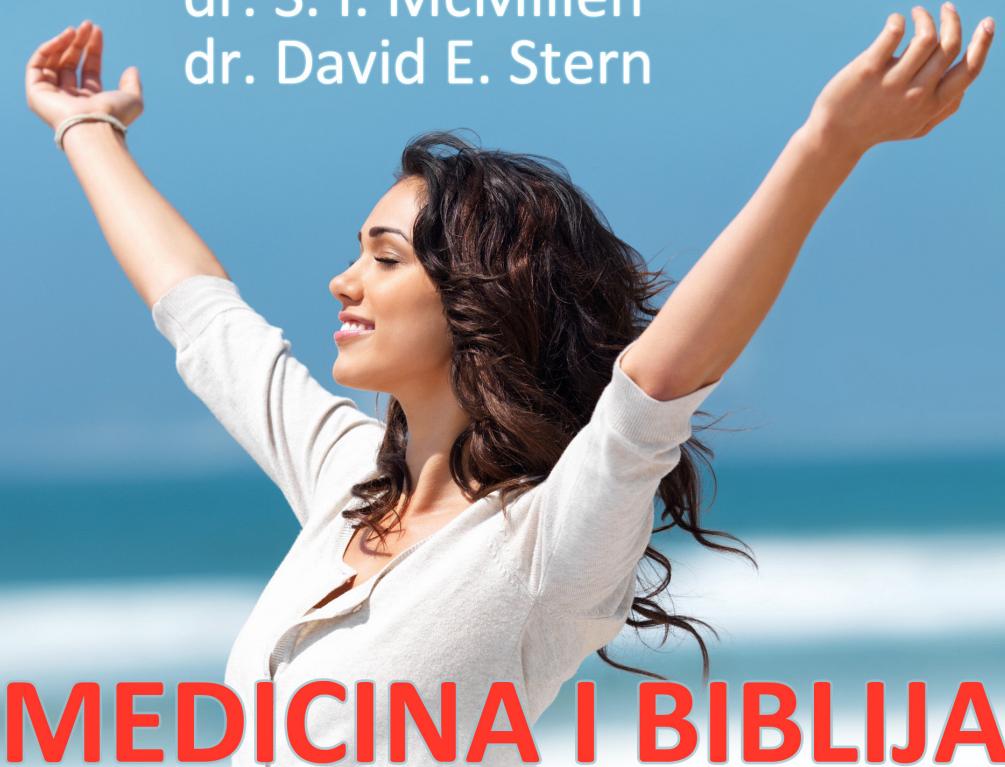


dr. S. I. McMillen
dr. David E. Stern



MEDICINA I BIBLIJA

Ispovest fizijatra da
zdravlje, sreća, i dug život
mogu biti vaši ako
prihvate učenja Biblije.



Preko milion prodatih primeraka!

Sadržaj

Naslov originala: *S. I. McMillen & David E. Stern, None of These Diseases, The Bible's Health Secrets for the 21st Century*, u izdanju © Millenium Three Edition, Fleming H. Revell, Grand Rapids, 2000.

Prevedeno izdanje: *dr. S. I. McMillen & David Stern, Medicina i Biblija*

Izdavač: Centar za Prirodnačke Studije

Priprema za štampu i dizajn korica: Nenad Tešović

Štampa: Centar za Prirodnačke Studije
2

IZVOR DOBROG ZDRAVLJA	5
Oči jegulje i guščija creva	7
Vratimo se Mojsijevom iskoraku	10
Trudovi ljubavi	15
Sprovesti ili ne sprovesti kanalizaciju	26
Mesto za groblje	35
TELESNO ZDRAVLJE	41
Rak iz paketića	57
Mučenje ili nega	76
Tajna osmoga dana	86
SEKSUALNO ZDRAVLJE	93
Rođen kao homoseksualac?	95
Igra: Seksualne 'muzičke stolice'	105
AIDS - svačiji problem	118
Američki eksperiment seksom	127
Ženska prava	137
Kondomska nacija	146
Duhovna seksualnost	160
Tajna dobroga seksa	166
EMOCIONALNO ZDRAVLJE	179
Veza duha, duše i tela	181
Narodni neprijatelj broj jedan	193
Život bez stresa	199
Faktor vere	213
Opasnost! Srdžba!	221
Visoka cena osvećivanja	228
Razum nad crvenim gnevom	234
	3

DUHOVNO ZDRAVLJE.....	243
Suze: kontaktna sočiva za večnost.....	245
Ne čezni za Mesecom.....	258
Imate li padobran?	266
Oslobođena duša.....	274

DODATAK.....	282
---------------------	------------

BELEŠKE.....	286
---------------------	------------

PRVI DEO

IZVOR DOBROG ZDRAVLJA

PRVO POGLAVLJE

Oči jegulje i guščija creva

Rp/ _____
Ime i prezime: _____
Datum: 1500. pr. Hr. _____
Za lečenje crvenila očiju primeniti mokraću verne žene.
Dr. med. _____

Ovaj recept potiče iz poznatog *Ebersovog papirusa*, medicinskog udžbenika iz 1500. pr. Hr. Naravno, takvo je lečenje bilo beskorisno i opasno. No ako se crvenilo očiju nije brzo povuklo, jadna se žena verovatno morala opravdavati.

Ebersov papirus pruža nam uzornu sliku lekarstva u drevnom Egiptu, tadašnjoj najnaprednijoj civilizaciji. Za lečenje čelavosti lekari su primenjivali »smesu od šest vrsta masti.../od/ konja, vodenog konja, krokodila, mačke, zmije, i /divlje koze/«¹. Od sve te masnoće naraslo je tek nekoliko dlaka, ali se čelava glava sjajila.

Ebersov papirus niže stotine recepata s upečatljivim nizom sastojaka: prahom od kipova, čaurama insekata, mišjim repo-

vima, mačjom dlakom, svinjskim očima, majčinim mlekom, ljudskim semenom, očima jegulje i gušćijim crevima. Najbolje što se o tome lečenju može reći jest da je bilo »100% prirodno«.

Dobar i hvaljen gnoj

Stari su Egipćani na ozleđenu kožu trešćicama stavljali smešu od krvi crva i magarećeg izmeta. S obzirom na to da je balega bila puna spora tetanusa, iz jednostavne je »špranje« često proizšla strašna smrt od tetanusa, ukočenja čeljusti.

Sve do kasnih 1800-tih godina većina je lekara, međutim, smatrala da gnoj pospešuje lečenje. Tako bi lekari inficirali ranu da ona proizvede gnoj. Slagali su se s Ebersovim papirusom: »Dobro je da se rana malo zagnoji... Zbog toga stavi u ranu nešto što će je [naterati da proizvede gnoj].«²

Današnji lekar komentariše Ebersov papirus:

[Ovo je] prva poznata izjava o najprljavijoj, najnečistijoj, najškodljivijoj i najstrajnijoj grešci u istoriji hirurgije: zlo stanje iz rane izvući van. Bio je to jedan od najprevarljivijih pojmoveva u istoriji medicine... Potoci gnoja tekli su sledećih 3500 godina, a užasan nauk o dobrom i hvaljenom gnoju... tek je nedavno izbledeo.³

U drevnome svetu dobromerni su lekari pobili milione ljudi, namerno im inficirajući rane.

Mojsije i lekarstvo

Mojsije je živeo u Egiptu u vreme kada su egipatski lekari pisali ovaj medicinski spis. Kako je bio član kraljevskog dvora, bio je »odgojen u svoj mudrosti egipatskoj« (Dela ap. 7:22). Nesumnjivo je poznavao i koristio egipatske lekove.

Mojsije je živeo u vreme kad se praktikovalo takvo širenje infekcije. Ko bi od Mojsija očekivao da će učiniti proboj u spre-

čavanju epidemija? A ipak je Mojsije zabeležio neverovatno obećanje drevnim Hebrejima:

Budeš li zdušno slušao glas Gospoda, Boga svoga, vršeći što je pravo u Njegovim očima; budeš li pružao svoje uho Njegovim zapovestima i držao Njegove zakone, nijedne bolesti koje sam pustio na Egipt neću pustiti na tebe, jer sam ja Gospod, lekar tvoj.

Knjiga Izlaska 15:26

»Nikakvih bolesti!« Kakvo obećanje! Stolećima su epidemije ubijale hiljade Egipćana i Hebreja. Staro je lečenje retko pomagalo. »Lečenje« je često bilo gore od bolesti. A ipak je Bog tada dao neobično obećanje - oslobođenje od bolesti.

Bog je zatim Mojsiju dao mnoga zdravstvena pravila kojima je ispunjen jedan deo Biblije. Hoće li Mojsije imati dovoljno vere da ubeleži božanske upute makar one bile u protivrečnosti s njegovim kraljevskim postdiplomskim obrazovanjem? Da je Mojsije popustio prirodnom nagonu i dodao nešto od svog »visokog obrazovanja«, Biblia bi sadržavala recepte poput »mokraće verne žene« ili »krvi od crva«. Mogli bismo čak očekivati da propiše »najnoviji« preparat od životinjskog izmeta. Ali zapis je jasan. Mojsije je zabeležio stotine zdravstvenih propisa, ali nijednu savremenu medicinsku zabludu.

Hiljade su ljudi, međutim, tokom stoleća umirale jer se lekari nisu obazirali na biblijske upute. Konačno, kada su lekari pročitali i oprobali ovaj vodič, brzo su otkrili kako sprečiti širenje epidemija. Na taj se način Mojsije može zvati ocem savremenog nadzora nad zaraznim bolestima.

Čak i danas iz Božjih uputa starih 3500 godina još izvlačimo korist.

DRUGO POGLAVLJE

Vratimo se Mojsijevom iskoraku

Sledeći propise iznete u Levitskom zakoniku, Crkva je... postigla prvu veliku veštinu... u metodičnom iskorenjivanju bolesti.

Dr. Džordž S. Rosen

Već sam (S. I. McMillen) na prvi pogled prepoznao njegovu strašnu dijagnozu. Pet godina ranije bolest je započela kao bela mrlja na ruci. Tokom godina unakazila mu je i paralizovala ruke. Prsti na rukama i nogama otpali su ostavljajući batrilike prekrivene čirevima. Bolest ga je oslepela.

Roditelji su, noseći ga kroz prašumu tri dana kako bi došli do mene, sada zdvojno tražili pomoć. Imao je gubu. Bila je 1932. godina. Medicinska je nauka malo toga mogla ponuditi.

Takva me je velika patnja vrlo opteretila. Dao sam što sam mogao - čišćenje rana i molbu da ga Bog dotakne. Kako bih sprečio da se guba ne proširi na preostale u porodici, primenio sam propis koji je Mojsije napisao pre 3500 godina.

AIDS mračnoga doba

Stolećima je guba tamanila milione ljudi. Dr. Džordž Rosen opisuje užas njene polagane i sakraćenjem popraćene smrti:

Guba je navukla zlokobnu maglu koja je zasenila svakodnevni život čovečanstva u mračnom srednjem veku. Strah od svih drugih bolesti jedva se može uporediti s užasom koji je širila guba. Čak ni Crna smrt... ili pojava sifilisa... nije proizvela slično stanje zaplašenosti.¹

Šta su lekari smatrali uzrokom gube? Neki su tumačili da ona dolazi od previše začinjene hrane, pokvarene ribe ili bolesne svinje. Drugi su govorili da je uzrokuje »zlokobno spajanje planeta«. Naravno da im pokušaji za sprečavanje širenja gube nikada nisu uspevali.

Na koji je način Evropa nastojala epidemiju gube svesti pod nadzor? Dr. Rosen nam daje odgovor: »Vođstvo je preuzeila Crkva jer lekari nisu imali šta ponuditi.«²

Je li Crkva u srednjem veku mogla uspeti tamo gde su lekari zatajili? Jesu li mogli takozvani nazadni sveštenici unaprediti medicinsku nauku? Zapravo, sveštenici su zavirili u Mojsijeve zapise stare 3500 godina.

Spašen od svake bolesti

Setite se da je Mojsije bio dobro upoznat s drevnim egipatskim praznoverjem. Egipćani su smatrali da epidemije uzrokuju »demoni bolesti«, pa su bacali čari da se zaštite.

Jedna je formula zapisana u Smitovom papirusu, a potiče iz približno Mojsijevog vremena. Služi za zaštitu od epidemije. Trebalo ju je jednolično izgovarati dok se nad osobom drže dva pera ptice strvinarke:

O plamene u njegovom licu!... O Nekhbet, koja zemlju podižeš nebu, njenom ocu, dodji, ovij me dvama perima, ovij

me, da mogu živeti i cvasti jer posedujem Beloga... O Ti koji dohvataš Velikoga, sine Sekhmetov, najmoćniji među moćima, sine Demona bolesti... ti koji naplavljuješ potoke; kada putuješ nebeskim okeanom, kada ploviš u jutarnjoj barci, ti si me spasio od svake bolesti?³

Kakva li obećanja! »Spašen... od svake bolesti.« Kad je Mojsije pohađao egipatske škole, i njegov je profesor obećao »njednu od ovih bolesti«. Ali egipatske su mumije zasute bolestima pa možemo biti sigurni da ova formula nije »spašavala... od svake bolesti«.

Urednik Smitovog papirusa opravdava ove praznoverne le-kare beležeći da su bili »neminovno... deca svoga vremena«.⁴

Je li i Mojsije bio »neminovno dete svoga vremena«? Je li Hebrejima nudio čaranja kako bi zaustavio epidemije? Pročitajte njegov drevni recept: »Dok je god bolest na njemu neka živi sam, izvan naselja neka mu bude stan.« (Levitski zk. 13:46). Nema čak ni traga praznoverju. Ovaj stari nalog jasno izražava savremenih pojama karantina.

Jedan istoričar piše: »Zakon protiv gube u trinaestom poglavljju Levitskog zakonika može se smatrati prvim modelom zdravstvenog zakonodavstva.«⁵ Biblijska metoda zaista čini korenit prekid sa svim drevnim pojmovima bolesti. Nikakva praznoverja. Nikakvih demona gube. Nikakvih balzama od životinjske balege.

Možda bismo mogli ozbiljno razmotriti Mojsijevu tvrdnju da je ove upute primio direktno od Boga.

Očajnički eksperiment u Norveškoj

U neznanju kasnih 1700-tih godina u Norveškoj je harala epidemija gube. Ljudi su bili toliko očajni da su konačno poslušali svoje propovednike i brižljivo sledili biblijske propise. Ranih 1800-tih godina epidemija gube u Norveškoj bila je pod

nadzorom. Ali nisu bili sasvim sigurni kako je epidemija isčezla. Možda je nestala prirodnim načinom. Možda biblijske mere opreza nisu dale stvaran učinak.

Većina je Norvežana držala da je guba nasledna. Nisu znali da se može širiti s čoveka na čoveka. I zato se nisu bojali dodira s gubavcima.

Kada se strah od epidemije smirio, Norveška je smanjila mere opreza. Gubavci više nisu bili izdvajani. Čak su se ospozobljavali za trgovačke putnike od vrata do vrata - šireći bolest od kuće do kuće.⁶

I epidemija je ponovno pobegla nadzoru.

Tajna stara 3500 godina

Međutim, 1873. godine dr. Armauer Hansen posmatrao je pod mikroskopom preparat uzet s kože gubavca. Sitne crvene tačkice koje je ugledao, što se gube tiče, pokrenule su svet iz mračnog srednjeg veka. Sitne crvene tačkice bile su klice gube. Konačno su ljudi shvatili da je guba zarazna bolest. Prenosi se s čoveka na čoveka.

Milioni klica gube žive u nosu.⁷ Gubu možete dobiti ako vam neko kine u lice. Klice gube mogu osušene živeti nekoliko dana.⁸ Na taj način gubu možete dobiti čak i ako jedete iz neočišćenog tanjira.

Nakon 3500 godina nauka je otkrila tajnu karantina. Odvajanje zaraženih bolesnika zaustavilo bi širenje gube. Norveška je propisala Norveški zakon o gubi zahtevajući strogo sprovođenje biblijskih mera opreza. Za manje od šezdeset godina broj obolelih od gube u Norveškoj pao je s 2858 obolelih na 69. Konačno su velika otkrića u nauci omogućila Norveškoj da iskoreni gubu.

Mnoge su zemlje počele izvršavati Božju zapovest. »Dok je god bolest na njemu... neka živi sam, izvan naselja neka mu bude stan.« (Levitski zk. 13:46). Ubrzo je veliki deo sveta bio

osloboden gube - bolesti koja je stolećima pustošila čovečanstvo. Dr. Rosen piše:

Crkva je kao vodeće načelo prihvatile pojam zarazne bolesti onako kako je opisan u Starom zavetu. Ta zamisao i njene praktične posledice s velikom su jasnoćom iznete u Levitskom zakoniku... kada bi sveštenik jednom dijagnostikovao gubu, takav bi pojedinac morao živeti u zaštićenom karantinu, odvojen od zajednice.

Sledeći propise objavljene u Levitskom zakoniku, Crkva je preuzeala zadatak da se suoči s gubom... [i] postigla prvi veliki uspeh... u metodičnom iskorenjivanju bolesti.⁹

Iskusili su Božje obećanje: »Budeš li dobro slušao glas Gospoda Boga svoga..., nijedne bolesti... na vas neću pustiti.«

TREĆE POGLAVLJE

Trudovi ljubavi

Ja imam pravo i tako će ostati sve dok čovekova žena bude i dalje rađala decu.

Ignaz Semmelvveis

Zamislite da imate vremenski stroj kojim možete putovati bilo gde i bilo kada. Jednoga dana udesite vreme na maj 1847. godine, odredište je Beč u Austriji. Glavni grad Habsburškoga carstva. U Beču su delovali Mocart, Mahler, Betoven i Brams. Beč je vrlo savremen grad devetnaestog stoljeća, vodeće svetsko medicinsko središte.

Kad ulazite u područje Opšte bolnice u Beču, jutarnja se magla diže u velikom dvorištu. Provlači se uzduž i popreko uz lehe pune azaleja. Neki mladi čovek, odevan u crno odelo s ciklindrom na glavi, kreće prema ulazu. Hodajući, mrmlja, očito uznemiren.

Sledite ga kroz ulazna vrata bolničke zgrade. Trgnete se; odeljenje smrdi po crkotini. Sestre jure amo-tamo hodnicima. Prigušeno stenjanje, kašalj i jecaji isprekidani su povremenim

vrištanjem od bola.

Zašli ste za ugao i ušli u mrtvačnicu. S druge strane obduktijskog stola stoji pet studenata medicine zasukanih rukava. Na stolu je mrtvo telo mlade žene. Vaš poznank obuzet mislima je porodničar dr. Ignaz Semmehveis. Veša svoj ogrtač i cilindar. Zasuće rukave i pita: »Koliko je mlađih žena noćas umrlo?« Jedan od studenata odgovara: »Tri, Džozefina Frankl, Mari...« U oku mu opažate suzu dok stažist navodi imena.

Dr. Semmehveis trese glavom: »Prijem na odeljenje, porođaj, smrt. Zar je to naš moto? Jedna od šest žena koje leže na krevetu u rađaonici završi ležeći na ovom obduktijskom stolu. Ne mogu to prihvati. Žene umiru, a pojma nemamo zašto. Zašto? Zašto?«

Studenti uznemireno pogledavaju jedan drugoga. Očito nemaju pojma zbog čega toliko žena umire.

Okreću se svom poslu. Studenti vrše obdukcije golim rukama, jednu za drugom, čak i bez pauze za pranje ruku. Telima je zajedničko jedno - gnoj: trbušna šupljina puna gnoja, grudni koševi puni gnoja, čak i očne šupljine pune gnoja. Dijagnoza je ista za sve: »Babinja grozница... babinja grozница... babinja grozница.«¹

Nakon obdukcije studenti samo isperu svoje krvave ruke u vodi, obrišu ih peškirom i odlaze na porođajno odeljenje na jutarnju vizitu. Ruke i odeća još im smrde na trulo meso.

Na odeljenju mnoge žene čekaju da porođaj započne; nekoliko njih jauče od porođajnih bolova; jedna se trese u grozničkoj je razdire; jedna dašće svojim poslednjim dahom; jednoj je zloslutna plahta prevučena preko glave.

Studenti idu od kreveta do kreveta, postavljaju pitanja i obavljaju vaginalni pregled. Dr. Semmehveis nadzire njihove nalaze i ističe nekoliko teorema.

Najednom shvatite očitu stvarnost. Ruke su im bile u gnoju,

krvi i na mrtvim telima. A sada su rukama u trudnoj ženi, jednoj za drugom. Niko još nije oprao ruke. Šta to oni misle?

Ovo je uobičajeno u bolnicama u Evropi. Niko još nije ni pomislio na postojanje bakterija, a kamoli ih video. Naučnici obično pripisuju krivicu za epidemiju nejasnim »atmosferskim uslovima« ili »kosmičko-zemaljskom uticaju«.

Sve će se to u jednome trenutku promeniti.

Iznenada Semmehveis prekida vizitu. Nareduje stažistima da operu ruke. Stažisti se nervozno smeju misleći isprva da je to šala. Ali dr. Semmehveis nije baš šaljivac. Govori ozbiljno - jako ozbiljno.

Neko pronalazi umivaonik i Semmehveis gleda kako se svaki pere u jako hlorisanoj vodi. Onjuši im ruke kako bi bio siguran da je miris truleži nestao. Tada objavljuje svoju teoriju. Sumnja da uzrok babinje groznice može biti na njihovim rukama. Možda njihove ruke prenose babinju groznicu s mrtvih žena na žive. Možda takozvano savremeno medicinsko staranje zapravo ubija žene. Vama to izgleda vrlo očitim; ne treba vam »dr. med.« ispred imena da biste znali da treba oprati ruke nakon obavljanja obdukcije. Ali setite se, niko ne sumnja da se bolesti mogu prenositi s jedne osobe na drugu.²

Semmehveis zatim daje studentima dokaz za svoju teoriju:

- Verovatnije je da će žene koje su imale više unutarnjih pregleda umreti od babinje groznice.
- Nedavno je njegov prijatelj dr. Jakob Kolletschka iznenada umro od trovanja krvi od zagnojene posekotine na prstu koju je zadobio obducirajući ženu koju je ubila babinja grozница. Pri njegovoj obdukciji našlo se gnoja u trbušu, gnoja u grudnom košu i gnojnih džepova u koži. Da je on bio mlađa majka, dijagnoza bi mu bila babinja grozница. Sigurno je to dobio od tela preminule porodilje.
- Ako lekar porađa dete, postotak smrtnosti je 18%. Ako

babica prisustvuje porođaju, postotak smrtnosti je samo 3%. Lekari obavljaju obdukcije; babice ne. Možda je razlika u obdukcijama. Možda lekari nose smrtonosnu supstancu od mrtvih tela živim ženama.

Izgleda da sve upućuje na isti zaključak. Prljavština s ruku lekara ubija žene.

Skeptičan student podseća ga na njegovu poslednju teoriju. Sveštenik zvoneći ulazi na odeljenje da odsluži poslednji obred u bilo koje doba noći. Semmelweis je posumnjao da to morbidno kretanje nasmrt plaši žene. Zato je naterao sveštenika da tiho ulazi na poslednja vrata. Ali stopa smrtnosti i dalje je vrlo visoka. Zašto bi s pranjem njihovih ruku bilo drukčije?

Drugi se student priseća Semmelweisove zamisli da bi okretanje žena na bok moglo sniziti stopu smrtnosti. Izvodili su porođaje na ženama koje su ležale na boku, ali to nije imalo učinka na babinju groznicu.

»Znamo šta ne pomaže«, kaže Semmehveis. »Moramo pronaći ono što će pomoći. Operimo se i čekajmo. Videćemo šta će se dogoditi.«

Operi se i čekaj

Istorijske nam knjige kažu šta se zatim dogodilo. Babinja grozница doslovce je nestala s odeljenja. U samo tri meseca postotak smrtnosti pao je s 18% na 1%.

Njegovi su rezultati objavljeni u medicinskom časopisu, ali je to jedva bilo zapaženo. Svi su se smejali lekaru koji je mislio da pranje ruku može biti jednako važno kao sredstva za čišćenje stolica i provetrvanje soba.

Povratak Svetom pismu

Semmelweis je došao do najvažnijeg otkrića u istoriji medicine - odvajanja mrtvih tela od zdravih ljudi. Ali ta zamisao nije

potekla od Semmehveisa. Tri hiljade godina ranije Bog je rekao Mojsiju: »Ko se dotakne mrtvog ljudskog tela neka je nečist³ sedam dana« (Brojevi 19:11). Proglašeni »nečistima« morali su se temeljno oprati pre nego što su se smeli vratiti u zajednicu.

Šta je značilo biti »nečist«? Značilo je da ste morali, ako ste dotakli mrtvo telo, napustiti svoj dom, posao, te provesti celu sedmicu sami u okolnoj pustinji (Brojevi 5:2-3). Drevni su Hebrewi pošto-poto izbegavali biti nečistima. Nisu se doticali mrtvoga tela, a klice koje uzrokuju bolesti nestajale bi zajedno s telom.

Koliko je to bilo suprotno običajima Egipta gde je Mojsije proveo četrdeset godina života! Od mrtvih tela Egipćani su pravili mumije. Evo opisa toga postupka iz priručnika. Imajte na umu da su sve ovo činili golim rukama.

Postupak mumifikacije sastojao se od vađenja mozga kroz nos; odstranjuvanja pluća i trbušnih organa... kroz usećeni prorez sa strane; stavljanja tela u [sredstvo za konzerviranje]; i konačno omotavanja tela s mnogo slojeva zavoja... unutrašnji su organi katkad balzamovani odvojeno i stavljani u četiri... posude.⁴

Tokom balzamovanja mnogi su stavljali ruke u telo. Klice koje su ubile telo prekrile bi im ruke. Tada bi oni izašli među narod, pa bi smrtonosne klice širili po tržnici, među prijateljima, čak i u porodici. Nije čudo što su Egipćane zahvatale mnoge epidemije.

Još jednom je Mojsije potpuno zanemario svoj egipatski odgoj. Zabranom doticanja mrtvih dokrajčio je postupak balzamovanja. Umesto da širi klice na žive ljude, mrtvo je telo svoje klice odnelo na dva metra pod zemlju.

Semmehveis je imao pravo; pranje ruku posle doticanja mrtvaca spasilo je živote. Biblija je otisla malo dalje. Ali nedotica-

nje mrtvaca spasilo bi još više života.

Koliko su, zapravo, bili napredni biblijski propisi? Štaviše, tokom ranih 1980-ih godina u gradskoj mrtvačnici u Filadelfiji mnogo je radnika odbijalo nositi rukavice i još uvek obavljalo obdukcije golim rukama. Na upit moje žene o tome, činilo se kao da se nimalo ne boje neke opake bolesti.

Osramoćeno otkriće

Vratimo se dr. Semmehveisu. Jednoga dana su lekari i studenti pregledavali dvanaest žena. Jedanaest od njih dvanaest do bilo je babinju groznicu i umrlo. U Semmelweisovom budnom mozgu rodila se još jedna nova zamisao; možda lekarove ruke mogu preneti porođajnu groznicu s jedne žive žene na drugu živu ženu. Naredio je novi redovni postupak. Lekari moraju pratiti ruke nakon svakoga unutarnjeg ginekološkog pregleda žena bez izuzetka.

Ako je ranije izgledao ludo, sada je postao poludeli dr. Čistunac. Studenti su se žestoko bunili. »Pranje, pranje, pranje... Kakva gnjavaža... Ruke su mi ispuçane... Smrde na hlor...«

Uprkos njihovom protivljenju stopa se smrtnosti još više smanjila.

Čak se i otac čelijske patologije dr. Rudolf Virchow izrugivao Semmehveisu. Medicinski se fakultet držao svojih pogrešnih teorija o uzrocima babinje groznice: probavna začepljenost, kasno dojenje, napadi panike ili loš vazduh.

Njegove kolege su i dalje podsticali: »Kako može nešto tako jednostavno kao što je pranje ruku spričiti nešto tako ozbiljno kao što je babinja grozница?« Kada je pokušavao odbraniti pranje ruku, jednostavno bi ga ismejali.

Njegov se šef nepokolebljivo držao teorije lošeg vazduha pa je smatrao da ga Semmehveis ne poštuje. Ocrnio je Semmehveisa pred studentima i fakultetom, ponizio ga i napisao letku ot-

putio.

Njegov je naslednik izbacio umivaonike; stopa smrtnosti užasno se povećala. Ponovno su krici umirućih žena punili porođajno odeljenje. Jesu li se njegove kolege tada uverile? Ni u kom slučaju! Ponas i predrasude zaslepili su ih pred dokazima.

Osam meseci dr. Semmelweis se mučio da nađe drugi posao. Ali dr. Nastrani Čistunac bio je obeležen. Konačno mu je bolnica ponudila položaj u nastavi, ali mu je zabranila kontakt s bolesnicima. Semmelweisova najveća radost bilo je porađanje zdrave dece. On je bio lekar. Morao je obavljati lekarski posao. Šokiran i potišten napustio je Beč bez pozdrava ne javivši se ni nekolicini prijatelja.

Putujući više od 200 kilometara niz Dunav, otišao je kući u Budimpeštu. Našao je posao u mesnoj bolnici gde su porođajnim odeljenjem odjekivali krici umirućih žena. Semmehveis je ponovno uveo umivaonike. I opet se smanjila žetva jezovitog kosača smrti. Semmelweis je bio ushićen. Ponovio je svoje rezultate. Dokazao je teoriju. Sada će ga morati slušati. Ali opet su ponos i predrasude zaslepili njegove kolege. Neki su čak prolazili pokraj njega hodnicima bolnice ne pozdravljajući ga.

Svoje je rezultate prikazao u knjizi od 543 stranice, ali je većina njegovih zavidnih kolega nije ni pročitala. Hiljade su života mogli biti spašene, ali čvrste strukture nisu slušale. Što je on više širio svoju teoriju, više su je izrugivali.

Dr. Karl Braun, koji je nekad radio sa Semmehveisom, optužio je tu teoriju u svome poznatom Udžbeniku porodništva: »U Nemačkoj, Francuskoj i Engleskoj ova je hipoteza o kadaveričnoj infekciji do sada gotovo jednoglasno osuđena.«⁵

Razočaran i ljut, Semmehveis se više nije mogao suzdržati u svome besu. Istina nije bila demokratična. Većina se jednakog mogla usaglasiti s pogreškom kao istinom pogotovo kada je odbila sagledati istinu. Semmehveis je javno prokazao lekara

koji se nije složio s njim: »Vaše učenje... zasniva se na mrtvim te-lima novih majki usmrćenih neznanjem. Pred Bogom i svetom proglašavam vas ubicom, a istorija babinje groznice... proneće vaše ime kao Nerona lekarstva.«

Samrtni krici mlađih majki toliko su opsedali i opterećivali osetljivu narav dr. Semmehveisa da mu se konačno pomutio razum. Porodica ga je smestila u duševnu bolnicu. Tamo je u dobi od četrdeset sedam godina dobio trovanje krvi i umro, ironično, od iste bolesti koju se toliko trudio sprečiti.

Njegov životni trud ljubavi mogao je spasiti milione. Otkriće ga je trebalo učiniti slavnim. Umesto toga umro je poremećenog uma, nepoznat i nepriznat. Znao je da će jednoga dana nauka spoznati i iskoristiti njegovo važno otkriće. Napisao je: »Uverenje da će to vreme neminovno doći, pre ili posle nakon mene, ipak će mi ublažiti smrtni čas.«⁶

Vreme kada se stvara sveza

Stolećima pre dr. Semmehveisa Bog je svakoj budućoj majci objavio doba nečistoće koje traje nedelju dana (Levitski zk. 12). Nikome nije bilo dopušteno da je dotiče. Svako ko bi je slučajno dotakao morao se okupati, oprati odeću i odvojiti se do zalaska Sunca. Ova je stroga izolacija čuvala majke da ne dobiju babinju groznicu.

Neke su feministkinje dale na znanje da ova izolacija majki koje su nedavno rodile odražava nizak položaj žena u društvu u kojem prevladavaju muškarci. Možda to nema nikakve veze s niskim položajem žena. Možda je to došlo s Božjom uzvišenom procenom majki i majčinstva.

Bez ometanja, nova je majka bila ostavljena nasamo kako bi tu prvu sedmicu posvetila svojem novorođenom detetu. Psiholozi tek počinju razumevati važnu svezu majke i deteta. I detetu i majci treba snažna međusobna emotivna povezanost, a

detetovih prvih nekoliko dana ključno je za stvaranje te veze. Danas mnogi lekari novoj majci preporučuju slično razdoblje mirovanja kako bi se vezala uz svoje dete.

Peri se ili se čuvaj

Semmehveis je, što se tiče pranja ruku, dakako imao pravo. Mrtvi ljudi nose klice koje uzrokuju bolesti, a raznose se rukama živih osoba. Operi ruke i uništio si klice.

Klice su posvuda. Ista klica koja živi na dnu septičke jame živi i na prozorskoj dasci, na stolicama, čak i u vazduhu. Dakako, u malom broju nisu one ne znam šta; no u toplim, vlažnim područjima kao što su naše ruke, klice se množe u milionima.

Štaviše, u savremenim američkim bolnicama više od dva miliona bolesnika zarazi se tokom bolničkog lečenja. Golema se većina klica prenosi rukama medicinskoga osoblja koje temeljno ne pere ruke. Kakve li tragedije koja se mogla izbeći! Pogledajte šta piše u savremenom medicinskom udžbeniku: »Rutinsko pranje ruku treba sprovesti pre, za vreme i nakon dodira s bolesnicima. To je najvažnije u suzbijanju infekcije.« Ništa se nije promenilo od Semmehveisovih dana.

Semmehveisova je metoda sprečila mnoge smrti, ali nijedna savremena bolnica ne bi dopustila pranje u zajedničkoj posudi stajaće vode. Centar za kontrolu bolesti (CDC) istakao je primerenu metodu pranja ruku: »Ruke treba žestoko nasapunati i trljati ih 15 sekundi pod umerenim mlazom vode... Nema dobre zamene za rutinsko pranje ruku sapunom i tekućom vodom.«⁷ Uporedimo savremeno pranje ruku s biblijskom metodom u Knjizi Brojeva u 19. poglavlju:

- **Tekuća voda:** da se isperu klice.
Biblijska metoda: voda se polivala s grančicom izopa.
- **Vreme:** toliko da se osigura temeljno pranje.

Biblijска метода: пранje se ponavljalo sedam dana. Između pranja, суšenje na suncu ubijalo je klice.

- **Antiseptički sapun:** da ubije klice.

Biblijска метода: izop sadržavao antiseptični timol,⁸ delotvorni sastojak u antiseptiku listerinu.

- **Snažno trljanje:** da se uklone klice iz pukotina na koži.

Biblijска метода: Sapun je sadržavao cedrovo ulje, nadražljivo za kožu da bi se podstaklo temeljno trljanje. Sapun je takođe sadržavao vunena vlakna koja su ga činila jednako vrednim sapunu Lava. Kada je sapun na rukama, mora se dobro trljati da se ukloni.

Stolećima pre Semmehveisa Bog je već potanko odredio najučinkovitiju metodu pranja. Savremena je nauka u sprečavanju širenja bolesti tek ponovno otkrila biblijsku metodu.

Hirurški zahvat - smrtna presuda

Mogli smo samo poželeti da je ljudski rod otkrio pranje ruku mnogo ranije. Većim delom devetnaestog stoljeća lekari su se vrlo olako pripremali za hirurški zahvat, a ni pacijente nisu dovoljno pripremali. Bolesnika bi uveli, svukli ga i položili na operacioni sto. Hirurg bi skinuo kaput, zasukao rukave, dohvatio svoju crnu torbu, izvukao nekoliko instrumenata i počeo operisati. Ako je hirurg želeo da mu studenti nešto pregledaju, oni bi pristupili i svojim rukama punim klica ušli u otvor u rane.

Veliki je hirurški zahvat obično značio smrt. Glasoviti hirurg dr. Rozvel Park prenosi svoje iskustvo:

Kada sam svoj posao započeo 1876. godine [dvadeset devet godina nakon Semmehveisova otkrića] kao bolnički stažista u jednoj od najvećih bolnica u ovoj zemlji..., tokom moje prve zime... s jednim ili dva izuzetka, svaki je operisani bolesnik... umro od trovanja krvi.⁹

Mnoge su takve smrti hirurzi mogli sprečiti jednostavnim pranjem ruku. Zapravo, za vreme Drugog svetskog rata nekim je bolnicama ponestalo gumenih rukavica pa su onda hirurzi temeljno prali ruke i operisali golim rukama. Bili su iznenadjeni kada su ustanovili da se broj infekcija nije povisio.

Sapunaj pa živi

Danas nijedan lekar ne bi smeо pregledavati bolesnika, a da nije najpre istrljao ruke antiseptičnim sapunom. Pa ipak, propust da se ruke temeljno operu još uvek uzrokuje mnoge infekcije.

Pre nekoliko godina na dečjem odeljenju u Bostonskoj gradskoj bolnici došlo je do bakterijske infekcije. Za to se vreme jedanaestero novorođenčadi zarazilo, a četvoro je umrlo. Lekari su tragali za uzrokom i ubrzo ga našli: neoprane ruke jedne jedine medicinske sestre.¹⁰

Čak i danas lekari otkrivaju - uz golemu cenu - potrebu za antiseptičnim pranjem: načelo koje je Bog dao Mojsiju pre 3500 godina.

Semmebveis se i sam verovatno ne bi iznenadio što je Biblija davno pretekla njegova otkrića, jer je jednom zapisao: »Iz svega što živi... izbjiga svemoć božanskoga.«

ČETVRTO POGLAVLJE

Sprovesti ili ne sprovesti kanalizaciju

Tvrđnja:

O, London to je mesto fino,
I jako poznat grad,
Ulice mu popločane zlatom,
Pun devojaka krasnih sad.
Džordž Koleman Mlađi, 1797.

Protivtvrdnja:

London, ta velika neočišćena
jama...
Ser Artur Konan Dojl, 1887.

Nevidljiva invazija

Godine 1847. dok se Semmehveis bavio svojim velikim otkrićem, opasna je vojska zapretila Engleskoj. Krenuvši iz Avganistana, već je plovila rekama Evrope i ubijala na hiljadu ljudi u svim gradovima.

Te su 'vojne' jedinice bile trilioni klica kolere. Napadale su poput eksplozije. Unutar nekoliko sati ispraznile bi iz čoveka do 4 litra prolivaste 'rižine vode' - naglo dehidrirale žrtvu do ruba smrти. Bolesnici su izgledali užasno - plavi, bez pulsa, previjajući se od bolnih grčeva. Više od pola bi ih umrlo.

Epidemija je besnela u Evropi. Engleska je užasnuta čekala.

Borac za zdravstvene reforme

Parlament se obratio Edvinu Čedviku, jedinom koji ih je mogao odbraniti od nevidljive invazije. Čedvik je poslednjih četrnaest godina proveo u Ministarstvu zdravstva proučavajući bolesti u Engleskoj.

Njegovi su rezultati zaprepastili naciju. Otkrio je da bogataš može očekivati da će živeti četrdeset tri godine, a prosek života siromašnog Engleza bio je samo dvadeset dve godine. Odakle tako velika razlika? Čedvik je tvrdio da siromašni umiru zbog nedovoljnih zdravstvenih mera.

Tokom samo jedne godine neki je medicinski službenik zabeležio šezdeset tri žrtve epidemije u jednom dvorištu s dvanaest kuća. Izvestio je:

Celo sam dvorište našao preplavljenno tekućom prljavštinom...[koja je nadirala] iz dve septičke jame, jedna do druge, čiji sadržaj nije imao gde oticati... [jer su] ispod nivoa ulice i nemaju odvoda... Groznica je tamo u više navrata izbjijala. Kuća najbliža [septičkoj jami] bila je [napuštena] gotovo tri godine zbog toga što je prljava tečnost nadirala kroz pod pa stanari susednih kuća nisu mogli jesti, a da pre toga ne zatvore vrata i prozore.¹

Ispod ulica protezali su se veliki kanalizacioni tuneli. Voda je možda i tekla po njihovom ravnom dnu, ali ih je retko ispirala. Zapravo, kanalizacija nije bila ništa već hrpa podzemnog izmeta.

Svakih pet do deset godina radnici bi raskopali ulice i otvarali kanale. Spuštali bi se u njih te izvlačili kante krutog kanalizacionog blata na ulicu. Kola su taj otpad odvozila na seoska imanja kao đubrivo. Zatim je urod s polja, zaražen ljudskim izmetom, ponovno dovožen u grad u hrani. Teško bi bilo smisliti bolji sistem za širenje bolesti.

Pismo s pedeset četiri potpisa oglasilo je loše stanje hiljade ljudi:

Uredniku [londonskoga] časopisa Tajms.

Gospodine,

Smemo li moliti i uteći se Vašoj zaštiti i moći... Živimo u blatu od izmeta i prljavštini. Nemamo nikakvih [poljskih] klozeta, ni kanti za smeće [kontejnera], odvodnih kanala, [tekuće] vode... i nikakve kanalizacije u celom području. Kanalizaciona firma... sve veliki, bogati i moćni ljudi, ne uzima u obzir naše žalbe. Smrad je iz odvodnog jarka odvratan. Svi patimo a mnogi su bolesni pa ako kolera dođe, neka nam se Bog smiluje.

Neka su gospoda dolazila juče, a mi mislili da su to predstavnici kanalizacione firme, ali su se oni žalili na mučninu i smrad... Bili su vrlo iznenadjeni videvši podrum na broju 12... gde dete umire od groznice i nisu verovali da tu spava šezdeset ljudi svake noći. U tom istom podrumu nema mesta ni da se mačka okrene.

Molimo vas, gospodine, dodjite i pogledajte to, jer živimo kao svinje, a nije pošteno da se s nama tako postupa...²

Bogati su se zaprepastili čuvši za takvu prljavštinu koju nikada nisu videli jer su se klonili takvog susedstva. Živeli su u kućama s tekućom vodom, toaletima i odvozom smeća. Čedvikovi novinski članci prisilili su ih da se suoče s bedom na drugoj strani Londona.

Pa ipak su bogati tvrdili da bolest siromašnih proizlazi iz ‘dobrovoljnog’ nemara: zapuštanja higijene, uživanja alkohola, izbegavanja lekara i zbog zbijenog prostora stanovanja.

Čedvik se s time nije slagao. Šta je bilo ‘dobrovoljno’ u življenju, radu i spavanju u vlastitom otpadu? Kanalizacioni ih je otpad stalno držao bolesnima. Neprestano bolesni, umirali su mladi. Umirući mladi, ostavliali su siročad. Zatvoreni krug siromaštva, kanalizacionog otpada, bolesti i smrti nastavljao se s naraštajem na naraštaj.

Čedvik je problem otkrio, ali je i pronašao rešenje. Pokazao

je da svaka kuća može dobiti tekuću vodu, toalet na ispiranje, kanalizaciju koja otiče i odvoz smeća - sve to za manje od jednog penija na dan. Ismeao je tvrdnju da je dobrotvornost ono najbolje što se može učiniti - podeliti nekoliko sendviča, deka i novčića. Novac se trošio na takozvanu dobrotvornost. Kakve koristi od sendviča ima šezdesetero ljudi, naguranih u prljavom podrumu bez prozora, koji se valjaju u ljudskom izmetu? Treba im je kanalizacija, a ne sendviči.

Kolera stiže!

Preteća kriza kolere prodrmala je bogate iz njihove samozadovoljne samopravednosti. Ostale epidemijske bolesti pogadale su pretežno siromašne, ali kolera se uspinjala društvenom lestvicom. I bogati i siromašni umirali su na hiljadi. Neki je bankar mogao ujutro otići na posao zdrav, a iste večeri vratiti se u mrtvačkom kovčegu.

Vlast je zahvatila panika. Zanemarili su Čedvikove opomene. Kako na vreme sve temeljno očistiti da bi se izbegle optužbe za ovaj smrtonosni talas? Tajms piše o jednom takvom gradu:

Ostaci [otpad] stanovništva od osam hiljada ljudi leže po ulicama i alejama na najodvratniji način. Jedino što podseća na odvod jeste jarak koji okružuje grad, pun crne supstance koja ne otiče, a stvara poslednje spremište za sve crkoline koje su prevelike ili preodvratne da bi propadale na ulicama.³

Lekari su imali sredstava za lečenje od A do Ž: alkohol, puštanje krvi, ugalj, pijenje vode, polivanje hladnom vodom, smočeve, rajske plin, vrući čaj i tako dalje. Mnoštvo ideja, ali Čedvik je pisao: »Sve... se pokušavalо, ali uzalud.

Krizа

Čim je kolera napala, mesni službenici, koji su se osećali

krivima, pokušali su je prikriti. Ali do septembra 1848. godine svaki je grad znao da je pod opsadom. Kolera se najpre uvukla u najsromašnije četvrti gde je naraštaj za naraštajem nasleđivao prljavštinu i epidemije. U poređenju s epidemijom godine 1832. prva je žrtva u Leithu živila u istoj kući; u Bermondsevu odmah pokraj otvorene kanalizacije; u Polokšawsu prva je žrtva umrla u istom krevetu. Ništa se nije promenilo. Zbog zanemarivanja Čedvikovog rešenja s kanalizacijom hiljade su bile osuđene na smrt.

Članovi Parlamenta pobegli su na svoja seoska imanja. Čedvik je iskusio opasnost, dvaput je preležao koleru, a ipak je ostao u Londonu da se bori. Radio je dan i noć da pronađe i ispere kanale i septičke jame. Nadao se da će uklanjanje gradskog kanalizacionog otpada usporiti bes epidemije.

Na nesreću London se još uvek koristio rekom Temzom kao glavnim odvodom za kanalizaciju, ali je bila i glavni izvor pitke vode. Londonska je kanalizacija uticala u Temzu iznad izvora pitke vode. I tako je, ispirući kanale, Čedvik, doduše, čistio grad, ali je isto tako ubacivao klice kolere u najgore mesto koje se može zamisliti - u pitku vodu Londona.

Prethodno tome Čedvik je pokušao preusmeriti kanalizacione cevi kako bi se očistila voda za piće, ali se Parlament oglušio na njegova upozorenja. Sada će njegovo privremeno gašenje vatre okrenuti plamen u suprotnom smeru i epidemiju još pogoršati.

Londonska je epidemija besnela punu godinu dana. U prošloj je epidemiji od kolere umrlo 16000 ljudi; ovaj put ih je umrlo više od 72000.

Veliki čovek ili velika pretnja

Čedvik je načinio dug popis protivnika.

Filozofi

Mnogi su držali da su siromašni tek žrtve sudbine. Čemu nastojati da se nešto promeni? Čedviku nadređen lord Sevmor je rekao: »Mora biti siromašnih.«⁵ Čedvik je prezreo ovu udobnu teoriju da su telesna slabost i beda bili... primerena nužnost za široko stanicu stanivništvo.⁶

Ministarstvo socijalne zaštite

Čedvik je našao jedno sirotište s 1400 dece gde ih je 300 dobio koleru, a 180 umrlo. Podrum je bio ustajala septička jama puna dečjeg izmeta. Siročad je, bolesna i zdrava, spavala po troje ili četvoro u krevetu - zdrava deca ležala su u prolivastom izmetu bolesne dece. Čedvik je odmah odvojio bolesne od zdravih. Zaposlio je pedesetoro ljudi da iz podruma izbace nečist. Tajms je izvestio da je mnogo siročadi bilo pothranjeno, nadutih trbuha, prekriveno gnojnim krastama i mučeno svrabom. Čedvik je javnosti izložio nemar Ministarstva socijalne zaštite.⁷ Sada će se ti lenji birokrati okrenuti protiv Čedvika.

Državna blagajna

Dok je kolera besnela, Čedviku je trebalo više lekara za zbrinjavanje hiljade žrtava. Zbog hitnosti je unajmio lekare ne čekajući odobrenje državne blagajne. Šest meseci nakon što je epidemija popustila, državna je blagajna konačno odgovorila na njegov zahtev za novčanom pomoći, time što ga je izgrdila zbog trošenja fondova bez službenog odobrenja.

Zemljoposednici

Zemljoposednici su se protivili Čedvikovom ‘socijalizmu’: »Šta ima«, pitali su, »vlada s kanalizacijom?... Neka deluju snage tržišta... Ljudi će platiti za ono što žele...« Ali koliko su dobro delovale snage tržišta? *London Gazete* izvestila je:

Bunar koji je snabdevao dvanaestak kuća bio je okružen s četiri septičke jame unutar poluprečnika od deset metara. Voda je zbog prodiranja izmeta bila gusta kao supa, a vlasnikov je službenik bio obavezan crpsti ju jedan sat dok se ne bi dovoljno razbistrlila za upotrebu. Od osamdeset pet stanara kuća, dvadeset dvoje se nije koristilo tim bunarom i svi su se spasili, dok je četrdeset šestoro od preostalih šezdeset troje dobilo teški proliv zbog kolere.⁸

Parlament

Članove Parlamenta birali su samo zemljoposednici pa su bili vrlo gnevni što su dobili po nosu zbog kanalizacije i sirotinje koja ne glasa. Čak je i spominjanje Čedvikovog imena u Parlametu jednom izazvalo »snažnu provalu besa«.

Uvodni članak u Tajmsu besneo je zbog nerazumne mržnje na Čedvika: »Engleski bi narod radije preuzeo rizik kolere nego da bude silom nateran u zdravlje.«⁹

Čedvik je bio svestan da se svi veliki reformatori suočavaju s velikim otporom. Ali ga je duboko povredila spoznaja da je samo nekoliko njih »tako malo voljeno, a toliko omraženo«.¹⁰

Dobro javno zdravstvo

Čedvik se nije lako predavao. Epidemija je prošla pa je želeo sprečiti sledeću. Umesto smrdljivih tunela od metar i dvadeset u prečniku, otkrio je da čak cevi od deset centimetara mogu odvoditi kanalizacioni otpad od više hiljada ljudi. Čak su se i inženjeri rugali tako smešnim idejama o »dve litre u jednu«. Ali ako danas pogledate u svoj podrum, možete Edvinu Čedviku zahvaliti na odvodu prečnika deset centimetara (ili manjeg) u svojoj kući.

Pregledao je celi London da uspostavi kanalizacioni sistem koji bi učinkovito odvodio otpad iz celoga grada, zadržavajući

ga da ne dođe u kontakt s pitkom vodom. Sadašnji sistem za otpadne vode bio je poput labyrintha, neplanirani tuneli. Neki su završavali slepo, bez oticanja. Kad su radnici pronašli i otvorili jedan golemi kanal, neki je mesni kanalizacioni službenik uzviknuo: »Sve je to tako tajnovito!«¹¹

Nakon godinu dana, koliko mu je trebalo za dovršenje istraživanja Londona, Čedvik je počeo postavljati potpuno nov kanalizacioni sistem. S 1853. godinom cevi od deset centimetara odvodile su otpad iz više od 27000 londonskih kuća. Gradovi po celoj Engleskoj postavljali su Čedvikove cevi. U gradovima koji su primenjivali Čedvikove sisteme stopa smrtnosti se smanjila na polovicu. Da je bio potpuno sproveden, taj bi sistem u Engleskoj spasio 150.000 života svake godine. Očekivani prosek životnog veka popeo bi se s 29 na 48 godina.

To se nije ticalo bogatih i moćnih. Dnevnik *Morning Chronicle* objavio je da Čedvik iz trunke prljavštine pravi hrpu gnoja. Rešenje je bilo jednostavno. Iskopati samo septičku jamu za svaku kuću i ukopati nove odvode ispod ulica. Kome treba birokrata »da narodu Engleske govori... kako svako mora načiniti svoje odvode i [toalete]?«¹² A upravo je to trebalo Engleskoj. Ali Čedvik je bio čovek ispred svog vremena.

Čedvikov kolega lord Ešli žali se u svom dnevniku: »Duboko žalim što će se naše brige i naporis odbaciti, a nama reći da nismo radili ništa, pokušali ništa, zamislili ništa, želeli ništa.«¹³ Desedeset osam godina kasnije Čedvikov prvi biograf piše: »Malo je ljudi toliko učinilo za svoje sunarodnike... a zauzvrat primilo tako malo zahvalnosti.«¹⁴

Prastaro rešenje

Čak i bez Čedvikovih novotarija, Evropa je mogla sprečiti milione smrti sledeći upute napisane pre hiljada godina. Jednom jedinom rečenicom Biblija je pokazala put za sprečavanje

smrtonosnih epidemija tifusa, kolere i dizenterije:

Imaj izvan logora mesto gde ćeš ići napolje. U svojoj opremi imaj i lopaticu: njome ćeš, kad izadeš napolje, iskopati rupu, a kada kreneš nazad, zatrpati svoju nečist.

Ponovljeni zakon 23:13-14

Da se ovaj propis sprovodio kako je napisano, mogao je spasti više života od bilo kojeg ikada pronađenog leka. Uporedite taj propis s rečenicom iz savremenog vodiča za logorovanje Osnovna ponašanja na logorovanju. Prosudite sami. Bi li pisac Biblije mogao podneti tužbu za povredu patenta?

Odmaknite se barem 100 metara od vode, puteva i ulogorite se negde izvan utrтиh staza, pa iskopajte rupu duboku barem 10 centimetara. Za kopanje koristite svoju petu, štap, kamen - ili plastičnu lopaticu koju ja nosim za tu svrhu... i konačno, zatrpatite tu rupu.¹⁵

Istoričar medicine piše da su biblijske upute »učinkovite [mere] koje pokazuju napredne ideje u zdravstvu«.¹⁶ U nedostatku savremenog kanalizacionog sistema ovo je možda najbolja metoda za uklanjanje ljudskog izmeta. Biblijska je metoda postigla najvažniji oblik javnog zdravstva - odvajanje ljudskog izmeta od ljudi. »Brižna higijena«, kako iznosi jedan savremeni udžbenik, još uvek »pruža jedinu sigurnu zaštitu protiv kolere.«¹⁷

Danas razumemo zašto je Bog obećao: »Slušaj [ove upute]... nikakvih bolesti [tj. tifusa, kolere, dizenterije] na vas neću puštati.«

PETO POGLAVLJE

Mesto za groblje

I tako iz sata u sat bez prestanka sazremo. A onda, iz sata u sat, trulimo i trulimo. I od toga nastaje priča.

Šekspir

Ako su zdravstvene mere za žive građane Londona bile sablažnjive, postupak s mrtvacima bez sumnje izaziva gnušanje. Pokop bi stajao koliko i zarada od dvadeset sedmica pa se tako porodica morala boriti deset ili više dana da namakne potrebna sredstva za ukop. Za to se vreme telo raspadalo u njihovom domu.

Dom za većinu porodica bila je jedna jedina prostorija. Čedvik je zabeležio: »[Jedna prostorija] im je spavaonica, kuhinja, perionica, dnevna soba, trpezarija, a... često i... njihova trgovina. U toj se jednoj sobi rađaju, žive, spavaju i umiru.«¹⁸ Tako bi, kada je rođak umro, cela porodica danima živila u smradu raspadajućeg tela. Jedan je preuzetnik zabeležio kako su porodice držale tela:

...čak i nakon što su iscedili iz mrtvačkog kovčega tečnost koja

35

je nastala zbog raspadanja tela, sve dok se nisu videli crvi kako puze po podu... još uvek bi iz kovčega curio sadržaj po ramenima nosača koji su odnosili kovčeg.²

Time se mrtvački pokrov definitivno spustio na nosače mrtvaca.

Ako je čovek umro od tifusa, vaši koje prenose tifus napustile bi hladno telo da bi se smestile na toplim telima u prostoriji. Četvoro dece i muž mogli su se ubrzo pridružiti žrtvi tifusa u grobu.

Kada bi telo konačno stiglo na groblje, prilike nisu bile ništa bolje. Jedan je grob mogao prihvati telo osmoro odraslih i dvadesetoro do tridesetoro dece - celu gomilu u raspodu pokrivenu tankim slojem zemlje. Kada u grob više ništa ne bi stalo, radnici bi napravili više mesta time što su sakatili tela sekicom. Mnoga su tela bila ekshumirana, usitnjena i prodana seljacima kao đubrivo.

Jedan je sveštenik opisao grobno zemljište kao »zasićeno i zacrnjeno ljudskim ostacima i delovima mrtvaca... Pljusak vode čuje se iz grobova dok se kovčevi spuštaju, što jezom podilazi svakog ožalošćenog.«³

S dve stotine groblja londonski je vazduh bio natopljen smradom trulog ljudskog mesa. Je li bilo zdravo udisati taj sva-kodnevni smrad Londona?

Rešenje za groblje

Bez posebnog prihoda, radeći šesnaest sati na dan, Čedvik je smislio opsežan plan da se s tim problemom uhvati u koštarac. Parlament mora zabraniti sva ukopavanja unutar gradskih okruga. Groblja oko crkvi moraju se zasejati travom i biti parkovi u toj okolini. Polja izvan Londona treba pretvoriti u velika groblja s izgrađenim kapelicama i lepom okolinom. Tela se više

neće držati u kućama; radnici će ih brzo prevoziti u mrtvačnice. Tamo bi trebalo biti smeštena tri dana dok ih pogrebnim čamcem Temzom ne odvezu do groblja.

Od 24 miliona funti ušteđenih u bankama, Englezi su odredili glavnici od gotovo 30% samo za pogrebe. Čedvik je procenio da se u Londonu gotovo jedan milion funti »godišnje baca u grob«.⁴ Njegov bi plan prepolovio troškove ukopa. Ta bi ušteda stvorila trenutni izvor sredstava za siromašne.

Čedvikove su ideje uz nemirile mnoge pogrebne prevoznike.

Jedne su novine Čedvikov izveštaj smatrale toliko odvratnim da su odbile objaviti njegove rezultate. Ljudi su Čedvika mrzeli jer nije stvarnost prikazao slatkorečivo.

Ekonomisti su dokazivali da se vlada ne bi smela upletati u zakone ponude i potražnje. Kako i gde se ljudi žele ukopati nije vladu bilo briga. Čedvik nije bio spasitelj. Bio je tiranin.

Sveštenici su se po župama uz nemirili jer su smatrali da će izgubiti pogrebne takse - glavni izvor prihoda.

Pogrebnici su se razbesneli. S kojim pravom može vlada upravljati njihovom profesijom? U prošlosti, bez ikakvog formalnog obrazovanja, pogrebnici su bili tek proslavljeni kopači grobova. Tražeći do neba visoke takse, oko 300 londonskih preduzetnika borilo se za oko 114 nedeljnih pogreba. Po Čedvikovom mišljenju društvo bi bez većine njih bolje prolazilo. Neki su mogli raditi u novim mrtvačnicama i grobljima; ostatak je mogao naći posao na drugom mestu.

Čedvika su najurili

Na kraju, Čedvikov plan nije uspeo, ali nije ni propao; jednostavno nije ni započeo. Godine 1854. Čedviku direktno nadređeni lord Sevmor zasitio se Čedvikovog delovanja. Sevmorovo pravilo za delovanje glasilo je:

»Nikad ne deluj ako ne moraš, a u protivnom učini što manje

možeš.«⁵

Sevmor je u Parlamentu održao žestok govor. Čedvika je prikazao kao zlog usurpatora koji povređuje prava ljudi da svoje rođake ukopaju kako žele. Rekao je:

*Sve bi uobičajene osećaje čovečanstva trebalo ostaviti po strani, sve nežne osećaje rodbinstva pogaziti, svu pristojnost žaljenja, svu svetost žalosti ukinuti, kako bi Ministarstvo zdravstva moglo dobiti svoja godišnja primanja.*⁶

Suočeni s takvim pakosnim napadom čak su i Čedvikovi prijatelji začutali.

Kad je Čedvik primio svoj položaj u Ministarstvu zdravstva, zapisao je u dnevnik: »Biće nevolja, strahovanja, prekora, zloupotrebe, nepopularnosti. Postaću meta za privatne napade i javne medije... Bože, daj mi snage.«⁷

Reči su mu bile proročanske. Godine 1854. zbog stresa je oboleo od groznice i probavnih smetnji. Uskoro se točak moći pokrenuo i zdrobio ga. Parlamentu je bilo dosta Čedvikovih zbumujućih izveštaja pa su jednostavno raspustili Ministarstvo zdravstva, a Čedvika naterali u prevremenu penziju. Radio je dvadeset dve godine od deset do dvanaest sati na dan, a zasnovao je planove daleko ispred svojih savremenika. Danas je svaki savremeni grad sproveo svaku zamisao koju je smislio Čedvik.

Tokom većine Čedvikovih trideset šest godina prisilnog penzionisanja, ljudi su ga uglavnom optuživali. 'Čedvikizam' je u devetnaestom stoljeću bio ono što će '-makartizam' biti u dvadesetom. Samo nekoliko meseci pre Čedvikove smrti jedne su mu novine konačno ipak dale malo dužnog priznanja: »Da je u bici pobjio onoliko ljudi koliko je spasio zdravstvenim merama, imao bi na tuce konjaničkih spomenika podignutih u njegovu čast.«⁸

Čak i danas istoričari još mešaju legendarnog Čedvika, dogmatičnog vlastodršca, s istorijskim Čedvikom, prvim velikim genijem zdravstva.

Pre sumraka

Decenijama su siromasi u Engleskoj neprestano prenosili bolesti s mrtvih na zdrave. Poput zlih duhova koji napuštaju mrtva tela, smrtonosne su klice dolazile i kapale iz raspadnutih leševa i ulazile u ostatak porodice.

Ako još jednom odvrtnimo biblijsku poruku, možemo čuti kako Bog izdaje naredbe koje su mogle poštediti hiljade života. U Ponovljenom zakonu 21:23 Bog upućuje ljude da ne ostavljaju ni smaknutog zločinca nepokopana. Čak ni ubice, obešene da ih svi vide, nisu smeli ostaviti da vise danima. Morali su ih zakopati istoga dana pre sumraka.⁹

Mnogo kasnije kad je Isus hodao zemljom, njegov je bliski prijatelj Lazar umro. Lazarovi rođaci odmah su ga pokopali; nisu ni čekali da Isus dođe. Kada je Isus napokon stigao, Marta se užasnula da će on možda otvoriti grob jer je kazala: »Već zaudara; jer je četiri dana u grobu« (Jovan 11:39).¹⁰

Koliko je to različit stav od onoga u Engleskoj u devetnaestom stoljeću! Ustrajući na brzim ukopima, Bog nije gazio po »nežnim osećajima rodbinstva« ni po »pristojnosti žaljenja«. Ljudima je želeo dobro zdravlje.

Pokopano pre zalaska Sunca mrtvo bi telo ponelo svoje klice sa sobom u grob; a ljudi bi doživeli obećanje: »Nikakvih bolesti...«.

DRUGI DEO

TELESNO ZDRAVLJE

ŠESTO POGLAVLJE

Vrag u boci

Tekući Lucifer

Predaj mu svoju samokontrolu pa se smej.

Predaj mu srce, pa plači.

Uzima ti volju; a ti prosiš.

Uzima ti dušu...

Moj telefon (S. I. McMillena) zazvonio je oko ponoći. »Doktore, smesta dođite ovamo! Dvoje je ljudi poginulo na putu broj 19. Drugo dvoje je u teškom stanju!«

Do mog dolaska već se okupila gomila ljudi. Automobil je udario u potporni zid mosta zarivši volan u vozačeva prsa. Vozač je očito bio mrtav. Mrtvo telo žene odletelo je deset metara u suvo korito potoka. Druga je žena ležala jaučući na zdrobljenom prednjem staklu u koje je udarila i proletela kroz njega. Čovek, napolna pri svesti, ležao je stenjući u blatu.

Razbijena boca viskija i otkopčani sigurnosni pojasevi na sedištima govorili su o besmislenoj tragediji.

Đavo na vozačevom sedištu

Svake godine u automobilima pogine gotovo toliko Amerikanaca koliko ih je umrlo u dvanaestogodišnjem Vijetnamskom ratu. Dve trećine tih smrти uzrokuje alkohol.¹ U sedamdesetim

godinama dvadesetog stoljeća, nakon još jedne žrtve pijanog vozača, lekar Hitne pomoći upitao je prisutnog policijskog službenika zbog čega se ne uspostave blokade na putevima kako bi se uhapsili pijani vozači. Policajac je lekara pogledao kao da ovaj od njega traži da upuca kradljivce po trgovinama. »To nikako ne bismo preduzeli«, rekao je.

Razočarani je lekar dalje pitao: »A zašto ne? To su ljudi; nisu meta za ubijanje po putevima.«

Dakako, ovaj slučaj nije pomogao, ali su uporna nastojanja MADD-a (Mothers Against Drunk Driving - Majke protiv vozača pijanaca, op. ur.) i ostalih organizacija konačno promenila stav javnosti.

Na opijanje i vožnju u pijanom stanju više se ne gleda kao na još jedan uobičajeni američki stil življenja. Vožnja u pijanom stanju sada se tretira kao zločin protiv društva i naše dece.

Sotonski alkohol

Sećam se noći kada su me (S. I. McMillena) pozvali u obližnju kuću. Dok sam otvarao vrata automobila, čuo sam besan krik kako izvikuje prostote i užasnutu ženu koja zapomaže. Petoro uplašene dece bespomoćno je gledalo s prozora na spratu.

Ušao sam na prednja vrata i našao pijanog muža kako pritsika pištolj na čelo svoje žene. Upozorio sam ga da će se, ako pritisne okidač, suočiti sa smrtnom kaznom. Rekao sam mu da će mu deca odrasti kao siročad. Čak sam mu napomenuo kako će i njegov vredni rad u društvenoj zajednici svi zaboraviti.

Napokon je odbacio ženu u drugi kraj sobe i opsovao je: »Da ne znam kako bih zbog ovoga mogao zaslužiti vešala, razneo bih ti mozak!«

Nažalost ne posluša svaki pijanac glas razuma. Mnogi počine nasilan zločin: 53% ubistava, 57% silovanja, 47% razbojništava i 60% ozleta.² Oko 80% žrtava samoubistava alkohol je

oduzeo sposobnost zdravog rasuđivanja.³

Kako je to čudno! Slobodni građani s uživanjem uzimaju opojno sredstvo koje ih pretvara u nasilne zločince. Sam đavo nije mogao smisliti opasniju spletku.

Bolest opijanja

Alkohol škodi svakom organu u telu i uzrokuje mnoge bolesti:

Oštećenja živaca

Alkohol štetno deluje na živce. Jedan od pet alkoholičara oboleva od delimične paralize ili ima trajne bolove. Jedan se bolesnik žalio da ne može podići ruku dovoljno visoko da se obrije. Drugi se žalio da mu je svaki korak bolan kao da mu se stotine eksera zabadaju u tabane.

Oštećenja jetara

Alkohol nepovoljno deluje na jetru. Ona zbog ciroze otvrđne kao kamen. Krv jedva prolazi kroz njih. Jak povratni pritisak potiskuje tečnost u noge i trbušnu šupljinu. Trbuš se nadima toliko da bolesnik ima tegobe s disanjem. Ta se tečnost može izvući kanilom, ali se za nekoliko sedmica ili dana tečnost ponovno stvara. Uprkos savremenom lečenju, tečnost se sve brže nakuplja.

Krv mimoilazi oštećena jetra kroz druge vene uključujući one u jednjaku. Te se vene proširuju i mogu popucati. Povraćajući goleme količine sveže krvi, alkoholičar često nasmrt iskrvari.

Oštećenje srca

Alkohol nepovoljno deluje na srce. Tokom godina srce se pretvara u veliku mlojavu vreću koja jedva deluje kao pumpa

što sprovodi krv po telu. Noge i trbuš natiču od tečnosti koja se tu skuplja. Srce bez upozorenja može upasti u grčevit poremećaj ritma, uzrokujući iznenadnu smrt.

Oštećenja mozga

Alkohol i nedostatak vitamina nepovoljno deluju na mozak. Alkoholičar gubi pamćenje pa izmišlja fantastične priče kako bi popunio praznine u sećanju. Ne može pronaći ključeve, pa mozak tu prazninu puni pričom o lopovima koji ga potkradaju. Zaboravlja da je ostavio spoljna vrata otvorena pa izmišlja da su sigurno neki strani ljudi ušli u kuću. Zvuči smešno, ali je tragično za najbližu rodbinu.

Agonija odvikavanja

Kao stažista video sam (S. I. McMillen) čoveka koji je patio od krize odvikavanja od alkohola kako na odeljenju dolazi na ružičastom slonu. Barem je mislio da na njemu jaše. Drugi je vrištalo dok je mislio da ga rastrže čopor crvenih gorila. Na velikim odeljenjima nastala je toga dana prava ludnica dok su bolesnici vikali i skrivali se od zamišljenih životinja.

Jednom sam video kako je bolesnik razbio prozor na dvadesetom spratu da pobegne od svoje halucinacije. Na sreću, bolničarka ga je uhvatila za ogrtač i povukla natrag. Te smo bolesnike morali vezati za krevete i davati im visoke doze morfijuma. Međutim, mnogi od njih su i uz naše najbolje lečenje umrli.

U današnjim se bolnicama lekovima nadzire većina simptoma krize pri odvikavanju. U životu, međutim, mnogi alkoholičari nastavljaju piti samo da bi izbegli užas odvikavanja.

Oštećenja nerođenih

Kada se trudnica opija, njen se nerođeno dete takođe opija, jer alkohol prelazi iz majke u plod. Još nerođeno dete može po-

stat alkoholičar dok se još nalazi u majčinoj utrobi. U porođaju takva dojenčad prolaze kroz muke odvikavanja od alkohola tokom nekoliko dana u jedinici intenzivne nege za novorođenčad.

Deca koju rađaju alkoholičarke sklona su umnoj zaostalosti, slaboj usklađenosti mišićnih pokreta i nenormalnim moždanim talasima - fetalnom alkoholnom sindromu. Čak i majke koje se povremeno opijaju rizikuju pobačaj, prerani porođaj i invalidno dete. Čak i malo alkohola stvara takva oštećenja, pa lekari upozoravaju majke neka ne piju nikakva alkoholna pića tokom trudnoće.

Poremećaji seksualnosti

Prema popularnom mitu alkohol pojačava seksualnu moć. Zapravo, alkoholičari imaju snižen nivo testosterona, oštećene seksualne funkcije i nagon. Prvi su oprobali Viagru. Viljam Šekspir je zapazio da piće »podstiče želju, ali onemogućuje izvođenje«.⁴

Kralj suza

Oglasi na televiziji, neonske reklame i društvene zabave nastoje nas zaslepiti da ne vidimo razornu moć alkohola. Lekari, međutim, ne mogu sakriti stvarnost jer su žrtve alkoholizma njihovi bolesnici.

Jednog je dana četrdesetvogodišnji čovek s majkom došao u moju (David E. Stern) ordinaciju. Džordžova je koža sijala svetložutom bojom. Posrtao je od stolice do ležaja za pregled. Džordž je došao da mu se olakšaju jaki bolovi u trbušu.

Živeo je s majkom koja je potvrdila da više od četrnaest meseci nije pojeo ni zalogaja normalne hrane.

Svakog bi dana popio više od 3000 kalorija u pivu. »To nije pravilna dijeta«, rekla je. Složio sam se s njom. Nisam ni znao da je moguće tako dugo živeti samo o pivu.

Patio je od velikih, natečenih i bolnih jetara. Nastala je žutica zbog slabog izlučivanja žući. Teturavi hod nastao je zbog oštećenja živaca; stopala nije uopšte osećao.

Džordž je odbio bolničko lečenje. Nije htio prekinuti s alkoholom, ali bi »pokušao smanjiti količinu«. Znao je da je blizu smrti, ali samo je tražio lek protiv bolova. Odbio sam njegov zahtev. Bol mu je bila jedina nada. Bol je bilo jedino što ga je moglo prisiliti da potraži pomoć i istreznji se.

Majka ga je prekljinjala. Ali njegov se zdravi razum odavno utopio u pivu. Zahvalio mi je na brizi, ali ako mu ne dam tablete protiv bolova, otići će kući.

Tražio sam da se to sudski reši, ali su rekli da treba sačekati dok više ne bude »kadar donositi vlastite odluke«.

Nakon četiri sedmice pao je u komu. Majka je pozvala Hitnu pomoć. Probudio se u bolnici. Lekovi su suzbili simptome apstinencijske krize, a jetra su se polako oporavljala. Za njega su utrošene hiljade dolara za savetovanja i bolničko lečenje.

Kada se vratio kući, prvo mu je bilo popiti šest kartona piva. Možda bi se takozvani Kralj piva mogao radije nazvati Kraljem suza. (Igra reči na engleskom: Beers -Tears, op. ur.).

Pio sam zbog sreće,
a postao nesrećan.

Pio sam za radost,
a postao jadan.

Pio radi društvenosti,
a postao svadljiv.

Pio da budem fin,
a postao sam neugodan.

Pio sam za prijateljstvo,
a stvorio sam neprijatelje.

Pio sam da spavam,

a budio se umoran.

Pio sam za snagu,
a bio sam slab.

Pio sam za opuštanje,
a počeo se tresti.
Pio sam za hrabrost,
a počeo se bojati.

Pio sam za poverenje,
a postao sumnjičav.

Pio sam zbog razgovora,
a govor mi se pomutio.

Pio sam da osetim nebo
a dospeo sam u pakao.

Nepoznati autor

Krađa s dozvolom

Šekspir se u Makbetu čudi: »O Bože! Da ljudi u usta stavlju neprijatelja da pokrade im um...« No alkohol im ne krade samo um, uništava njihovo zdravlje i zdravlje njihove dece. Čak im i džepove prazni. Novac kojim bi porodicu snabdeo hranom, odećom i stanovanjem često se baca preko šanka i tera porodicu u bedu, zanemarivanje i bolest.

Alkoholičar je sklon nesrećama, luta za vreme radnog vremena poput automobila koji se probija kroz gustu maglu. Alkohol uzrokuje gotovo polovinu od pet hiljada smrти godišnje, vezanih uz rad.

Neki brane ovo masovno ubijanje upozoravajući na to da alkohol zauzvrat društvu nešto i daje. Alkohol daje milione u porezima. Reklame za alkohol podupiru stotine fudbalskih utakmica na televiziji. Alkohol donosi na hiljade radnih mesta: poljoprivrednika, gostioničara, lekara, policajaca i pogrebnika. Jasno je da alkohol omogućuje zaposlenje, ali šta on, zauzvrat,

uzima?

- hiljade smrti na autoputevima
- hiljade žrtava ubistava
- hiljade bolesnika
- hiljade razvedenih brakova
- hiljade dece bez očeva

Alkoholu bi lozinka mogla biti: »Poslovi za život«. Zvuči to kao pogodba, ali s đavolom.

Čak i na strogo finansijskoj osnovi, alkohol otima američkom društvu stotine milijardi dolara. Troškovi koji nastaju zbog alkoholizma odnose 10% zdravstvenoga osiguranja i 40% premija osiguranja za automobile. Zloupotreba alkohola košta društvo više od bolesti raka i bolesti pluća.⁵

Zamislite razred s četrdeset prvoškolaca. Zatim crvenom bojom stavite X preko dvaju lica. Ako ništa ne učinimo, dvoje će od njih (u proseku) umreti od alkohola.

Božja upozorenja

Ako živimo prema biblijskim načelima, postajemo imuni na alkoholne tragedije. Biblia jasno kaže:

Zato ne budite bezumni, nego uočavajte šta je volja Gospodnja! I ne opijajte se vinom, jer u tome leži propast, već se napunite Duhom!

Efežanima 5:17-18

Jedan drugi zapis u Svetom pismu upozorava jasnim, živim jezikom na razorna ekonomска, medicinska i društvena delovanja alkohola. Opisuje čak i halucinacije koje nastaju pri odvikanju od alkohola.

Slušaj, sine moj, i mudar буди

50

i ravnim putem vodi srce svoje.

Ne druži se s vinopijama

ni sa žderaćima mesa,

jer pijanica i izelica osiromaše,

i pospanac se oblači u krpe.

Kome: ah? kome: jao?

kome: svade? kome: uzdasi?

kome: rane nizašta? kome: zamućene oči?

Onima što kasno sede kod vina,

koji su došli kušati vino začinjeno.

Ne gledaj na vino kad rujno iskri,

kad se u čaši svetlucavo preliva:

pije se tako glatko,

a na kraju ujeda kao zmija

i žaca kao guja ljutica.

Oči će ti gledati tlapnje

i srce goroviti ludosti.

I bit će ti kao da ležiš na pučini morskoj

ili kao da ležiš navrh jarbola.

Izreke 23:19-21,29-34

Bili V.

Mnogo se muškaraca i žena oglušilo na ovu jednostavnu poruku Svetog pisma pa je lako krenulo alkoholnim putem došavši do njenog slepog kraja: u zatvoru zbog mnogih vožnji u pijanom stanju, razdvojeni od jedine ljudske ljubavi, bez novčića u ulici beskućnika i alkoholičara, ili u hiljadama drugih tragičnih okolnosti.

Tokom dvadesetog stoljeća lekari su ispitivali, lečili i proučavali alkoholičare. Primjenjivali su najnovije psihološke teorije. Davali im najnovije lekove. Šta god pokušavali, rezultat je bio

51

neuspeh. Čak je i lekarska struka shvatila da je samo medicinski pristup alkoholizmu gotovo bezvredan.

Otkrio je to Bili V. Nekad vrlo uspešan ulagač na berzi deonica u Vol Stritu. A sada se borio da plati najam. Zbog pothranjenosti je izgubio dvadeset kilograma.

Za vreme trećeg boravka u bolnici da bi se istreznio, lekar mu je objasnio kako alkoholičari imaju jednu slabost. Na drugim područjima alkoholičari mogu imati snagu volje debelu kao stablo, ali kad se radi o alkoholu, njihova je snaga volje tanja od vlati trave.

Bili se sada pozabavio svojim problemom; mora ostati trezan i ojačati snagu svoje volje. Kasnije je pisao: »Kako sada sebe shvatam, krenuo sam s velikom nadom. Nakon tri ili četiri meseca sve je bilo u redu. Redovno sam odlazio u grad i čak poma-lo zarađivao. Sigurno je to bilo rešenje - samospoznaja. Ali nije, jer je strašni dan došao kada sam ponovno počeo piti.«⁶

Zdravlje mu je počelo slabiti. Lekari su kazali njegovoj ženi da će za godinu dana verovatno umreti ili završiti u nekoj ustanovi. Napustio je nadu, ali ne i alkohol. Jednoga je dana Bila nazvao stari prijatelj Ebi. Bili je odahnuo; glasine da je sud Ebija smestio u ustanovu za mentalno bolesne nisu bile tačne.

Ebi je bio velik pijanac. Jednom su Bili i Ebi čak unajmili avion da bi stigli na pijanku. Dok je Bili sedeо za stolom u restoranu, uživao je u piću i uspomenama. Čekalo ga je iznenadenje.

Vrata su se otvorila, a on je [Ebi] stajao tamo svež i blistav. Nečega je bilo u njegovim očima. Bio je neobjašnjivo drukčiji. Šta se dogodilo? Gurnuo sam mu piće preko stola. On ga je odbio... Nije bio onaj stari. »Ma daj, šta je sad to?«, upitao sam... Sa smeškom je kazao: »Gledaj, radi se o veri.« Zabezeknuo sam se. A, to je to? Prošlog leta ruševina od alkoholičara; a sada, posumnjavao sam, pomalo luckast od religije.⁷

Bili je religiju smatrao beskorisnom: »Sa sveštenicima i svetskim religijama rastao sam se već u početku. Kada bi mi govorili o ličnom Bogu, razdražio bih se i moj bi se um naglo zatvorio pred takvom teorijom.«⁸

Ebjevu treznost, međutim, nije bilo lako otpoviti. »Njegova ljudska volja ga je izdala. Lekari su ga proglašili neizlečivim. Društvo ga je nameravalo staviti iza brave... Bog je za njega učinio ono što sam nije mogao učiniti za sebe.«⁹ Bog ga je potpuno promenio. Ebi je predložio Biliu da započne s onim što može verovati o Bogu i da od toga krene.¹⁰

Ebi je Bila odveo u misijski centar Kalvari gde je pastor Sem Shoemaker propovedao o pet »P« s pomoću kojih se može iskusiti Hristova spasiteljska moć:¹¹

- **Poverenje:** Ebi je svoje grehe i neuspehe u poverenju podelio s Bilom.
- **Priznanje:** Ebi je podstakao Bila da prizna svoje grehe i neuspehe.
- **Proglašenje krivice, osvedočenje:** Ebi je morao Bila dovesti da shvati i prizna svoje grehe i bude svestan da je jedini odgovor Isus Hrist.
- **Preporod:** Bili će se preporoditi kada sebe preda Bogu i prizna Isusa kao Gospoda te da ga je Bog podigao iz mrtvih.¹²
- **Postojanost:** Bili je trebao biti postojan u ličnoj molitvi, proučavanju Biblije, odlaziti u crkvu i drugima govoriti šta je Bog učinio za njega.¹³

Na jednom se sastanku Bili »ponizno predao Bogu«. U tom sam trenutku »bio siguran«, pisao je posle, »da sam ponovno rođen«.¹⁴ Vratio se u bolnicu, očistio od alkohola i bio otpušten kao zdrav. Uporno je radio na tome da primeni učenje pastora

Sema. Priznao je da je bio beznadežan slučaj i da je trebao Boga. Godinama kasnije Bili je pisao:

Bez zadrške sam se stavio pod [Božju] zaštitu i upravu. Prvi put sam priznao da sam po sebi nisam ništa; bez Njega sam izgubljen. Nemilosrdno sam se suočio sa svojim gresima... Napravili smo popis ljudi koje sam bio povredio ili prema kojima sam osećao gorčinu... Sve sam to morao ispraviti koliko god sam mogao...¹⁵

Pastor Sem poučio je Bila da otvoreno priznanje greha »nije znak bolesne duše, već pre znak povratka duhovnom zdravlju«.¹⁶ Ako se Bili misli ozbiljno obračunati sa svojim grehom, mora se »suočiti s njim, razgovarati o njemu s nekim, odbaciti ga. Mrzeti ga, napustiti, priznati i nadoknaditi za taj greh.«¹⁷

Bili nije nikada više okusio demona ruma. Pridružio se ostatima koji su imali isto iskustvo spasenja i počeo zajedno s njima hiljadama ljudi prenositi dobru vest. Naglašavali su osnove hrišćanstva: »Bog, Biblija, molitva, trenuci za razmišljanje, predanost Bogu (zapravo prihvatanje Isusa Hrista kao Spasitelja), hrišćanska literatura, hrišćansko zajedništvo i svakodnevna biblijska pobožnost.«¹⁸

*Savet mladom otupelom pijancu
Vraga ostavi u boci;
a Boga izvuci iz svoje škrinje.*

Ustanovili su program pomoći za alkoholičare. Po tome se od alkoholičara tražilo da proveđe jednu sedmicu u bolnici i da se istrezni. U bolničkoj su sobi Bili i njegove kolege dopuštali samo jednu knjigu - Bibliju.

Rezultati su zadivili svakoga. Neverovatnih 50% »medicinski neizlečivih« alkoholičara, koji su »stvarno pokušavali«, ostaja-

lo je trezno. Drugih 25% otreznilo se nakon nekoliko recidiva. Niko nije ni pre ni posle video takve rezultate.

Bilova je skupina prerasla u svetsku organizaciju *Alcoholics Anonymous* (Anonimni alkoholičari). Bili je celi »duhovni sadržaj«, od trećeg koraka do dvanaestog,¹⁹ pripisao »direktно [pastoru] Semjuelu Shoemakeru«.²⁰ Gde je pastor Sem našao takav sadržaj? U Bibliji.

Danas je A.A. zastranio od svojih izrazito hrišćanskih korenja i rezultati su mu postali manje impresivni.²¹ Ova se svetska organizacija ipak koristila biblijskim načelima i milionima alkoholičara pomogla da se otrezne i ostanu trezni. Gotovo svi medicinski i psihološki programi koriste se A.A. kao delom svoje terapije.

Velika knjiga organizacije A.A. navodi da je samo Bog odgovor:

Mi [alkoholičari] morali smo se bez straha suočiti s tvrdnjom da... Bog ili postoji ili ne postoji... Ako misliš da si ateista, agnostik, skeptik ili imaš kakav drugi oblik intelektualnog ponosa koji te sprečava da prihvatiš [A.A.]..., žalim te... Imamo za tebe jedno rešenje. Ono te nikad neće izneveriti ako ga prihvatiš s polovinom žara koji si imao kada bi posegnuo za još jednim pićem. Tvoj te nebeski Otac nikada neće izneveriti! Postoji Neko ko ima svu moć - taj Neko je Bog. Da Ga barem sada prihvatiš!²²

Pastor Sem jasno je rekao:

Snaga volje i prizivanje na nju kao dovoljnu snagu da svakoga izvuče iz [naših] nevolja [je] zamka i varka... Kada mislite da ste kadri svojim životom upravljati bez Boga, tada samo dodajete oholost ostalim gresima koje imate...²³ Naime, ono što vam nedostaje jeste od životne važnosti, a to je iskustvo vere. Trebate pronaći Boga. Trebate Isusa Hrista.²⁴

Ako je Bog izostavljen, svi će programi za reorganizaciju alkoholičara zatajiti. Medicina ne može izlečiti. Psihologija ne može preobraziti. Knjige o samopomoći ne mogu pomoći.

Alkoholičaru treba Bog.

SEDMO POGLAVLJE

Rak iz paketića

Duvan je korov besramni; od đavola dolazi. Dobro ti isprazni đzep; spaljuje ti odeću, a nos ti postaje dimnjak.

Bendžamin Voterhaus, 1754 - 1846, profesor i utemeljitelj Medicinskog fakulteta na Univerzitetu Harvard

Mesni trgovac mešovitom robom jednoga me dana nazvao (S. I. McMillena). »Doktore«, rekao je, »danasmijem gospođa Henderson, dok sam joj isporučivao namirnice, neprimetno dodala ceduljicu. Muž joj je jako bolestan. Ne pušta je iz kuće od straha da se više neće vratiti. Boji se da bi je mogao ubiti. Želi da je posetite.«

Iznenadila me promena gospodina Hendersona. Bio je visok i mišićav, bivši fudbaler. Telo mu je omršavelo, a oči upale, ličio je više logorašu iz Aušvica. Iskašljavao je ugruške krvi i mesečima nije spavao.

Svi smo odahnuli kada je napokon pristao otici u bolnicu. Međutim, prve je noći u bolnici nastupilo opsežno krvarenje iz pluća i on se grcajući ugušio u vlastitoj krvi.

Obdukcija je pokazala opsežan rak pluća koji mu se proširio na rebra, zdelicu, jetra, vrat i mozak.

Epidemija raka na plućima

Godine 1912. u jednom medicinskom članku rak pluća je nazvan »najredom bolešću«.¹ Koliko se to promenilo tokom jednog stoljeća! Danas je u Americi rak pluća rak-ubica broj jedan, uzrokuje jednu od četiri smrti od raka. Godišnje rak pluća uguši život 120.000 Amerikanaca; to je više od 300 sahrana svakoga dana.

Šta je uzrokovalo tu epidemiju raka pluća? Zagađenje vazduha? Ne, zagađenje vazduha uzrokuje manje od 5% raka pluća.² Je li uzrok gas radon? Ne, radon je uzrok samo malom broju slučajeva. Jesu li to dodaci hrani? Nisu. Jesu li pesticidi? Nisu. Nijedan od ovih faktora nije ostavio znatniju promenu u smrtnosti glavnih karcinoma.

Kada su statistički podaci naglo poskočili, mnogi su lekari posumnjali na uzrok, ali dokaz nije stigao sve do 1950. godine. Lekari Wynder i Graham izvestili su o 605 uzastopnih žrtava dokazanog karcinoma pluća: 597 ih je bilo pušača; samo je 8 bilo nepušača. Od tada se hiljadama naučnih radova dokazalo da je pušenje jedini i glavni uzrok raka pluća.

Što više pušite, više rizikujete. Pušači s pola kutije na dan boluju češće od srčanog udara i raka. Teški pušači obolevaju do 34 puta više od raka glasnica, a 72 puta više od raka pluća.

Pušenje uzrokuje i rak mokraćnog mehura, gušterice i dojke. Na koji način može pušenje uzrokovati rak na organima koji nikada direktno ne dolaze u kontakt s dimom? Dim cigarete sadržava više od četrdeset hemikalija koje uzrokuju rak. U plućima se te hemikalije brzo otapaju u krvi pa teku dalje trujući svaki organ u telu.

Otrovi u dimu cigarete su ugljen monoksid, amonijak, cija-

nid, aceton, benzen, fenol, DDT, metanol, arsen, formaldehid, nitrobenzen, vodonikov cijanid i radioaktivni element polonijum-210. Ovaj delimični popis pokazuje da pušač svoje telo upotrebljava kao odlagalište toksičnog otpada.

Povezanost sa srcem

Jednom su me (S. I. McMillena) dignuli iz kreveta da pogledam četrdesetdvogodišnjeg čoveka kojeg je iznenadna pogodio strašan bol u grudima. Kada sam stigao, čovek je ležao na podu, pepeljasto siv. Oči su mu prazno gledale u plafon. Nije disao. Nije bilo pulsa. Bio je mrtav. Ugrušak u koronarnoj arteriji prekinuo je snabdevanje srca krvljtu, promenivši tu mišićnu pumpu u beživotnu vreću.

Paketić cigareta zataknut u džep košulje objasnio je zašto je u tako ranoj dobi zadobio kobni srčani udar. Više od 200.000 Amerikanaca svake godine umire od srčanog udara, a uzrok je cigareta.

Paketić cigareta je šaka eksera za mrtvački kovčeg. Teški pušači skraćuju život prosečno za osam godina. U proseku svaka popušena cigareta skraćuje život za oko pet minuta. Dim cigarete uzrokuje suženje arterija i lepljive krvne ćelije. Gušća krv nagine zgrušavanju u suženim koronarnim arterijama te dolazi do iznenadnog srčanog udara.

Srčani je udar kod pušača u poređenju s nepušačem uopšte teži. Ugljen monoksid je potrošio kiseonik iz njegove krvi a srce mu, uzbudeno nikotinom, traži još više kiseonika. Uz sniženu zalihu kiseonika i povišen zahtev za kiseonikom, srčani udar pušača uništi više srčanih ćelija pa je verovatnije da će ga ubiti.

Arterije oštećene duvanom nanose štetu i drugim delovima tela. Dolazi do moždanog udara. U nogama nastaju gangrene. Oštećena aorta može se proširiti i puknuti. Većina žrtava rasprskutih proširenih arterija umire ne dospevši ni do operacione

sale.

Na taj zdravstveni alarm duvanske su kompanije odgovorile proizvodnjom takozvanih niskokatranskih cigareta. Upotrebljavali su lasere da probuše cigaretni papir kako bi aparati za testiranje, koje koristi vladina agencija za zaštitu zdravlja, usisali spoljni vazduh i registrovali niže nivoe katrana i nikotina. Na nesreću za pušače, te su rupice bile tako postavljene da ih pušač usnama i prstima začepi. Tako onom koji puši deklarisani »sadržaj katrana i nikotina« ne pokazuje tačno konzumiran nivo ugljen monoksida ili nikotina.³

Pušio neko »niskokatranske« ili »visokokatranske« cigarete, rizik od srčanog udara ostaje isti. Broj, a ne vrsta cigareta određuje rizik od srčanog udara. Na taj način cigarete »niskoga rizika« ne postoje.⁴

Zapravo postoje, ali ih ne možete kupiti. Još u 1970-im godinama jedna je firma potrošila više od deset miliona dolara i patentirala cigaretu uklonivši mnogo štetnih hemikalija. Radovi su pokazali da te cigarete uzrokuju znatno manje karcinoma kod miševa. No odlučili su ne dati ih na tržište. Pravnici su ih upozorili da će oglašavanje manje škodljive cigarete značiti priznanje da ostale cigarete nisu bezopasne. Potreba da se održi njihova laž sprečila je da manje škodljiva cigareta dospe u ruke zavisnika o nikotinu kojima je trebala pomoći.⁵

Emfizem

U plućnom tkivu elastin, protein poput opruge, tvori suspenzijski sistem koji drži proširenima sićušne vazdušne cevčice. Pušenje uzrokuje da enzimi razgrade elastin, a pušenje takođe sprečava sposobnost organizma da popravi tu štetu. Plućna se elastinska suspenzija raspada, a cevčice kolabiraju. Tokom nekoliko godina pušač se polako guši.

Jedan od mojih (Davida E. Sterna) pacijenata imao je tako

jak plućni emfizem da se nije mogao ni obući, a da ne ostane bez daha. Preko kanile na vratu stalno je dobijao kiseonik. Vazduh koji se našao u plućima nije mogao potpuno izdahnuti kroz spljoštene disajne puteve. Grudni se koš previše nadimao pa je poprimio oblik bačve. Tokom sedam godina sve što je mogao bilo je prevrtanje po krevetu, menjanje TV kanala i pušenje svojih demonskih cigareta kroz otvor u vratu. Bolnica Veterans Administration, gde je bio smešten, zbrinjavala je dvadeset trajnih invalida zbog emfizema.

Naborani i sterilni

Pušenje nepovoljno deluje na kožu i uzrokuje da izgleda poput smežurane grožđice, vrlo čest slučaj u starijih pušača.⁶ Izgleda da su Amerikanci podvojene ličnosti, poput šizofreničara. Troše milijarde dolara da izgledaju što lepše. Svake godine krenu u suprotnom smeru pa potroše više od milijarde dolara na cigarete čime uništavaju popravljeni izgled.

Pušenje uzrokuje i mušku sterilnost. Pušači imaju manji broj spermatozoida. A preostali spermatozoidi su deformisani i usporeni. Recite to tinejdžeru koji misli da je pušenje odlika muškosti.

Ubica žena

Godine 1900. pušilo je manje od 6% žena. U 1999. godini 22% žena podleglo je toj navici, a epidemija pušenja u žena i dalje se pogoršava. Za vreme 1990-ih postotak devojaka koje puše popeo se na 33%.⁷

Ali duvan ne bira samo jedan pol; jednako ubija ženu ili muškarca. Od 1960. do 1999. godine smrtnost žena od raka pluća porasla je za 40%. Premašila je čak i rak dojke koji je na prvom mestu kod žena. One su stvarno »daleko stigle« gde ih poruke reklama pozivaju.

Uprkos tom dokazu tokom više od pedeset godina duvanske firme nastavile su negirati taj rizik. Jedan je izvršni direktor duvanske industrije 1994. godine tvrdio pod zakletvom: »Pre-gledali smo... sve statističke podatke [i] to me nije uverilo da pušenje uzrokuje smrt.«⁸

Drugorazredna bolest

Rajanova je majka bila razočarana. »Zašto je Rajan stalno bolestan? Izgleda da lekari ništa ne pomažu.«

Upravo je provela još jednu neprospavanu noć uz svoga dvo-godišnjaka koji je vrištao. U svome je kratkom životu već četrnaest puta imao upalu uha i brojne prehlade.

Miris njegove odeće odavao je uzrok njegovih bolesti. »Sara«, rekao sam joj (David. E. Stern), »moraš prestati pušiti. To štetno deluje na njegovo telo.«

»Ah, znam«, rekla je. »To mi je jedina loša navika... Mislim da je on alergičan... Bi li pomogli vitamini?«

Govorio sam joj o potvrđenoj opasnosti od cigaretног dima koji drugi uživaju, posebno za decu. Rekao sam joj da je jednosatni boravak u zadimljenoj prostoriji jednak pušenju jedne cigarete.⁹ Rajan je udisao dim cigarete kao da je popušio polovicu kutije na dan.

Što god ja govorio, Sara nije htela čuti. Njena je zavisnost o nikotinu bila toliko jaka da nije ni pomislila prekinuti pušenje za zdravlje svoga sina. Nastavila je pušiti a Rajana sam često lečio zbog sve lošeg zdravstvenog stanja tokom sledećih godina.

*Prekinite zbog Fida
Psi koji žive s pušačima
češće obolijevaju od raka pluća.*

Svakoga dana milioni dece u svoja malena krhka pluća udišu dim cigareta svojih roditelja. Dim cigarete, na neki usputni način, svake godine uzrokuje 300.000 upala pluća i bronhitisa kod dece.¹⁰

Potpuno nefiltriran dim cigarete koji udišu nepušači čak je otrovniji od dima koji udišu pušači. Sadržava veću koncentraciju od trideset devet otrovnih jedinjenja. Vrlo opasno jedinjenje dimetilnitrozamin koji uzrokuje rak disajnih puteva, 830 puta je koncentrisaniji u dimu koji udišu nepušači u zadimljenim prostorima.

Žene pušača više obolijevaju od raka pluća. Centar za kontrolu bolesti procenjuje da u Sjedinjenim Državama dim iz druge ruke uzrokuje 3000 smrти svake godine.¹¹

Nerođeni trpe

Deca majki koje u trudnoći puše (u proseku) su slabija, nižega rasta, bolesnija i manje inteligentna nego deca majki koje nisu puštale. U jedanaestoj su godini u proseku za 2,5 cm niža, a u čitanju i matematici zaostaju šest meseci za svojim vršnjacima. Ti se nedostaci viđaju i kod dece čije su majke puštale manje od pola kutije na dan.¹²

Majke koje puše radaju dvostruko više mrtvorodenčadi.¹³ Njihova su živorodenja deca manja i verovatnije je da će oboleti i umreti od zadobijenih komplikacija.¹⁴

Katkad naoko zdrava deca iznenada umru bez ikakvog vidljivog uzroka. Sindrom iznenadne smrти dojenčeta (SISD) porodica doživljava tragično. »Zašto baš nama?« Jedan od razloga je pušenje. Pušenje druge osobe udvostručuje rizik od iznenadne smrти dojenčeta. Ako je i majka pušila u trudnoći, rizik od SISD-a se udvostručuje.¹⁵ Držati malu decu daleko od dima cigarete doista je pitanje života i smrти.

Duvan za tinejdžere

Sav napor da se pušenje ograniči usredsređen je na obrazovanje koje je dalo neke rezultate. Danas gotovo svi adolescenti znaju da je pušenje štetno. Pa ipak, jedan od petoro maturanata u srednjoj školi puši.¹⁶ I studenti u koledžu rekordno puše, a postotak se od 1993. do 1997. povećao za 28%.¹⁷

Budući da više od 80% pušača počinje pre šesnaeste godine, duvanski kartel zna da svoje žrtve mora pridobiti dok su mlade. Trgovački predstavnici kompanije Big Tobako usredsređuju se na tržiste za takozvanu odraslu mladež i još više reklamiraju svoje proizvode u trgovinama i na oglašnim pločama blizu škola i fakulteta.¹⁸

3000

Broj tinejdžera u Sjedinjenim Državama
koji počinju svakodnevno pušiti

1000

Broj tinejdžera koji će umrići
od bolesti koje nastaju zbog pušenja

Svoje su kampanje usmerili na decu i u tome su uspeli. U 1990. godini 91% šestogodišnjaka znalo je da pojmom »Džo Kamel« znači cigaretu. Kraljevi duvana su se smešili; znali su da će ta deca biti obilan urod mladih pušača.

Naši momci ni zbog čega ne bi trebali pušiti

Mnogi popuše pedeset ili sto kilograma duvana
u najboljem razdoblju svoga života;
šta na kraju za to dobiju? Narušenu telesnu strukturu,
užasan dah iz usta i stalnu žudnju za još jednim dimom.

Bilten Lige protiv duvana i narkotika (oko 1900. godine)¹⁹

King Tobako potrošio je milijarde za unapređenje seksi i mačo izgleda cigarete. Naučnici su posumnjali da bi to promenilo opažanja kod tinejdžera pa su sproveli jednostavan eksperiment. Tražili su od mlađeži da opišu dve istovetne slike čoveka, jednog s cigaretom i jednog bez nje. Pušača su bili skloni opisati kao pustolovnog, grubog, smelog i energičnog. Nepušača su opisali kao stidljivog, nežnog i nespretnog.²⁰ Muškarac koji predstavlja cigarete Marlboro i seksi lepotica koja nudi cigarete Salem uverili su današnju mladež da je pušenje sjajno, zabavno i znak odraslosti.

Dakako, znaju da je pušenje opasno, ali tinejdžeri očajnički želete izgledati odraslo. King Tobako to zna. Zbog toga je gotovo svaki broj časopisa Tin ili Jang Mis sadržavao oglas R. J. Reynoldsa kojim podstiče mladež da ne puši. Ali tim oglasima nisu poručili mladima da se suzdržavaju od cigareta zato što one izazivaju zavisnost ili ih mogu usmrstiti. Poručuju im da trebaju čekati, jer je izbor da puše cigarete »odluka odraslih«. Brošura »Duvan: pomoći mladima da kažu ne« ne spominje nijednu opasnost uživanja duvana. Roditelji trebaju reći deci da odrasli puše jer »uživaju u tome«.²¹

Kakve li uspešne varljive poruke! »Nemoj to činiti. To je, istina, zabavno, ali je samo za odrasle. Ti ne želiš u tome uživati i ne želiš se osećati odraslim, zar ne?«

Možda to nalikuje pismenim porukama protiv pušenja, ali će se time prodati mnogo cigareta.

King Tobako je radosno prepustio pedagozima odluke tinejdžera; King Tobaku je stalo samo do njihovih srca.

Šta preduzeti

U sedamnaestom stoljeću Turcima koje su zatekli kako puše odrubili bi glavu, obesili ih i raščetvorili. Prvi je ruski car pušače dao kastrirati, bičevati i prognati u Sibir. To je ipak previše, ali i manje stroge mere mogu učiniti mnogo.

Porez, porez, porez

Najbrži način da se smanji pušenje jeste povećati cenu kutije cigareta. Mnoga su istraživanja pokazala da kada cene rastu, prodaja se smanjuje. Pošteno bi bilo povećati porez na cigarete i pušače da bi se pokrilo njihovo obilno trošenje zdravstvenih sredstava.

Neka Big Tobako plati

Godinama su duvanski proizvođači trošili milijarde dolara da prevare javnost o opasnostima uživanja duvana. Čak su naučnicima plaćali da lažno preprave studije o opasnosti uživanja nikotina. Još je 1994. glavni izvršni direktor J. R. Revnoldsa tvrdio pod zakletvom: »Pušenje ne izaziva zavisnost ništa više nego kafa, čaj ili slatkiši Tvinkis.«²² Glavni izvršni direktori Brauna i Viliamsona takođe iznose: »Verujem da nikotin ne stvara zavisnost.«²³ Od tada je tajni dokument došao na svetlo dana. Trideset godina ranije pravnik je u njegovoj firmi zabeležio: »Naš je glavni posao prodaja nikotina, droge koja stvara zavisnost.«²⁴

Kako je opsežna prevara Big Tobaka postala očitom, duvanski su magnati počeli s nadoknadom. S nagodbom od 368 miljardi dolara 1998. godine delimično će nadoknaditi sredstva utrošena za prekomerne troškove zdravstvenog osiguranja kod pušača.

A šta je s pojedinačnim žrtvama i njihovim porodicama? Njima Big Tobako nije dao ni novčića. Cela vojska pravnika zakonom je zaustavila nadoknadu udovicama i siročadi zbog nepravedne smrti njihovih najdražih. To nije pravedno. Big Tobako mora platiti što je ljude zavodio cigaretama.

Zabraniti oglašivanje

Trinaestog maja 1998. godine Evropski je parlament gotovo potpuno zabranio reklamiranje duvana. Javno su izbacili oglase s oglasnih ploča koji reklamiraju cigarete, iz novina i časopisa. Zabranjeno im je sponzorisanje sportskih događaja. Čak su i majice s takvim simbolima zabranjene.

Sjedinjene bi Američke Države mogle učiti od Evrope. Čak kada je Kongres zabranio televizijske reklame u Sjedinjenim Državama, Big Tobaku je zapravo učinio uslugu. Duvanski se kartel želeo rešiti Načela o poštenom odnosu, čime se tražilo da za svaki oglas za pušenje na televiziji TV stanica mora dati jedan oglas protiv pušenja. Reklame za cigarete podsticale su godišnju prodaju na sedamdeset pet cigareta po osobi, a oglasi protiv cigareta smanjivali su prodaju prosečno petsto cigareta po osobi.²⁵ Ne morate imati magistraturu da biste shvatili koliko je to dobro za zdravlje, ali loše za trgovinu cigaretama.

Big Tobako je očajnički želeo da se Načelo o poštenom odnosu ukine. Zauzvrat bi se proizvođači cigareta odrekli TV reklama. Dogovor je sklopljen i TV reklame za cigarete su nestale. Bez besplatnog pristupa reklamama na televiziji, udruženja protiv pušenja nisu više doble slobodan termin na televiziji da Amerikancima kažu istinu o duvanu.

Big Tobako je uložio goleme iznose dolara koje je trošio za televizijsko oglašivanje pa ga prebacio u oglasne ploče, majice, trkačke automobile i časopise. Tu nije vredelo Načelo o poštemnom odnosu. Uskoro su dobili ono što su žeeli: još milione za-

visnika od nikotina.

Big Tobako se čak radovao što će ministar zdravstva otisnuti upozorenje na svaku kutiju cigareta. Zašto? Jednostavno zato što su se nadali da će ih zdravstveno upozorenje štititi od sudskeih tužbi žrtava nikotinskog trovanja. Žrtve mogu podići tužbu, ali bi Big Tobako odgovorio: »Nemojte reći da vas nismo upozorili.« U isto vreme mogli su i dalje poricati da cigarete škode, jer to i nije bilo njihovo upozorenje; bilo je to upozorenje ministra zdravstva. Big Tobako je iskoristio ta upozorenja da izbegne milijarde dolara sudskeih taksi i odštete za smrtnost od duvana.

Big Tobako upravlja i informacijama koje čitate. Kad je nekoliko puta časopis Tajm objavio članak o opasnosti od duvana, Big Tobako je povukao oglase iz sledećeg izdanja, što je vlasnika časopisa koštalo oko milion dolara zbog izgubljenih prihoda. To je razlog zbog čega većina časopisa više ne objavljuje današnje vesti o opasnosti pušenja i o velikim demonskim varkama Big Tobaka.

Nekoliko hrabrih časopisa, uključujući *Reader's Digest* i *Saturday Evening Post*, odbija reklamirati cigarete. Nije čudo što su ti časopisi među retkim koji objavljaju istinu o opasnosti od duvana.

Možda i ne možemo zabraniti prodaju i upotrebu duvana, ali se zasigurno možemo boriti da Big Tobako ne objavljuje u svim novinama i po oglašnim mestima širom zemlje cigarete sa seksi modelima i mačo kaubojima. Zašto dopustiti Big Tobaku da još nekog tinejdžera otpravi u prerani grob?

U trgovinama bi trebalo cigarete držati izvan vidnoga mesta, ispod tezge. Trebalo bi zabraniti blistavo pakovanje cigareta i majice sa slikama cigareta koje se posvuda dele. Sve bi vrste cigareta trebale biti u belom omotu s jednostavnim crnim natpisom. Trebalo bi zabraniti automate koji prodaju cigarete na malo. Upozorenje ministra zdravstva trebalo bi biti na celoj

poleđini svake kutije cigareta.

Možda ne možemo zabraniti duvanske proizvode, ali ne smemo dopustiti onima koji promovišu pušenje da svoj otrov čine toliko privlačnim.

Zašto ljudi puše?

Primer roditelja

Glavni faktor koji utiče na pušenje mladih je primer roditelja. Roditelji pušači udvostručuju mogućnost da im i deca počnu pušiti.²⁶ Čini se ludim, ali kad se deca pobune protiv roditelja, često ih oponašaju.

Nekoliko je istraživanja pokazalo da stavovi roditelja ne utiču hoće li se njihova deca naviknuti na pušenje.²⁷ Roditelji, pazite da vaša dela ne začepe vašoj deci uši. Nije važno ono što kažete, već ono što činite.

Da izgledaju odraslo

Mnogi tinejdžeri pušenje doživljavaju kao dokaz odraslosti. Služi im kao statusni simbol da svetu pokažu da su prisutni u društvu. Pušenje uskoro postaje društvena poštupalica. Umesto da od nervoze mašu rukama, imaju nešto držati u njima. Kad od nekog traže cigaretu ili je dele s nekim, osete da negde pripadaju.

Znakovi odvikavanja

Svaki put kada pušaču padne nivo nikotina u krvi, počinje patiti od simptoma odvikavanja, postaje teskoban i razdražljiv. Sedam sekundi nakon udisanja cigaretног dima, nikotin uđe u mozak i smanji teskobu nastalu zbog odvikavanja. Zato toliko pušača smatra da ih pušenje opušta.

Stres

Stres stvara kiseliji urin i pojačava izlučivanje nikotina. Kad osoba doživljava stres, mora pušiti još više da bi održala isti nivo nikotina.

Navika

Bića smo koja žive od navika. Šta god ponavljamo svakoga dana, ubrzo činimo bez razmišljanja. Marsel Prust je primetio: "Što je navika besmislenija, to je jača." Ima li besmislenijeg ponašanja od udisanja otrovnih dimova u osetljiva pluća?

Zavisnost

Pušenje je jednakop opasno kao i medveđa zamka. Big Tobacco spretnim oglašavanjem i privlačnim pakovanjima cigareta mami u zamku. Mladi gledaju zavodljivu zamku i misle da im neće naškoditi. Iz nje mogu izaći kad god zaželete. Ali nakon nekoliko sedmica zamka ih je čvrsto zahvatila. Svaki je beg vrlo bolan. Nikotin, čist i jednostavan, droga je koja stvara zavisnost.

Godine 1980. proizvođač cigareta Filip Morris zaposlio je dva naučnika: Viktora DeNoblea i Pola Melea da istraže zavisnost o nikotinu koristeći se pacovima. Svoj su posao obavljali u potpunoj tajnosti čak i prema drugim naučnicima koji su radili u Filipu Morrisu. Ubrzo su otkrili da su pacovi postali teški zavisni, jer su im ubrizgavali sve više doze nikotina.

Jednog su dana DeNoble i Mele otpušteni bez upozorenja. Naređeno im je da smesta prekinu istraživanja, isključe instrumente i predaju svoje propusnice. DeNoble je izjavio: »Laboratorijska je preko noći doslovce nestala. Životinje su pobijene, oprema preseljena, a svi tragovi bivše laboratorijske uklonjeni.«²⁸ Filip Morris je čak pretio da će ih sudski goniti ako o svojim istraživanjima budu raspravljalici ili ih objavili. DeNoble je rekao da su izvršni direktori Filipa Morrisa ispravno shvatili njihovo

istraživanje. Nazvan sredstvom zavisnosti, »nikotin je postao poput heroina«.²⁹

Ono što nikotin čini miševima, čini i ljudima. Čak i kod pušača s rakom grla, kojima su hirurški odstranjene glasnice pa dišu i puše kroz kanilu, polovina ih ponovno puši. Jedan je pacijent pušio tri kutije cigareta na dan. Čak se i noću budio svakoga sata da popuši cigaretu.

Rob nikotina bio je Sigmund Frojd. Pušeći dvadeset cigara na dan, patio je četrdeset godina od bolesti srca te podneo trideset tri operacije zbog raka na usnama, što ga je konačno ubilo. Lekari su mu savetovali da prestane pušiti, ali on nije smogao snage prestati.

Kada je nekoliko puta nastojao prekinuti pušenje, pao je u teško stanje krize odvikavanja. Kad mu je jednom lekar naredio da prestane, viknuo je: »Biste li radije da dugo i bedno živim?«³⁰

Prestati pušiti

Prestati pušiti nikad nije lako jer je pušenje vrlo jaka zavisnost. Ali prestanak pušenja ima velikih prednosti. Tokom tri sedmice prekida pušenja kod mladeži smanjuje se broj otkucaja srca, disanje je učinkovitije, pluća elastičnija, izdržljivost povećana.³¹

Kada saznaju da im je dijagnoza smrtonosna, neki konačno prestanu pušiti. Ali zar nije bolje prekinuti pre negoli se razvije kobna bolest? Nakon samo jedne godine u kojoj ne udišu dim cigarete, rizik se od srčane bolesti upola smanjuje. Nakon deset godina rizik od plućnoga karcinoma može se upola smanjiti.³²

Propisujući nikotinske flastere, inhalacije i lekove, lekari danas mogu pomoći mnogima koji se ranije nisu uspeli odviknuti od pušenja. U svojoj (David E. Stern) praksi prošle sam godine od nikotinske zavisnosti lečio više od dve stotine pušača. Oko 80% oslobođilo se pušenja u mesec dana. Osećali su se bolje.

Mirisali su bolje. Imali više energije. Bili su ponosni zbog svojeg uspeha.

Lekari se napokon bude

Jednom sam (S. I. McMillen) upitao kolegu lekara koji je prestao pušiti jer mu bilo teško. »Nije, jer kad sam stvarno odlučio prekinuti, i kad sam u tome uspeo, rešio sam se najveće muke u životu.«

»Kako to misliš?« pitao sam ga. »Smatrao sam da ljudi puše radi užitka.«

»Ma kakvi!«, rekao je. »Rešio sam se velike muke. Uvek sam tražio cigarete, šibice, pepeljare. Spalio sam rupe na odelu i nameštaju. Kad sam prestao, rešio sam se najveće muke koja čoveka može snaći.«

On je samo jedan od hiljade lekara koji su se osvestili i osetili smrad dima. Godinama ranije na skupovima lekara morao sam se boriti da kroz dimnu zavesu ugledam govornika. Čak je i časopis JAMA (Časopis udruženja američkih lekara) oglašavao cigarete. Godine 1949. pušilo je čak 60% lekara.³³ Danas ih puši samo 3%.³⁴

Pojavile su se drastične promene u navikama lekara kada su napokon shvatili da je pušenje glavni uzrok koji može sprečiti:

- neprijatelja zdravlja broj 1: bolesti srca
- neprijatelja zdravlja broj 2: rak.

Sve u svemu, cigarete pobiju više od 400.000 Amerikanaca na godinu. To je više nego sva smrtnost od automobilskih nesreća, AIDS-a, alkohola, zabranjenih droga, ubistava, samoubistava i požara.

Teza

Zar nemate razuma da se stidite i suzdržite se od ove prljave novotarije?... U svojoj zloupotrebi grešite protiv Boga, škodite sebi, telu i dobrima... [i] pridonosite... da vas grde i preziru. [Pušenje je] odvratno oku, mrsko nosu, štetno mozgu, opasno plućima, a crni smrdljivi dim najviše podseća na užasan dim iz bezdana Stigije.

Kralj Džejms I. Engleski,
Protivudar duvanu, 1604. godine.

Protivteza

Nema sumnje da duvan može pročistiti sve nečistoće i izlučiti svaku gustu i viskoznu telesnu tečnost kako to vidimo u svakodnevnom iskustvu.

On leči rak dojke, otvorene i najedene kraste na ranama i ogrebotinama, bez obzira na to koliko bile otrovne i oštećene, gušu, prelome udova, crveni veter i štošta drugo. Izlečiće rane na rukama, nogama i drugim delovima tela, koliko god dugo trajale.

Dr. Johanes Vitich, cjenjeni lekar,
s početka 1600. godine.³⁵

Možemo biti zahvalni što nam je medicinska nauka otvorila oči da uvidimo opasnost od pušenja. Možemo biti još zahvalniji Bogu što je milione svojih sledbenika poštdeo od tih strašnih bolesti. Pre bilo kakvih proučavanja raka pluća i istraživanja stanovništva, izveštaja ministra zdravstva, Bog je mnoge poveo da izbegnu uživanje duvana i osude ga. Godine 1653. Jakob Bald, sveštenik isusovac, postavio je pitanje: »Kakva je razlika između pušača i samoubice: osim što jednom treba duže vreme da se ubije nego drugom?«³⁶

Iste je godine skupina biskupa i univerzitetskih profesora izdala proglašenje u kojem glasi:

Bezbožno je i neprilično da čovekova usta na koja ulazi i izlazi besmrtna duša, usta kojima je namenjeno disati čisti vazduh i zahvaljivati Svevišnjem, budu oskvrnuta uvlačenjem i izduvavanjem duvanskoga dima.³⁷

Tokom 1800-tih Pokret trezvenjaka podstakao je mnoge hrišćane da osude duvan. Godine 1881. Frances Vilard, promoter treznosti obvezao se:

Od duvana svakoga uvek ču se suzdržati Ime Božje nikad uzalud ne izustiti.³⁸

Oko 1900. godine jedan je letak britanske antiduvanske i antinarkotičke lige upozoravao:

Neka oni koji čitaju ovaj letak odluče težiti ostvarenju krajnjeg cilja svoga bića: proslaviti Boga, ljubiti i slediti Spasitelja, da neće imati ništa s navikama toliko odvratnima i štetnima kao što je pušenje duvana.³⁹

Pre mnogo godina čuo sam (S. I. McMillen) svedočanstvo bivšeg pušača. Obratio se u crkvi gde niko nije propovedao protiv pušenja, ali Sveti Duh ga je nadahnuo da prestane pušiti. Takav mu se zahtev činio čudnim, ali ga je poslušao. Posle je naišao na biblijski tekst koji je potvrđio njegovu odluku.

Duvan nije bio poznat u kulturama koje opisuje Biblija, pa nije čudo što ga pojmenice ne navodi. Hrišćani su se, međutim, susretali s mirisom duvana, ispljuvcima, dimom i bolestima. Shvatili su da je uživanje duvana suprotno mnogim biblijskim navodima kao što je:

Ili ne znate da je telo vaše hram Svetoga Duha koji je u vama, koga imate od Boga, i niste svoji? Jer ste kupljeni skupo. Proslavite, dakle, Boga telom svojim! (1 Korinćanima 6:19-20)

Jer hram je Božji svet, a to ste vi. (1 Korinćanima 3:17).

Ako, dakle, jedete, ako li pijete, ako li šta drugo činite, sve na slavu Božiju činite. (1 Korinćanima 10:31).

U mnogim religijama - poput hinduizma, šintoizma, budizma, gnosticizma i zoroastrijanizma, nije važno kako postupate sa svojim telom.⁴⁰ Samo je duhovno važno. Ali hrišćanstvo se tu od njih razilazi. Bogu je važno ono što činite sa svojim telom. Poslušnost ovom biblijskom gledištu očuvala je mnoge hrišćane. Nisu nijednom udahnuli taj dim, niti su žvakali duvan pa nisu imali »nijednu od ovih bolesti«.

OSMO POGLAVLJE

Mučenje ili nega

Podaci su... uticali da se predomisljam, tako da sada preporučujem [obrezivanje novorođenčadi]... više ne držim da je obrezivanje prosta reč; ono je besprekorno.

Dr. Tomas Visvel, 1992.

Neki kažu da obrezivanje uzrokuje »dugotrajno psihološko oštećenje deteta«.¹ Nazivali su ga »zlostavljanjem deteta«,² »običnim, jednostavnim mučenjem«,³ čak i »delimičnim kastiranjem«.⁴ Kakav je to »varvarski običaj?«⁵ Zašto mu se podvrgava više od 85% dečaka? Zašto se to još uvek dopušta? Treba li ga obustaviti?

Radi se o obrezivanju tek rođenih dečaka, postupku uvedenom pre četiri hiljade godina opisanom u Bibliji. Danas se hiljade novih roditelja suočavaju s teškom odlukom; treba li to obaviti ili ne?

Rešenje zvano »Pokrij ga«

R. Vejn Grifits osnovao je potpornu skupinu nazvanu »Pokrij

ga« za muškarce koji su na taj način bili »osakaćeni«. »Mnogo je muškaraca«, kaže, »koji su gnevni što su bez svog pristanka bili ozleđeni pa žele s tim u vezi nešto preduzeti.«⁶ Grifits je odlučio nešto preduzeti. Izumeo je 212-gramske rastezače za kožu koji »izgleda kao sićušni čelični uteg pa ga je obesio na »amputacijsko mesto« od »četiri do dvanaest sati svakoga dana osim vikendom«. Nakon osamnaest meseci postigao je cilj. »Potpuno sam pokriven i imam još nešto viška kožice«, objavio je.⁷

S malo šale odlučio sam (David E. Stern) pregledati svoje pacijente.⁸

»Jeste li gnevni što su vas obrezali?« pitao sam ih.

»Šta kažete?« upitali bi.

Kada bih im objasnio postupak »Pokrij ga«, gledali bi me kao da sam pao s Marsa. Sigurno postoje takvi gnevni muškarci, ali nisam mogao pronaći nijednoga koji je o tome iole razmišljao.

Svetlost ili vrućina

Na početku dvadesetog stoljeća Amerikanci su uopšteno prihvatali biblijske tradicije pa je postupak obrezivanja bio raširen. Kako je, međutim, stoljeće odmicalo mnogi su lekari postali odbojni prema biblijskim tradicijama. Neki su to zaoštravali pitajući roditelje: »Hoćete li sina ostaviti netaknutim ili ćete mu kožicu na penisu odrezati?«

Ono što smo pisali u prilog obrezivanju uzbudilo je mnoge. Ljudi su nam pisali pisma po deset stranica i grdili nas u knjigama. Jedna je autorka pisala da je »iznenađena što takav postupak vidi kod hrišćana«.

Dok su se raspirivale vatrene rasprave, mnogi su se roditelji mučili svojim odlukama. Umesto da dodajemo ulje na vatru, možda u tom žaru možemo pronaći i malo svetlosti.

Zbog čega bi neko »sakatio genitalije« malom detetu? U 1960-im godinama mnogo je lekara postavljalo takvo pitanje.

Ta naizgled nepotrebna patnja podstakla su Američku akademiju za pedijatriju da doneše izjavu 1971. godine: »Nema valjanih medicinskih indikacija za obrezivanje dečaka u novorođenačkoj dobi.⁹

Ubrzo je stav protiv obrezivanja postao naukom religijskog pokreta Novo doba. Dete je »bespomoćna žrtva«! Neki su pokrenuli velike kampanje za spašavanje tih zlostavljenih dečaka kao da su kitovi, foke ili pegave sove.

Lekari su zaklinjali: »Zaustavite to ‘silovanje falusa’¹⁰ i »Dokrajčite razbojništvo nad penisom«.¹¹ Čuvši te poruke, mnogi su roditelji odlučili da ne »sakate« svoje sinove.

S početka 1980-ih godina većina se mojih (David E. Stern) profesora medicine smejala kada sam napomenuo da to pitanje možda ima i drugu stranu. Ne želim li se vratiti na postupak puštanja krvi i upotrebi pijavica?

Dr. Semmelweis je opet živ

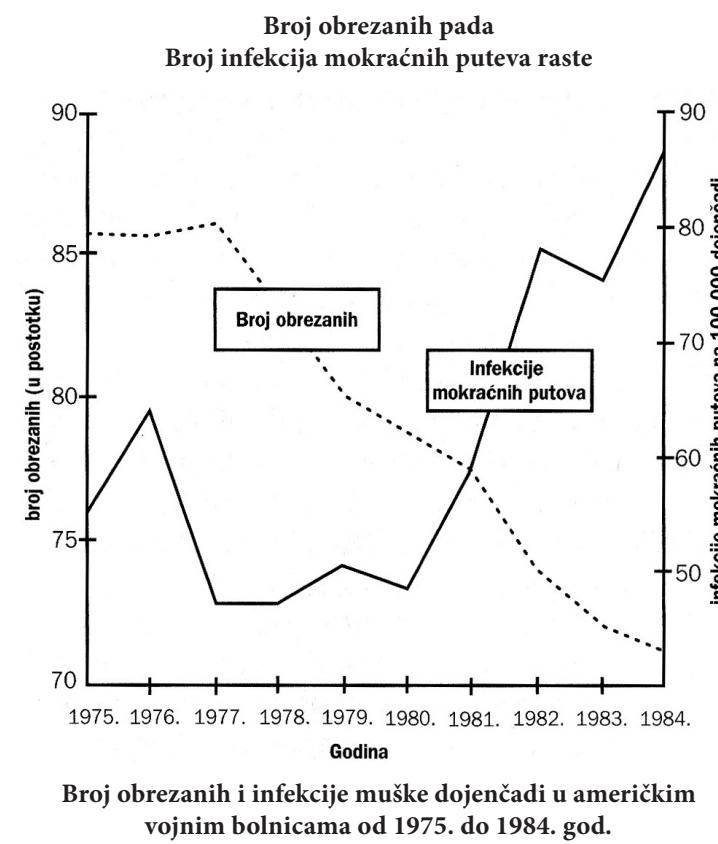
U to se vreme dr. Tomas Visvell, energični pedijatar, pri-družio kampanji protiv obrezivanja: »Obrezivanje je bila ružna reč. Istaknuti sam protivnik toga postupka. Osećao sam se, kao i mnogi pedijatri, poput viteza koji ubija opakog zmaja obrezivanja.¹²

Dr. Visvel je bio specijalista za intenzivnu negu novorođenčadi. Provodio je hiljade sati negujući krhku i bolesnu novorođenčad. I poput dr. Semmelweisa i Visvel je počeo tražiti način da spreči smrtonosne infekcije.

Jednoga dana, dok je pregledavao bolničke zapise o 200.000 novorođenih dečaka, zapazio je iznenadujuću sklonost. Bilo je deset puta verovatnije da će, u odnosu na obrezane, neobrezani dečaci oboleti od infekcije mokraćnih puteva.¹³ Lekari su se borili protiv obrezivanja, ali su smrtne ishode prevideli. Kako se broj neobrezanih dečaka udvostručio, broj se opasnih infekcija

mokraćnih puteva takođe udvostručio. Mnogi nisu pirhvatili nalaze dr. Visvela jer (kako je rekao jedan lekar) nisu »uverljivo objašnjavali«.¹⁴

Dr. Visvel je objavio potpuni pregled komplikacija kod obrezivanja.¹⁵ Pa ipak je jedan kritičar rekao: »Visvel (s imenom koje je sam stvorio i položaj koji mora odbraniti?)... odbija prihvati da uopšte postoje komplikacije kod obrezivanja.«¹⁶



Sproveo je do sada najpotpunije istraživanje o tom postupku, pa ipak saslušajte jednoga klevetnika: »Visvel sa svim odbacuje

bilo kakva opovrgavanja svojih rezultata bez ikakvog poštenog ili objektivnog razmatranja toga predmeta.«¹⁷ Teško bi se moglo dr. Visvela prepoznati kao lekara koji je nakon objavljinjanja svog izvornog istraživanja upozorio: »Kako sada stvari stoje ne preporučujemo rutinsko obrezivanje novorođenih dečaka.«¹⁸

Za razliku od Semmehveisa, Visvela nisu otpustili pa je nastavio istraživati to područje. Tokom nekoliko sledećih godina na devet se različitih istraživanja ustanovilo da obrezivanje štiti od infekcije mokraćnog trakta. Obrezivanje je možda doista najbolji način da se spreče takve infekcije.

Afrika i nova pošast

Dok je dr. Visvel dolazio do ovih otkrića, epidemija AIDS-a proširila se Afrikom. Milioni Afrikanaca, njih 90%, zarazili su se heteroseksualnim kontaktima. Oko 80% afričkih prostitutki bile su nosioci tog virusa. U Ugandi, AIDS je jedno od desetoro dece učinilo siročetom. Časopis Njuzvik opisao je tu tragediju:¹⁹

Afrika u doba pošasti

Nekoliko je stotina hiljada umrlo, a možda još 5 miliona nosi virus AIDS-a

Pre tri godine 600 je stanovnika Ugande živelo u ovome mestu nedaleko od granice s Tanzanijom. Mrežama su lovili nilskog grgeča iz jezera Viktoria i trgovali tekstilom i čajem s krijumčarima s juga. Trgovali su i sekson. U prašnoj glavnoj ulici... nizali su se disco-klubovi puni prostitutki koje su nudile »seks po sniženoj ceni«.

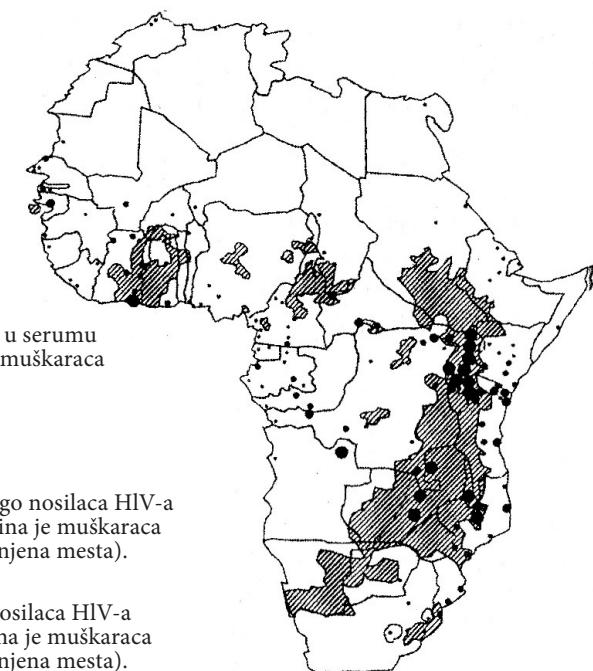
U 1982. godini AIDS se proširio poput vatre u preriji. Sada je u Kasenseru preostalo još samo 150 ljudi; više od 100 seljana umrlo je, a mnogi su otisli. Mnogo je koliba danas prazno.

Sprovodi su... deprimirajuće česti... Medicinska sestra Žosefin Naravima otvorila je... dispanzer podignut od bambusa, dva i po metra s dva i po metra. »Otkako sam došla [ove godine]«, kaže, »48 je ljudi umrlo od 'slabosti [AIDS-a]...' Prošle nedelje smo pokopali konobaricu. Ona je poslednja žrtva, a nadamo se i zadnja.« Ali ipak još sedam disco-klubova radi, a izgleda da devojke tamo imaju mnogo mušterija. Postalo je otrcano AIDS nazivati kugom dvadesetog stoleća, ali u Središnjoj Africi nijedna druga reč nije toliko prikladna.

Otkud ta užasna pošast? Ne znaju se još svi razlozi, ali u

1988. godini naučnici su se iznenadili »zanimljivim i neočekivanim« zapažanjima.²⁰ Bilo je osam puta verovatnije da će se neobrezani muškarci zaraziti AIDS-om.²¹ U Africi se AIDS širi većinom među plemenima koja ne obavljaju obrezivanje muške dojenčadi.²² To se vidi na priloženoj mapi. Tamo gde je obrezivanje uobičajeno AIDS se retko pojavljuje. Tamo gde je obrezivanje retko, AIDS je učestaliji.

Visok broj obolelih od AIDS-a gde je malo muškaraca obrezano.



Pretežnost HIV-a u serumu kod neobrezanih muškaraca

- <1
- 1-4
- 5-9
- 10+

Tamo gde je mnogo nosilaca HIV-a (velike tačke) većina je muškaraca neobrezana (zasjenjena mesta).

Tamo gde malo nosilaca HIV-a (male tačke) većina je muškaraca obrezana (nezasjenjena mesta).

Iz S. Moses, J. E. Bradley, N. J. D. Nagelkerke et al.,
Geographical Patterns of Male Circumcision in Africa:
Association with HIV Seroprevalence, International Journal of
Epidemiology 19(1990):695.

Ali ti nalazi nikoga ne bi trebali začuditi. Gotovo pedeset

istraživačkih radova dokazalo je da je vlažna, tanka kožica na muškom polnom organu podložnja svim vrstama polno prenosivih bolesti.²³ Tomas Kvin iz Nacionalnih instituta za zdravstvo dodaje: »Istraživanja pokazuju da obrezivanje treba preuzimati jednakom kao što koristimo kondome. Valja učiniti sve što se može da smanjimo prenošenje [AIDS-a].«²⁴

Dakako da obrezivanje i kondomi nisu najbolja zaštita protiv AIDS-a. Božja zapovest da polni odnosi budu samo u bračnoj vezi sigurno štiti od AIDS-a (vidi 15. poglavlje). Afrika dokazuje: ako je svaki muškarac obrezan, stanovništvo ima prilično dobru (iako daleko od savršene) zaštitu od AIDS-a.

Pri vakcinaciji koristi se isti postupak za delimičnu zaštitu. Mnoge se epidemije mogu nadzirati ako je svako delimično zaštićen. Na taj se način obrezivanje može smatrati »vakcinacijom« društva protiv AIDS-a. Ono dramatično snizuje broj nosilaca virusa AIDS-a, a time i broj nevinih ljudskih žrtava.

Pitanje raka

Odavno se zna za zaštitni učinak obrezivanja. Već je 1932. godine dr. A. L. Volburst utvrdio da obrezivanje štiti od kobnog raka muškog polnog organa koji se često pojavljuje. Pregledao je stotine slučajeva i došao do zaprepašćujućeg otkrića. Od 1103 slučaja raka nijedan se nije pojavio kod muškarca Jevreja.

Zbog čega su Jevreji pošteđeni? Pre gotovo četiri hiljade godina Bog je naredio Avramu da obreže svako muško dete. Od tada su Jevreji verno obrezivali svako muško novorođenče u svakom naraštaju. Dr. Volburst je smatrao da to obrezivanje verovatno štiti jevrejske muškarce od raka na muškom polnom organu. Otada su sumnju dr. Volbursta dokazala tri važna istraživanja. Od 521 muškarca s rakom muškog polnog organa nijedan nije bio obrezan.²⁵ Od 1930. godine lekari nisu ustanovili ni deset muškaraca s rakom polnog organa koji su bili obrezani.

Rak muškog polnog organa bio je jedini koji se praktično mogao sprečiti jednostavnim preventivnim postupkom, obrezivanjem. Ono je 99,9% učinkovito u sprečavanju ove užasne bolesti.

To je fantastično! Nakon mnogih godina istraživanja nauka je pokazala najučinkovitiji način za sprečavanje infekcija mokraćnih puteva kod muške dece i raka muškog polnog organa. Ali nauka nije do toga zaključka došla svojim laboratorijskim ispitivanjima. Nikako! Velik popis statističkih podataka doveo je nauku do otkrića. Ti su statistički podaci postojali samo zato što su naraštaji sledili Božju zapovest da se obreže svaki novo-rođeni dečak.

Organizovana medicina uspeva u drugom pokušaju

Trebalo je vremena, ali sada je čak i Američka pedijatrijska akademija počela razmišljati. Setite se njihove izjave iz 1971. godine: »Nema valjanih medicinskih indikacija za obrezivanje muške novorođenčadi.«²⁶ Godine 1989. njihova se izjava promenila:

Propisno izvedeno obrezivanje novorođenih dečaka sprečava [probleme sa polnim organom]... a pokazalo se da smanjuje pojavu karcinoma [penisa]... Može smanjiti pojavu infekcija urinarnog trakta... Obrezivanje muške novorođenčadi brz je i uopšteno siguran postupak kada ga izvodi iskusni hirurg.... Obrezivanje muške novorođenčadi donosi moguće medicinske koristi i prednosti jednakom kao rizik i neuspeh. Kada se radi o obrezivanju, prednosti i rizik treba objasniti roditeljima i od njih dobiti prstanak.²⁷

Kakva promena! U manje od dve decenije promenio se stav. Ne kažu više »Nema valjane indikacije«. Sada nabrajaju koristi i preporučuju da obavešteni roditelji »daju pristanak«, što je inače potrebno i za sve medicinske postupke.

1971.
»Ne postoje valjane medicinske indikacije za obrezivanje muške novorođenčadi.«
Američka pedijatrijska akademija

1989.
»Obrezivanje muške novorođenčadi ima potencijalne medicinske koristi i prednosti...«
Američka pedijatrijska akademija

Dr. Edgar Schoen, prvi predsednik Nadzorne službe za obrezivanje potpuno je promenio mišljenje: »Uglavnom na osnovi kasnije objavljenih radova lično se slažem s dr. Visvelom da savremeni dokazi upućuju na to da korist obrezivanja muške novorođenčadi nadilazi rizik postupka.«²⁸ Kakve li izjave! Setite se da je njegova izvorna Nadzorna služba zaključila da obrezivanje muške novorođenčadi nema nikakvih »valjanih medicinskih indikacija«.

Sada se sve zbiva mnogo brže nego u dane dr. Semmehveisa. Dr. Visvel je doživeo da su njegovi zaključci potvrđeni.

»Religija, a ne nauka«

Uprkos tome, neki su skloni napadati obrezivanje jer je to »obredni« i »okrutan« postupak, »ukorenjen u tradicionalne i kulturne vrednosti«:

Očito je da obrezivanje izvire iz religije, a ne na temelju nauke. Bi li ikoji institucionalni etički odbor odobrio eksperimentalno hirurško odstranjivanje kožice na polnom organu muške dece u nastojanju da se smanje infekcije urinarnog trakta ili čak rak?²⁹

Doista! Lekari nikad ne bi pomislili na to da eksperimentima istraže korisnost obrezivanja kožice na muškom polnom organu. Zapravo, »eksperiment« je zacrtan u Božjem drevnom zdravstvenom priručniku, u Biblijici.

Kako ulazimo u treći milenijum, nauka je konačno donela zaključak glede rezultata eksperimenta: »Nijedna od ovih bolesti«.

Beleška: Ako ste roditelji koji očekujete dete, pogledajte *Dodatak radi smernica u donošenju lične odluke za svoje muško novorođenče.*

DEVETO POGLAVLJE

Tajna osmoga dana

Danas se svet nalazi na pragu onoga što napredan mladi svet nazi-va Novo doba... Pokret protiv obrezivanja tek je jedan spoljni znak važnog preokreta koji se sada zbiva u ljudskoj svesti... sve to obuhvata postupak duhovnog prosvetljenja...

Džefri R. Vud (oko 1990.)

*Svako muško dete kada mu bude osam dana neka bude obrezano...
Tako će biti savez moj na telu vašem savez večnan.*

Bog u Knjizi Postanja 17:12-13 (oko 1900. pr. Hr.)

Dok sam (S. I. McMillen) obavljao lekarsku praksu u Zapadnoj Africi, poglavica mesnog plemena probudio me usred noći. Jedva sam mogao verovati vlastitim ušima; želeo je da odmah ustanem i obrežem njegovog dvanaestogodišnjeg sina. U Africi se s poglavicama ne raspravlja pa sam obavio to kasno noćno obrezivanje. Upozorio me da taj zahvat držim u tajnosti.

Dve sedmice posle drugi me glasnik probudio i rekao mi da ga sledim. Tiho smo se iskrali do uske prašumske staze. Kad smo se približili čistini, bubnjevi su odzvanjali kao pomamni.

Nekoliko su sati dečaci plesali oko velike vatre. Pri sablasnim senkama obojena su im lica i grudi sjajila na treperavoj svetlosti.

Zatim su bubnjevi utihнуli. Dečaci su drhtali dok su se svrstavali u red. S velikim mesarskim nožem u ruci približavao se враč. Iza maske strašnog lavljeg lica divlje je rikao dok je amotamo koračao ispred reda. Iznenada se zaustavio kod prvog dečaka, strgnuo dečakov bedreni povez, zgrabio njegovu kožicu na polnom organu, vrisnuo strašnim krikom, poskočio u vazduh i odrezao mu kožicu. Tresući se od užasa, svaki je dečak vrištao kada bi došao na red. Zatim bi se presavinuo i stenjaod bolova.

Poslednji u redu bio je poglavičin sin. Otišao je s vračem. Ušli su u kolibu. Čuli smo vračeve glasne krikove, ali nikakvih bolnih dečakovih uzvika. Dok su se ostali još presavijali od bolova, poglavičin je sin olako izašao. Skočio je na magarca i odjehao u selo.

Niko nije znao da je on već pre dve sedmice bio obrezan. Diveći se njegovoj srčanosti, svi su se složili da će taj dečak biti veliki poglavica.

Faktor bola

Obrezivanje je bolno, što su pokazali obrezani dečaci. Možda bi roditelji zbog takvog bola trebali čekati da dečaci sami donešu odluku o obrezivanju.

Prema »Zakonu o pravima male dece i dojenčadi«:

Dečak ima pravo ne samo zadržati svoju kožicu na polnom organu već je ostaviti nedirnutu... Takve postupke treba ostateći za starije osobe (adolescente i odrasle) koji su u stanju sami doneti takve lične odluke.¹

No je li čekanje stvarno humano? Čak i kad se dvanaestogodišnjaci obrežuju u savremenoj bolnici, trpe bol oko sedam dana. Novorođenčad je, s druge strane, krajnje otporna. Za ne-

koliko minuta prestaju plakati i spremna su jesti. Međutim, u dobi od tri meseca obrezivanje je bolno i osetljivost traje tri do četiri dana.²

Osim bola pomislite kakva je osećajna trauma deteta koje je počelo otkrivati svoju seksualnost pre dvanaeste godine. Pomišlite koliko je zbumjeno i ljutito zbog tog prividnog napada na njegove polne organe. Ako nema medicinskog razloga za zahvat, nijednog dečaka ne bi trebalo obrezivati nakon dojeničke dobi. Ako to nije učinjeno tada, ne bi trebalo ni posle.

Nažalost kod 10% dečaka koji ostaju neobrezani razvije se neka zdravstvena smetnja pa je kasnije u životu potrebno obrezivanje. Mučno je na to i pomisliti.

Najprikladnije vreme za obrezivanje je prvi mesec života. Posle toga je vrlo bolno. Nije to pitanje prava. Pitanje je saosećaja.

Osiguranje protiv infekcije

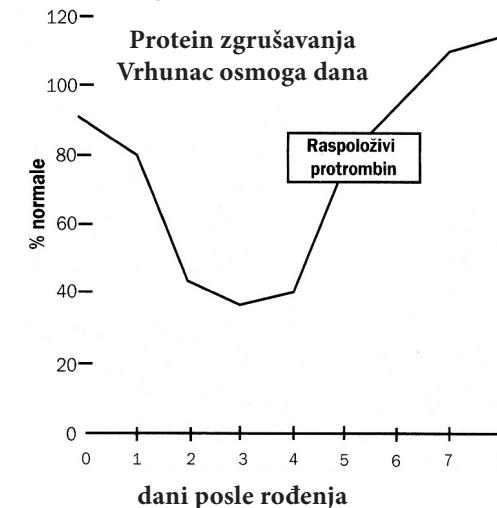
Danas u Sjedinjenim Državama obrezivanje muške novorođenčadi godišnje sprečava više od deset hiljada infekcija mokraćnih puteva kod dojenčadi. Da ti dečaci nisu obrezani, te bi infekcije ubile i do dve stotine dečaka.³ Kad je Bog još davno izdao zapovest za obrezivanje, nije se znalo za antibiotike pa su takve infekcije bile kudikamo ozbiljnije. Deset hiljada infekcija uzrokovalo je više od dve hiljade smrtnih slučajeva. Obrezivanje muške novorođenčadi spašava živote i danas, ali u Avramovo doba spašavalo je još više.

Dakako, ako čekamo da dečaci donesu vlastitu odluku, neki će od njih umreti kao dojenčad a da nisu nikada imali priliku doneti odluku. Takozvano pravo da se odlučuje o sebi zvuči prilično prazno majci malog deteta koje je upravo umrlo od infekcije mokraćnog trakta.

Osmi dan, ali nikako kasnije

Kada su lekari na zapadu započeli s obrezivanjem muške dojenčadi, obavljali su to u prvim danima života dok je dete bilo još u porodilištu. Povremeno bi neko dete jako krvario. U retkim bi slučajevima dečak iskrvario do smrti. Dugo su vremena lekari bili zbumjeni ovim dugotrajnim krvarenjem. O čemu se radilo?

Konačno su na početku dvadesetog stoljeća naučnici počeli proučavati način zgrušavanja krvi i pronašli odgovor. Telu treba K-vitamin za stvaranje proteina koji dovodi do zgrušavanja. Novorođena deca, međutim, do petoga dana života ne stvaraju K-vitamin. Zbog toga na detetov treći dan protein koji uslovjava zgrušavanje (protrombin) iznosi svega 30% od normalnoga. U časopisu za pedijatre piše: »Najveći rizik [od krvarenja] javlja se između drugoga i sedmoga dana života.«⁴ Prema tom opisu, krvarenje u toj dobi »može naneti ozbiljnu štetu unutrašnjim organima, posebno mozgu i uzrokovati smrt od šoka i iskrivenja«.⁵



Uskoro nakon rođenja dete počinje proizvoditi vitamin K.⁶

Osmoga dana nivo protrombina penje se na 110% nivoa odraslog. Na taj je način u detetovom životu osmi dan najsigurniji dan za obrezivanje.⁷

Dok se divimo čudima savremene nauke, gotovo čujemo kako se stranice Biblije listaju do Knjige Postanja 17:12 gde Bog kaže Avramu: »Svako muško dete kada mu bude osam dana neka bude obrezano.«

Ko je izabrao taj osmi dan kao najhumaniji i najsigurniji trenutak u dečakovom životu? Savremeni medicinski udžbenici katkad navode da su Hebreji pomno posmatrali kretanje krvarenja.⁸ Ali kako to dokazati? Teško krvarenje javlja se najviše kod jednoga od 200 novorođenčadi.⁹ Određivanje najsigurnijeg dana za obrezivanje zahtevalo bi pomnije eksperimente, praćenje hiljade obrezivanja. Je li to mogao Avram, primitivni puštinjski nomad?

Možda je razumnije objašnjenje za obrezivanje osmoga dana biblijska tvrdnja: »Reče Bog Avramu.« Istoričari smatraju da je obrezivanje muške novorođenčadi jedinstveno za Izraelce. Na taj način ni Avram, ni njegova porodica ni bilo ko od njegovih bližnjih nije bio obrezan u ranom detinjstvu. Šta mislite šta je verovatnije: ko je izabrao osmi dan, drevni medicinski genije ili Stvoritelj K-vitamina?

Izmenjeni postupak obrezivanja

Tokom godina jevrejski su rabini dodavali nešto biblijskom obrednu obrezivanju (npr. Brit Milah). U vreme vladavine Grčke i Rimskoga Carstva Jevreji su bili pod strašnim pritiskom da napuste svoje jevrejstvo. Vrlo obrazovani Grci smejali su se »nazadnim« i »varvarskim« Jevrejima. Rasizam i antisemitizam bili su u modi.

Neki su Jevreji nastojali postati Grci. To nije bilo lako, jer istoga časa kada bi Jevrejin ušao u javno kupalište, obrezan polni

organ je pokazivao njegovo jevrejstvo. Kako se mogao sakriti? Odgovor je jednostavan, ali bolan; spali i preostalu kožicu, jer ožiljak stvara veštačku kožicu.

To je mnoge Jevreje užasavalo pa su odlučili s time prekinuti. Posle obrezivanja obredni je hirurg odrezao sve što je preostalo od kožice koristeći se oštrim noktima. To je dovelo do trajne velike brazgotine na mestu obrezivanja. Na nesreću ovaj je obred (*Priah*) ostavljao grubo neravnu ranu, sa sporim zarastanjem uz rizik od infekcije.

U sedmom stoleću posle Hrista obredni su hirurzi dodali *metzitzu* ili isisavanje. Operater bi svoja usta namočio vinom i isisao krv iz neravne rane. Neki kažu da je to činio »kako bi očistio ranu i odstranio klice koje bi detetu mogle naškoditi«.¹⁰ Smatrali su da je dete u smrtnoj opasnosti ako se ne primeni isisavanje. Čak je i glasoviti jevrejski lekar Majmonides odobrio *metzitzu* za sprečavanje infekcije.¹¹

Danas znamo da isisavanje nije nikoga zaštитilo. Unosilo je u nežno dete bujicu opasnih klica iz usta. S medicinskog gledišta, nakon čistoga hirurškog zahvata, ljudski je ugriz doveo do infekcije. Čak i danas obredni hirurzi katkad zaraze decu gangrenom, tuberkulozom i tetanusom.¹² Tu je i mogućnost da obredni hirurg zarazi dečaka virusom AIDS-a.¹³

Kako je taj obred izvorno izgledao? Bog je bio zapovedio da upotrebljavaju nove »kamene noževe« (Jošua 5:2). Izrađivani su klesanjem komada kamena, proizvodeći čist, oštar rub. U prirodi izložena stena je bez klica. Umesto ovog čistog i sigurnog postupka, kasniji dodani postupci grebenja i isisavanja pretvorili su obrezivanje u prljav i opasan obred.

Nije li zanimljivo uočiti kako Mojsije nije preporučivao egiptsku pomast od balege da »pospeši zarastanje«? Mojsije se samo držao božanskih uputa. Božji je način bio najbolji. Božja je metoda pomagala zaceljenju, zaustavlja krvarenje i sprečavala

infekcije.

To je tajna osmoga dana: »Nijedna od ovih bolesti...«

3. DEO

SEKSUALNO ZDRAVLJE

DESETO POGLAVLJE

Rođen kao homoseksualac?

Mladić, koji je bolovao od potpuno razvijene homoseksualne neuroze, ispričao mi je da mu otac, iako su živeli u istoj kući, nijednom nije ušao u sobu u kojoj on spava... Nije se mogao setiti da bi ga otac ikada namerno dotakao... To što nikada nije ocu stegnuo ruku, porvao se s njim, naguravao ramenom... može biti uskraćivanje osećaja, mnogo veće od onoga što većina može zamisliti.

Lin Pejn, Kriza muškosti

»Derik Daviš: HLV-pozitivan (potvrđuje Western Blot).« Prečesto viđam (David E. Stern) slične laboratorijske nalaze; svaki mi put izgledaju tragično. Nazvao sam Derika, vlasnika mesnoga restorana, da dođe i porazgovaramo o njegovim nalazima.

Derik je dojurio. Stiskao je šake sav oznojen. »Nemojte mi reći, doktore. Sve znam. To je to, zar ne?«

»To pokazuju nalazi«, odgovorio sam.

»Možemo li ih ponoviti?« upitao je.

»Svakako«, kazao sam.

Suze su mu tekle niz obraze dok je govorio o sebi.

S jedanaest godina proveo je leto sa svojim osamnaestogodišnjim bratićem Gerijem. Delili su istu sobu. Geri ga je upoznao s uzbuđenjem i jezom seksualne igre. Ti su događaji kod njega izazivali stid, uzbuđenje i ljutnju - ali uglavnom zbumjenost.

Posle, kao tinejdžer, družio se i sastajao samo s devojkama. Svoju ženu Džejn susreo je u koledžu. U prvih nekoliko godina braka bilo je teškoća, bio je to »uglavnom dobar brak«. A onda su jedne večeri, nakon posla, dve konobarice pozvalе Derika na piće. Bile su lezbijke i odvele ga u bar za homoseksualce. Istoča Derikova je pojava izazvala seksualnu pomamu među redovnim gostima u baru. Za tridesetak minuta pozvala su ga trojica muškaraca. Pažnju koju je izazvao bila je opojna.

Tri je sata proveo s jednim čovekom raspravljući o muzici, hrani i seksu. Nakon nekoliko pića Derik je iz bara otišao s Lerijem. Sledećega se jutra Derik probudio u tuđem krevetu s muškarcem koji ga je milovao po kosi.

Ponovno su se javili osećaji zbumjenosti. Stideo se, a ipak mu je bilo »tako lepo«. Nije shvatao svoju ljutnju. »Bila je to«, kazao je, »najnežnija ljutnja koju sam ikada osetio.«

Uprkos svojoj zbumjenosti Derik je često odlazio u Lerijev krevet. Prevladali su homoseksualni osećaji. Mnoge je noći doživljavao polne odnose s nepoznatim osobama u prostorima javnoga toaleta.

Osećaji prema Džejn su se promenili. Smetalo mu je gotovo sve što je radila. Želela je biti s njim. Želela je romantiku. Želela je intimnost. A on to nije želeo. Pomisao da ima polni odnos s nekom ženom postala mu je odbojnom.

Naposletku je objavio da je »homič« i brak se raspao. »Ne želim te povrediti«, kazao joj je, »ali ne mogu se promeniti. Radi se o tome ko sam ja zapravo... Ne mogu više živeti u laži.«

Onda je napustio Djejn, četvorogodišnjega sina i kćer. Si-

gurnost i ispunjenje braka prodao je za rizik i prazninu s hiljadama bezimenih partnera.

U mojoj je ordinaciji shvatio da će taj izbor i dokrajčiti njegov život. »Zašto baš ja?«, plakao je. »Uvek sam pazio. Uvek sam koristio kondom.«

Iste je noći Leriju rekao za nalaze krvi, a Leri je odmah napustio sobu. Trenutni ushiti u toaletnim prostorima Derikov su život, poput toaletne vode, isprali u kanalizaciju. Da je sledio neki drugi scenario, mogao je još uvek uživati ljubeći svoju decu za »laku noć« i udobno spavati u krevetu kraj žene. Umesto toga, stotinama se besanih noći prevrtao i pitao ko mu je dao taj poljubac smrti.

Osetio je beznađe kralja Solomona koji je nakon svojih hiljada žena zavapio: »Taština nad taštinama... sve je taština!« (Povjednik 1:1)

Zašto Džon voli Džeka

Derikova priča oslikava složenu narav polnog usmerenja. Kao i u Derikovom slučaju, niko se jednoga jutra ne probudi i najednom odluči: »Danas ću biti homoseksualac.« Polnost je mnogo podmuklja i složenija. Neki, poput An Landers, podupiru omiljeno mišljenje da je »ljudsko seksualno usmerenje određeno kod rođenja«.¹ Ovo popularno gledanje ima, međutim, slabo uporište. Istraživanja pokazuju da je ljudska polnost složena, ali *sigurno nije predodređena kod rođenja*.

Nemamo odgovore na sva pitanja, ali čini se da najmanje pet faktora pospešuje razvoj homoseksualnog usmerenja.²

Genetika

Genetika može uticati na homoseksualne sklonosti. Postoji, zapravo, sve više dokaza da geni imaju stanovitu ulogu u polnom usmerenju. Najvažnija su istraživanja preduzeta kod jed-

nojajčanih blizanaca koji imaju jednake gene, ali imaju:

- iste roditelje koji se prema njima slično ponašaju
- istu okolinu
- zajednički identitet

Uprkos svim ovim sličnostima u odgoju i savršenoj genskoj podudarnosti, ako jedan blizanac odabere homoseksualni stil života, drugi blizanac ima samo 50% mogućnosti da živi kao homoseksualac. Ne treba vam diploma iz genetike da shvatite kako ovo dokazuje da ne postoji jednostavan »gen za homoseksualnost«. Geni mogu odrediti boju očiju, kose i kože, ali ne određuju seksualni odabir. Geni mogu proizvesti sklonosti prema homoseksualnosti, ali geni nisu uzrok homoseksualnosti.

Pa ipak, oni koji to praktikuju sebe opravdavaju naučnim istraživanjima. Aktivni homoseksualci brzo su se uhvatili jednog istraživanja »gena homoseksualnosti« puštenoga u javnost kojim se dokazuje kako je »homoseksualnost pojava koja se prirodno javlja kao obična varijanta kod ljudskih bića«.³ Pa šta! Tako se javlja i depresija. Tako i alkoholizam. Tako i šizofrenija. Ako se neko stanje »prirodno javlja i često«, zar je tada poželjno?

Čarls Krauthamer napisao je u časopisu Vašington Post:

Nauka nema šta reći u raspravi o pravima homoseksualaca. Tolerancija ili obeshrabrvanje homoseksualaca je pitanje o kojem se odlučuje prema tome što ljudi smatraju vrednim, moralnim i prilikama za sreću u homoseksualnom životu. Nauka je tu sporedna.⁴

Zbunjujuća seksualna iskustva

Zbunjujuća seksualna iskustva mogu uticati na homoseksu-

alne sklonosti. Većinu čine lezbijke, koje su, još kao devojčice, seksualno zlostavljadi muškarci. Ta traumatična sećanja stvaraju strah od intimnosti s muškarcima. Rani susreti dečaka s homoseksualcima mogu uzrokovati seksualnu zbrku. Čak kad je to slučaj, gotovo svi takvi dečaci i dalje imaju normalne heteroseksualne nagonе.

U pubertetu neka deca osete nejasnu privlačnost istom polu. Ti podsticaji kao površni i prolazni izblede čim dete počinje opažati suprotni pol. Kada pedagog u školi sazna za te istopolne pobude, može odgovoriti: »To je normalno. Sigurno si homoseksualac.« Tek je sada dete potpuno zbumjeno.

Susreo sam (David E. Stern) nekoliko mladih muškaraca koji su dobili takav savet pa onda ušli u svet homoseksualaca, da bi tek kasnije otkrili istinu. Takvi trenutni nagoni ne čine dečaka homoseksualcem ništa više nego što mačkino mahanje repom ne čini od nje psa.

Slom društvene strukture

Slom društvene strukture može uticati na homoseksualne sklonosti. Homoseksualni publicitet govori da se homoseksualci ne bave retrutovanjem naše dece. Kažu: »Ili jesi ili nisi homoseksualac.« »Leopard ne može promeniti svoje pege.« Ako imate kakvih pitanja o tome bave li se homoseksualaci unapređenjem i prodajom svog životnog stila, dopustite mi da vam ispričam kako sam jedne večeri šetao ulicom u Filadelfiji dok sam bio na studijama medicine.

Prolazio sam kraj javne telefonske govornice. Zazvonilo je. Naivno sam podigao slušalicu i odgovorio: »Halo?«

»Halo, prijatelju«, odgovorio je sanjarski muški glas.

»Ko je?« upitao sam.

»Neko ko se želi zabaviti.«

»Ko ste vi?« pitao sam.

»Pogledaj gore na prozor, s druge strane ulice.«

Tamo je stajao mršav sredovečni čovek koji je izvodio sekualno podsticajne pokrete. »Oprostite«, kazao sam. »Ja nisam takav.«

»Pa šta onda?« rekao je. »Ni ja nisam bio. Imao sam ženu i decu. Užasno dooosadno! Ne znaš šta propuštaš. Dođi gore. Biće nam jako zaaabavno.«

»Ne, hvala«, kazao sam.

Dok sam spuštao slušalicu, on je zarežao: »Het.⁵

Usamljeni i nesigurni mladi ljudi lak su plen homoseksualnih lovaca koji postavljaju svoje tragične zamke s obećanjem brzih seksualnih 'oh' i 'ah' uzdaha. Seksualna džungla još nikada nije bila toliko opasna.

Neki inače heteroseksualni muškarci dolaze u kušnju da isprobaju homoseksualni polni odnos. Među zatvorenicima oko 30% svojеволjno praktikuje homoseksualnost. Međutim, čim izadu iz zatvora, gotovo svi se vraćaju isključivo heteroseksualnim odnosima. Tim je ljudima homoseksualni odnos bio jedini način da se seksualno rasterete. To upućuje na to da je homoseksualnost ono što neko čini, a ne kakav neko jeste.

Poput kanalizacionog otpada koji prodire iz uličnih kanala, homoseksualnost se razlila ulicama Amerike. Mnogi mladi ljudi isprobavaju homoseksualnost samo zato što je društvo dopustilo da ulica poput Spruce Strit (u Filadelfiji) postoji. Nismo to nikako smeli dopustiti.

Udaljeni otac

Za dečake, ali i za devojčice, očevi su najvažniji faktor u seksualnoj orijentaciji.⁶ Više od 80% homoseksualaca (ali samo 18% heteroseksualaca) emotivno je udaljeno od svojih očeva.⁷

Dečaci koji nikada nisu iskusili očev muški zagrljaj ili tapšanje po leđima osećaju čudnu mešavinu ljubavi i mržnje prema

očevima. Intimnost s muškom osobom tada traže na drugom mestu, ali ih ona nikada ne zadovoljava. Dvojakom željom za ljubavi i kažnjavanjem njihov otac postavlja temelj za nestabilne odnose s muškarcima.

Nažalost, mnogi očevi misle, premda nisu bliski sa svojim sinovima, da će ako se ponašaju kao muškarčine, osigurati stvaranje muževnog heteroseksualnog sina. To je daleko od istine. Baš time guraju dečaka u homoseksualnost. Dečaci koji imaju topao odnos s očevima koji iskazuju svoju muškost, retko se okreću homoseksualnosti. Odnos pun ljubavi između oca i sina deluje poput vakcine imunizirajući dečaka protiv homoseksualne sklonosti.⁸

Svaki minut koji otac provede sa sinovima bitan je u njihovom životu. Vreme koje ulažu u dečake osigurava normalan moralan, intelektualan, emocionalan i seksualan razvoj. Takav odnos podstiče i Biblija. Evo kako biblijski mudrac govori o svojim ocu: »I ja sam bio sin u svoga oca i nežan jedinac u svoje matere; i mene je on učio i govorio mi: 'Zadrži moje reči u svom srcu, poštuj moje zapovesti, i živećeš.'« (Izreke 4:3-4).⁹ Upravo je to očinski odnos kakav svaki sin želi i treba. Biblija upućuje: »A vi, očevi, ne razdražujete decu svoju, nego ih odgajajte u vaspitanju i nauci Gospodnjoj!« (Efežanima 6:4) Takvo očinstvo čuva sina od seksualnog zastranjenja.

Majka koja guši ljubavlju

Majka koja dete guši svojom ljubavlju, a uz to je zajedljiva supruga, može uticati na homoseksualne sklonosti. Deca sklona »homoseksualnosti« obično imaju majke koje ih guše svojom ljubavlju. One drže svoje sinove kao dojenčad i ograničuju ih odvraćanjem od sporta, sprečavaju im 'spojeve' i teraju ih da obavljaju devojačke poslove kao što su pletenje, šivanje i kupanje u peni. Takvi dečaci već kao tinejdžeri možda još uvek spavaju

u krevetu sa svojom majkom. Mnogi gaje skriveni bes prema majkama zbog ove prisilne uloge ‘mamine maze’.

Uprkos popularnom pojmu da su dečaci i devojčice jednaki i izmenjivi, mnoga su istraživanja pokazala da su muškost i ženskost prirođeni deo onoga što jesmo. Nismo samo muško ili žensko. U celosti smo ili muško ili žensko. Potreban je strahovit pritisak da se promeni naš prirođeni polni identitet.

Bog nas je takve stvorio i želi da se roditeljstvo kreće u tom smeru. Roditelji iz razdoblja naglog porasta nataliteta (posebno u SAD-u) opisuju svoje pogreške u odgoju jer se nisu obazirali na pol deteta. Jedna je majka opazila kako je svojem tek prohodalom dečaku dala lutku i kasnije ga zatekla kako lutkinom glavom igra bezbol. Dečaci se opiru feminizaciji. Devojčice se opiru maskulinizaciji. Odgajatelj koji ne pazi na pol deteta, mакар samo iz hira, zanemaruje stoleća ljudske mudrosti, deluje protiv biblijskoga nauka i zbujuje decu.

Majke koje tako guše decu često su zajedljive žene koje otvoreno preziru i podcenjuju svoje muževe. Često podstiču sinove da se postave protiv oca. Takve majke nisu nimalo slične biblijskom opisu žene: »Ona mu čini dobro, a ne zlo, u sve dane veka svojega... Sinovi njeni podižu se i srećnom je nazivaju, i muž njen hvali je« (Izreke 31:12.28). To nije majka koja guši dete. Nije ni zajedljiva žena.

Kada se govori o polnosti, tri od četiri majke homoseksualaca govore da je to prljav i odvratan čin koji služi samo da zadovolji mušku životinjsku požudu.¹⁰ Takve majke svoju frigidnost često opravdavaju verskim rečima. To je razlog zbog kojeg mnogi psihijatri optužuju religiju koja žene uči da polnost duboko zamrznu. Ti bi se psihijatri iznenadili kada bi pročitali ono što Biblija opisuje kao seksualnost:

*Kako si lepa i kako si ljupka,
O najdraža, među milinama!*

*Stas je tvoj kao palma,
Grudi su tvoje grozdovi.
Rekoh: popeću se na palmu
Da dohvativ vrške njene,
A grudi će tvoje biti kao grozdovi na lozi,
Miris daha tvoga kao jabuke.
Usta su tvoja kao najbolje vino.*

Pesma nad pesmama 7:7-10

To je gotovo slično izazovnom spotu popularne pevačice Madone, međutim to piše u Bibliji. Biblijска seksualnost nije frigidnost, već bračna vernost. Biblijска poruka je jednakost strastvena, iako mnogo smislenija od jedno-noćne zabave. Biblija ne skladišti seksualnost u frigidni zamrzivač prividno kreposne žene. Niti spaljuje seksualnost na lomači homoseksualaca. Biblija smeštava seksualnost u toplo ognjište braka.

Stolećima su Jevreji navodili Pesmu nad pesmama kako bi svoje mladiće uveli u čudesnost braka i seksualnosti. Britanski naučnik piše:

Uvek sam bio iznenaden jasnim, bez ikakvog stida, govorom kojim su oni [Hebreji] raspravljadi o seksualnim temama. Ali nisam potpuno shvatao da to ima svoje korene u izuzetno čistom poimanju onog dobrog u seksualnoj funkciji. To je vrlo teško shvatiti nama odgojenima u tradiciji koja je u mnogima ukorenila ideju da je seksualnost u biti grešna.¹¹

Čak i danas ortodoksnici Jevreji nastavljaju primenjivati ova načela seksualnosti pa nije ni čudo što je malo seksualno zastranjениh. Jedan je istraživač primetio: »[Učestalost] homoseksualnosti kod ortodoksnih Jevreja čini se fenomenalno niskom.«¹²

Istraživanja dosledno pokazuju da je najbolja zaštita protiv budućih homoseksualaca porodica koja se ponaša prema biblijskim načelima. Bog i dalje štiti porodicu i društvo od razornog

delovanja homoseksualnoga ponašanja ako »... budeš zdušno slušao glas Gospoda, Boga svoga, vršeći što je pravo u Njegovim očima; budeš li pružao svoje uho Njegovim zapovestima i držao Njegove zakone...« (Izlazak 15:26).

JEDANAESTO POGLAVLJE

Igra: Seksualne ‘muzičke stolice’

Bernard: Slobodu, mala! Slobodu!

Leri: Moraš je imati! Ne može drugčije. A oni koji se kunu u večnu vernost, lažu. Većina njih, uostalom - njih devedeset posto, neprestano varaju jedno drugo i lažu čim zinu. Žalim, ja tako ne mogu, a to Hanka tera u škripac.

Mart Krouli, Dečki iz benda

Aktivni homoseksualci vole se prikazivati kao zreli monogamni, koji održavaju trajne ljubavne odnose. Nekolicina ih tako živi, ali samo nekolicina. Evo tužnih podataka. Gotovo 75% homoseksualaca većinu svojih seksualnih činova obavlja s muškarcima koje čak i ne poznaje. Oko 30% homoseksualaca ima više od hiljadu životnih partnera.¹

Jedan čovek opisuje svoj život:

Ne bih to želeo ni najlučem neprijatelju... Godinama sam živeo s mnogim cimerima a s nekim sam imao polni odnos. Zaklinjali su se da me vole. Ali homoseksualne veze počinju i svršavaju sa polnim odnosom. Malo je s čime bi išli dalje.

Posle prvoga strastvenog olakšanja, polni odnosi postaju sve redi. Partneri su sve nervozniji. Žele nova uzbudjenja, nova iskustva. Počinju varati jedan drugoga, u početku potajno, a kasnije sve očitije. Dolazi do ljubomore i iskaljivanja besa. Konačno se rastanu i počinju se nadmetati oko novoga ljubavnika.²

Romantični novajlji koji traži trajnu ljubav gorko će se razočarati u homoseksualnom odnosu. Homoseksualna ljubav uopšte nije ljubav. Homoseksualni odnosi uvek se raspadnu zbog nesigurnosti, borbe i nevere.

Pogledajmo jedno istraživanje na stotinama 'stabilnih' homoseksualnih parova.³ Nakon što su zajedno živeli punih pet godina, nijedan par nije ostao seksualno veran. Autori, i sami homoseksualni par, zaključuju da biti homoseksualac znači da im treba više partnera. Ustraju u tome da trajno verni odnosi ne postoje u 'normalnom' homoseksualnom načinu života.

U suštini, onome koji nastoji zadržati dugotrajan homoseksualni odnos ovi istraživači poručuju: »Zaboravi to! Ti odbijaš prihvati vlastitu homoseksualnost. Moraš nadići svoju homofobiju. Kada konačno prihvatiš svoju homoseksualnost, neprestano ćeš živeti igrajući seksualne muzičke stolice.« (Muzičke stolice su igra u kojoj igrači idu oko stolica dok muzika ne prestane, a tada sedaju na stolice kojih je jedan manje nego igrača, tako da svaki put jedan igrač ispada. Op. ur.)

Ljudska se bića razlikuju od pastuva u ergeli ili petlova u kokošinjcima. Bog nije nikada namenio ljudima da žive poput životinja. Prisilno opštenje s bezbrojnim partnerima nije normalno za ljudska bića. To je znak nervoze.

Povucite crtu i gradite mostove

Homoseksualni stil života nikada se ne može prihvati kao 'ono drugo' u Božjem uzorku stvaranja. Bog je načinio čoveka

»prema liku Božjem... muško i žensko« (Postanak 1:27). Polni odnosi su zdravi samo u sadržaju Božjeg plana, u braku između muškarca i žene: »Zato će ostaviti čovek oca svoga i mater svoju, i prionuće uz ženu svoju, i biće dvoje jedno telo« (Postanak 2:24).

Božji je plan uvek najbolji. Čak i danas samo 4% ljudi u braku počini preljubu u određenoj godini.⁴ Kakva suprotnost u parovima homoseksualaca, 100% 'bračno' nevernih u pet godina!

Verske skupine koje u svojim porukama odobravaju »verne homoseksualne odnose« zvuče prosvećeno i saosećajno, ali ne opisuju pravu stvarnost. Crkve se mogu isto tako izjasniti opravdavanim odnosom »Lepotice i Zveri«. Čemu opravdavati odnose koji ne postoje?

Cela zamisao »homoseksualnog braka« u osnovi je izopačena. Homoseksualci ne održavaju postojane monogamne odnose. Pokret za brak homoseksualaca ne govori o stvarnosti. Radi se o društvenom prihvatanju i političkoj moći.

Vreme je da onima koji ih gađaju jajima kažemo s ljubavlju, ali odlučno: »Bogu je stalo do vas i nama je stalo do vas, ali vaše su zamisli o preoblikovanju porodice pogrešne. Zbunjuju našu mladež i seju seme bolesti i očaja. Nismo dužni pristati na vaše ponašanje koje je sudija Vrhovnoga suda Voren Burger označio kao suprotnost 'milenijumima moralnog naučavanja'.⁵ Zapravo, dužni smo osuditi takvo ponašanje. Ne mrzimo vas. Ali vam ponašanje nije 'gay' (veselo, op. ur.), ono je tužno. Nije blagotvorno, razorno je. Nije ispravno, pogrešno je.«

Bog poziva vernike da povuku crt u i da sagrade mostove,⁶ da postave granice i dosegnu one koji žive izvan tih granica. Ne opravdavamo ono što je pogrešno time što se brinemo za onoga koji čini krivo. Lekari ne opravdavaju ubicu kada šivaju ubičine rane. Ne opravdavamo homoseksualne činove time što sa samilošću pomažemo obolelima od AIDS-a.

Da Isus danas hodi po zemlji, možda bismo ga našli na odeljenju za AIDS. Dok je hodao po zemlji, uvek se pojavljivao tamo gde su grešnici patili. Često se kretao po mestima gde su bile bludnice i gde je život bio na samom dnu. Nikada nije udarao one na dnu života, podizao ih je. Činilo se da ga ne muči kako su onamo dospeli. Više ga je zanimalo gde idu. Smatramo da Isus zove svoje sledbenike da danas čine isto.

Seksualnost i odnosi imaju svoje granice. Ali Božja ljubav nema granica. Njegova ljubav dopire i do onih koji su odlutali daleko preko granica normalne ljudske seksualnosti.

Homoseksualna nervozna

Zbog čega neki odaberu živeti izvan normalnih granica ljudske seksualnosti? Zašto traže stotine partnera istoga pola? Je li to znak psihološkog problema?

Od samih početaka delovanja psihijatrije, lekari su smatrali da je homoseksualnost duševni poremećaj. Ali 1974. godine Američko psihijatrijsko udruženje popustilo je homoseksualcima koji su neprestano ometali njihove skupove. Skinuli su ih s leđa objavom da homoseksualnost više nije duševni poremećaj. Ali popuštanje političkim protestima retko ide u prilog nauci. Od tada su istraživači izneli mnoštvo podataka koji su upućivali na to da se homoseksualci doista kreću izvan glavne psihološke struje. Kakvi god bili testovi, koja god zemlja i društvena skupina, naučnici su dosledno dobijali isti rezultat. Homoseksualci imaju izuzetno visoke rezultate na testovima koji mere nervozu.⁷

Praktični homoseksualci skloni su pokazivati sledeće neutrotske pojave:

- *Osećaj manje vrednosti:* Kompleks manje vrednosti prirodno zahvata dečaka koji nikada nije dobio očevu pohvalu, a majka ga je neprestano gurala u ženske poslove, pa se osećao manje vrednim pred drugim dečacima. Tako

su drugi dečaci izgledali muževniji i privlačniji. Osećajući se manje vrednim, počinje se diviti drugim dečacima. Obožavanje drugih dečaka prerasta kasnije u želju za vezu s istim polom.

- *Usredsređenost na samog sebe:* Homoseksualna ‘ljubav’ nije nimalo slična radosnom iskustvu zaljubljivanja. To je neurotična prisila da se iz ljubavnika iscedi ljubav. Usred-sređena na sama sebe, narcisoidna, teži dobiti ljubav, a ne davati ljubav.
- *Seksualna opsednutost:* Homoseksualne misli prevladavaju u misaonom životu homoseksualca na način vrlo sličan misaonom životu zavisnika o drogama.
- *Samosažaljenje:* Jedna misao neprestano proganja homoseksualca: »Nije pošteno.« On će se verovatno brinuti ili kukati zbog svog fizičkog izgleda, zbog neke »neurotične krize«, brige za zdravlje ili društvene »homofobije«. To neprestano jadanje objašnjava zbog čega manjinska skupina homoseksualaca, manja od 3% stanovništva, proizvodi tako glasan politički protest.
- *Prisilna žudnja:* ‘Ljubav’ prema istom polu nikada nije zadovoljena. Vrlo je slična kleptomanu koji neprestano krađe po trgovinama, ne zato što treba nešto više, već zato što ima prisilnu žudnju da krađe. Zato se homoseksualac nađe u vrtlogu seksualnog iskorišćavanja, ne zato što mu treba više partnera, već zato što ima prisilnu žudnju seksualnog zadovoljavanja.
- *Gnev:* Homoseksualac se razdire između želje za ocem kakvog nikada nije imao i gneva na oca kakvog ima u stvarnosti. Ležući s partnerom, čezne za bliskim muškim odnosom. U tučnjavi s partnerom besan je na odsutnog oca.

Nova dijagnoza

U prošloj su deceniji psiholozi uveli pojam »seksualna zavisnost«. Prejednostavno je izjednačiti žudnju za kokainom s neurotskom požudom, ali taj model može koristiti u razvoju programa da se pomogne takvim »seksualnim zavisnicima«.

U članku časopisa *Postgraduate Medicine* (Medicina za postdiplomce) dr. Dženifer Šnajder navodi tri glavne oznake seksualne zavisnosti:

- Prisila: Čovek se oseća nesposobnim prekinuti sa svojim nepromišljenim seksualnim životom.
- Ustrajnost: Čovek nastavlja s nepromišljenim polnim opštenjem uprkos negativnim učincima na život kao što su polno prenosive bolesti ili razvod braka.
- Obuzetost: Čovek se oseća nesposobnim obuzdati neprestanu zauzetost svojom seksualnošću.⁸

Zvući li vam to poznato?

Danas je politički ispravan izraz seksualna zavisnost. Dakako, homoseksualna nervosa jeste seksualna zavisnost. Psihijatri više ne označavaju homoseksualnost kao poremećaj. Ali u današnjem politički ispravnom svetu homoseksualnost se može jednostavno označiti kao »istopolna seksualna zavisnost«. Bez obzira kako ga nazivali, homoseksualni životni stil ostaje neprirodan, nezdrav i psihološki abnormalan.

Čovek koji je bolovao od AIDS-a sažeо je svoje osećaje: »Već živim pod vlastitom osudom, ne trebam vas da me osuđujete.« Tačno, homoseksualcima ne treba mržnja, treba im pomoći. Mnogi neće hteti pomoći, ali mržnja rađa još veću mržnju.

Popularizovali su ideju da je njihov životni stil gay (veseo). Ali niz godina slušajući iskustva homoseksualaca, uvideli smo istinu. Život im je prazan i neispunjeno. Lik u drami *Momci iz benda* poručuje: »Pokaži mi veselog homoseksualca, a ja će tebi gay telo.«⁹

Rendiјeva maturska zabava

Rendi Rohl nije poželeo takav život. Život mu je bio otežan time što su mu se roditelji rastali kada mu je bilo samo šest godina. Njegova je majka rekla: »Znala sam da je Rendi drukčiji, ali nisam znala zašto. Uvek je želeo postići da ga ljudi uočavaju. Po hodnicima bi lajao, a onda bi te pogledao i kazao: »Gubi se!«

Godine 1979. stekao je pažnju cele zemlje kada su on i Grejdi Kvin postali prvi istopolni par koji je pošao na matursku zabavu u američkoj gimnaziji. Uz blistavo svetlo TV kamera plesali su celu noć u pristalim plavim smokinzima, s crvenim ružama u zapučku i srebrnim naušnicama. TV i novine objavili su da je američka maturska zabava napokon »izašla iz zatvora«.

Ali, mnogo se toga promenilo. Godine 1994. nije bila neka osobita vest kada je Školski odbor u Los Andelesu sponzorisao matursku zabavu samo za homoseksualce. Parovi istopolnih mladića, devojaka i transvestiti stizali su u limuzinama u hotel Hilton u Los Andelesu, gde je L. A. Tajms izvestio da su se »ljubakali, večerali i plesali prippjeni jedni uz druge«¹⁰. Roditelji jednog homoseksualnog tinejdžera bili su ushićeni: »Plesna je dvorana bila lepo ukrašena, pratnja je plesačima davala potporu, a mlada su lica zračila ponosom. Baš kako i treba biti.«¹¹

Ti roditelji nešto nisu znali, da Rendi, »pionir homoseksualnog ponosa« više nije plesao. Na prethodnoj proslavi Nove godine Rendi je propustio sve zabave. U njegovom domu nije bilo kamere, ni reportera, smokinga, cveća u zapučku ni blistavih svetala. Rendi nije plesao niti se smejavao. Slep na jedno oko bio je prikovan za krevet. Umro je u 22:52.

Na delu memorijalnog vezenog prekrivača posvećenog žrtvama AIDS-a, njegova je majka izvezla stihove:

*Suznim okom gledamo gde vene,
i videsmo da odlazi polako.
Ma koliko ga samo žarko voleli*

Zadržat ga nikako nismo mogli.¹²

»Lekcija iz snošljivosti«

Časopis Pipl maturalu je zabavu homoseksualnih parova nazvao »lekcijom iz tolerancije«. Danas se mnogi klanjaju tom oltaru »tolerancije«. Voditelji televizijskih zabavnih emisija deluju poput TV evangelizatora koji promovišu ovu popularnu religiju tolerancije, gde se sve dopušta.

Ako se ko usudi spomenuti da je ponašanje homoseksualaca loše ili čak opasno, homoseksualci tvrde da takvi kritičari boluju od društvene bolesti nazvane homofobiom. Takvog koji se drži različitih moralnih vrednosti označe kao »netolerantnog«. Ironicno rečeno, ovi sveštenici tolerancije ne mogu podneti nekoga s drukčijim moralnim vrednostima.¹³

Šta se događa ako prihvatomo ono što Bog zabranjuje? Nadgrobna ploča na grobu druge polovine dvadesetog stoljeća glasi:



Rendijev život i životi hiljada drugih doista su pouka o snošljivosti, da ova vrsta snošljivosti ne dovodi do društvenog napretka, već ističe glavne naslove u novinama ili natpise na nadgrobnim pločama.

Ima li pomoći?

Uprkos novootkrivenoj društvenoj snošljivosti, oko 60% homoseksualaca tražiće neke savete.¹⁴ Ako homoseksualac zatraži terapiju, većina će ga terapeuta upućivati na samoprihvatanje. Čak ako i kaže da se želi promeniti, poruka je: »Nije to ništa loše s vama. Trebate samo prihvati svoj seksualni odabir i uživati u njemu.«

Teza

Nemojte tvrditi da se homoseksualci mogu promeniti - ne možemo i ne bismo hteli kad bismo i mogli.

*Leri Kramer,
aktivni homoseksualac,
osnivač Act Upa,
a umro je od AIDS-a*

Antiteza

Neosnovano je opšte gledište zajednice homoseksualaca da lečenje nikad ne uspeva. Činjenica je da je većina homoseksualnog izbora verovatno stečena, a ne prirođena, što znači da su u stanju jake pobude za promenom, otvoreni prilagođavanju, što potvrđuje kliničko iskustvo.

Dr. Džud Marmor, psihijatar

Ali zašto? Postupamo li s ostalim samouništavajućim ponašanjem na takav način? Kažemo li alkoholičaru: »To je baš ono što ti jesi. Možemo lečiti tvoje mamurnosti i porodične probleme, ali opijanje alkoholom deo je tebe, takav jesi. Ne pokušavaj se menjati. Samo prihvati i uživaj u svom odabiru opijanja.«

Homoseksualci, kao i alkoholičari, ne bi se trebali predati niti prihvativi svoju bolest. Treba im pomoći. Treba im promena. Zapravo, terapeuti su zabeležili mnoge slučajeve potpune promene seksualne sklonosti. Dr. Li Birk, psihijatar s Harvarda, sprovedio je savetovanje nad četrnaestoricom homoseksualaca koji su želeli promeniti svoju seksualnu sklonost. Desetorica od njih četrnaest bili su toliko uspešni da su započeli i održali »stabilne i očito srećne brakove«.¹⁵

Umesto da ta istraživanja vide kao ponuđenu nadu, branitelji homoseksualnosti više vole upozoravati na neuspehe i recidive, jer ih pogrešno zamenjuju kao dokaz da je promena nemoguća.

Ali neuspesi i recidivi česti su u lečenju svih nervoza. Treba li nas iznenaditi da se ljudi vraćaju dugotrajnoj neurotskoj seksualnosti? Šta bi bilo da terapeut zauzme isti pristup alkoholičarima i kaže im: »Mnogi ljudi imaju recidiv pa vam ja ne mogu puno pomoći. Alkoholizam je normalan. Samo morate s njime živeti.« Kod bilo koje bolesti skromni rezultati u lečenju ne dozakazuju da je izlečenje nemoguće. Pokazuju da je lečenje teško.

Potporne skupine u celome svetu nude nadu ljudima koji pate od svih vrsta zavisnosti i nervoza. Ne smemo napustiti one zahvaćene homoseksualnom nervozom. I oni moraju čuti poruku: Da, ima pomoći za borce svih vrsta - i za one koji se bore sa seksualnim problemima, a žele oporavak i zdravlje.

Poruka nade

Ipak se mnogi osećaju zahvaćeni igrom seksualnih muzičkih stolica. U glavi čuju zaglušnu muziku seksualne opsesnutosti. Svaki put kada se ona pojača imaju još jedan bezimeni susret. Celo to vreme žive u strahu od AIDS-a. Hoće li trube na vrhuncu muzike iznenada utihnuti? Hoće li na jedinoj stolici koja preostane sedeti smrtni kosač?

Poruka Biblije glasi da je ljudska rasa golema zbirka moralnih propalica. Niko ne uspeva živeti prema vlastitim moralnim pravilima. Nazivajući svoje promašaje »prirodnima«, ne činimo ih dobrima ili nepromenjivima.

Dr. M. Skot Pek je rekao: »Isto je tako prirodno obaviti veliku nuždu u gaće i nikada ne prati zube. Pa ipak se učimo činiti neprirodno, dok neprirodno ne postane prirodnim.«¹⁶ Ceo život je borba protiv onoga što nam prirodno dolazi.

Nije bilo drugčije ni u prvom stoljeću kada je apostol Pavle opisao tadašnje društvo: »...bludnici... preljubnici... muželožni... kradljivci... lakomci... pijanice« (1 Korinćanima 6:9-10).

Ali Pavle ima poruku nade za one koji se bore s izopačenom

seksualnošću: »Vi ste neki takvi bili, ali se opraste i posvetiste i opravdaste imenom našega Gospoda Isusa Hrista i Duhom Boga našega« (1 Korinćanima 6:11).

Od samoga početka Crkva je bila okupljašte boraca. Isus je rekao: »Ne treba zdravima lekar, nego bolesnima. Nisam došao zvati pravedne, nego grešnike na obraćenje« (Luka 5:31-32). Čak su i danas mnogi doživeli ozdravljenje od homoseksualne nervoze verujući u živu, isceljujuću Božju moć.

Nakon lečenja više od stotinu homoseksualnih muškaraca i žena, dr. Gerard van den Ardveg komentariše: »Versko obraćenje može pružiti homoseksualcu nadu i snagu koja mu je potrebna u njegovoj borbi.«¹⁷

Svi se trajno borimo protiv različitih moralnih neuspeha. Svi smo u nekom stanju oporavka. Hvala Bogu! Sila »Duha Boga našega« na raspolaganju je svakom ko se želi »oprati... posvetiti se, ali i opravdati se«.

AIDS: mit ili činjenica?

Evo maloga upitnika o činjenicama AIDS-a. Ispravni odgovori slede. Dobijate bod za svaki ispravan odgovor.

1. Mit ili činjenica: Vrhovni je sud presudio da se vlada ne može mešati u seksualno ponašanje među odraslim ljudima koji na to pristaju.
2. Mit ili činjenica: Širenje AIDS-a u Sjedinjenim Državama najbrže je u ruralnim područjima i malim gradovima.
3. Mit ili činjenica: Žene zapravo ne moraju biti zabrinute zbog AIDS-a.
4. Mit ili činjenica: AIDS se lako širi u heteroseksualnim odnosima.
5. Mit ili činjenica: Sigurni ste ako je partner negativan na HIV.

6. Mit ili činjenica: Kondomi često ne uspeju sprečiti trudnoću i širenje polno prenosivih bolesti.
7. Mit ili činjenica: Većina se obolelih od AIDS-a zarazi homoseksualnim činom ili nedopuštenom upotreboom droga.
8. Mit ili činjenica: Bog ljubi ljude obolele od AIDS-a.
9. Mit ili činjenica: Sve dok se homoseksualnost ne prihvati kao normalno ponašanje, ne može se svrhovito pomoći obolelima od AIDS-a u homoseksualnom odnosu.
10. Mit ili činjenica: Homofobični ste ako osuđujete homoseksualna ponašanja.

AIDS: Činjenice

1. Mit. Stvarnost: Godine 1986. (Pozuers protiv Hardivika) Vrhovni je sud presudio upravo suprotno. »Ustav ne daje osnovno pravo homoseksualcima da sprovode sodomiju.«¹⁸
2. Činjenica. Porast epidemije AIDS-a najbrže se kreće u ruralnim područjima i malim gradovima.
3. Mit. Stvarnost: Širom sveta AIDS je ravnomerno raširen među muškarcima i ženama.
4. Činjenica. U heteroseksualnom odnosu HIV se prenosi od muškarca na ženu i od žene na muškarca dosta učinkovito.
5. Mit. Stvarnost: Često treba proći šest meseci (retko i mnogo duže) nakon zaraze HlV-om da se test na AIDS pokaže pozitivnim.
6. Činjenica. Mnogi slučajevi obolelih od AIDS-a preneti su s osobe na osobu i pri upotrebni kondoma.
7. Mit. Stvarnost: U svetu se oko 90% slučajeva obolelih od AIDS-a širi heteroseksualnim odnosom. Sjedinjene Američke Države dostižu postotke zaraženosti s ostatkom sveta.
8. Činjenica. Božja ljubav zahvata svakoga koji pati bez obzira na uzrok patnji.
9. Mit. Stvarnost: Isus je mnogo vremena provodio s od-

bačenim grešnicima, ali nikada nije opravdavao njihov grešni život. Njegovi sledbenici trebaju činiti isto.

10. Mit. Stvarnost: To je vešta odbrana: »Šta je s tobom? Ja nemam problema (homoseksualno ponašanje). Ako misliš da ja imam problema, sigurno ga ti imaš (homofobiju).« Ali moram li ja imati fobiju (tj. neutemeljen strah) da bih nešto smatrao pogrešnim? Ako osuđujem pušenje cigareta, imam li 'nikotinfobiju'? Postoje mnogi razlozi (moralna uverenja, negativne posledice itd.), osim fobija, da bi se osudilo određeno ponašanje.

Zbir bodova:

- 0-5 ispravnih: pokušaj ponovo
6-7 ispravnih: upućen si
8-9 ispravnih: obrazovan si
10 ispravnih: stručnjak si

DVANAESTO POGLAVLJE

AIDS - svačiji problem

S AIDS-om je sve gore i gore, a svi smo to podcenjivali...Ne znam ni za jednog ubicu opasnijeg od AIDS-a.

Dr. Halfdan Mahler,
direktor Svetske zdravstvene organizacije

Kada se AIDS prvi put pojavio, mnogi su se osećali sigurnima. Bio je to »problem drugih« - homoseksualaca, zavisnika o heroinu, Haićana i hemofiličara.

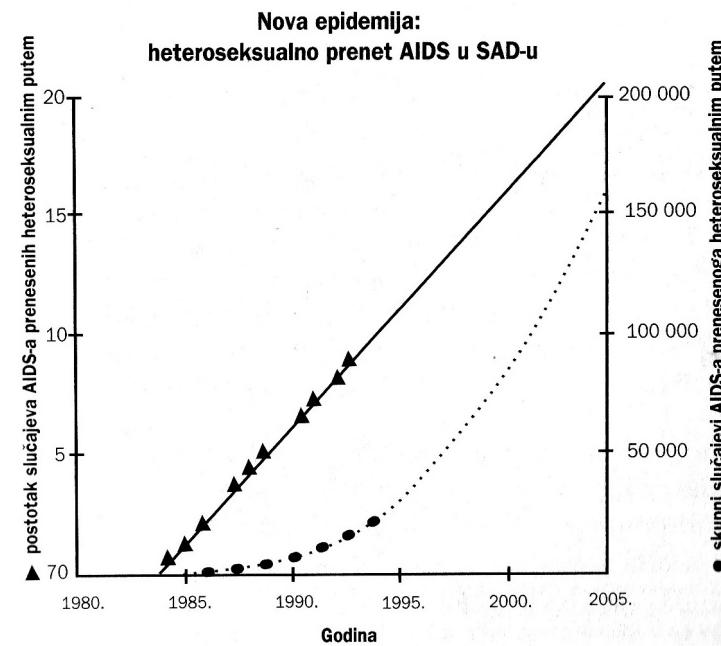
Neki su AIDS proglašili Božjom kaznom nad homoseksualima. Čak su nazivali fondove za istraživanje AIDS-a bespravnim darom zajednici homoseksualaca. Drugi su opet polagali veru u nauku. AIDS je bio samo trenutni zarez na grafikonu napretka u medicini. Veliki magi nauke ubrzo će izraditi čudesni lek za AIDS. U nedostatku leka možda bismo mogli očekivati vakcinu. Godine 1986. 74% Amerikanaca željno je očekivalo da naučnici razviju vakcnu protiv AIDS-a tokom deset godina.¹

Čak i bez vакcine i bez čudesnoga leka, većina nas se osećala sigurnima. Naučnici i mediji podsticali su našu nezainteresovan-

nost. Časopis U.S. Njuz and Vorld Report (16. maja 1986.) hрабро je objavio: »Većina je stručnjaka... zaključila da se taj virus neće široko rasprostreti u heteroseksualnoj populaciji.« Većina je stručnjaka potpuno pogrešila.

AIDS i heteroseksualne veze

Amerikanci su prestali utišavati alarm za AIDS kada je gospodin Medžik Džonson, heteroseksualac, priznao da je možda dobio virus od jedne od stotinu žena. Ali iako je epidemija obuhvatila i heteroseksualnu populaciju, neki na odgovornim mestima pretvarali su se da nije tako. Izjavili su Vašington Postu 1994. godine: »Nije verovatno da će se bolest (AIDS) proširiti na šire stanovništvo.«²



Danas je ono što su smatrali neverovatnim ubrzo postalo

stvarnim. U Sjedinjenim Američkim Državama heteroseksualni odnos najbrži je put da se neko zarazi HIV-om. Širom sveta više od 90% slučajeva AIDS-a prošireno je heteroseksualnim odnosom.

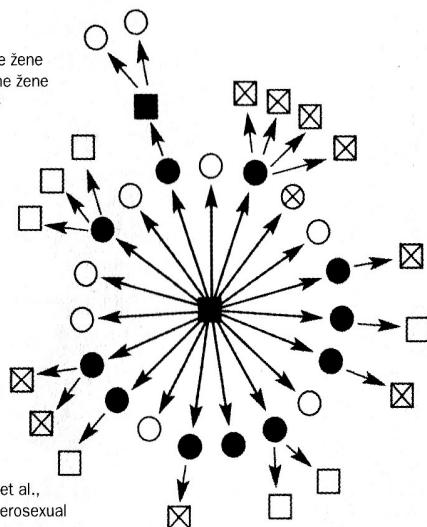
Homoseksualni polni odnos možda i jeste važan način za širenje HIV-a, ali i heteroseksualni odnosi deluju gotovo jednako. Žene su zarazile milione muškaraca. Muškarci su zarazili milione žena. Mnogo rizikujete ako niste imali samo jednog partnera u životu koji nikada nije imao polni odnos s nekom drugom osobom.

AIDS i žene

U svetu je AIDS jednak čest među ženama i među muškarcima. U Sjedinjenim Američkim Državama AIDS se mnogo brže pojavljuje među mlađim ženama nego u bilo kojoj drugoj skupini.

Seksualni kontakti jednoga muškarca

Legenda:
 srednji kvadrat: pokazani slučaj
 crna kružnica i kvadrat: HIV-pozitivne žene
 bela kružnica i kvadrat: HIV-negativne žene
 kružnica i kvadrat s X: nisu testirane
 strelice: seksualni kontakti



N. Clumeck, H. Taelman, P. Hermans et al.,
 »A Cluster of HIV Infection among Heterosexual People without Apparent Risk Factors«,
 New England Journal of Medicine 321 (1989):1460-62.

Ako mislite da je to preterivanje, razmotrite slučaj jednog HIV-pozitivnog muškarca i njegovih devetnaest partnerki. Niko nije uzimao droge. Nijedna nije bila prostitutka.

Nijedna nije primala transfuziju krvi. Samo su četiri kasnije spavale s još nekoliko partnera. Većina je bila bele rase, srednje društvene klase, dobi oko trideset godina. Gotovo polovina je bila udata. Sve su smatrale da su niskorizične za HIV.

Možete li zamisliti njihov strah kada su im socijalni radnici zakucali na vrata i kazali da su bile izložene HIV-u? Možete li zamisliti užas jedanaest žena kada su otkrile da su zaražene HIV-om? Jedna ga je žena već bila prenela svom partneru (vidi grafikon na prethodnoj stranici). Dve od tih žena bile su s tim muškarcem samo jedne noći u kratkoj zabavi.

AIDS i mladež

HIV danas postaje bolest mladeži više nego bolest homoseksualaca. Svake godine HIV pronalazi sve mlađe žrtve. Uskoro će se većina zaraze HIV-om prenosi u mladalačkim godinama³

MTV (muzički, op. ur) programi upozoravaju mladež. Učitelji ih upozoravaju. Roditelji ih upozoravaju. Ali malo se boje stvarne opasnosti od AIDS-a.

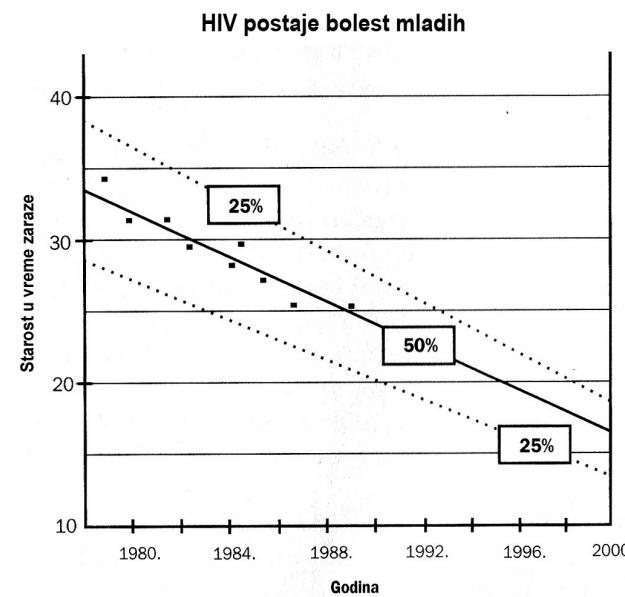
Pregledavam (David E. Stern) stotine mlađih svake godine. Nisam još našao nijednog heteroseksualnog adolescenta s jakim polnim nagonom koji shvata da je u stvarnoj opasnosti od AIDS-a. Odgovor jednog mladića na takvo upozorenje bio je tipičan »Aha! Je 1'? Moram se paziti, ha?« Možda će za svoju sledeću seksualnu vezu uzeti kondom, ali zasigurno neće promeniti ponašanje.

Mladež danas čuje (pogrešna informacija) da su kondomi odgovor, ali većina ih ne koristi dosledno. Jedna studentkinja je rekla: »Ja sam sigurna. Nijedan od mojih prijatelja nema AIDS.« Je li stvarno sigurna? Nije. Mladež se može zaraziti HIV-om,

ali im treba prosečno deset godina da se manifestuje bolest. U vreme kada se razbole već su u dvadesetim godinama; dakako, nemaju više prijatelja u srednjoj školi.

HIV-pozitivni srednjoškolci izgledaju savršeno zdravo. Ne ponašaju se kao bolesni. Ne osećaju se bolesnima. Ne izgledaju bolesni. Nisu bolesni. U aktivnim se sportistima HIV šeta srednjoškolskim hodnicima. U lepoticama u bikinijima HIV leži na sunčanim plažama. U pijanoj mladeži HIV se zabavlja. Za to je vreme svaki polni odnos potencijalno kobna privlačnost.

Mladež možda i ne vidi šta se događa. Možda o AIDS-u misle kao o bolesti siromašnih i pripadnika manjina, ali nevidljivi plimni talas AIDS-a počinje se razlivati po srednjim školama srednje klase belaca.

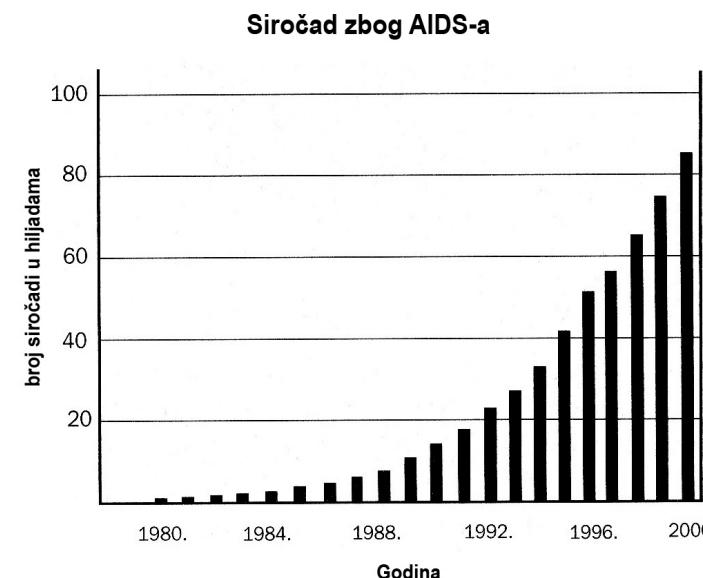


Osnovano na podacima u Philip S. Rosenberg, Robert J. Biggar, James J. Goedert "Declining Age at HIV Infection in the United States", New England Journal of Medicine 330 (1944):789-90; Beleška: Podaci do 1989. pokazuju linearni odnos, ali su podaci nakon 1989. godine preneti pa se linearnost ovog grafikona gubi u nekoj tački.

AIDS i siročad

Milioni koji stradavaju zbog AIDS-a još su mlađi. Već je i dojenčad zaražena AIDS-om; još ih je više postalo siročad zbog AIDS-a. Većina majki koje obole od AIDS-a samohrane su majke. Za ženu je to pakao na zemlji kada oseća da joj AIDS gasi život dok se ona bori za svoju decu. Često ima noćne more da je umrla. Deca su joj siročad koja se brinu sama za se. Što je još gore, shvata da će se noćna mora uskoro obistiniti.

Svedoci smo epidemije siročadi zbog AIDS-a. U Americi više dece izgubi roditelja zbog AIDS-a nego zbog saobraćajnih nesreća. U Africi će više od deset miliona dece biti siročad u 2000. godini.



Procena broja dece do 18 godina koja zbog AIDS-a ostaju bez majke u SAD-u.

Patnje ove siročadi zbog AIDS-a razdiru srce. Celi im se svet raspada. Često su im brat ili sestra umrli od AIDS-a. Majka se polako pretvara u kostur pokriven kožom, a jedva i govorii.

Majka nestaje u grobnoj jami. Sestre i braća nestaju, gube se po kućama udomitelja. Njihova patnja neće nestati. Shvataju patnju afričkih robova koji su pevali: »Katkad se osećam kao dete bez majke.« Počelo je s opravdavanjem: »U svojoj spavaćoj sobi mogu činiti šta god želim sve dok to nikoga ne boli.« Danas zbog toga pate milioni nedužne dece.

AIDS i budućnost

Epidemija AIDS-a ne pokazuje nikakav znak smanjivanja. Čak će i za neku učinkovitu vakcinu trebati milijarde dolara i više od dvadeset i pet godina pre nego se broj obolelih od AIDS-a počne smanjivati. Stotine miliona već će biti mrtve. Očekuje se da će u svetu u nekoliko sledećih decenija AIDS usmrtiti gotovo tri stotine miliona - više nego celo stanovništvo Sjedinjenih Američkih Država.

AIDS i Crkva

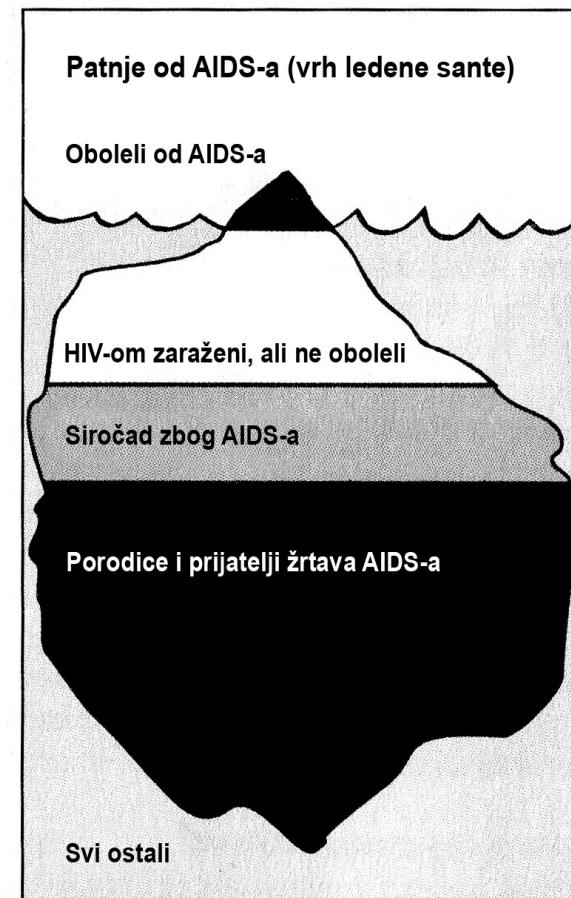
AIDS podstiče Crkvu da ispuni svoj zadatak iskazivanja mislorađa. *Mayo Clinic Proceedings* beleži da je taj podsticaj danas veći nego ikada ranije.

Nekad je briga i ljubav članova verskih zajednica bila znanja [u vreme medicinske tragedije]... Danas, međutim, lekar ne može uvek biti siguran da će bolesnikovo versko opredeljenje biti potpora u vreme krize.⁴

Suočena s AIDS-om, Crkva mora biti zajednica koja zbrinjava, biti mesto gde oboleli od AIDS-a mogu naći pomoć i nadu kad ih snađu tegobe.

AIDS je naš problem

Danas su ljudi oboleli od AIDS-a samo vršak ledene sante patnji koje donosi AIDS. Na ovaj ili onaj način, svi ćemo osetiti jezu AIDS-a.



Niko ne može izbeći posledice AIDS-a. Svako ga može dobiti:

- Muškarac nakon samo jednog tajnog spoja
- Žena od svoga muža
- Medicinska sestra preko kapi zaražene krvi porezavši se na papir
- Bolesnik transfuzijom

AIDS deluje i na one koji nisu zaraženi:

- Roditelj može izgubiti dete
- Dete može izgubiti roditelja
- Stanovnika Ruande može ubiti rulja beznadnih nosilaca HIV-a
- Porezni obveznik plaćaće viši porez i premiju za zdravstveno osiguranje
- Svaka će se crkva suočiti s velikim izazovom da pokaže Isusovu ljubav

Biblija jasno poručuje: »Niko od nas sebi ne živi, niko sebi ne umire« (Rim 14:7). Svaka je osoba utkana u tapiseriju čovečanstva. Svaki potrgani konac kvari celu tapiseriju.

AIDS zahvata sve nas. AIDS je *naš* problem.

TRINAESTO POGLAVLJE

Američki eksperiment seksom

Tradisionalni [tj. biblijski] moral i medicinska nauka slažu se... Uzdržavanje od polnih odnosa - dok se ne uspostavi monogamni odnos - prva je i najučinkovitija crta odbrane protiv AIDS-a.

USA Today, oktobar 1987.

U subotu se Lori udala za čoveka svojih snova. Sledеća sreda trebala je biti najsrećnija u njenom životu, ali Lori je plaćući sedela u mojoj (David E. Stern) ordinaciji. »Šta mi je?« pitala je. »Šta mi se događa?«

Nekontrolisano se tresla i trzala od oštrog bola u području polnog organa. Obim je rukama držala glavu koja joj je pucala od bola. Temperatura je bila 40 °C. Prepone su joj bile prekrivene crvenim ranama koje su gorele i iz njih je curio sekret, bio je to genitalni herpes.

Današnja pornografija, čini se, tvrdi da nedopustiv polni odnos nema nikakvih posledica. Ali to nije tačno. Genitalni herpes nikad ne pruža lep prizor. Istinitost u oglašavanju značila bi da pornografski časopisi objave i strašne fotografije genitalnog

herpesa. Možda bi pornografija trebala uključivati i upozorenje:

UPOZORENJE MINISTARSTVA ZDRAVLJA:
Polni odnosi sa više nego jednim, uzajamno vernim životnim partnerom, mogu uzrokovati genitalni herpes, gonoreju, sifilis, AIDS i mnoge druge polno prenosive bolesti.

Nedopustivi polni odnosi imaju posledice, i to vidljive.

Savijajući se od bolova, Lori je jedva podnela pregled. Ne samo što je virus zahvatio genitalije, proširio se i na njen mozak uzrokujući encefalitis.

Džo, njen muž koji je redovno išao u crkvu, bio je prikriveni prenosilac herpesa. Nikada nije bio, niti će ikada biti bolestan. Godinama ranije, u mladosti se iživiljavao. A sada su se posledice takvog života pojavile u njihovom bračnom krevetu. Lori je svoj medeni mesec provodila sama u bolničkom krevetu gde je ležala osećajući se krivom, žalosnom, ljutitom i povređenom.

Četiri dana ranije srce joj je uzdrhalo kad je pogledala prema crkvenim vratima. Tamo je stajao zgodan, sa smeškom i samo njen Džo. A sada, kad joj je u bolesničku sobu doneo cveće, želudac joj se okretao i smučilo joj se. Godinama kasnije još se uvek borila da Džou oprosti zarazu herpesom u medenom mesecu.

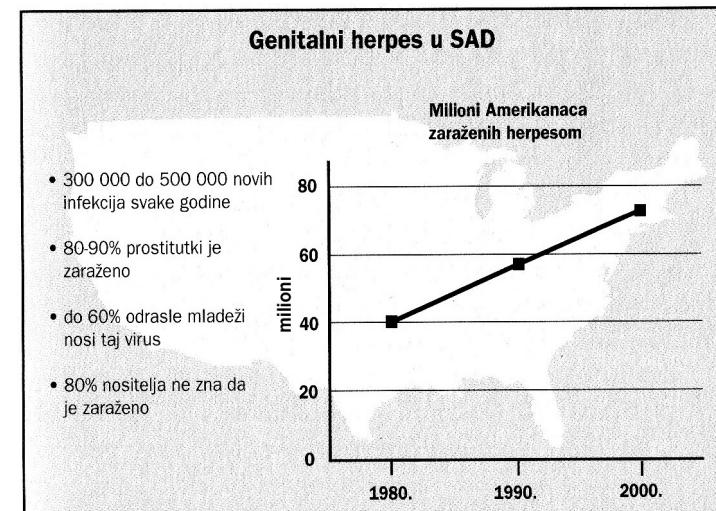
Neka vrsta oproštenja ipak je došla; ali je bez upozorenja nekoliko puta godišnje dobijala podsetnik - recidiv herpesa. Kad je zatrudnela, Lori je patila od neprestanog straha; možda će njeno dete dobiti herpes pa umreti ili patiti od oštećenja mozga.

Herpes se tiho šunja

Možda poznajete mnoge koji boluju od herpesa. On vreba gotovo na svakom radnom mestu, u svakoj porodici, svakoj crkvi u Americi. Oko 60% odrasle mladeži nosi virus genitalnog

herpesa.¹ Većina (njih oko 75%) čak i ne zna da ga ima. Ali bolest se može proširiti čak bez ikakvih simptoma.

Ivon Brvson s Medicinskog fakulteta univerziteta UCLA kaže: »Sve se više širi asimptomatska infekcija herpesa. To je tiha infekcija, možete je dobiti od nekoga ko nema simptoma.«



Ljudi su još u drevno doba obolevali od genitalnog herpesa, ali je seksualna revolucija u šezdesetim godinama izazvala žestoku epidemiju. Svake se godine javlja do 500.000 novih simptomatskih slučajeva. Danas je herpes najčešći uzrok ulkusa na polnim organima.

U osamdesetim godinama nosioci herpesa su osnovali klubove da im pomognu pronaći »sigurne« seksualne partnere. Na nesreću, herpes postoji u više od stotinu rodova. Zarazili su se drugim i trećim rodom i patili od povratnih napada svakakvih rodova. Što je još gore, ljudi s herpesom često nose i druge polno prenosive bolesti poput HIV-a, a rane od herpesa zapravo su pomogle da se HIV proširi. Na taj su način klubovi za seksualno sparivanje obolelih od herpesa zapravo potpomogli širenje

herpesa i AIDS-a.

Postoji uzrečica među studentima: »Ljubav može biti za jednu noć, ali herpes ostaje zauvek.«

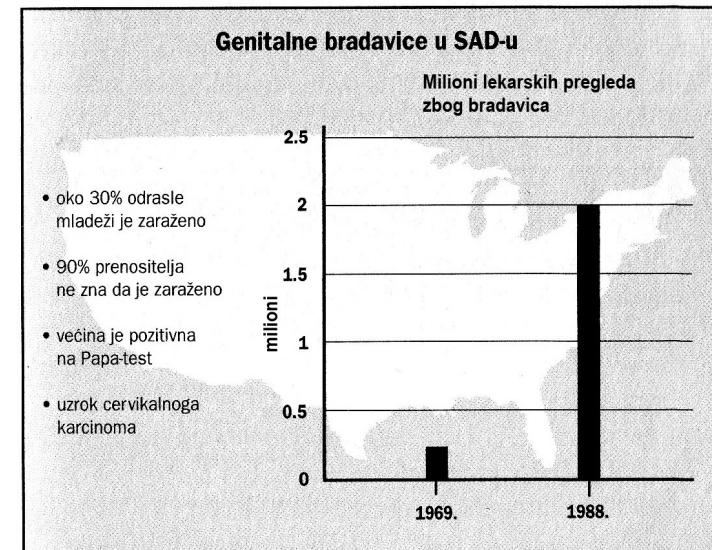
HPV - rak ubica (humani papilomavirus)

Tokom cele srednje škole i u koledžu Ejmi se branila od prisaka svojih vršnjaka i sačuvala se za jednog posebnog muškarca. Našla ga je i udala se za njega. Nakon dve godine došla je k meni (Davidu E. Sternu). Bila je sva u suzama. »Šta ne valja kod mene?« pitala je.

Kratak pregled otkrio je njen problem. Njena vagina i spoljni polni organ bili su popločani bradavicama od 5 do 6 mm. Uprkos prvorazrednom stručnom lečenju bradavice su se uvek vraćale. Izgledalo je da su jednako prisutne kao i njena plava kosa i plave oči.

Oko 30% odrasle mladeži danas su nosioci veneričnog virusa bradavica (humani papilomavirus ili HPV). Od 1969. do 1988. godišnji lekarski pregledi zbog genitalnih bradavica poskočili su desetostruko, od 0.2 miliona do više od 2 miliona.² Danas razmaz Papa-testa kod trinaestogodišnjih devojčica često pokazuje displaziju - znak infekcije HPV-om. Kako je to kod HIV-a i herpesa, većina zaraženih HPV-om čak i ne zna da ga nosi.

Možda mislite da su genitalne bradavice, poput bradavica na tabanu, samo mala muka. Ali razmotrite ovu dobro čuvanu tajnu: HPV uzrokuje najučestaliji rak kod žena — rak grla materice. Ejmi će u životu trebati često Papa-test da se rak otkrije u ranim stadijumima. Rak grla materice nije samo muka; on je serijski ubica. Pre pojave AIDS-a, jedan je stručnjak primetio da je infekcija HPV-om »jedina polno prenosiva bolest koja uglavnom ubija američke heteroseksualne žene srednje klase. Tu su činjenicu svi u struci prevideli.«³



Lekari retko kažu ženi: »HPV je uzrok vašeg pozitivnog Papa-testa, a HPV je polno prenosiva bolest.« Žena bi se zapreparstila i trebali bi joj mnogi sati savetovanja. Umesto toga lekari jednostavno kažu: »Imate prekancerozne promene i trebate na operaciju.« Na taj se način milioni žena podvrgavaju operacijama, a da nikada ne shvate da ih leče od polno prenosive bolesti.

Upale u maloj zdelici - tajni sterilizatori

Jeste li čuli za klamidiju ili za bolest koju ona uzrokuje, upalu u maloj zdelici? *Scientific American* klamidiju naziva »najčešćom izlečivom polno prenosivom bolesti i glavnim uzrokom neplodnosti žena... Takođe povećava osjetljivost žena za HN.«* Jedna od dvadeset trudnih žena srednje klase nosi skrivenu infekciju klamidijom. Kod novorođene dece infekcija uzrokuje upalu pluća i prevremeni porođaj.⁵ Već i jednokratna pojавa te bolesti čini 8% žena neplodnim; tri pojave ostave 40% žena neplodnim.⁶ Znatno je verovatnije da će zaražene žene patiti

od vanmaterične trudnoće: Čak i ako se upala izleči antibioticima, jedna od pet žena još će uvek godinama patiti od hroničnih bolova u maloj zdelici⁸

Klamidija u SAD-u

Brojevi

- Najčešća izlečiva polno prenosiva bolest
- Oko 4 miliona novih slučajeva svake godine
- 5% žena srednje klase nosi tihu infekciju
- 10% zdravih mladih muškaraca

Rezultati

- Glavni uzrok neplodnosti
- Glavni uzrok vanmaterične trudnoće
- Glavni uzrok upala u maloj zdelici
- Pojačava rizik od prenošenja HIV-a
- Uzrokuje prevremene porođaje nosi skrivenu infekciju
- Uzrokuje upalu pluća kod novorođenčadi

Upala u maloj zdelici najskrovitije je oružje u seksualnoj revoluciji. Ulazeći u ženu za vreme polnog odnosa, klamidija otplica do materice pa u jajovode i trbušnu šupljinu. Nakon nekoliko dana mala se zdelica ispuni gnojem sličnim mleku. Žena oseća kao da joj utroba gori.

Jedva dođe do svog lekara, presavijena držeći se za trbuš koji joj gori. Pri svakom je koraku oštine oštar bol iz upaljenih jajovoda i jajnika. Medicinske sestre u hitnoj službi katkad ispravno ustanove problem kada žena uđe na njihovo odeljenje za ginekološki pregled zbog bolova upaljene zdelice.

Pri unutarnjem pregledu beli se gnoj izliva iz materice. Čak i na mali dodir grla materice žena skače do plafona, što se naziva »simptom lustera«.

Takve su žene srećne. S antibioticima se obično brzo opo-

rave. Ali četiri od pet žena s klamidijom imaju manje uočljive simptome pa nikada ne zatraže pomoć. Tokom godina njihovi upaljeni jajovodi zaceljuju tvrdim, masivnim ožiljcima. Sperma i jajašće ne mogu se kretati zače-pljenim jajovodom.

Mnoga su se ženska srca slomila kada im je lekar rekao da imaju ožiljke u zdelici, ali lekar će retko spomenuti kako ti ožiljci nastaju. Infekcija klamidijom ostaće tajna ženi kojoj je bolest otela radost rađanja deteta.

Nasleđe iz Vudstoka

Gde su počele epidemije polno prenosivih bolesti? Gotovo svi se slažu: one su direktni rezultat takozvane seksualne revolucije.

Tokom trodnevne zabave u avgustu 1969. godine, na farmi blizu Vudstoka, u državi Nju Jork, mladež Amerike proglašila je osnivanje »Vudstok nacije«, zemlje seksa, droga i »rok'n'rola«. Velika se gomila od 500.000 mladeži iz srednje društvene klase ulogorila na blatnoj ledini. Valjali su se u slobodnom seksu, zabranjenim drogama i žestokoj muzici. Zvali su to »Svanuće Doba Akvarijusa«.

Dobili su što su tražili. Jesu li želeti to što su dobili?

- Želeti su rok'n'rol. Četiri meseca kasnije dogodilo se da je jedan od 'Paklenih anđela' ubio jednog obožavatelja Rolling Stounsa.
- Želeti su drogu. Godinu dana kasnije Džimi Hendriks i Dženis Džoplins umrli su od prekomernog uživanja droge.
- Želeti su slobodan seks. Dobili su herpes za celi život, bravdice polnih organa, upalne bolesti zdelice i niz drugih polno prenosivih bolesti.

U Vudstoku niko nije govorio o posledicama. »Kapavac« ili

»sif« nisu bili ništa posebno; dobiješ tek injekciju penicilina. Ako si štogod »ulovio«, malo će ti Quella biti dosta.

Zamisao o seksu bez posledica danas je mrtva. Imamo herpes, a leka nema. Imamo ožiljke od upala u zdelici, a leka nema.⁹ Danas imamo AIDS, ali leka nema.

Gorka pilula plodnosti

Posledice slobodnog seksa nekad nisu bile toliko očite. Nije bilo centara za kontrolu bolesti koji svake sedmice objave broj polno prenosivih bolesti. Ranije nije bilo testova na sifilis, gonoreju ili AIDS.

U drevno doba paganski sveštenici iz Kanaana obredno su silovali mlade devojke neposredno pre ulaska u brak. Nadali su se da će bogovima biti udovoljeno i da će nove brakove obdariti s mnogo dece.¹⁰

Kakve li ironije! Taj je obred plodnosti zasigurno mnoge nove neveste zarazio klamidijom. Umesto plodne utrobe dobine su zdelicu punu ožiljaka. Umesto velike porodice ostale bi jalone. Jedan zaraženi sveštenik mogao je upropastiti stotine novih nevesta koje zbog toga nisu mogle rađati.

Mnogi drevni Hebreji skriveno su obavljali ove paganske obrede plodnosti. Kulture širom drevnog Sredozemlja sprovođile su slične seksualne obrede. To je bilo toliko prošireno da ni jedna drevna bliskoistočna kultura osim Hebreja, nije, čini se, hramsku prostituciju stavila izvan zakona.

Jesu li drevni Hebreji dodali neke takve varvarske obrede u Bibliji? Hoće li mlada nevesta otići u hram radi obrednog silovanja da osigura svoju buduću plodnost? Hoće li bogoslužje u hebrejskom hramu biti poput drugih u tom području, gde su ljudi plaćali prostitutiranim sveštenicima i sveštenicama kao dodatak u bogoslužju.

Ne. Nijedan takav obred ne nalazi se u Bibliji kao uput za

bogoslužje. Zapravo, Biblija Starih Hebreja nije samo zanemarila ove obrede koji su širili bolest. Posebno ih je zabranjivala (Ponovljeni zk. 23:18).

Kako je to čudesno! I još jednom, Biblija nije od susednih kultura preuzeila način širenja bolesti. I opet je Biblija napravila oštar rez. Oni koji su slušali biblijska pravila doživeli su veliko obećanje: »Nijedna od ovih bolesti...«

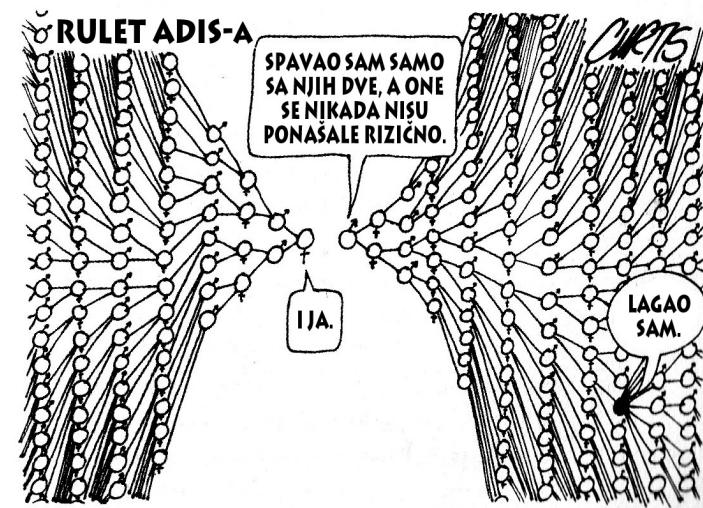
Amerika kao seksualna laboratorija

Biblija opominje da zavodnica slobodnog seksa neće doneti Doba Akvarijusa:

*Jer s usana žene preljubnice kaplje med,
i nepce joj je glade od ulja,
ali je ona naposletku gorka kao pelin,
oštra kao dvosekli mač.*

*Njene noge silaze k smrti,
a koraci vode u Podzemlje.*

Izreke 5:3-5



Doista! Amerika ne ulazi ni u kakav seksualni Akvarijus. Amerika ide pravo u pakao polno prenosivih bolesti. Zapravo, Amerika se vratila u seksualno ponašanje drevnih Kanaanca. Svakovrsne seksualne perverzije sada se smatraju običnim isprobavanjem. Amerika je seksualna laboratorija. Naučnici posmatraju naše eksperimente u eroto-manifi. Centri za kontrolu bolesti objavljaju nedeljne rezultate, na milione slučajeva AIDS-a, genitalnog herpesa, HPV-a, gonoreje, sifilisa, upalne bolesti zdelice, klamidije i mnogo toga. Ti rezultati pružaju naučni dokaz za trajnu istinu Božjih propisa.

ČETRNAESTO POGLAVLJE

Ženska prava

Šta muškarci kažu devicama

- »Ti si devica. Biće mi draga da ti to sredim.«
- »Ne znaš šta propuštaš, mala.«
- »Prekinućemo pre nego odemo predaleko.«
- »Kako to da si devica? A tako si zgodna!«
- »Želim se oženiti devicom, ali ne mogu zamisliti da predugo hodam s jednom.«

Izveštaj iz časopisa Glamur, april 1992.

Muškarci i žene o seksu misle i osećaju različito. Nije to neka seksistička zamisao, već naučno opažanje. Istraživanja među studentima američkih koledža ustanovila su da postoji velika razlika između polova.

- Šezdesetorica od 130 muškaraca (nasuprot 0 od 119 žena) ne bi »nikada propustili kad im se pruži prilika« za polni odnos.¹
- Kod žena, 91 % drži da bi im jednomoćna zabava stvorila »krivicu ili teskobu«. Međutim, 50% muškaraca smatra da

bi se osećali »relaksirano ili zadovoljeno«.²

- Dve trećine muškaraca »opijale su žene da stupe u polni odnos«.³
- Trećina muškaraca »pretila je da će napustiti ili prekinuti vezu ako žena odbije polni odnos«.⁴

Na Univerzitetu Hawaii privlačna osoba suprotnog pola došla je među studente. Nakon kratkog uvoda istupila bi i upitala: »Hoćete li sa mnom večeras imati polni odnos?« Nijedna žena nije bila zainteresovana, ali 75% muškaraca bilo je više nego voljno uskočiti u krevet s potpunom neznankom.⁵

Kondom za srce

Uopšteno govoreći, muškarci i žene imaju različite seksualne pobude. Žene žele prisnost; muškarci zadovoljstvo.

»Želim seks jer...«

Žene

- Želim osećati da sam voljena i da mu trebam.
- Divan je to osećaj izraza ljubavi.
- Osećam ljubav i predanost svom partneru.
- Želim sebe podeliti s nekim

Muškarci

- Treba mi seks.
- Trebam uživati.
- Želim ugodu ljubavi.
- Želim zadovoljiti svoje potrebe.
- Dosta mi je masturbiranja.

Tipični odgovori na temelju istraživanja studenata s koledža;

J. C. Carroll et al., »Razlike među muškarcima i ženama«,
Archives of Sexual Behavior 14(1985):131-39.

Taj je muški stav uobičajen, ali nije ispravan. To je samo odraz problema greha čovečanstva.

U prolaznom polnom odnosu muškarac zbog sebičnosti ne

pruža ništa, a uzima šta želi - telesno zadovoljenje. U prolaznoj jednokratnoj vezi žena u polnom odnosu daje svoje telo, ali zaувrat ne dobija ništa. Nakon letimičnog osećaja prisnosti opet je sama. Njen uzaludni pokušaj da se oseti bliskom i ljubljenom ostavlja je još usamljenijom i nevoljenom.

Bez obzira koliko društvo nameće »siguran seks«, polni odnos u jednokratnoj, prolaznoj vezi neće nikada biti emotivno siguran. Niko nikada neće proizvesti kondom za srce. Spašeni seks, a ne siguran seks, zaštićuje srce.

Ispovesti jednog Kazanove

Mnogi muškarci traže polni odnos, a beže od emotivne odgovornosti. Međutim, kada se ožene, većina ih izjavljuje da je »seks bolji posle ženidbe«.⁶

Danas je, međutim, mnogo žena prihvatiло laž o slobodnom seksu. Očekuju nešto više od obične večere i bioskopa pre polnog odnosa. Mnogi muškarci nalaze mnogo prolaznih partnerica i gube decenije u neobveznim, sebičnim polnim odnosima. Ne doživljavaju bogatstvo prisnih bračnih polnih odnosa.

Nakon što se napokon oženio glumac Voren Biti kojega je časopis USA Vikend opisao kao bivšeg »stopostotnog Kazanovu«, izneo je promašaje koje donose prolazni polni odnosi:

Moj je naraštaj platio veliku cenu... Bila je to čudesna prilika da jedan naraštaj vidi kako takva sloboda - ili dozvola ako želite lošiji smisao zasigurno ne donosi sreću.⁷

»Čudesna prilika«? Milioni muškaraca i žena nisu uopšte trebali eksperimentisati svojim telima kako bi došli do tog bolnog otkrića. Unapred su znali da 'seksualna sloboda' nikada ne završi srećom. Umesto seksološke knjige zavodljivih sjajnih korica, sledili su Božji seksualni priručnik - Bibliju: »Brak neka bude u svemu častan i postelja bračna čista, a bludnicima i preljubnicima sudiće Bog« (Hebrejima 13:4). Bog kaže: »Imaj

slobodan, neobvezan polni odnos, pa plati visoku cenu. Čuvaj polni odnos za brak, pa stičeš veliki dobitak.«

Serijska monogamija - serijski ubica

Seli se uzrujala. »Ni govora! Ja ne spavam sa svakim. Kad sam s jednim muškarcem, držim se njega.« U dobi od trideset dve godine spavala je »samo s četvoricom«. Sa svakim je muškarcem bila u emotivnoj vezi i verna. Pa ipak joj je jedan od njenih četiri »verna« ljubavnika ostavio na rastanku dar - hroničnu upalu uzrokovana klamidijom. Nikada neće moći roditi dete.

Kao i Seli, mnogi se varaju. U njihovim mislima, samo nestalni ljudi koji imaju prolazne polne odnose dobijaju polno prenosive bolesti. Na neki način ljudi koji ljube i polno opšte s ljubavlju čini se da su sigurni. Ti verni dok se ne raskinu odnosi mogu delovati toplo i uzbudljivo, ali pružaju tek privid sigurnosti. Često dovode do muke, slomljena srca i herpesa. Bakterije i virusi ne ispituju emotivnu predanost jednoga para. Prolazan polni odnos, ili onaj s puno ljubavi, kada dođe do zaraze polno prenosivim bolestima, seks ostaje seks.

Polno prenosive bolesti, godinama skrivene i neizlečene, mogu zaskočiti nekog novog partnera. Istraživanja pokazuju da rizik od polno prenosivih bolesti nije određen prema odanosti partneru. Rizik od polno prenosive bolesti određen je ukupnim brojem partnera za vreme života. U seksu nema sigurnosti u brojevima.

Bivši ministar zdravstva C. Everett Koop jednom je izjavio: »Kažem ljudima da kad imaju polni odnos s nekom osobom, imaju odnos i sa svima s kojima je ta osoba ranije imala polni odnos. Naravno, ako ste taj »svaki« samo vi..., dobro ste zaštićeni od bolesti... i od niza drugih neugodnih iznenađenja.«⁸

Ustani i vrišti

Stolećima su žene znale kako nadzirati polne odnose. Zah-tevale su odlazak pred oltar pre odlaska u krevet. Na početku dvadesetog stoleća 97,5% nevesta nije nikada imalo polni odnos s nekim drugim muškarcem. Većini novooženjenih muškaraca supruga je bila prvi seksualni partner.⁹ Ako je čovek želeo polni odnos s nekom poštovanom ženom, on bi se njome pre toga oženio.

Danas čak 85% odraslih Amerikanaca smatra da je još uvek ili gotovo uvek pogrešno da mladi ispod šesnaeste godine imaju polne odnose.¹⁰ Nažalost, roditelji u to nisu uspeli uveriti svoju decu. Gotovo 40% današnjih srednjoškolaca imalo je polne odnose s najmanje četiri različite devojke.¹¹ Pre jednog stopeća većini bi devojaka bilo »slatkih šesnaest i nikada nisu bile poljubljene«; danas je samo manjina devojaka »u slatkim šesnaestima, koje nikada nisu imale polne odnose«¹²

Žene su pobedile u seksualnoj revoluciji, ali šta su izborile? Svaki je Tomo, Ivica i Pero dobio neku malenkost. Svaka je Marica, Štefica i Ana dobila tragediju.

- Ivica napušta svoju trudnu devojku.
- Ivica dobije jednu ili dve bradavice.
- Ivica zaradi laku infekciju.
- Marica postaje samohrana majka.
- Marica dobije rak grla materice.
- Marica ostaje sterilna zbog klamidije.

Zapravo, oslobođena je žena dobrovoljno pristala da je seksualno napastvuju. Dr. Džejms O. Mason, bivši direktor Centra za kontrolu bolesti, rekao je: »Katkad se pitam zašto žensko stanovništvo ne ustane i ne počne vrištati.«¹³

Prava žena

Žene imaju neotuđivo pravo čuvati svoje devičanstvo do braka. S tim pravom dolazi i moć. Psihijatar dr. Kit Ablou s Harvarda primećuje: »Žena ima svojstveno pravo prihvati ili odbiti udvaranja što je odmah čini osobom snažnog autoriteta. Žena može reći ne.«¹⁴

Pomislite na moć ženine čestitosti:

- Hiljade su se smrtonosnih dvoboja vodile da je odbrane.
- Izgubljeni su bilioni besanih noći kada se žudelo za čestitom ženom.
- Stotine miliona zakletih neženja oženile su se da dobiju čestitu ženu.

Je li nevinost samo privremena strategija nezrelih tinejdžerki kojima manjka pouzdanja?

»Često ohrabrujemo studente da se suzdržavaju kao privremenu strategiju ako još nisu sigurni u dogovor o polnom odnosu.«

Dr. Ričard Kiling, direktor Studentske zdravstvene službe na Univerzitetu Virdžinija

Odavno su žene shvatile da im suzdržavanje od seksa pruža neverovatnu moć. Jedna je devica izjavila u časopisu Glamur. »Muškarci kojima je samo do seksa brzo pobegnu, a ostanu samo oni koji me žele upoznati kao osobu.«¹⁵

Ako ona postane, kako kažu, »seksualno ojačana«, tada njena istinska moć, moć njenog devičanstva, nestaje. Ne može proveriti iskrene namere muškarca. Previše muškaraca kaže: »Čemu kupiti kravu kada mleka možeš dobiti za badava?«

Uz moć koju poseduje, nevina žena ima unutarnji mir:

- Ne brine se zbog odluke s kime će imati polne odnose.

- Ne brine se da će dobiti polno prenosive bolesti.
- Ne brine se hoće li preneti herpes ili HIV svojoj novorođenčadi.
- Ne brine se hoće li biti iskorisćena samo za telesno zadovoljenje.

Kada žena izgubi nevinost, gubi svoju moć i mir. Ne čudi da se takozvani pobednici u seksualnoj revoluciji često osećaju preko pobeđeni nego kao pobednici.

Kada je časopis Kosmopoliten istraživao mišljenja svojih čitateljki, ustanovljeno je da su čak i Kosmo žene bile duboko razočarane ljigavim, senzualnim i sebičnim Kosmo seksom. Urednici su primetili: »Toliko je čitatelja pisalo negativno o seksualnoj revoluciji jer su čeznuli za nestalom prisnošću i radostima romantike i predanosti, da smo smatrali kako bi se u Americi mogla pojaviti seksualna kontrarevolucija.«¹⁶

Putovanje jedne žene

V. Meri Stuart priča o svom putu u seksualnu kontrarevoluciju u svojoj knjizi *Seksualna sloboda*:

Uvidela sam kako potreba da se uvek bude s nekim u polnom odnosu zapravo nema mnogo veze sa smanjivanjem seksualne napetosti. Bila je to pre očajnička borba protiv retko priznate usamljenosti i izolacije; bio je to najbolji (ili jedini) način koji sam znala da bih se približila nekoj sigurnosti, da na neki način, iako samo za neko vreme, bude nešto poput predanosti, brižnosti ili uspostave veze. Vrlo jednostavno, bio je to pokušaj da se ispunji ona »Bogom oblikovana praznina« o kojoj je pisao Paskal. Sedmicama i mesecima u kojima sam još uvek pokušavala uzeti najbolje iz oba sveta, naime, nastojala sam ostati hrišćankom, a još uvek spavati sa svim i svakim, doprla sam do dva zaključka. Prvi je bio da premda mi nikad nije bilo teško postići željeno predanje i vezu, ni-

kada nisam bila kadra održati je. Uvek je to bio isti način: momak i ja počeli bismo s velikom oduševljenom bliskošću koja bi pre ili posle postala prazna ili tek neki obred. Nastavili bismo održavati igru još neko vreme, ali bi konačno jedno ili drugo prekinulo, s odlukom da će idući put biti drukčije. Ali nikada nije bilo tako.

Naučila sam osećati se izoliranom, da gotovo nema veze delim li ili ne s nekim zajednički krevet ili čak pokušavam li deliti i čitav život. Ne mogu izbrojati noći koje sam proležala budna kadak gušeći jecaje u jastuk pokraj zadovoljenog muškarca koji je čvrsto spavao, pitajući se zbog čega se osećam tako usamljenom. Nisu ti muškarci o kojima govorim samo uzimali, a ništa davali - nisam bila stručnjak za takve odnose. Većina su bili muškarci koji su i sami stvarno žeeli istinski i lep odnos. I baš zato što smo to pokušavali dobiti jedno od drugoga, završetak je bio da smo imali manje od onoga s čime smo počeli, osećajući umesto dublje veze samo usiljenost. Na neki smo način svoj odnos trošili pogrešnim gorivom.

S druge strane nikada neću zaboraviti golemo oslobođenje koje sam osetila prve noći kada sam dobila dovoljno snage od Boga da kažem »ne«, a da ne osetim nikakvu potrebu da se zbog toga izvinjavam ili da o tome mudrujem. Sećam se kako sam se dobro osećala zaspavši sama u vlastitom krevetu, sama sa sobom, kako sam se presretna probudila ujutro utvrdivši da pokraj mene nema nikoga. Nisam se nikada dotad u životu osetila manje izoliranom, tada ni ikada posle.¹⁷

»NE« je izvor seksualne snage; »NE« je lozinka za seksualni mir. Ženama danas treba ohrabrenje i dopuštenje da kažu »NE«.

Muškarci nasuprot ženama		
	Muškarci	Žene
• Postotak studenata i studentkinja koji navode šest ili više seksualnih partnera.	57	19
• Postotak studenata i studentkinja koji emotivnu angažovanost drže samo »povremenom« ili nikakvom« potrebom pre seksualnog odnosa.	60	15
• Postotak studenata i studentkinja koji bi se posle jednonoćne seksualne zabave osećali krivima ili teskobnima«	50	91
• Postotak studenata i studentica koji nikada ne bi propustili prigodu« za polni odnos.	46	0

J. C. Carroll et al. »Razlike među muškarcima i ženama«, Archives of Sexual Behavior 14 (1985): 131-39

Primena prava da kaže »ne« doista oslobađa žene. Biblija je još davno iznела ovo večno načelo:

A ko se sjedini s Gospodom, jedan je duh sa njim. Bežite od bluda! Svaki (drugi) greh koji čovek učini, izvan tela je; a bludnik greši protiv vlastitog tela. Ili zar ne znate da je vaše telo hram Duha Svetoga koji stanuje u vama, koga imate od Boga? Ne znate li da ne pripadate sebi, jer ste skupo kupljeni?

Prva poslanica Korinćanima 6:17-20

Bog je vaše telo učinio »svetim«. Namenio je da s njime postupate dostojanstveno i s poštovanjem. Imate pravo na nevinost. Kada iskoristite pravo da kažete »ne«, tada ćete spoznati snagu, čistoću i mir.

PETNAESTO POGLAVLJE

Kondomska nacija

Mislim da mi se to neće sviđati...

Mislim da to moje kćeri neće raditi.

Želim da budu časne sestre.

Hauard Stern, voditelj šokantnih radioemisija, komentarišući mogućnost da se njegove tri kćeri prometnu u seksualno privlačne žene koje često gostuju u njegovoj emisiji.

Stivi, golman u američkom fudbalu i zvezda mesne srednje škole, ušao je u moju (David E. Stern) ordinaciju sa samopouzdanjem. Svaki je njegov pokret odavao obesnu muškost. Došao je na godišnji sistematski pregled.

Ustanovio sam da je savršenog zdravlja pa sam mu naveo nekoliko pojnova koji narušavaju dobro zdravlje:

- Da, vozio je u pijanom stanju.
- Ne, nije se vezao sigurnosnim pojasom.
- Da, bio je polno aktivran - nekoliko devojaka svake nedelje.
- Ne, nikada nije koristio kondom.

Mogao je već na prvi pogled kazati koje su devojke »čiste«.

Nisu ga zanimali kondomi. »Neću ih kupovati«, rekao je. »Neću ih koristiti. Neću ih ni pogledati.« Jednom kad je devojka ustrajala da on navuče kondom, »skinuo ga je dok ona nije gledala«.

Video sam Stivija šest meseci kasnije. Taj put nije bio toliko obestan. Kasnije u nedelju šepajući je došao na igralište da igra u prvenstvenoj utakmici. Igrao je užasno slabo i njegov je tim izgubio. Stivi i ja bili smo jedini ljudi u gradu koji smo znali pravi uzrok njegove jadne igre; Stivi je patio od genitalnog herpesa koji mu je uzrokovao nesnosne bolove.

Evangelje po kondomu

Stručnjaci za seks posvuda podstiču mlade ljude: »Osigurajte se. Koristite kondom.« Po načinu na koji se ta tanka gumica navlači mogli biste ga smatrati Velikim kineskim zidom. Ali on tako ne deluje. Uprkos preuveličavanju mnogi mladi ljudi odbacuju »promotera« kondoma. Od Amerikanaca koji spavaju s više partnerki samo jedan od šestorice koristi kondom.¹

Što je još gore, niko još nije dokazao da upotreba kondoma može usporiti epidemije polno prenosivih bolesti. Mnogo je pokazatelja da kondom zapravo pomaže širenju polno prenosivih bolesti. Kada je Medikal Tribjun prozvao Centar za kontrolu bolesti, nisu mogli navesti nijedan valjani rad »koji bi pokazao značajan pad rizika od HIV-a zahvaljujući prevenciji«.² Centar za kontrolu bolesti zaključuje: »Naučna teorija o ponašanju pokazuje da upute o bolesti i njenom prenošenju imaju vrlo slab učinak na promenu ponašanja.«³

Časopis USA Today izvešćuje o »naprednoj« školi u Koloradu u kojoj su tri godine delili kondome. U to je vreme »broj rođene dece... porastao do 31% iznad nacionalnog proseka«. Godine 1992. očekivalo se 100 porođaja na 1200 studenata.⁴ Poruka o upotrebi kondoma imala je suprotan učinak od očekivanog. Čini se da je mladeži poručila kako je seks u tinejdžersko doba

normalan i prihvatljiv. Čuli su poruku pa su se tako i ponašali.

Poruka o »sigurnom seksu«, čini se, ne deluje ni kod odrašlih obrazovanih ljudi. Istraživači su pratili osamdeset žena sa završenim fakultetom koje su se javile u kliniku za polno prenosive bolesti tražeći savet i pregled. Većina ih je mnogo rizikovala zbog AIDS-a, ali im je negativan test na HIV na neki način davao lažan osećaj sigurnosti. Kada je došlo do rizičnog ponašanja, naučnici su bili iznenadeni otkrivši da je testiranje na HIV i savetovanje o kondomu imalo negativan učinak.⁵

Međutin ni savetovanje o AIDS-u nije promenilo ponašanje među homoseksualcima⁶ i među studentima.⁷ Istraživanja na Univerzitetu Arkansas pokazala su da »iako su devojke svesne opasnosti od AIDS-a, njihovo ponašanje [uz upotrebu kondoma] ostaje nepromjenjeno«.⁸

Ali kada seksolozi vide te podatke, lako im je odgovoriti da je problem u tome što je savetovanje bilo preslabo. Treba biti direktnije, intenzivnije i više usmereno na upotrebu kondoma. Jedan autor izjavljuje: »Savetovanje i testiranje na HIV kritična je komponenta u nastojanju za sprečavanje AIDS-a.«⁹ Eto ti ga na! »Kritičnom komponentom« u sprečavanju AIDS-a ostaje metoda za koju i sami stručnjaci priznaju da je izneverila u višestrukim proučavanjima.

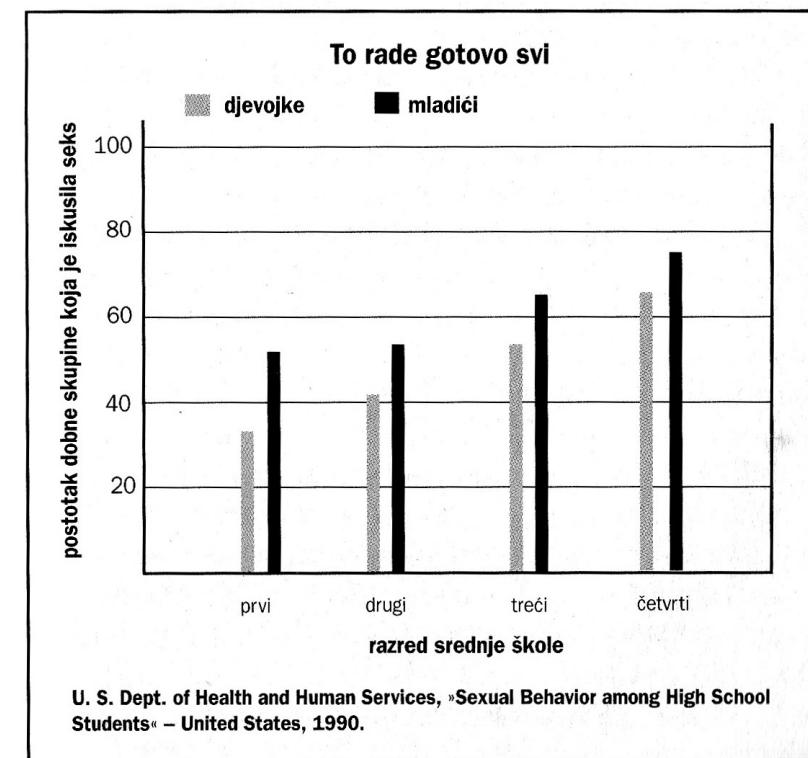
Čak i tinejdžeri vide taj problem. Glasanje objavljeno u časopisu USA Vikend utvrdilo je da samo 63% tinejdžera obraća pažnju na poruke o sigurnom seksu »jer bi to moglo odobravati prigodni polni odnos«. Većina mladih smatra da učitelji dovoljno ne naglašavaju suzdržavanje.¹⁰

Dokazujući ovo stanovište, Država Merilend je 1980. godine sprovela u srednjim školama program pod nazivom »Seksualnom porivu jednostavno kažite: ne«. Rezultati: Dok se nacionalni broj adolescentskih trudnoća povećao za 8%, trudnoće i pobačaji u Merilendu su se smanjili.

Ministar zdravstva dr. C. Everett Koop proročki je tvrdio:

»Obrazovanje o AIDS-u koje prihvata mladalačke polne aktivnosti kao nužne i usredsređuje se samo na 'siguran seks' biće u najboljem slučaju neučinkovito, a u najgorem uzrokom ozbiljne štete... Mlade ljude treba učiti da je suzdržavanje najbolja mera zaštite.«¹¹

Možda bismo trebali ići dalje. Suzdržavanje je mnogo bolje od »najbolje zaštite«. Kažimo mlađeži istinu. Suzdržavanje je moralno, pametno, normalno, ispunjava, uključuje ljubav i sigurno je.



Lične sklonosti ili vrednosti

Neki »prosvetljeni« seksolozi zvuče kao da podupiru suzdržavanje. Debra Hafner, izvršna direktorka Veća za informacije i obrazovanje o seksu u Sjedinjenim Američkim Državama kaže: »Roditelji, primerice, mogu deci izneti koje su vrednosti: 'Mislimo da ste premladi da biste imali polne odnose'.«¹²

Možda će u tome uspeti. Možda bismo trebali svojoj deci kazati da su premlada za polni odnos kao što to kažemo za šminku ili za probušene uši. Ako im priopštimo kako vidimo svoje lične sklonosti, možda će nas poslušati.

Ali čekajte malo. Kažite tinejdžerima da nisu »dovoljno zreli« za nešto, gotovo jamčite da će oni baš to učiniti. Žele dokazati da jesu dovoljno zreli. Roditelji imaju svoje lične sklonosti, međutim, oni imaju različita mišljenja o svojim sklonostima.

Lične sklonosti su promašaji jer nisu isto što i vrednosti.

- Lična sklonost kaže: »Želimo da čekaš polni odnos dok dovoljno ne odrasteš.«

- Vrednost kaže: »Polni odnos izvan braka je pogrešan.«

Lične sklonosti hirovito se menjaju pa se mladež koprca na nestalnom živom pesku. Biblijske se vrednosti nikad ne menjaju, pa mladež ostaje sigurna na ovome moralnom Gibraltaru.

Mladež se može prepirati o tome šta je vama najvažnije, ali vaše vrednosti moraju ili prihvati ili odbiti. Bilo koji momak podstaknut svojim muškim hormonima može zavesti devojku koja mu kaže: »Moji roditelji misle da još nisam spremna.« On će joj odgovoriti: »Ma sigurno jesи. Dovoljno si stara da se zaljubiš... Osećaš isto što i ja, zar ne?... Ako se ne budeš dobro osećala, prekinućemo.« I tako idu dalje.

Njenim je roditeljima stalo do nje. Smatrali su da će stav »nisu još spremna« podstići suzdržanost. Umesto toga, ostavili su je bez odbrane protiv vukova koji za nju nimalo ne mare. Devojci je mnogo lakše reći: »Ne! To nije u redu. Neću to činiti!«.

Nije oslobođena pritiska ako se odluči da nije »dovoljno stara«. Ne mora u raspravi na stražnjem sedištu automobila biti genije. Na svaki je redak odgovor isti. »Neću. To ne valja.«

Samo lične sklonosti proizvode neodlučnost i vode do klinike za polno prenosive bolesti. Uverenja u vrednosti pružaju hrabrost i nude stvarnu zaštitu.

Svake jeseni (David E. Stern) obrađujem podatke sistematskih pregleda mladih sportista. U četrnaestoj i petnaestoj godini oni često poput papagaja oponašaju roditelje. »Seks? Ne ove godine. Nisam spremjan. Pričekaću.« Hrabrim ih i upozoravam o opasnostima polnih odnosa u toj dobi. Ali godinu dana posle smeteno se smeškaju i kažu ovako: »Mislio sam da sam bio spremjan za to.«

Čak i u doba pojave AIDS-a, kada je put u smrt jasno obeležen, ljudi još uvek odbijaju videti znakove upozorenja uz put. Biblija je upozorila na nemar za Božje vrednosti i sledbu čovekovih sklonosti:

Neki se put učini čoveku prav, a na kraju vodi ka smrti.

Izreke 14:12

Tinejdžeri i seks

- | | |
|--|------|
| • Prosečan broj godina pri prvom polnom odnosu kod američkih dečaka | 15,5 |
| • Prosečan broj godina pri prvom polnom odnosu kod američkih devojčica | 16 |
| • Postotak seksualno aktivnih dečaka koji će imati četiri ili više partnerki pre 17. godine | 40 |
| • Postotak polno aktivnih tinejdžera koji će svake godine oboleti od polno prenosive bolesti | 25 |

Kultura rizika

Većina se tinejdžera ne boji smrti. Njihova kultura znači bandži-skokove, pušenje cigareta, trke autima, isprobavanje droga, opijanje alkoholom, poigravanje seksom. Polni odnosi tinejdžera često se obavljaju kada su toliko pijani da jedva otvore kutiju s kondomom, a kamoli da pažljivo slede brojne važne korake.

Ta neuništiva adolescentska kultura ostaje podzemnom osim u slučajevima kada se pojave hapšenja, saobraćajne nesreće ili trudnoće. Posebno ostaju skrivene polno prenosive bolesti zato što ni sami tinejdžeri nisu uvek svesni vlastite zaraze. Kada otkriju simptome, obično traže lekarsku pomoć bez znanja svojih roditelja.

Društvo za pomoć deci procenjuje da se jedan od svaka četiri polno aktivna američka tinejdžera zarazi nekom polno prenosivom bolesti svake godine.¹³ Na taj način, ako neki tinejdžer ima polni odnos, pre ili posle će on ili ona dobiti polno prenosivu bolest. Samo je pitanje vremena.

Bibija je već davno predskazala sudbinu onoga koji traži seksualno uzbuđenje:

*Umreće jer nema pouke,
propašće zbog svoje goleme gluposti.*

Izreke 5:23

Ništa se nije promenilo u gotovo tri hiljade godina.

Kondomska prevara

Neki se osećaju sigurnima zato što uvek koriste kondome. Kažu: »Ne mogu imati (imenujte svoju polno prenosivu bolest). Uvek koristim kondom.« To smo iznova čuli od pacijenata pozitivno testiranih na herpes, klamidiju, HIV ili neke druge polno

prenosive bolesti.

»Kondomi ne nude potpunu zaštitu«, piše u jednom udžbeniku o AIDS-u. »Mogu biti oštećeni, mogu puknuti ili skliznuti.«¹⁴

»Čekaj malo«, kazaće oni koji koriste kondom, »je li sigurnije imati polni odnos s kondomom ili bez njega?«

Možda postavljaju krivo pitanje. Šta bi trebali pitati: »Je li sigurnije ići u bitku u kojoj se puca sa zaštitnim prslukom koji štiti od metaka ili bez njega?« Naravno da je sigurnije odenuti zaštitni prsluk, ali čemu, u prvom redu otići na bojno polje? Odeća otporna na metke može izneveriti; isto tako i kondomi.

»Ne postoji siguran seks.«

Dak Rambo, zvezda u sapunicama i nosilac HIV-a

Neki su kondomi propusni i pre nego se izvade iz pakovanja. Oštećenja kondoma su neizbežna pa Agencija za kontrolu hrane i lekova odobrava rasturanje kondoma jer samo četiri od hiljadu kondoma propuštaju.



153

Femili Helt Internešnl, agencija za planiranje porodice pro- učavala je 850 parova. Ustanovili su da za vreme bračnih polnih odnosa pukne manje od 2% kondoma, ali za vreme prolaznih polnih odnosa pukne oko 5% kondoma. Neki posebno snažni muškarci raskinu 20% kondoma koje koriste.¹⁵

Kondomi imaju pukotine 50 puta veće od HIV-a



Katkada mi (Davidu E. Sternu) u ordinaciju dođe žena s neugodnim problemom. Za vreme polnog odnosa kondom je skliznuo, a ona ga ne može naći. Kondom se lako skida; ali kada se radi o zaštiti od polno prenosivih bolesti, jednako je tako mogla ostaviti kondom u svojoj torbici.

Dr. Suzan Veler sa Univerziteta Teksas pregledala je sve rade dove o kondomima i polno prenosivim bolestima. Zatim je u časopisu Sošl Sajns and Medisin zaključila: »Rezultati radova o prenosu HIV-a pokazuju da *kondomi mogu smanjiti rizik od infekcije HIV-om za približno 69%*. Učinkovitost kondoma mnogo je manja nego što se uopšteno smatra.«¹⁶

Neverovatno! Svet polaže nadu za sprečavanje AIDS-a u metodu koja izneveri u gotovo trećini slučajeva. Šta bi bilo da padobrani izneveri u trećini slučajeva? Bi li državne škole kazale našoj deci: »Znamo da ćete skakati iz aviona bez obzira što vam mi kažemo i zato se osigurajte. Koristite se padobranom!«

Primenimo zdrav razum. Koja bi se žena složila spremiti toksični otpad u kondomu koji joj se umeće u njen genitalni trakt? Možete li zamisliti agenciju za čuvanje okoline kako odobrava kondome za vaginalno skladištenje toksičnog otpada? Smešno!

Ali jednako je HIV toksičan kao bilo koji otrovni otpad. Pa ipak naša vlada ne samo da odobrava stavljanje ovog toksičnog otpada u kondome, ona ga čak oglašuje na TV-u. Seksolozi ponavljaju svoju smrtnu mantru: »Sigurno... Sigurno... Sigurno...« Ali u tome nema prave zaštite.

Strah utemeljen na činjenici

»Prestanite!« protive se odgajatelji. »Zar nameravate uplašiti tu decu?« Da. Strah nije uvek loš. Može biti dobar ako je utemeljen na činjenicama. Bojimo se voziti ako nema mosta jer znamo da postoji sila gravitacije. Bojimo se popiti arsen jer znamo šta otrov može učiniti.

Polno prenosive bolesti trebale bi preplašiti svaku tinejdžerku Juliju koja brza u polni odnos s turbonabitim Romeom. Mlađe treba doživeti strah koji je utemeljen na činjenici kao što crveno svetlo na semaforu opominje:

»Stop! Polni odnosi izvan braka mogu uništiti vaš život. Ne

činite to! Čekajte zeleno svetlo braka.«

Smatramo svojom dužnošću da započnemo otvoreni napad na seksualnu revoluciju... ono što je nekada bilo pitanje morala danas je doslovce pitanje života i smrti.

Dr. Harvi Fineberg,
dekan Škole javnog zdravlja na Harvardu

Brak - to nije prljava reč

Zakon traži da seksolozi poučavaju kako polnost i brak idu zajedno kao konji i kočije. Godine 1987. Senat Sjedinjenih Američkih Država izdao je zakon (94 prema 2) koji kaže: »Svi obrazovni, informativni i preventivni materijali i aktivnosti za pouku o AIDS-u, pripremljeni za školsku decu i odraslu mladež trebaju naglašavati... suzdržavanje od polne aktivnosti izvan monogamnog braka.«¹⁷ Jesu li odgajatelji polnog odgoja pročitali taj zakon?

Većina seksologa odbija takav pristup. Misle da poučavanje mladeži o nevinosti ili braku uključuje »vrednosne sudove«. Kažu: »Naš je zadatak poučavati o činjenicama, a ne o moralu. Moramo poštovati svačije vrednosti.« Na taj se način rugaju pravilima odobrenim od Kongresa i nadomešćuju ih takozvanim bezvrednim poučavanjem kako polno opštiti.

Jedan od »ciljeva narodnog zdravstva« Javne zdravstvene službe Sjedinjenih Američkih Država za 2000. go-dinu bio je porast broja 17-godišnjih devica za 50%.¹⁸ Nisu ga dostigli.

Umesto suzdržavanja, odgajatelji se šale dok mladež uče kako navući kondom na bananu. Puštaju decu da navlače kondome na glavu i naduvaju ih kako bi proizveli komične kondomske glavice. Cilj je da se mladež oseća lagodno s kondomima.

Skrivaju nedostatke kondoma kao da su to odabrane informacije. Primerice, jedan članak za lekare u časopisu Pejšnt Ker

priznaje da je »učinkovitost kondoma protiv polno prenosivih bolesti samo 30-60%«. U istom su broju izdali letak »Saveti za mlade devojke« u kojem piše: »Upotreba kondoma jedini je način da se smanji rizik od AIDS-a.«¹⁹ Šta? Ne bi li suzdržavanje bilo još bolje? Zbog čega se tinejdžerkama ne objavi cela istina? Zašto samo lekarima? Seksolozi kažu da poučavaju mladež o činjenicama kako bi donosila dobre odluke. Ali im ne iznose činjenice. Radije im govore da se pouzdaju u kondom. Zašto ne kažu istinu? Recite im: »Samo se budala pouzdaje u '50:50' u tanku poput papira gumenu membranu.« Zašto ne u metodu koja je s vremenom potvrđena? Odgovorite im: »Samo recite NE!«

Kada se radi o drogama, odgajatelji prihvataju takav odgovor. Ne poručuju tinejdžerima: »Uživajte drogu na siguran način.« Ne vežbaju ubadanje sigurnim injekcijama na narandžama. Ne rasturaju sigurne droge. Takav odgoj ne bi bio siguran, bio bi opasan. Prouzročio bi masovnu epidemiju drogiranja. Poručuju im: »Samo recite NE!« To deluje pri obrazovanju o zloupotrebi droga. Deluje i u obrazovanju što se tiče seksa.

Moramo naći vremena da poučimo mladež:

- Ti si divno stvorenje.
- Tvoje je telo vrlo važno.
- Možeš preuzeti odgovornost za svoje telo.
- Ne moraš popustiti svakom nagonu.
- Seks u braku jedino je siguran.

Samopoštovanje i samokontrola nije nikad olako prihvaćena poruka. Godine 1892. Ser Vilijam Osler, možda najveći lekar posle Hipokrata, postavio je u svom klasičnom delu *Principls and Prektis of Medisin* (Načela i delovanje lekarstva): »[Nevi-nost] se može činiti [teškim] stanjem... ali se može održati, naša je dužnost [kao lekara] da tu pouku razvijamo kod mlađih i

starih koji od nas traže savet o seksualnim pitanjima.«

Nakon više od stotinu godina to je i dalje »teško«, ali »se može izvršiti« i mora, jer su u pitanju životi jednog naraštaja.

Kada si u Rimu...

Davno pre Oslera, u drevnom Rimskom Carstvu usputni polni odnos bio je uobičajen za žene i muškarce. Gospodari su robove iskorišćavali za polne odnose. Gozbe su se pretvarale u orgije. Muškarci su svoje bračne zavete uzimali toliko olako da je drevni Rimljani upitao: »Izbacuje li iko svoju ženu golu kada je slučajno zatekne s ljubavnikom, a da nije i sam uživao u preljubi?«²⁰

Apostol Pavle odrastao je u paganskom gradu Tarsu u kojem se jedan posetilac žalio da ne može proći ulicom, a da ne čuje dahtanje i stenjanje mušterija u bordelima.²¹ S obzirom na to da je Pavle živeo okružen kaljugom bludnosti, mogli biste očekivati da bi u svojim poslanicama prihvatao usputni polni odnos. Međutim, u Pavlovim se poslanicama jasno manifestuje odmak od rimske kulture. Zapravo, Pavle je podsticao vernike da se, kad su u Rimu, ne ponašaju kao Rimljani: »Jer ovo je volja Božja: svetost vaša - da se čuvate od bluda, da svako od vas zna svoje telo držati u svetosti i poštovanju, a ne u pohotnoj strasti kao pagani koji ne poznaju Boga« (1 Solunjanima 4:3-5, D. E.).

Doista siguran polni odnos

Centar za nadzor bolesti jasno ističe u »Vodiču za učinkovit školski zdravstveni odgoj«: »Polni bi se odnosi trebali obavljati samo u monogamnom braku.«²²

Biblija se s time slaže:

*Pij vodu iz svoje nakapnice
i onu što teče iz tvoga studenca.
Neka oni budu samo tvoji,*

a ne i tuđinaca koji su uza te.

*Neka je blagoslovljen izvor tvoj,
I raduj se sa ženom svoje mladosti.*

Izreke 5:15,17-18

Bog ne ubija radost seksualnosti. Stvorio je polni nagon za uživanje i stvaranje novog bića - ne za strahove i polno prenosive bolesti. Poput brižnog Oca želi nam samo najbolje. Želi da polni nagon očuvamo:

za najbolju osobu
u najbolje vreme
za najbolju svrhu.

ŠESNAESTO POGLAVLJE

Duhovna seksualnost

Seksualnost ima posebnu svrhu. Ona nije nešto s čime se postupa nemarno ili bez poštovanja.

Alvin Pusaint,
psihiyatror na Univerzitetu Harvard

»Doktore, šta mi nedostaje u životu?« pitala je Kolin. »Džek kaže da me voli, ali ja to baš ne osećam. Svaki put kada s njim pokušam o tome govoriti, on me jednostavno učutka. Kaže da čini što može. Mnogo radi i imamo dobar život: dvoje dece, lepu kuću. Ja čak i ne moram raditi. Šta još mogu tražiti? Možda bi mi to trebalo biti dovoljno. On se dobro brine za sve... ali uz njega se osećam kao da ne postojim. Gleda fudbal, čita novine, ali jedva me primećuje, osim uveče kada isključi TV. Onda me grli i ljubi, ali samo zato što najednom želi polni odnos. Ne mari za mene. To je kao vežba od deset minuta: svući se, operi zube, idi u toalet, obavi to pa spavaj. Takav me postupak ostavlja hladnom. Katkad poželim da si nađe ljubavnicu da bih ja imala malo mira. Prijatelji mi kažu da ostavim Džeka... ne znam. Možda mi

treba samo koja tabletka apaurina.

Kolin i Džek očito imaju problema. Oboje su odrasli u porodicama koje su bile osećajno hladne, gde niko nije govorio o seksu. Nisu videli svoje roditelje kako se grle, ljube ili izmenjuju nežne reči. Majka je Kolini na indirektn način prenela kako se dame sa seksom jednostavno pomire i da dobre devojke nikada ne uživaju u polnom odnosu.

Kolini je polni odnos bio prljav i odvratan. Džek na polni odnos gleda samo kao na svoje pravo i njenu dužnost.

Katkad izgleda da se polnim odnosima rađa više problema nego dece. Neki čak polni odnos osećaju kao prljavi đavolski trik. Mnogi su rani crkveni oci počinili pogrešku. Pogrešno su prihvatali dualizam, grčku filozofiju da je duša dobra, ali telo zlo. I budući da je telo zlo, pravi su »duhovni« ljudi mučili svoja tela, zavetovali se na siromaštvo, čak su odevali grubo vuneno donje rublje koje ih je žuljalo. Kako je polni odnos bio vezan uz telo, bio je zao. Polni je odnos bio slabost za one koji nisu dovoljno »duhovni« da bi se oduprli napasti. Trajni celibat bio je za duhovne divove.

Sveto pismo je protiv takvih čudnih ideja. Bog je stvorio dušu i telo, i sve što je stvorio proglašio je »dobrim«. Polnost je uvek bila deo božanske zamisli za ljudsko dostojanstvo.

Seksualnost kao svetost

Jedan je moj (Davida E. Sterna) pacijent došao na lečenje zbog gonoreje. Bio je poznati poslovni čovek u društvu, a prolazio je kroz krizu srednje dobi. Jednoga se dana prvi put u životu našao u hotelskoj sobi s prostitutkom. Nakon što joj je platilo ona je postavila pravila. »Ja sam Džejn. Ti si Džo. Nema suvišnog razgovora. Navuci ovaj kondom. Ljubi me bilo gde želiš osim u usta.«

Čudne iskrivljene logike, prepustila je svoje polne organe, ali

sačuvala usta za odnos koji neće uključivati samo njeno telo već i dušu. Dopuštala je da joj se telo koristi kao igračka za užitak, ali je nešto u njenoj duši vikalo: »Sačuvaj nešto za dušu.« Stoga je uzaludno nastojala zaštитiti svoju dušu.

Bog je seksualnost učinio svetom i dobrom. Kada je seksualnost deo braka protkanog ljubavlju, niko se od partnera ne treba ničeg suzdržavati. Slobodni su uživati i potpuno se predati jedno drugom.

U takvoj seksualnosti možemo doživeti blagoslov u svakodnevnom životu. Seksualnost može postati duhovni sakrament.¹ Polni odnos postaje spajanje dvaju tela i dveju duša kad oboje doživljavaju Božji blagoslov. Bog je stvorio seksualnost da bude prirodan čin bogoslužja. Bog želi da uvek živimo u Njegovoj prisutnosti, čak i za vreme polnog odnosa.

Budući da parovi često pate od seksualnih nesuglasica, zajedništvo s Bogom za vreme polnog odnosa može im se činiti nezamislivim. Jedan način da proverite osećate li se dobro, kako sa svojom duhovnošću tako i sa se-ksualnošću, jeste da se upitate možete li slobodno započeti polni odnos molitvom: »Gospode, za ono što ćemo sada primiti dajemo Ti hvalu.« U ovoj vrsti duhovnosti dvoje ljudi može doživeti ono najviše u seksualnosti, a to je jedinstvo i tela i duše.

Iluzija romantične ljubavi

Danas malo ljudi pomisli na duhovnost kada misli na seks. Većina ih pre misli o romantičnoj bajci, gde bajko-viti kraljević s bajkovitom princezom odleti u bajkoviti krevet trajne strasti. Ali stvaran život nije bajka. Teret života izreku »srećni zauvek« uvek spusti na zemlju. Kada romantične ruže uvenu, mnogi se ljubavnici nađu razočarani i bez iluzija.

Svi imamo prazninu u srcu. Naša duša čezne za ispunjenjem i zato nam godi iluzija romantične ljubavi. Srce će možda na-

stojati ispuniti prazninu romantičnim ljubavnikom. Ali kad je ljubavnik dao sve od sebe, duša još uvek zaziva i traži više. Ljubavnici uvek razočaraju, pa duša mora tražiti druge ljubavnike. Ako tako idemo dalje, bol u srcu nikad ne prestaje.

Romantika je poziv da zaronimo u LJUBAV. I da ne idemo dublje, romantika postaje čistom požudom. U jednom se trenutku duša iznenada oseti iskorišćenom i povređenom.

Pa ipak je mnogima, čak i onima koji se proglašuju religioznima, seks ono najbliže s čime mogu iskusiti neko duhovno iskustvo. U seksualnosti jedva mogu razlučiti dušu i telo. Onih nekoliko čarobnih trenutaka nabijenog uzbuđenja može pružiti lažni osećaj duhovnog ispunjenja. M. Skot Pek kaže: »Zbog toga što je [polni odnos] neka vrsta duhovnog iskustva, toliki ga u više navrata traže da dožive očajničko opuštanje. Često traže Boga, bili svesni toga ili ne.«² Romantika teži prazninu srca ispuniti ljudskim ljubavnikom; ali ta je praznina toliko široka i duboka kao sam Bog. Samo je Bog može ispuniti.

Dva divna tela predana polnom zadovoljenju neće zadovoljiti dušu. Učestala venčanja i razvodi holivudskih zvezda dokazuju prazninu sebičnog seksa. Mnogi često očekuju da će zadovoljiti dušu iskrom uzbudljivog polnog odnosa. Poput niti u sijalici, ta užarena uzbuđenja ubrzano izgore. Svetla strasti se ugase. Praznina u srcu ostaje mračnom stvarnosti.

Sukob - kamenita staza do prave prisnosti

Sećate li se Džeka i Kolin? U početku njihovog braka međusobne razlike bile su im zanimljive. Uskoro se Džekov stav krutih činjenica sukobljavao s Kolininim osećajnim pristupima.

Kolin je očekivala cveće i poljupce; Džek je mislio kako je dovoljno doneti kući zarađenu platu. Kolin je želela razgovarati o proteklom danu; Džek se želio odmoriti i zaboraviti na posao. Kolin je želela ići putem punim cveća i romantike; Džek je

pokušavao dobiti na vremenu i ići kroz industrijski deo grada.

Svaki put kada bi izbio sukob, šokirali su se uvidevši da su venčani s nekim ko svet ne gleda na »normalan« način. Svađali su se, ali nisu našli rešenje. Kada bi otkrili svoje osećaje i očekivanja, upali bi u sukob i odbacivanje. Uskoro je oboje odlučilo izbegavati da se otvore jedno drugomu. Na taj su način mogli izbeći bitke. Postali su emotivna ostrva odeljeni morima straha i ogorčenja.

No Džek i Kolin propustili su shvatiti da samo otvaranjem i razradom svojih sukoba mogu iskusiti nekakvu bliskost. Podnose jedno drugo, ali do prave intimnosti neće nikad doći.

Intimnost zahteva iskrenost i voljnost da se čovek otvari. U Poslanici Rimljanim 12:9 apostol Pavle je napisao da je prava »ljubav bez pretvaranja«. Otvorenost uvek dovodi do nekog sukoba, ali taj sukob može voditi u inti-mnost. Iskre u sukobu su znakovi živosti u braku. Dosada je znak da jedno za drugo ne mari, a ljubav je isparila.

Mnogi traže razvod braka zbog »neprilagođenosti«. Propuštaju shvatiti da su svi neprilagodljivi s drugima. Nikada nije postojao par koji je stvarno međusobno prilagodljiv. Svi smo različiti. Svi imamo različite želje i različite stilove. Svi očekujemo nešto drugčije. Svi se različito radujemo. Različiti su nam jadi. Imamo različite kušnje. Imamo različite razlike. Verovali ili ne, neprilagodljivost je doista jedan od ciljeva za stupanje u brak. Jer kroz svoje različitosti, sukobe i rešenja rastemo duhovno i učimo se snošljivosti, ljubavi i praštanju.

Brak - duhovno putovanje

Put seksualne duhovnosti ne počinje na orgazmičkom vrhuncu. On se kreće zavojitim putevima po dolinama svakodnevног života. Zbog toga Biblija ne naziva duhovni život mističnom visinom, već radije svakodnevnim hodom. Samo oni

koji su odabrali taj naporni hod mogu iskusiti mistične visove istinske duhovne seksualnosti.

Adolf Gugenbuhl-Kreg sažima razloge zbog kojih je toliko bračnih parova zbumjeno pogledu zdrave seksualnosti u braku. »Ljude neprestano poučavaju psihijatri, psiholozi, bračni savetnici i drugi, da su samo srećni brakovi dobri brakovi, ili da bi brakovi trebali biti srećni.³ Brak je, međutim, duhovno putovanje, a duhovna putovanja nisu lagodni putevi u nirvanu. Duhovna su putovanja pešačenje po kanjonima, pustinjama i prašumama stvarnog života. »Zbog toga je [brak] tako pun uzvisina i nizija. Sastoje se od žrtava, radosti i patnji...«⁴

Većina »potpuno zaljubljenih« parova na početku ulazi u brak smatrajući da će romantična ljubav zauvek trajati i uvek biti dovoljna. Ali samo romantična ljubav nikada nije dovoljna.

Ako brak ne postane duhovno putovanje po putevima ljubavi, partneri neće istražiti visine i dubine duhovne seksualnosti. Brak može pružati mnogo radosti kao slap koji se obrušava niz strmine romantične ekstaze. Brak može isto tako pružiti duboko zadovoljstvo kao reka koja teče kroz plodne doline celishodnog života. Oni koji se upute na ovo duhovno putovanje mogu kazati jedno drugom:

*Ostari zajedno sa mnom!
Najbolje tek dolazi,
Kraj života, zbog kojeg je početak stvoren.*

Robert Broioning

SEDAMNAESTO POGLAVLJE

Tajna dobroga seksa

Postoji samo jedan odgovor za bilo koji brak ili bilo koji odnos od životne važnosti. A taj je da se onaj pregradni zid mržnje zameni Hristovim krstom. On znači prestanak svih zahteva da se ono drugo promeni. Znači umirati sebi svakoga dana, neprestano pitati Gospoda: »Šta je to u meni što pridonosi slomu ovoga braka?... Šta je to u meni što treba umreti?«

Džon i Pola Sandford,
Preobražaj unutarnjeg čoveka

Kada su Kolin i Džek napokon otvoreno razgovarali o svom odnosu, pokazalo se da oboje žele povratak na prvobitnu strast medenog meseca. Tada je već i sam pogled na njega ili nju podstakao gorljivu želju. Čak je i Džek priznao da je seks bio mnogo bolji u »onim starim danima«.

Šta su mogli preduzeti?

Mogli su čitati najnovije seksualne priručnike. Mogli su se predbeležiti kod najpopularnijeg seksualnog terapeuta. Mogli

su pohađati najpopularnije seminare o seksu.

Da jesu, promašili bi. Umesto toga mogli su se koristiti metodom koju su milioni ljudi iskušali i stolećima je drže pravom.

LJUBAV

Isus je ponudio najučinkovitiji bračni seminar na svetu ikad održan. Isus je svoju tajnu formulu sažeо u jednu jedinu reč: agape ili ljubav. Ljubav znači predanost, brižnost, poštovanje, snošljivost i oprاشtanje. Ljubav čini da se udobno utone u zagrljaj, a u gnezdo stavlja slast i strast. »Ljubav nikada ne prestaje« (1 Korinćanima 13:8).

Ljubav nije samo milo i drago iz romantičnih romana. Ljubav nije ono što su Bitlsi pevali: »Sve što nam treba jeste ljubav.« Ljubav nije ono što kaže holivudska starleta: »Uz njega, na neki način, osećam se tako, na neki način, sjajno.«

Oldos Haksli se jadao: »Od svih otrcanih, prljavih reči koje su u našem rečniku već dobine magareće uši, "ljubav" je sigurno najprljavija, najsmrdljivija, vrlo izlizana... postala je grubo nasilje dobrom ukusu i osećaju za pristojno, opscenost koju je teško izgovoriti.¹

Zašto je ljubav postala toliko bezvredna reč? Zato što smo izgubili Božji opis ljubavi, pa svet iznosi na milione pogrešnih definicija.

Bog opisuje pravu ljubav:

Ljubi svoga bližnjega kao samoga sebe.

Isus Hrist, oko godine 30.

Od rođenja smo stručnjaci u samoljublju. Za sebe tražimo hranu. Za sebe tražimo sigurnost. Za sebe tražimo smisao. Stvarna ljubav je ista ta želja, ali da se zadovolji neko drugi i ugodi drugom. Romantika kaže: »Šta mogu dobiti?« Ljubav

kaže: »Šta mogu dati?«

Ljubav koja kaže »Volim te jer me usrećuješ«, propašće. Ne može opstati jer vas nijedan ljubavnik ne može uvek usrećivati. Prava ljubav kaže: »Volim te čak i kada mi ne pružaš sreću.« Takva ljubav može trajati i rasti.

Franjo Asiški je molio za ovakvu ljubav:
O Božanski Učitelju, pomozi mi da ne tražim
da budem utešen, već da ja tešim,
ne da me razumeju, već da ja razumem druge,
ne da budem ljubljen, već da ja ljubim...

Jedino takva ljubav može preobraziti Kolinin i Džekov brak.

Je li ljubav sveopšta vrednost?

Danas postoji široko rasprostranjen mit da su sve filozofije i religije u osnovi jednake. Univerzitetski profesori odvažno tvrde da sve religije uče o ljubavi, poštovanju i predanju. TV komentatori beleže zajedničke vrednosti svih religija. Taj se mit često ponavlja, no je li istinit? Je li taj univerzalizam proizvod istraživanja ili neznanja? Činjenica ili hirova? Pogledajmo.

Hindus i ljubav

Robert Džonson, pisac knjige *On, jednoga je dana u Indiji* šetao sa svetim guruom. Džonson je zastao i pružio novac prosjaku. Guru je zastao i ukorio ga zbog upletanja u prosjakovu karmu. Džonson je odgovorio kako to ne čini zbog prosjaka. Čini to zbog sebe. Guru je promenio mišljenje; ako je motiv potpuno sebičan, tada davanje siromasima može biti u redu.

Onima odgojenima u hrišćanskoj kulturi takvo je mišljenje čudno, ali hindusima je savršeno smisleno. U hinduizmu i budizmu samo je duhovni svet stvaran. Materijalni je svet samo iluzija. Duhovni rast zahteva odvajanje od materijalnog sveta i

beg u duhovni svet. Ljubav prema drugima nema ničeg zajedničkog s duhovnim rastom.

U knjizi Mitovi po kojima živimo Džozef Kempbel je veličao mitove istočnačkih religija kao izvore duhovne istine. U vezi s ljubavlji nije, međutim, mogao pronaći nijedan istočnački mit o ljubavi. Ustanovivši da je istočnačko stanovište nepotpuno, on ga je u kasnijoj životnoj dobi napustio.

Materijalista i ljubav

Na drugoj strani spektra nalaze se religije marksista (dijalektički materijalizam) i humanizma (evolucijski materijalizam). Današnja intelektualna elita sledi religiju materijalizma. Za njih je samo fizički svet stvaran. Duhovni je svet iluzija. Ne mogu raspravljati o duhovnom životu jer ne veruju da postoji duhovno područje. Ljubav nije stvarna. Ljubav stvaraju hemikalije u mozgu, nastale da bi navele životinje (to jest ljudi) na parenje, reprodukciju i prenos gena.

U ovom svetu prežive samo najsposobniji. Ne bi trebalo pomagati slabima, jer bi oni mogli preneti »slabije« gene. Materijalisti postoje da vladaju i prenose svoje »superiorne gene«.

Dosledan materijalista ne može ljubiti svoga bližnjega, jer mu je bližnji tek jedna životinja, suparnik u borbi za preživljavanje.

Hrišćanin i ljubav

Isus je prihvatio stvarnost i dobro fizičkog i duhovnog. Živimo duhovnim životom ovde u materijalnom svetu dajući i primajući opipljivu ljubav.

Ljubav je velika istina jedinstvena hrišćanstvu. Muhamed je poučavao o sudu, ne o ljubavi. Buda je poučavao o begu, ne o ljubavi. Konfučije je poučavao o skladu, ne o ljubavi. Isus je poučavao o ljubavi.

Islam tumači da je Bog dalek i nedohvatljiv. Alah je toliko udaljen da nijedno ljudsko biće ne može nikada doći u neki odnos s njim. Jedino nam Biblija otkriva da je »Bog ljubav« (1 Jovanova posl. 4:16).

Isus je Boga nazvao »Ocem«² i učimo da smo Njegova deca. Isus nas je pozvao na prisan odnos sa Stvoriteljem svemira. Isus nas takođe poziva da u takvoj ljubavi živimo s drugima.

Kada ljudi izjave: »Verujem u boga ljubavi«, često pokušavaju uporediti svoga boga ljubavi s Bogom Biblije. Ali nisu sami izmislili pojam boga koji ljubi. Našli su ga u Bibliji. Oni zapravo kažu: »Verujem u [deo] Boga objavljenog u Bibliji.«

Ljubav je najveće otkriće u istoriji. Isus ljubav nije izveo iz kultura Srednjeg istoka. Nije posmatrao ljubav u totalitarizmu Rimljana. Nije pronašao ljubav u platonizmu Grka. Nije ljubav izveo iz erotizma pagana. Nije video ljubav u legalizmu fariseja.³

Ljubav je bila objava samoga Boga. Ljubav nema nikakvog objašnjenja. Ljubav dokazuje da je sam Bog odgovoran za nauk Biblije.

Dikobrazi i ljubav

Takva ljubav nikom ne nadolazi prirodno. Svi smo mi dikobrazi. Svi imamo bodlje koje smetaju - nepoželjne, čak i odvratne osobine. Ljudi koji nam se približe uvek se nabodu. Svi razdražujemo prijatelje. Svi vredamo svoje porodice. Svi izdajemo svoje bližnje.

U bilo kojem odnosu, jedino ljubav može obraditi i isceliti rane u međusobnim odnosima. C. S. Luis je rekao:

U svakome od nas postoji nešto što se prirodno ne može voleti. Nije ničija pogreška ako to baš ne vole... Isto tako možete tražiti od ljudi da vole ukus pokvarenog hleba ili zvuk mehaničke bušilice... Svi koji imaju dobre roditelje, žene, muževe ili decu mogu biti sigurni da katkad, a možda i uvek, u nekoj

pojedinosti ili navici, primaju [ljubav]. Voljeni su ne zato što su vredni ljubavi, već zato što se ljubav sama nalazi u onima koji ih ljube.⁴

Ljubav ljubi ne zbog nečega... već uprkos svemu. Prisnost znači da se ja svakoga dana nabodem na tvoje bodlje dikobraza, ali te svejedno ljubim. Kada sam se (David E. Stern) oženio Dijanom, pastor mi je dao dobar savet: »Svakoga dana vašeg braka«, kazao je, »dogodiće se nešto, pa ako ustraješ na tome, to može dovesti do razvoda braka.«⁵

Uspešan brak ne znači zanemarivanje pogrešaka bračnoga druga. Bračni uspeh znači naučiti ljubiti uprkos svim pogreškama koje vidimo. Romantika ljubi iz nekog razloga... Romantika kaže: »Ljubim te jer si krasna. Ljubim te jer si pažljiva. Ljubim te jer se uz tebe osećam dobro.« Prava ljubav kaže: »Ljubim te uprkos tvojim borama. Ljubim te uprkos tvojoj nemarnosti. Ljubim te i kad me razočaraš.«

Bog nas ljubi uprkos našim pogreškama i željama da živimo bez Njega, uprkos našim promašajima da ljubimo. To je velika istina o Božjoj ljubavi. Nismo je zaslužili. Ne možemo je zaraditi. Zapravo, Božja ljubav znači da On previđa i oprašta sve naše pogreške. Možemo ljubiti jer smo ljubljeni. Možemo ljubiti jer nam je Bog oprostio sve naše grehe.

Jednom je Isus bludnicu obasuo opraštanjem njenih mnogih greha. Na to je odgovorila dubokim poštovanjem, izlivši dragocene mirise na njegove noge, otirući mu ih svojom kosom i ljubeći ih. Samopravednom verskom vodičem zgodilo se takvo iskazivanje osećaja bludnice.

Isus je odgovorio: »Oprošteni su joj gresi, i to mnogi, jer je pokazala mnogo ljubavi. A kome se manje oprašta, taj manje pokazuje ljubavi« (Luka 7:47).

Nama je mnogo oprošteno. Zbog toga možemo mnogo lju-

biti. Zbog toga možemo ljubiti kao što Bog ljubi.

Ljubav je strpljiva, ljubav je blaga... ljubav ne traži svoje... prašta zlo... Sve oprašta, sve veruje, svemu se nada, sve podnosi.

Prva poslanica Korinćanima 13:4-6

Ova vrsta ljubavi ljubi uprkos svemu. To je natprirodna ljubav - ljubav koju daje Bog.

Duhovni kiseonik

Muškarci i žene često zanemaruju ljubav. Džek nikada neće doživeti dobar seks sve dok ustraje da Kolin »servisira« njegove potrebe. Sve dok on teži samo da nešto dobije, dobijaće vrlo malo.

Kao čovek usredsređen na seks, od njega je dobio malo, jer se usredsredio na sebe umesto na Kolin. Njemu, seksualno frustriranom, izlivi ljutnje podigli su krvni pritisak i pogoršali srčanu anginu.

Dr. Karl Jung dijagnostikovao je izvor Džekove frustracije: »Ona je uzrok nedostatka ljubavi, jer teži samo zadovoljiti seksualnost.«⁶ Džek nije nikada čuo da postoji druga vrsta ljubavi. Nije imao pojma da seks može uključiti nešto više od zadovoljenja vlastitih nagona.

Mnogobrojni se parovi osećaju zarobljenima u braku bez ljubavi. Jedina ljubav koju poznaju je seksualni nagon, što se oslikava u jeftinim romanima i popularnim filmovima. Nikada nisu zadovoljeni jer seks bez ljubavi guši dušu.

Ljubav je duhovni kiseonik. Bez nje će vam se duša zagušiti. Dr. Smajli Blanton piše:

Više od četrdeset godina sedeo sam u ordinaciji i slušao kako mi ljudi svake dobi i društvenog sloja govore o svojim nadama i strahovima... Kada se osvrnem na duge, plodne godine,

u mojoj svesti jedna istina jasno iznosi sveopštu potrebu za ljubavlju... Ne mogu opstati bez ljubavi; moraju je imati ili će izginuti.⁷

Samo ljubav može udahnuti život umirućoj duši.

Daj mi ili dajem

Bez ljubavi parovi su ojađeni. Imaju vanbračne veze, ali im se jad samo povećava. Svađaju se i nikada ne opraštaju jedno drugom, pa seks tako postaje beživotan, čak i odbojan. Jedna je žena u braku bez ljubavi kazala da seks s mužem oseća kao da je siluje »mehanička gorila«.

Takvi parovi često hrle terapeutu koji ih upućuje na seksualne vežbe. One mogu proizvesti privremeno olakšanje, ali obično leče samo simptome i ne rešavaju izvorni problem - manjak ljubavi.⁸

Psihoanalitičar Erih From naslutio je da je taj nedostatak ljubavi koren svih psiholoških problema:

Izričiti nalog »ljubi bližnjega svoga kao samoga sebe« najvažnija je poruka za uspešan život... kršenje te zapovesti osnovni je uzrok nesreće i duševne bolesti... Na šta se god bolesnik žalio, kakve god simptome iznosio, svi su ukorenjeni u nesposobnosti da ljubi, ako pod ljubavlju mislimo na sposobnost za brižnost, odgovornost, poštovanje i razumevanje bližnjega te izuzetnu želju da bližnji napreduje. Analitička je terapija u biti pokušaj da se bolesniku pomogne dobiti ili ponovno stići sposobnost za ljubav. Ako se taj cilj ne postigne, doći će samo do površnih promena.⁹

Posebno muškarci misle da seks sam može podupreti dobar uzajamni odnos. Za muškarce orgazam može biti samo mehanički čin. Za ženu je vrhunac mnogo složeniji. Ona nije robot. Samo pritiskanje određenih tipaka neće pokrenuti zvona i svira-

le. Dr. Maks Levin beleži da je nesebična ljubav nužna za dobar seks.

Očito je zrelost preduslov za srećan brak. U nezrelom ranom detinjstvu ne postoji obaveza davanja. Malo dete samo prima; od njega se ne očekuje da čini nešto više. Uspeh braka u velikoj će meri zavisiti o stepenu u kojem su partneri prerasli svoju infantilnu zavisnost i postigli sposobnost da preuzmu odgovornost, da više žele davati negoli primati.¹⁰

Stolećima pre nego su se Kolin i Džek otuđili, Biblij je opisala potrebu za takvom zrelosti.

Kad sam bio dete, govorio sam kao dete, mislio kao dete, sudio kao dete. Kad sam postao zreo čovek, odbacio sam što je detinje... Sada ostaje vera, nada i ljubav - to troje - ali je najveća među njima ljubav.

Prva poslanica Korinćanima 13:11,13

Izgubljeni je sin otkrio da nezreo zahtev »samo mi daj« nikada ne zadovoljava život (vidi Luka 15:11-32). Napustio je svoj dom i otišao u zemlju daleko od vrednosti svoga oca. Spiskao je celo svoje nasleđe. Ali jagma za »daj mi« učinila ga je nesrećnim i siromašnim. Došao je na samo dno u životnom svinjcu gde mu je čak i svinjski napoj bio ukusan.

Srce mu je čeznulo za ljubavi u očevom domu. Tamo su mu sve potrebe uvek bile podmirene. Možda očeva »grozna verska pravila« i nisu bila tako loša kao što je nekad mislio. Možda postoji povezanost između davanja ljubavi i primanja blagoslova.

Kada je bio dete, imao je nezreli stav »daj mi«. Kada je odrastao, sazreo je i postao razborit. »Učini me slu-gom«, rekao je.

Važnost vrhunca

Najveće istraživanje seksualnosti u Americi uveliko je ispi-

tivalo seksualni život stanovnika. Jedan je rezultat mnoge iznenađio. U konzervativnih protestantskih žena smatralo se da one verovatno svaki put dožive orgazam. Jedna se novinarka zaprijetila jer su je te žene podsećale na »crkvene dobrotvorne prodaje kolača i na kampanje protiv abortusa«,¹¹ a ne na uspaljeni seks. Istraživači su uočili:

[Ovi rezultati] iznenađuju jer se često konzervativno religiozne žene prikazuju kao seksualno potisnute... Popularna slika uškrabljenih konzervativnih protestanata... može biti i mit što se tiče seksa... Možda konzervativne protestantkinje čvrsto veruju u svetost braka i u seksualnost kao izraz ljubavi prema mužu.¹²

Većina hrišćanskih supruga doista se ne uklapa u holivudski stereotip sante leda. Možda neke i jesu poput sante leda, ali većina ih doživljava ljubav i neizmernu radost u orgazmičkom seksu.

Bez ljubavi, mnogi doživljavaju brak kao zabranu i prazninu. Jedna od tri Amerikanke iznosi da joj nedostaje zanimanje za seks. Jedna od četiri imala je dugotrajne tegobe u postizanju orgazma.¹³ Za žene koje retko dođu do vrhunca triput je verovatnije da će biti nesrećne.¹⁴

Nažalost, neki su muškarci viktorijanski dinosauri koji misle da »prave dame ne uživaju u seksu« i da »dobre devojke ne doživljavaju vrhunac«. Takav sebični stav ne izgleda kao ljubav, niti se oseća kao ljubav. Ženi treba muškarac koji će saslušati o njenim seksualnim potrebama. Treba joj emotivna bliskost. Treba se osećati posebnom. Treba joj da se za nju neko brine, ne samo u spavaćoj sobi već i u kuhinji.

Mnogim bi supružnicima dobro došlo otici nekom dobrom savetniku ili pročitati dobru knjigu o seksualnom ponašanju žena. Uz dobre upute, neke fizičke vežbe s mužem koji želi saradivati, mnoge žene koje nikada nisu doživele orgazam, mogu lako i često doći do vrhunca. Hrišćanski je savetnik izneo da je

96% parova koji su prošli njegova predbračna savetovanja isku-silo »siguran orgazam za vreme seksa u braku«.¹⁵ (Ako želite saznati više o ovoj temi, preporučujemo knjigu Tima i Beverly LaHave, *The Act of Marriage* [Grand Rapids: Zondervan, 1976] i Ed i Gaye Wheat, *Intended for Pleasure*, 3rd ed. [Grand Rapids: Revell, 1977]).

Pa ipak, orgazam nije početak i kraj polnog odnosa. Mnoge žene nikada ne dolaze do vrhunca, a ipak drže da ih polni odnos jako zadovoljava. Mogu se grejati u toplini ognjišta ljubavi. Nisu im nužno potrebni bljeskovi vatrometa.

Nažalost, mnogi seksolozi zavedu parove da poveruju kako je »veliki O« glavni cilj svakog polnog odnosa. Traže orgazam kao pravo za žene i dužnost za muževe. Pod tim pritiskom veliki broj žena zapravo glumi orgazam, tek da bi »s time bilo svrše-no«. Kad ga svaki put ne dožive, muškarci se mogu osećati da su nesposobni, a žene prevarene.

Ali orgazam nije glavni razlog za polni odnos. Prema Bibliji, Bog je zacrtao polni odnos kao divan izraz ljubavi između čove-ka i njegove žene (1 Kor 7:3-5).¹⁶

Brak - škola ljubavi

Ako prevladava ljubav, žene koje nikada nisu doživele orga-zam mogu imati sve veće zadovoljstvo u polnom odnosu. Za-pravo, ako žena izražava svoje fizičke potrebe te ako muž na njih odgovara s ljubavlju, verovatno će iznenadno i neočekivano otkriti radost vrhunca. Čak ako i retko dolazi do vrhunca, u slučaju kada polni odnos izražava ljubav, oba partnera mogu doživeti duboko zadovoljstvo u duši.

Neko je rekao: »Lek za svako zlo i nepravdu, brige, žalosti i zločine čovečanstva, sve leži u jednoj reči: ljubav. Ona je božanska vitalnost koja svugde proizvodi i uspostavlja život. Svakome daje snagu da činimo čuda ako želimo.«

Biblija čudo ljubavi pripisuje braku:

Neka muž vrši svoju dužnost prema ženi, a isto tako i žena prema mužu! Žena nije gospodar svoga tela, nego muž; isto tako i muž nije gospodar svoga tela, nego žena.

Prva poslanica Korinćanima 7:3-4

Tajna dobrog seksa je: ne grabiti, već davati; ne prvo ja, nego prvo ti; ne tehnika, već ljubav.

ČETVRTI DEO

EMOCIONALNO ZDRAVLJE

OSAMNAESTO POGLAVLJE

Veza duha, duše i tela

Jednako je važno znati šta se događa u čovekovoj glavi i u njegovim prsima.

Ser Vilijam Osler, »otac savremene medicine«, predskazujući posledice tuberkuloze

Skrivajući se za majčinom suknjom i tresući se kao preplaseno štene, Helen Seibert se dramatično promenila od devojčice koju sam nedavno pregledavao (S. I. McMillen), radi polaska u dečji vrtić. Šta ju je toliko prestrašilo?

Njena je majka na moj upitni pogled odgovorila: »Doktore, Helen već šest sedmica povraća svakoga dana. Što god joj dam da pojede, povraća. Počela je povraćati dan nakon početka škole.«

Heleni je to bio prvi dan škole. Živila je daleko u Turil Kriku. Većinu je dana provodila srećno s nekoliko suseda igrajući se u kući ili šumi.

Škola ju je iznenada silom gurnula u zastrašujući novi svet, među »veliku decu« u školskom autobusu, u gužvu po hodnicama.

ma, u pravila njene nove učiteljice. Najstrašnije je bilo što mame i tate nije bilo u tom novom svetu. Stresni signali išli su iz njenog mozga u želudac, koji je uzavreo od prekomerne kiseline, a daljnji je tok u probavni sistem bio sprečen. Višak kiseline nije imao kuda nego na usta.

Svakoga septembra vidimo nekoliko takvih slučajeva, ali Helen je bila teži slučaj od većine ostalih. Izgledala je slabo i bledo, izgubila je na težini nekoliko kilograma. Ohrabrujemo decu i roditelje. Podstičemo roditelje da deci daju dodatnu emotivnu potporu. Ohrabrujemo decu da se drže škole. Ubrzo se prilagođe i sve je u redu.

Stresna zbrka

Od stresa mogu oboleti i odrasli. Džejn je ušla u moju (David E, Stern) ordinaciju očito sva u stresu. U pet minuta prikaza istorije bolesti opisala je dva prethodna meseca - dva najgora u njenom životu. Izgubila je posao. Muž ju je napustio. Kći je imala problema u školi. Porezna je uprava nadzirala račune njenog malog preduzeća... i tako dalje.

Napokon sam uspeo progovoriti i zapitao je šta ju je dovelo da zatraži savet lekara. »Imam crevnu virozu«, rekla je. »Nikako je se ne mogu rešiti. Prošle sam nedelje stalno imala proliv.«

Želela je tablete za živce, za spavanje, za želudac, pa čak i antibiotik. Bila je sigurna da će je tablete izlečiti. Znao sam da je njen problem bio dublje od želuca, ali mi je trebalo mnogo uveravanja kako bi pokušala s drugim receptom. Predložio sam joj drukčije lečenje: molitvu, prisustvovanje bogoslužju i savetovanje. Molio sam se s njom i ponovili smo plan kako da se nosi s problemima u životu.

Nakon dve nedelje vratila se na kontrolni pregled. »Doktore«, rekla je, »začudila sam se kada mi niste hteli prepisati lekove. Ali imali ste pravo. Previše sam reagovala na stres. Stresa

i dalje ima više nego što bih htela, ali je barem proliv prestao.«

Sve dok postoji stres, lekari će imati mnogo pacijenata. Elejn je imala napade migrene »otkako me je taj ušljivi dečko napustio«. Dijabetes njenog bivšeg dečka oteo se bio kontroli, jer ga je njihov prekid ometao u učenju »onih glupih testova iz matematike«. Artritis njegove nastavnice razbuktao se dok je ocenjivala »užasne učeničke testove«.

Uznemiren um čini telo bolesnim. Svake godine naučnici iznose sve više dokaza da duša (psyche) proizvodi bolest u telu (soma), otuda i termin psihosomatske bolesti.

Suprotno popularnom mišljenju, psihosomatske bolesti ne opisuju izraz »sve je samo u glavi«. Psihička napetost često podstakne ili pogorša astmu, infekcije, srčane napade, dijabetes, artritis i niz drugih bolesti. Očito je da te bolesti tela nisu »samo u glavi«.

Stres nije mačji kašalj

Tokom ljudske istorije većinu bolesti i smrti uzrokovale su infekcije. Na početku trećeg milenijuma zdravstveni neprijatelj broj jedan je stres (duhovni i umni). Američka akademija podričnih lekara procenjuje da se dve trećine lekarskih pregleda odnose na »stanja uzrokovana stresom«.¹

Možda ste primetili da se često prehladite nakon jako stresne nedelje. I naučnici su se čudili povezanosti stresa s običnom prehladom. Dr. Sheldon Kohen obavio je eksperiment na četiri stotine dobrovoljnih ispitanika u Salisburiju, u Engleskoj. Biste li nedelju dana svoga godišnjeg odmora iskoristili za dobrovoljno sudelovanje u ovom eksperimentu?

1. Najpre se poslužio psihološkim testovima kako bi se odredio nivo stresa dobrovoljaca.
2. Zatim im je u nos uštrcao virus prehlade.
3. Nakon toga ih je dr. Kohen stavio u karantin i čekao ko

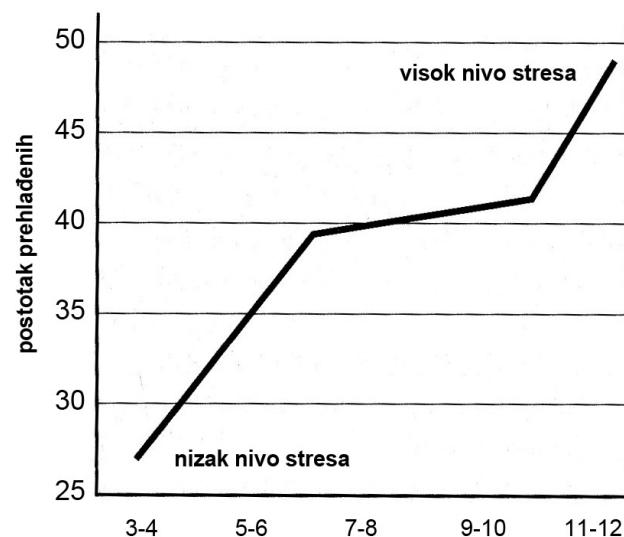
će se razboleti.

Skupina ispitanika s niskim stresom i skupina s visokim stresom bile su gotovo istovetne:

- Bili su iste dobi.
- Bili su u istim vremenskim prilikama.
- Za vreme eksperimenta živeli su u istim zgradama.
- Jeli su istu hranu.

Nakon nekoliko dana, skupina s visokim stresom izgledala je izrazito drukčije. Imali su crvenije noseve, hrapavije glasove, suzniye oči i grublji kašalj. Gotovo dvostruko ih je više obolelo od prehlade. Oslabljene ćelije koje se bore s infekcijom stres je učinio osjetljivijima za običnu prehladu.²

Promrznuti ili prehladiti se



Kada se sledeći put prehladite, procenite nivo svog stresa. Možda vam telo govori da je, ako se radi o stresu, dovoljno - dovoljno.

Duhovna dimenzija

Širokom mrežom živaca mozak se »proteže i dodiruje« svaki organ u telu. Na taj način i abnormalna hemija mozga utiče na hemiju celoga tela. Psihosomatska medicina posvećena je proučavanju načina na koji se ove hemijske interakcije odnose prema zdravlju i bolesti.

Nažalost, većina naučnika ne istražuje dalje. Ljudi uopšteno vide samo kao složene laboratorijske životinje. Za njih su ljudi samo hemikalije i hemija. Njima je psihološki problem jednostavno abnormalna hemija mozga. Ako središ hemiju mozga, sredio si problem.

Ljudi su, međutim, nešto više od hemikalija i hemijskih reakcija. Duhovna su bića. Ono što čoveka deli od životinje nije sposobnost mišljenja. Niti je sposobnost korišćenja oruđem. Ljudi nisu tu samo nekoliko gena udaljeni od šimpanza. Ne. Duhovni smo po samoj svojoj prirodi. Naša je duhovnost ono što Biblija zove »na sliku Božju«. Duhovna dimenzija deli nas od pasa, majmuna i guštera.

Bolesnica se javlja lekaru i žali na stalan umor. Štitnjača je normalna. Nije anemična. Šećer u krvi je normalan. Iznenadi se kada čuje da joj problem nije samo fizički. Nije samo psihološki. U korenu je duhovan.

Izgubiće posao pa se brine: Kako ćemo priuštiti božićne darove? Kako ću pronaći novi posao? Kako ću otplatiti dug? Brige se nižu jedna za drugom. Čita u Bibliji: »Sva radost twoja neka bude Gospod: on će ispuniti želje tvoga srca!« (Psalam 37:4). Ali se ipak brine. Čak se i oseća krivom što se brine. Duh joj je uznemiren. Duh joj nije u miru s Bogom. Duh joj nije u miru s drugima. Duh joj nije u miru čak ni s vlastitom dušom.

Njen je uznemiren duh vodi do nemira u umu. Nemir u umu šalje S.O.S. poruke po celom telu. Žlezde izlučuju hormone stresa. Oni je drže budnom po noći, a telo je pod pritiskom to-

kom dana. Zato je stalno umorna. Ako ne reši osnovni duhovni problem, ove hemikalije mogu uzrokovati moždani udar, napad bolnog artri-tisa ili još nešto gore.

Ciklus duha, uma i tela

Na koji način može duhovni nemir dovesti do moždanog udara, srčanog udara, krvarećih ulkusa, ukočenosti vrata pa čak i raka?

Duh

- Vaš je duh rođen s potrebom da spozna i doživi Boga. Bez ove prisne veze vaš je duh u haosu i čezne za mirom.
- Tada dolazi stres kao što je gubitak voljene osobe, gubitak posla ili bola zbog odbijanja. Taj spoljni stres može razbiti vašu iluziju unutarnjeg mira i učiniti vas svesnim unutarnjeg haosa u duši.

Um

- Vaš mozak taj nemir tumači kao strah, teskobu, zabrinutost, ljutnju ili druge osećaje.
- Kroz živčanu mrežu mozak šalje alarmne signale u celo vaše telo.

Telo

Žlezde vam, a da nisu tražile od vas dopuštenje, izlučuju adrenalin, kortizol, insulin i ostale hormone stresa.

- Svaki je organ prekomerno uzbuđen. Krvne se žile stišću, rad srca se ubrzava, mišići stežu, a u krvi se stvaraju toksini.

Ukratko, stres vas je »potpuno stresao«. Ako to traje godinama, telo će vam se doslovno istrošiti. Nikakvi vas takozvani antistresni vitamini na svetu neće zaštитiti.

Dakako, kratkotrajne stresne reakcije nužne su i ne vode do hronične bolesti. Ako vam provalnik upadne u kuću, iznenadna navala adrenalina podstiče vam mišiće, širi zenice, a um razbudiće. Spremni ste za »borbu ili beg«. Takva reakcija ne samo što je potrebna, može vam čak spasiti život.

Ali šta ako vam duh nije svakodnevno smiren s pouzdanjem u Božji mir? Onda se neprestano možete brinuti zbog zamišljениh provalnika pritajenih u seni. Dan dode, dan prođe, a vaše je telo stalno pod crvenim alarmom. Ta stalna navala adrenalina odvešće vas nizbrdo do ozbiljne bolesti.

Duhovni problemi mogu izgledati potpuno nestvarni, ali uveliko deluju na telo. Uznemiren duh *pneuma* uznemiruje dušu *psyche*, a to oštećuje telo *soma*. Možda nam treba novi termin - pneumopsihosomatska bolest.

Odgovor tela

Duhovni *pneuma* nemir proizvodi emotivno *psyche* uzbudjenje koje telo *somu* zahvata na tri načina:

1. Menjanje krvotoka

- Na primer, kada vam je neugodno, krvne se žile u vašim obrazima šire, a vi se zacrvenite.
- Ljutnja može dovesti do spazma arterija u mozgu i migrenске glavobolje.

2. Menjanje izlučivanja

- Sećate li se straha kada ste morali prvi put održati govor pred velikom skupinom ljudi? Vaš je mozak alarmne poruke poslao žlezdama slinovnicama koje su prestale izlučivati slinu. Usta su vam se osušila kao da su premazana cementom.
- Dugotrajni strah (teskoba) nadražuje stvaranje želudačne

kiseline, što dopušta bakterijama da se nasele po želudačnoj sluznici i dovedu do ulkusa.

3. Dovode do grčenja mišića

- Kad ste zabrinuti, mišići se napinju i bole. Zbog toga zabrinuti ljudi pate od grčeva u leđima i vratu.
- Depresija često uzrokuje nadražaj mnogih osetljivih tačaka u mišićima. Kad se iz njih pokrene grč, osoba pati od hroničnih bolova fibromialgije.

Jedan je bračni par zatražio od mene (Davida E. Sterna) pomoć, jer su grčevi mišića privodili kraju njihov tromesečni brak. Pozdravio sam ih i upitao zbog čega su došli. Nastala je duga pauza dok se oboje nervozno meškoljilo.

Naposletku je Sue počela: »Doktore, molim vas, morate nam pomoći. Džim želi razvod braka.«

Pažljivo sam ih slušao.

Kad god su pokušali imati polni odnos, Sue je dobila duboke, oštре, žestoke bolove. Bila je uverena da nikada neće moći imati normalan polni odnos. »To je tako teško«, kazala je. »Celi svoj život smatram da je polni odnos loš i da to neću raditi. Sada sam se iznenada udala, što je u redu, i sada bih trebala uživati.« Znala je da ju je Bog stvorio kao seksualno biće, ali je otkrila da je u praksi teško sprovoditi ono za što je bila stvorena.

Izbegavali su predbračno savetovanje, a sada su to morali nadoknaditi. Njen je problem potekao iz krivih informacija i straha. Od svoje je majke bila naučila da je polni čin odvratan i da je žena na njega prisiljena. Za vreme polnog odnosa njen je strah proizveo jak grč vaginalnoga mišića (vaginizam) koji je izazvao nepodnošljive bolove.

Nakon nekoliko nedelja savetovanja i intimnih vežbi u vlastitoj spavaćoj sobi, vratili su se na kontrolni pregled. Sjaj nji-

hovog medenog meseca jasno je pokazivao da im je razvod sada poslednja stvar na umu.

Stres i srce

Jednoga sam dana (S. I. McMillen) primio hitan poziv od kolege studenta koji je »umirao od srčanoga udara«. Našao sam ga na podu kako hvata vazduh i u bolu se drži za prsa. Bez sumnje je izgledao kao da umire, ali nije bio u neposrednoj opasnosti. Srce mu je bilo zdravo, ali mu je duh bio u nevolji. Hiperventilirao je od napada panike.

Takav problem viđamo mnogo češće nego prave srčane napade. Nacionalni institut za mentalno zdravlje izveštava da jedan od četrnaest odraslih pati od napada panike.³ Iako stres uzrokuje mnogo napada paničnog straha, podstakne i mnoge srčane napade. Dana 18. januara 1991. godine u Izraelu su stanovnici doživljavali neverovatni strah. Tada je Saddam Husein izveo svoj prvi napad dalekometnim raketama *scud*. Opasnost je bila stvarna i neposredna, bila je izvan svakog nadzora. Svi su u Izraelu bili pod jakim stresom.

Toga su dana lekari zabeležili veliki porast (58%) broja umrlih odraslih ljudi. Većina tih osoba bile su žrtve srčanoga udara koje su u bolnicu prispele već mrtve.⁴ Tokom Zalivskoga rata strah od raketa scud možda je usmrtio više ljudi nego same eksplozije scuda.

Stres i celo telo

Koliko je zapravo važan stres i naš emocionalni odgovor na njega? Pregledajte ovaj delimični popis bolesti koje je uzrokovao ili pogoršao emotivni stres. Budući da većina ovih podataka nije uključena u merodavne medicinske tekstove, uključili smo odabrane podatke za lekare, studente i ostale koji žele dalje istraživati.

Poremećaji probavnog sistema

- Ulkusi na želucu i crevima⁵
- Ulcerativni kolitis⁶
- Gubitak apetita
- Štucavica
- Sindrom iritabilnih creva
- Teškoće pri gutanju

Poremećaji cirkulatornog sistema

- Visoki krvni pritisak⁷
- Preterano lutanje srca (prevremene ventrikularne kontrakcije, paroksizmalna tahikardija itd.)⁸
- Angina pektoris⁹
- Srčani napadi (iznenadna smrt i infarkt miokarda)¹⁰
- Moždani udari¹¹

Poremećaji urogenitalnog sistema

- Gubitak menstruacije
- Vaginizam
- Često ili bolno mokrenje
- Impotencija
- Poremećaj krvarenja iz uterusa¹²
- Lažna trudnoća¹³
- Neplodnost¹⁴

Poremećaji živčanog sistema

- Glavobolje raznih tipova
- Epilepsija
- Napadi panike
- Tremor
- Samoubistvo

Poremećaji žlezda

- Poremećaji štitnjače¹⁵
- Dijabetes (tipa I i II uključujući nastup i tok bolesti)¹⁶
- Hronični pankreatitis¹⁷

Alergijski i imunosni poremećaji

- Sindrom hroničnoga umora¹⁸
- Osipi
- Peludna groznica
- Napadi astme¹⁹
- Slaba reakcija na vakcinaciju²⁰

Poremećaji mišića i zglobova

- Sindrom donjeg dela kičme
- Grčevi u vratu
- Reumatoidni artritis²¹
- Miastenija gravis²²

Infekcije

- Obična prehlada²³
- Infekciozna mononukleoza²⁴
- Hronična tuberkuloza²⁵
- Upala grla²⁶

Upalne i kožne bolesti

- Neurodermatitis
- Ravnaudova bolest²⁷
- Sistemski lupus eritematodes (SLE)

Poremećaji u prehrani i lekovima

- Anoreksija
- Pretilost

- Zavisnost o drogama (kokain, alkohol, nikotin, marihuana, kofein itd.)
- Toksičnost vitamina

Rak

- Rak pluća²⁸
- Rak želuca²⁹
- Rak u detinjstvu³⁰
- Rak dojke³¹
- Rak različitih tipova³²

Dakako, psihološki i duhovni faktori retko deluju sami uzrokujući ili podstičući većinu bolesti. Genetika, dob, imunizacija, prehrana, vežbanje i mnogi drugi faktori takođe imaju važnu ulogu.

U sledećim čemo poglavlјima istražiti kako zdrav duhovni i emocionalni život uglavnom održava zdravim fi-zičko telo. Prorok Isaija je rekao da je Bog očuvao svoj narod u proteklim stoljećima:

*Jer ti si utočište nevoljnou,
utočište ubogom u nevolji;
ti si skrovište od pljuska
i od žege zaklon.*

Isajia 25:4

Čak i u trećem milenijumu:

*U finansijskom stresu,
Bog vam može biti snaga.
U burama međuljudskima
Bog vam može biti utočište.
U žezi radnog mesta
Bog vam može biti zaklon.*

DEVETNAESTO POGLAVLJE

Narodni neprijatelj broj jedan

Biblija... je knjiga u kojoj od svoga Stvoritelja možete naučiti umeće zdravog življenja.

Pol Tournier, dr. med.
u knjizi Lekarovi zapisi u svetu Biblije

Ona je ubica, odgovorna za gotovo milion smrti godišnje koja ubije četiri od deset Amerikanaca.

Ona je lopov koji opljačka više od 260 milijardi dolara svake godine.¹

Gospođu Arteriosklerozu možemo slobodno nazvati »narodnim neprijateljem broj jedan«.

Savremeni lekari koriste mnoga oružja u napadu na tu ubicu, gospođu Arteriosklerozu. Pritisnu je antiholisterolskim lekovima. Izrežu je hirurškim premosnicama. Pritisakaju je angioplastičnim balonima. Ipak ova lukava zločinka nadmudri najveće medicinske umove i muči oko pedeset sedam miliona Amerikanaca.

Arteriosklerotični napadi uzrokuju moždane udare, srčane

infarkte, gangrene i druga kobna stanja. Kada začepe arteriju koja vodi do bilo kojeg većeg organa, javlja se teška bolest i smrt.

Životni stil koji čuva život

Možda vaš životni stil poziva ovog ubicu, ali ga možete zaustaviti ako prihvate životni stil koji čuva život. On uključuje prehranu siromašnu masnoćama, smanjivanje telesne težine, telesno vežbanje, prestanak pušenja i rešenje stresnih situacija.

Dijeta siromašna masnoćama

Životinjske su masnoće glavni izvor holesterola i zasićenih masnoća. Vaše telo pretvara zasićene masnoće u čestice holesterola što dovodi do ateroskleroze.

Broj smrти od srčanih udara u populaciji povezan je s količinom prehrane mesnim masnoćama. Zemlje s velikim količinama mesnih masnoća imaju visoku stopu smrtnosti. Zemlje s niskim mesnim masnoćama imaju nisku stopu smrtnosti.

Kada se hranite životinjskim masnoćama, sledeća životinja koju ubijate mogli biste biti vi. Zbog čega je holesterol ubica? On se taloži na zidovima arterija tvoreći debele, tvrde naslage - plakove. Kako se ti plakovi povećavaju, blokiraju protok krvi. Mogu i napuknuti pa nastaju nepravilne površine na kojima se može stvarati ugrušak.

Ugrušak zaprečuje protok krvi. Deo vašega srca vapi za kiseonikom. Nastaje razorna bol u grudnom košu. Srčana pumpa može zatajiti ili njen električni sistem ima kratki spoj i zastoj.

Od četvoro ljudi sa srčanom bolesti jedan izgleda zdrav sve dok iznenada ne umre. Dan kada otkrije da ima srčanu bolest jeste dan kada umire. Čekanje da promenite dijetu može biti kobna pogreška. Možda nećete imati drugu prigodu. Nakon prve opomene možda nećete ni pojesti drugi obrok. Šezdeset posto žrtava kobnog srčanog udara nikada ne stigne do bolnice.

Možda se nećete iznenaditi kada čujete da je u Bibliji pre 3500 godina zabeležen savet vašeg savremenoga lekara: »Ne jedite loja ni od vola, ni od ovce, ni od koze« (Levitski zk. 7:22). Biblija je posebno branila jesti masnoću ionako mršavih palestinskih životinja.

Divno! Na koji su način primitivni Izraelci mogli doći do takvoga medicinskoga napretka? Bez hiljada naučnika. Bez milijardi dolara. Bez savremenih laboratorija. Bez određivanja holesterola. Bez univerzitetskih profesora. Bez istraživanja stanja u populaciji. Bez Američkog lekarskog udruženja. Bez lekova protiv holesterola. Bez ika-kvih značajnih brojeva srčanih smrти. Možda je ova zdrava uputa stvarno stigla od, kako je Mojsije rekao, samoga Boga.

Smanjenje telesne težine

Ljudi s prekomernom težinom nakupljaju životinjske masnoće pod kožu. Taj višak masnoća ubrzava aterosklerozu. Da svaki Amerikanac održava svoju idealnu težinu, srčani bi se napadi smanjili za 25%, a moždani udari za 30%.² Dr. V. B. Kenel je rekao: »Ispravljanje prekomerne težine verovatno je najvažnija higijenska mera (uz prekid pušenja) koja se može postići za nadzor kardiovaskularnih bolesti.«³

Telesna vežba

Telesna vežba jača srce, smanjuje težinu i snizuje holesterol. Čak i bez ikakvog gubitka na težini, vežbanje smanjuje rizik od dijabetesa i srčanih bolesti.

Ozbiljno fizičko vežbanje bilo je deo Božjeg izvornog plana. Bog je stavio Adama u Edenski vrt »da ga obrađuje« (Postanak 2:15). U Deset zapovesti Bog kaže: »Šest dana radi i obavljam sav svoj posao« (Izlazak 20:9). U davna vremena posao je bio stvarno telesno vežbanje: kopanje, sadnja, žetva, mlevenje, skupljanje

drva, čuvanje ovaca, lov. Bog nije poručio da samo podnosimo težak rad. On ga je, čak, podsticao, blagosiljao, čak i zapovedio.

Radovi su pokazali da fizički radnici, poput ratara i lučkih radnika, manje pate od srčanih napada. U savremenom svetu, međutim, mnogi drugi poslovi iziskuju malo telesnih vežbi. Ako radite sedeći, vežbanje vam je od presudne važnosti. Svakodnevno vežbanje čuvaće vas od ateroskleroze na barem četiri načina:

- povećava nivo dobrog (HDL) holesterola u krvi
- povećava dotok krvi u srce
- izgara višak masnoća
- proizvodi osećaj zdravlja.

Revna telesna vežba pomoći će vam i na ostalim područjima kao što su disciplina u prehrani, u molitvi i u kontroli raspoloženja. I rad će vam biti učinkovitiji.

Prestanak pušenja

Niste u to uvereni? Pročitajte Sedmo poglavlje.

Još niste uvereni? Ponovno ga pročitajte.

Ni sada niste? Verovatno imate deonice kod R. J. Rejnoldsa (proizvođača cigareta, op. ur.).

Svladavanje stresa

Kako može stres u mozgu dovesti do srčane bolesti? Stres će povisiti krvni pritisak. Jedno istraživanje pokazuje da ljudi, koji su na poslu izloženi jakom stresu imaju krvni pritisak za devet jedinica viši nego ljudi na poslu s manjim stresom. Nakon tri godine krvni pritisak onih koji su prešli na posao sa smanjenim stresom, pao je u proseku za četiri jedinice.⁴

Stres vam podiže nivo holesterola,⁵ insulina i šećera u krvi.⁶ Te promene ubrzavaju aterosklerozu. Stres zgušnjava krv⁷ i čini ćelije za zgrušavanje (trombocite) lepljivijima.⁸ Stres blokira i enzime koji otapaju ugruške u vašem telu.⁹

Ako živate pod prekomernim stresom, jednog dana može napuknuti jedan vaš holesterolski plak. Vaši će se lepljivi trombociti tamo nagomilati i dovesti do zgrušavanja krvi. Krv neće moći kroz to proticati, a jaka bol označiće da je to srčani napad. Setite se, prva opomena može biti vaša zadnja pomisao.

U stvarnom životu preopterećenje stresom često prethodi koronarnoj smrti. Sprovedeno je ispitivanje 119 prividno zdravih muškaraca koji su iznenada umrli od srčanoga udara. Godinu dana pre smrti ti su muškarci zanemarili signale stresa. U tri meseca pre smrti nivo stresa im se gotovo utrostručio.¹⁰ Na nesreću, nisu više dobili drugu prigodu da se prema stresu postave drukčije; prvi znak opomene koji su dobili bila je iznenadna smrt. Poput izlizanih guma na trkaćoj stazi u Dejtoni, srca su im se jednostavno rasprsnula.

Mir uz reku

Stres ne mora prouzročiti eksploziju. Razmotrite stres koji je moja (S. I. McMillen) žena Alis jednom doživela na ribolovačkom izletu u Kanadi. Stigli smo u svoju kućicu jedne subote oko 17 sati. Da bismo ulovili ribu za nedeljni obed, kći Linda i ja odveslali smo do podmuklog brzaka Matavan. Videvši drvo kao da je od plastelina savijeno preko stene, shvatio sam da ova reka zahteva poštovanje.

Alis je ostala u kućici da raspakuje stvari. Zatim je sela i čekala naš povratak. Prošlo je već osam sati, ali nikakav se čamac nije pojavio. Devet sati, devet i trideset - još uvek nema Linde, nema Mačka.

Provesti noć loveći ribu iznad brzaka Matavan nije bilo toliko ludo, ali da je Alis postala histerična, njen unutarnji stres ne bi nas doveo ništa bliže. Što je gore, oslobođili bi se hormoni stresa i oštetili joj telo.

Umesto toga Gospod ju je podsetio na red iz odlomka koji

smo učili napamet na tom izletu: »Tražio sam Gospoda, i on me usliši, izbavi me od straha svakoga« (Psalm 34:4). Alis je u molitvi tražila Gospoda, a on ju je stvarno oslobođio straha.

Alis je sedela sama u mraku sa svetiljkom pokraj sebe. Brzaci su hučali. Sene su treperile. Zvezde blistale. Alis se molila. U deset sati čula je glas iza sebe: »Tata me poslao da odem pešice. Nije me htio voziti niz brzake po mraku. Ribe su u početku slabo grizle; ali kada su počele, grizle su kao lude!«

Još čekanja. Deset i trideset - čamca nema. Samo se bučna reka odazivala Alisinom dozivanju. Znala je da svakoga časa može doploviti moj ribolovački šešir, ali Bog joj je dao mir. U svojoj je veri imala moć nad panikom. Trebalо joj je snage, jer je tek posle jedanaest sati dokaz njene vere srećno stigao na obalu.

Kad god i gde god smo Alis i ja doživeli strah, osvedočili smo se o Božjim obećanjima i njegov je mir prevladao.

U Africi, kada smo slušali ponoćne bubenjeve u prašumi, molitva je donela mir. Usred Atlantika kada je nacistička podmornica zaustavila naš brod u Drugom svetskom ratu, molitva je donela mir. U Americi, kad nam je kći lebdela između života i smrti zbog meningitisa, molitva je donela mir.

Stres će doći i stres će otići; ali Božji mir može ostati zauvek:

*za dobro vašega srca,
i za dobro vaše duše.*

DVADESETO POGLAVLJE

Život bez stresa

Podsticaj i stres su možda potrebni za dobro stanje, fizičko i mentalno. Odsutnost podsticaja i stresa može uzrokovati bolest baš kao što to može i preopterećenost.

Dr. Holger Ursin, Ljudi koji sarađuju:
proučavanje ljudske psihologije

Ne biste li voleli živeti bez stresa? Jedini je problem u tome što život bez stresa ne postoji. Stres je život.¹

Iako su ljudi uvek doživljavali stres, pojam o stresu sve do 1930-ih godina nije ni postojao. Pojam stresa dugujemo nespretnom mladom naučniku Hansu Selieu. Priča se kako je Hans Selie neprestano ispuštao svoje laboratorijske pacove, lovio ih po sobi i terao u ugao. Što je gore, eksperimenti mu nisu uspevali. Njegovi su pacovi stalno obolevali od čireva na želucu i hormonalne neravnoteže.

Nije on bio prvi naučnik s takvim problemom, ali je bio genije koji je otkrio šta se to događa. Pacovi su oboleli od neprestanog ganjanja i teranja. Pozajmio je izraz iz inženjerstva i tako se

rođio stres kao pojam. Krenuo je dalje i osnovao Međunarodni institut za stres. Kako bi vam se sviđalo tamo raditi?

Mnogi koji su danas zahvaćeni pacovskim trkama mogu od njih naučiti lekciju. U poređenju s prošlim naraštajem, radimo više sati za gotovo jednaku platu. Gubimo mnogo slobodnog vremena na razvažanje dece, upotrebu kućnih pomagala i odgovaranje na mobilni telefon i e-mejl. U isto vreme savremena kultura podstiče oba roditelja da rade puno radno vreme, da jedu nemasnu dijetnu hranu, gimnasticiraju, da s decom korisno provode vreme i dobrovoljno se bave stotinom raznih stvari.

Mnogi se osećamo kao da vozimo kamion tegljač bez kočnice koji se krivudajući spušta niz strmu planinu. Bo-rimo se održati zdrav razum barem još jedan minut. Pokušavamo učiniti sve da učinimo nešto što je od trajnog značenja. Nije čudo što smo izmoreni stresom.

Test za stres

Priložili smo test za stres (vidi na sledećim stranicama) pa ćete saznati koliki vam je nivo stresa. Odvojite sada nekoliko minuta za testiranje.

Većina sredovečnih Amerikanaca kaže da »često« doživi stres u svakodnevnom životu.² Kako je s vama? Je li vas život na samom rubu svrstao u četvrti kvadrant? Očekujete li napad stresa? Ako je tako, ima za vas nade.

U mnogim slučajevima sami odlučujemo s koliko stresa živimo. Odlučujemo koji ćemo posao preuzeti. Odlučujemo preuzeti dodatni posao, u kakvoj ćemo kući živeti. Odlučujemo koliko ćemo vremena provoditi s decom. Odlučujemo kako ćemo provoditi vikende. Odlučujemo čak i koliko ćemo dece imati.

Budući da je život na rubu stresa često rezultat ličnih odluka, možemo doneti bolje odluke i živeti zdravo, bez opasnog stresa.

Nivo moga stresa				
Moj način života	gotovo nikada	ponekada	često	gotovo uvek
Teško zaspim i ustanem.	_____	_____	_____	_____
Auto mi je u rasulu.	_____	_____	_____	_____
Smatram da mi posao baš nije siguran.	_____	_____	_____	_____
Moram čekati proveru čekova da mogu platiti račune.	_____	_____	_____	_____
Nisam u stanju uložiti 10% svoga prihoda za penziju.	_____	_____	_____	_____
Na radu provodim više vremena nego što bismo supruga i ja hteli.	_____	_____	_____	_____
Hteo bih da manje gledam televiziju.	_____	_____	_____	_____
Imam dug na kreditnoj kartici.	_____	_____	_____	_____
Telesna težina mi je veća nego što želim.	_____	_____	_____	_____
Ne vežbam tri ili više puta nedeljno.	_____	_____	_____	_____
Na poslu ne priznaju moj doprinos radu.	_____	_____	_____	_____
Zabrinut sam za svoje zdravlje ili nekoga drugog.	_____	_____	_____	_____
Kasnim na sastanke.	_____	_____	_____	_____
Kućne prepirke ne razrešujem istoga dana.	_____	_____	_____	_____
Zbir:	_____	_____	_____	_____
Ispod 28: Živite život s niskim nivoom stresa. 28 i više: Živite život s visokim nivoom stresa. Pronađite svoj kvadrant na stranici 202.	x 1=_____	x 2=_____	x 3=_____	x 4=_____
				Ukupan zbir: _____

Stres vam je potreban

Stres je Božji plan za vaš svakodnevni život. Zvuči li vam to ludo? Biblija kaže:

I ne samo to, nego se ponosimo i nevoljama, svesni da nevolja rađa strpljivost, strpljivost kušanje, a kušanje nadu. A nada ne razočarava, jer je ljubav Božja izlivena u našim srcima po Duhu Svetome koji nam je dat.

Rimljanimi 5:3-5

To načelo nije tek neka apstraktna teologija. Psiholozi potvrđuju da svima treba određena količina stresa. Dr. Daglas Kleiber kaže: »Da biste bili srećni, potrebno je osećati se delimično pod stresom. U ljudskoj je prirodi da se na podsticaj napreduje. Kadkad pucate predaleko, pokušavate učiniti previše i nađete se u teskobi. Kadikad se ne trudite dovoljno pa vam je dosadno. Potrebno je stalno prilagođavanje.«³

Svaka osoba ima optimalni nivo stresa. Proživljivanje stresa razvija postojanost i kušanje koje su potrebne za svladavanje budućega stresa.

Prenizak stres

Grafikon na sledećoj stranici pokazuje da se ljudi sa sniženim nivoom stresa dosađuju, razdražljivi su i potišteni. Možda se to i vama dogodilo kada ste jednom proveli dugi vikend zavaljeni ispred televizora, hraneći se čipsom. Svoje ste mišiće osećali kao omekšani čips, a mozak kao zdelu topljenoga sira. Bili ste u stanju ispod stresa. Bili ste akutan slučaj dosaditisa.

Optimalan stres

U sredini grafikona je najbolji, poželjan stres. Toliko je stresa da ste motivisani, podstaknuti i uzbudjeni za život.

Prevelik stres

Za mnoge postoji pitanje prekomernoga stresa. Sećate li se kad ste celu sedmicu radili osamnaest sati na dan, pokušavali ispuniti zadani rok? Kada ste napokon shvatili da ga nećete ispuniti, život vam se našao izvan kontrole. Doživeli ste prekomerni stres. Išlo je to prema izgaranju.

Moj odgovor na stres			
Životni događaji	(Izaberite najviši odgovor koji vam odgovara)		
Neko mi je zaprečio put u saobraćaju.	Jadan čovek; težak mu je dan	Joj! Tu je opasno.	Ludi vozač! Nek ide #%^&.....!
Neko mi drži lekcije u onome gde sam ja stručnjak.	Možda zna nešto što ja ne znam.	Očito je nesiguran. Neću se na to obazirati.	Imam želju da ga sredim.
Čujem o detetu koje je umrlo od prekomerne doze droge.	Shvatam da se i zlo dogada.	Treba nam bolji program protiv droga.	Želim mrtvog dilera.
Moraću govoriti na velikom skupu.	Spreman sam za to već nedelju dana.	Nervozan sam baš pre nastupa.	Budan sam i svu noć zabrinut zbog toga.
Čekao sam jedan sat pred lekarskom ordinacijom, kad me je pretekao čovek koji je došao posle mene.	Prepostavljam da za to postoji dobar razlog.	Podsećam odgovornu osobu da i ja čekam.	Razdražen sam i ljut.
Mehaničar mi je neispravno postavio uljni filter. Motor je uništen.	Svako greši.	Tražim da mi plati štetu.	Želim svima reći kako je loše obavio posao.
Na poslu su otpuštanja, pa slutim da bih i ja mogao dobiti otkaz.	Nastojim zanemariti sve crne misli.	Razmatram novi posao.	U brizi sam ili sam besan na upravu.
Provaljeno je u susedovu kuću.	Srećan sam što nije u moju.	Razmišljam o protivprovalnom alarmu.	Noću čujem zamišljene provalnike.
Tata me zove: kaže da činim veliku grešku.	Stariji je, sigurno ima pravo.	Razmatram njegov savet.	Misljam: a ko ga je šta pitao?
Prognoza vremena je loša pa mi je izlet propao.	Fino. Provešću vreme s prijateljima.	Sledeći put ću gledati drugu TV prognozu.	Uvek zbog vremena krivim prognozere.
Zbir:	x 0 = _____	x 5 = _____	x 10 = _____
50 i ispod 50: Hladna reakcija. Skloni ste se uskladiti na udarce. Iznad 50: Vatrena reakcija! Možda niste uzrujani, ali na stres reagujete štetnim porastom adrenalina. Nadite si područje na str. 202			Ukupan zbir: _____

Ako se vaše klatno pomiče prema prekomernom stresu, šta ćete učiniti da izbegnete izgaranje?

Moja zona stresa		
	Život s niskim nivoom stresa	Život s visokim nivoom stresa
Hladnokrvno reagovanje	I. Sjajno! Retka ste osoba. Stres vam trenutno nije problem. Naravno, stresni će se događaji pojaviti, ali moći ćete se nositi s udarcima.	II. Imate dosta stresa u svom životu, ali dobro ga podnosite. Ipak, svako može postati preopterećen, zato biste mogli smanjiti količinu stresa pre nego vam počne stvarati probleme.
Burno reagovanje	III. Trenutno niste pod stresom. Ali budite pažljivi, skloni ste preburno reagovati na stres. Sada je dobro naučiti tehnikе koje će vam pomoći da ne reagujete preterano.	IV. Pazite! U opasnoj ste zoni. Pojednostavljivte svoj život. Idite na odmor. Naučite nove načine kako podnositi stres. Stres vam možda skraćuje život.

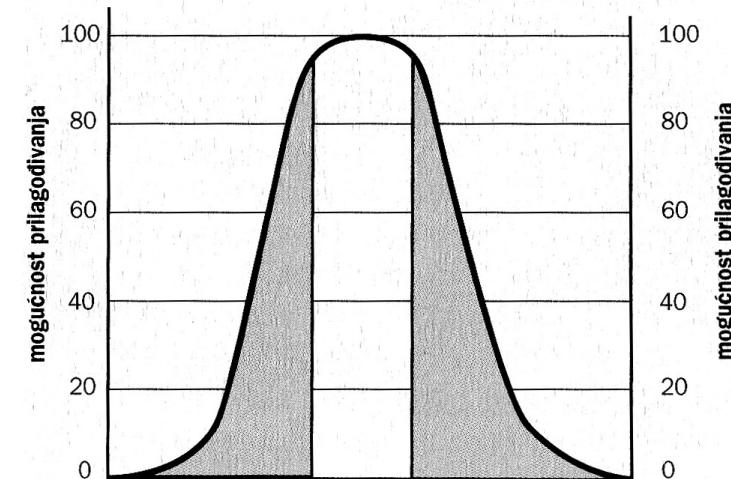
Razvijajte osećaj za nadzor nad stresom

Sećate li se kada ste se poslednji put osećali zbilja iscrpljeni stresom? Život vam je bio izvan kontrole. Ma koliko nastojali sve moguće, izgleda kao da je sve izvan kontrole. Kontrola je kritična u stresu. Unutarnji stres ne nastaje neminovno zbog životnih tegoba. Unutarnji stres je stvar kontrole. Kada osetite da ste izgubili kontrolu, preplavljuje vas stres.

Jedan eksperiment ilustruje važnost kontrole. Studente su po dvoje smestili u odvojene sobe da rešavaju složene matematičke probleme. Uključena je ista muzika u obe sobe. Student KG mogao je kontrolisati glasnoću, a student BK je bio bez kontrole. Student BK morao je slušati muziku one glasnoće koju je KG odabrao. Oba su studenta slušala jednaku glasnoću. Jedina je razlika bila ta što je student KG imao kontrolu, a student BK je bio bez kontrole glasnoće. Posle eksperimenta studenti BK imali su viši nivo stresnih hormona i osećali se više pod stresom.

Događaj je bio isti. Stres je bio različit.

Optimalan stres = Optimalno prilagođavanje stresu



Prenizak stres

- Bezvoljnost
- Dosadivanje
- Tupost
- Razdražljivost
- Depresija

Poželjan stres

- Energičnost
- Motivisanost
- Odlučnost
- Mirnoća
- Oduševljenje

Prekomeren stres

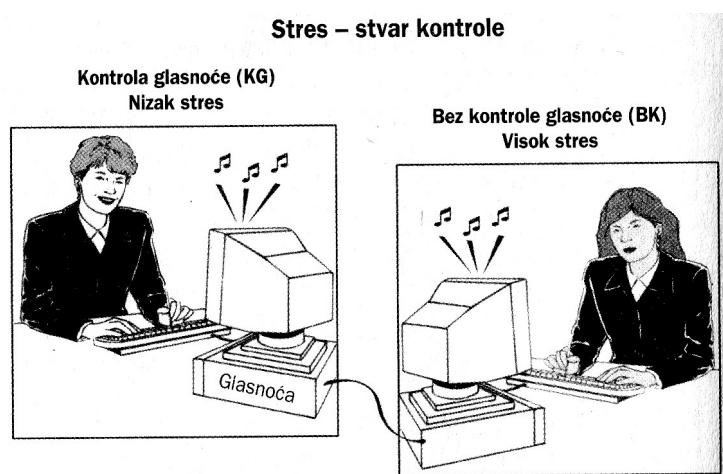
- Pesimizam
- Uzbudjenost
- Žurba
- Jalovost
- Depresija

Ako je na testu nivoa stresa vaš ukupni zbir bio preko 35, u opasnosti ste. Verovatno ste izgubili osećaj za nadzor u životu. Verovatno se katkad osećate kao fudbalska lopta na igralištu. Svako vas šutne u prolazu, a ne možete sebi mnogo pomoći.

Taj gubitak kontrole je doživljaj stresa. Dr. Robert Eliot, direktor Instituta za medicinu stresa u Denveru kaže: »Mnogo žestine dolazi od gubitka kontrole nakon čega dolazi nevidljiva fiziološka i metabolička bitka... Recite mi koliku kontrolu čo-

vek ima nad onim što stvarno želi, pa ču vam reći u kolikom je stresu.«

S druge strane, oni koji smatraju da mogu razumno kontrolisati svoj život više uživaju u radu, očekuju povišice i unapređenja, u boljim su odnosima i uopšteno su zadovoljniji svojim životom.⁴



Oba ispitanika slušaju muziku iste glasnoće, ali levi ispitanik ima kontrolu nad glasnoćom. Eksperiment su zasnovali U. Lundberg i M. Fankenhaeser.

Stariji ljudi, koji dolaze u domove za starije osobe, često dožive veliki stres i povišeni su im hormoni stresa. Ako ih socijalni radnici nauče preuzeti kontrolu nad svojom situacijom, njihov se stresni nivo i stresni hormoni vraćaju na normalu.⁵ Kontrola je od presudnoga značenja.

Je li vera gubitak kontrole?

Mnogi psiholozi popreko gledaju na religiju. Smatraju da ljudi predajući svoj život Bogu gube kontrolu. Psiholog Herbert

Lefcourt naučno i autoritativno iznosi: Osećaj kontrole, iluzija da čovek može lično odabirati, ima određenu i pozitivnu ulogu u održavanju života. Iluzija slobode ne sme se olako odbaciti, a da ne dođu neželjene posledice. Podrediti se bilo kakvom mudrom vrhovnom gospodaru znači napustiti iluziju [slobode odabira] koja može biti leha na kojoj život cvate.⁶

On kaže da će, ako se s verom pouzdate u Boga, »izgubiti lehu na kojoj život cvate«. Kakve li strašne misli! Ako on ima pravo, možda bi vlada trebala izdati proglašenje: »Opasnost. Ministar zdravstva odredio je da vera u Boga može biti štetna za vaše zdravlje.«

Ali dr. Lefcourt je doista nesvestan naučnih činjenica. Istraživanja povezanosti vere i zdravlja pokazuju upravo suprotno. Mnoga su proučavanja došla do istih rezultata: vernici se bore sa stresom bolje nego ljudi koji ne veruju. To vredi za studente pod stresom,⁷ starije ljude⁸ i sve ostale.⁹ Jedna je istraživačka grupa iznela: »Naši nalazi pokazuju da religija može biti jaka borbena strategija koja olakšava prilagođavanje na životne stresove.«¹⁰

Zbog čega je vera tako velika pomoć u svladavanju stresa? Vera u Boga dopušta nam da preuzmemo četiri koraka koji nam pomažu boriti se sa stresom:

- Smer
- Ravnoteža
- Odmor
- Pozitivan stav

Smer

Kada se vernica suoči s velikim stresom u životu, ne mora kršiti ruke i govoriti: »Ne znam šta da radim. Sešcu i gledati što će Bog učiniti.« Ne, vernica se može suočiti sa životom kao putnik koji ima mapu. Poznaje gde su životni brzaci, tesnaci i minska polja. Vidi gde su sigurne luke, plodna polja i mirne

vode. Možda ne zna sve što će se dogoditi, ali zna da će je Bog izvesti čistu od opasnih jama greha. Život je vodeno putovanje do slavnog odredišta.

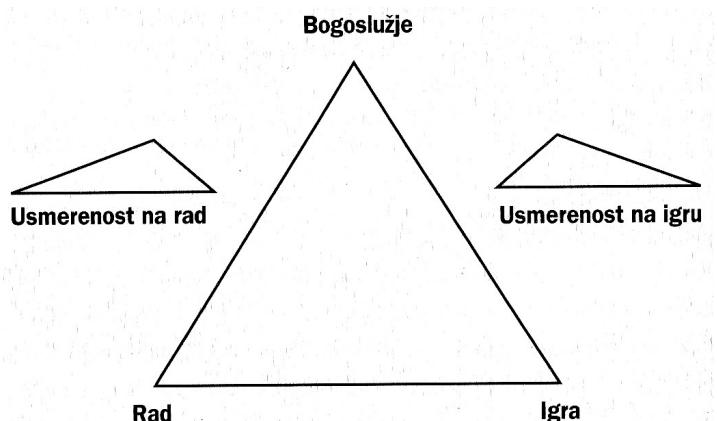
Čovek se bez Boga mora suočiti sa životom, nesiguran u provalijama i opasnostima. Mala bela laž, »O, ne! Sada moram izreći i drugu laž!« Malo mazanja očiju poreznoj upravi: »Pitam se nije li pravilo ograničenja već stupilo na snagu.« Malo seksa izvan braka: »Nadam se da me neće otkriti.« Bez Boga život je opasna pustolovina u nepoznato. Stres nikada ne prestaje.

David se radovao da će ga čak i u životnim stresovima Bog voditi:

*Gospod je pastir moj, ništa mi neće nedostajati.
Na zelenoj paši pase me, vodi me na tihu vodu.
Dušu moju oporavlja,
vodi me stazama pravednim imena radi svog.
Da pođem i dolinom sena smrtnoga,
neću se bojati zla; jer ti si sa mnom.*

Psalm 23:1-4

U stresu, nevernici se gube, ali vernici imaju određeni smer.



Ravnoteža

U medicinskom je časopisu objavljen dijagram koji pokazuje na koji način možemo postići da ne izgorimo. Pokazuje da moramo uravnotežiti tri dimenzije svoga života - rad, igru i bogoslužje. Većina ljudi živi dvodimenzionalnim životom jer izostavljaju kritičan vid bogoslužja.

Možemo izbegavati bogoslužje i prenaglasiti igru ili rad, ali tada ćemo završiti samo s dvodimenzionalnim životom. Više rada ili više igre nikada neće ispuniti duhovnu dimenziju. »Životni stil bogatih i poznatih« može ceniti izvršnog direktora neke firme koji je radoholičar ili milionera plejboja, ali njihov život nije uravnotežen. Njihova potištenost, razvodi braka i samoubistva dokazuju da u dvodimenzionalnom životu nešto manjka.

Trodimenzionalni uravnotežen život s bogoslužjem, radom i igrom donosi bogatstvo i svrhu. Često smo celi dan radili u kancelariji, osećali se umornima i bili u kušnji da propustimo proučavanje Biblije u maloj skupini. Ako smo ipak stigli na početak bogoslužja, s molitvom i zajedništvom smo doživeli svrhovitost i povezanost s Bogom. Osećali smo se pomlađeni. Da smo, umesto toga, utrošili nekoliko dodatnih sati u kancelariji, osećali bismo se još umornijima. U neko drugo vreme možda nam treba igra loptom ili uveče se igrati za stolom da si uravnotežimo život. Kad zanemarimo bogoslužje, rad ili igru, naši su životi izbačeni iz ravnoteže. Održavanje svih triju dimenzija u ravnoteži osvežava dušu.

Odmor

Svi moramo redovno prekidati tok neprestanih životnih stresova. Često viđamo pacijente koji skupo plačaju što su zanemarili odmor. Jednim se proučavanjem ustanovilo da je 26% muškaraca koji su preboleli srčani infarkt, radilo više od sedam-

deset sati nedeljno.¹¹ Doslovce su radom došli do groba.

Isus je znao šta znači stres. U jednom je trenutku na njega i njegove učenike navalilo »mnogo sveta... pa nisu imali kada ni jesti. Isus je rekao učenicima: 'Hajdete i vi sami na usamljeno mesto, i otpočinite malo.' I otploviše lađom u pusto mesto sami« (Mk 6:31-32).

Kad god odemo na jezero i čamac nam klizi vodom, shvata-mo Isusovu mudrost. Najbolje uklanja stres svakodnevnog života čamac koji mirno klizi po vodi. Mnogi bi ljudi još i danas bili živi da su sledili Isusov primer.

Besposlenost sama po sebi nije odmor. Vikend na kauču uz grickanje čipsa ne osvežuje. Dvadeset sati gledanja televizijskih programa, tri vrećice slatkiša i četiri litra Koka-Kole neće vas pripremiti za stresni napad sledeće nedelje.

Odmor koji oporavlja mora smiriti duh i nahraniti dušu. Isus je shvatao ovo načelo. Biblija izveštava da se Isus »sklanjao na pusta mesta da se moli« (Lk 5:16). Ako je Isusu trebao odmor ispunjen poštovanjem Boga, sigurno ga trebamo i mi obični smrtnici. Potrebna nam je tiha zajednica s Bogom da nahranimo dušu. Bog zna našu potrebu za odmorom. Zato poučava svoj narod da jedan od sedam dana odvoji kao sabat za odmor upotpunjeno bogopoštovanjem.

U takvoj osami možemo naći mir čak i za vreme najjačeg stresa. Ričard J. Foster piše: »Usred buke i zbrke dolazimo u duboku unutarnju tišinu.«¹² U toj osami Bog nam smiruje duh i hrani dušu. To je odmor koji osvežuje. To je odmor koji ublažuje stres. To je odmor koji osobu ostavlja s osećajem da je živa i spremna preuzeti svaki stres koji stvara svet.

Pozitivan stav

Kada se radi o stresu, moj će stav određivati moj položaj. Dok sam (S. I. McMillen) hvatao po koji trenutak da napišem

ovo poglavje, zazvonio mi je telefon. Medicinska je sestra nazvala s klinike: »Doktore McMillen, tu je jedna devojčica sa psom. Udica mu je zapela za uho. Ne znam kako da je izvadim, pa vam je šaljem u ordinaciju.«

Sećam se da bi se nekad od moga odgovora mogao raspasti telefon. Štaviše, ono što bih rekao moglo je dovesti do raspadanja sistema protiv stresa, koji bi uzrokovao užasne glavobolje, moždani udar koji bi me paralizovao ili uzrokovao kobni srčani udar. A sve to zbog jednostavne humane molbe.

Godinama ranije, jer sam slabije reagovao na stres, zamalo da nisam umro zbog krvarenja želudačnog čira. Mučio me čir, bio sam i te kako svestan kako moj želudac reaguje na stresne okolnosti. Mnoga takva iskustva podstakla su ideje koje sam opisao u ovoj knjizi.

Ne trebamo kriviti šefa, saradnika, učitelja ili ženu za svoj čir na želucu. Naš je čir na želucu zapravo rezultat naše unutarnje reakcije na stres. Za telo je odgovorna naša reakcija na stres, a ne sam stres.

Uzmite, primerice, moj telefon. Čak i na neradni dan može biti izvorom neprestanih smetnji. Nakon prvih dvanaestak poziva sklon sam se ropski podčiniti tim stalnim prekidima. Ako se uznemirim, dopuštam da mi je-dnosta vronjava telefona uništi neradni dan, a moj se čir razbudi. Možda sam u kušnji okrivio telefon, ali on nije problem. Moj je problem pogrešna reakcija na telefonsku zvonjavu.

Većina je kriva jer pokreće adrenalin vredan stotinu dolara radi slučaja koji košta svega deset centi. Zapravo, priključak na telefonsku sekretaricu koja pozive koji nisu hitni smešta u jedan poziv, jedan je način da nadzirem svoj problem telefonskog stresa.

Umesto uzrujanosti koju stvara neprestana zvonjava telefona, povremena zvonjava može uneti dobrodošlo skretanje.

Stres - izgoreni osigurač ili punjenje baterija?

Na zemlji nikad nećemo živeti bez stresa. No setite se da sam stres nije problem. Svi trebamo neki nivo stresa da bismo dalje živeli. Sećam se kako sam mnogo puta (S. I. McMillen) morao otići u kućnu posetu, a sam se osećao bolesnim. Često bi mentalni otklon i zahvalan bolesnik olakšali moje manje bolove. Ako bih umesto toga besneo, ni ja ni bolesnik ne bismo se osećali ništa bolje.

Naša reakcija na stres odlučuje hoće li nam stres pomoći ili će nam naškoditi. Biblijas podseća da naš stav čini tu razliku: »Stoga oni koji po volji Božjoj trpe, neka dobrim delima povere duše svoje vernom Stvoritelju« (1 Petrova 4:19 D. F.).

Naša je reakcija na stres važan ključ za duži i bolji život. Hoćemo li se, obuhvaćeni stresom, predati ili krenuti dalje? Hoćemo li ga uzeti kao smetnju ili podsticaj? Hoće li nam izgoreti osigurač ili će nam stres napuniti baterije? Ključ je u našim rukama. Mi odlučujemo hoće li stres raditi za nas ili protiv nas - hoće li nas učiniti boljima ili ogorčenijima.

U životu prepunom trnja ljudi na koje se nabodemo mogu život učiniti bolnim. Ako dopustimo da nam razdraženost poput koprive opeče duh, možemo završiti s telesnim bolovima zbog čira na želucu ili srčanoga udara. Ako radije naučimo shvatati, čak i uživati s ljudima na koje se nabodemo, možemo se uzdići iznad nastaloga stanja. Jednostavnim prilagođavanjem stavova njihove će se bodlje odbiti od nas kao od debele kože nosoroga.

Apostol Pavle je bio pod stresom, što je nazivao »trnom u telu«. »Zato sam triput molio Gospoda da prestane. A on mi je odgovorio: 'Dosta ti je moja milost, jer se moja snaga savršeno pokazuje u slabosti'« (2 Korinćanima 12:8).

Kada nas trnje na životnoj stazi ostavi preplavljen stresom, pa shvatimo da ne možemo sami opstatiti, možemo se osloniti na savršenu Božju snagu.

DVADESET PRVO POGLAVLJE

Faktor vere

...folklor...na rubovima istraživačke zajednice.

Dr. Džefri Levin (1994.) o stavovima zajednice medicinara prema istraživanjima koja povezuju veru i zdravlje

Sve televizijske mreže propuštaju tu vest, ali to je najveći svetski megadogađaj. Veći je od najvažnijih sportskih takmičenja u pojedinim zemljama, Svetskoga kupa i Olimpijskih igara zajedno. Što je još čudnije, događa se svake nedelje. To je Crkva.

Možda ste u mesnoj crkvi bili prošle nedelje. Ako jeste, znate li da ste tada hranili dušu i telo? Vera je snažan lek. Može sprečiti i izlečiti mnoge bolesti. Kada to čuju lekari, isprva se mnogi sumnjičavno namršte. »Čekajte malo«, kažu, »religija je praznoverje. Medicina je nauka.«

Lekari se mogu setiti umirućeg bolesnika koji je tražio čudesno izlečenje, koje se nikada nije ostvarilo. Mogu se setiti šizofreničara koji je tvrdio da je Mesija. Vera može smrt učiniti podnošljivijom, ali lekari sumnjaju da može život učiniti zdravijim.

Teza

Uništi se telesno i duševno;

nastoj da kao izrazom jedinstva svi pravi vernici učine isto.

Robert Hanter,
Deset zapovesti rok and rola

Antiteza

Vaše je telo hram Svetoga Duha... Zbog toga poštuj Boga svojim telom.

Bog, u Bibliji

Istorija jednog čoveka

Skeptici nisu ništa novo. Pre stotinu godina u rudarskom mestu Barnesborough u Pensilvaniji mesni je lekar bio tvrdo-koran skeptik. Nekad je bio đakon u crkvi i voditelj u crkvenoj zajednici - živahan i zdrav čovek. Zatim se promenio, a da nikao tačno nije znao šta se dogodilo. Napustio je crkvu i potpuno odbacio religiju. Fizički je zlostavljao ženu i decu. Srdžba mu je ispunila srce, a zdravlje isteklo iz tela.

Taj je lekar imao sina kojeg je zanemario. Nije mu bilo stalo ni da mu dade ime, pa su ga ljudi zvali »momče« ili »hej, ti«. U dobi od osam godina dečak je sebe nazvao Sim Isocrates. Sim je večeri petkom provodio u gostionicama gde bi uzimao perece od pijanih rudara. Često je bio svedokom glasnih svađa na ulici. Činilo se da je dečak predodređen za beznađe, pijanstvo i bolest.

Zatim je Simova starija sestra Oneida razgnevila oca kad je postala nanovo rođenom hrišćankom. Kad je napustila dom da radi u crkvi, on je eksplodirao: »Idi! Ali ako tamo umreš, neka te oni pokopaju. Ne želim nikada više videti tvoje lice.«

Oneida je otisla.

Lekaru je bilo tek pedeset pet godina, ali smrtno se razboleo. Prikovan za krevet i potpuno bankrotirao, morao je prodati kuću i preseliti se k Oneidi. Tamo ga je kći, koje se nekad bio odrekao, brižno negovala na samrtnoj postelji. Retko bi joj zahvalio, a ona je ipak zračila čudesnom radošću i ljubavlju.

Sim je čeznuo da dozna izvor njene ljubavi. Jedne je noći prihvatio Isusa kao ličnog Spasitelja. Odjednom mu je duša bila puna sveobuhvatne ljubavi, ljubavi nebeskoga Oca, koji ga neće nikada zlostavljati niti napustiti. Simov se život izmenio.

Sam se izdržavao, završio koledž i diplomirao na medicinskom fakultetu. Otputovao je u Afriku, izgradio misijsku bolnicu i otkrio način lečenja nome - kobne dečje bolesti.

Njegov je otac umro u pedeset petoj godini, ali to zlostavljanje siroče poživelo je do devedesete. Ime mu je dr. S. I. McMillen. Sada čitate najnovije izdanje njegove knjige.

Dr. McMillen nije nikada svoje zdravlje ili uspehe smatrao svojim zaslugama. Često bi kazao: »Mrzim i pomisliti gde bih bio bez Isusa.« Njegov je otac odabrao bezbožnu stazu, koja ga je dovela u bolest i preranu smrt. Dr. McMillen je hodio putem vere, koji ga je vodio zdravlju i dugom životu.

I sada znate ostatak priče.

Vera nas osnažuje

Pa ipak skeptici mogu dovoditi u pitanje je li vera dr. McMillenu život učinila dugim i zdravim. Možda je samo imao sreće.

Setite se da su se još 1863. godine skeptici rugali ideji dr. Semmehveisa o pranju ruku. Godine 1963. slični su se skeptici rugali novoj knjizi Nijedna od ovih bolesti. Poznati ju je hirurg nazvao »plitkom« i »naivnom«. Je li vera doista mogla proizvesti zdravlje? Je li redovno pohadanje bogoslužja u crkvi stvarno smanjilo odlazak u bolnicu? Je li molitva doista mogla nadomestiti tablete? U ono su vreme skeptici imali uporište, jer su neke studije još proučavale takva pitanja.

Od tada, međutim, stotine su studija ispitivale odnos vere i zdravlja. Osamdeset do devedeset posto tih proučavanja došlo je do istoga zaključka: Vera nas osnažuje, a sumnja nas čini bo-

lesnim.

Teza

Religioznost u mnogome pogledu odgovara iracionalnom mišljenju i emocionalnim smetnjama... Što su manje religiozni, biće emocionalno zdraviji.

Albert Elis, *psiholog*

Antiteza

Nijedan [od mojih pacijenata] čiji problem u krajnjem slučaju nije bilo traženje religioznog nazora na život... Nijedan od njih nije stvarno ozdravio a da nije ponovno zadobio svoj religiozni nazor.

Karl Jung,
osnivač analitičke psihologije

Godine 1995. više od hiljadu stručnjaka prisustvovalo je konferenciji Harvardskog medicinskog fakulteta o veri i zdravlju. Interneti Medisin Njuz naslovio je taj skup »Stručnjaci duhovnosti nazivaju nenačetom terapijom«.¹ Nedeljni odlazak u crkvu, svakodnevno čitanje Biblije i trajni stav u molitvi dobar su lek za um, telo i dušu.

Jedan rad izložen na ovoj konferenciji ustanovio je da oni koji svake nedelje idu u crkvu imaju manje izgleda za smrt od:

- srčanog udara (50%-tno smanjenje)
- emfizema (56%-tno smanjenje)
- ciroze jetre (74%-tno smanjenje)
- samoubistva (53%-tno smanjenje).²

Ustanovljeno je da pobožni ljudi koji idu u crkvu bolje prolaze u životu od onih koji nisu religiozni a koji su:

- oboleli od srčanog udara na Univerzitetu Dartmout³
- bolesnici s prelomom kuka na Univerzitetu Nortvestern⁴
- gerijatrijski bolesnici na Univerzitetu Jejl.⁵

Medicina i religija bliske su tradicije u lečenju.

Rasle su zajedno, a razdvojile se u ranom detinjstvu.

Ulaskom u treći milenijum mogле bi se možda opet približiti.

Dr. Dejl Metjuz, Univerzitet Džordžtaun

Ustanovljeno je da vera može biti blagotvorna u sprečavanju i lečenju mnogih bolesti. Čak i kada istraživanja izdvoje faktore učinka pušenja i opijanja, zdravstvena dobrobit od vere obično ostaje.

Dakako, nije svaki pobožni vernik celo vreme savršeno zdrav. Neki prolaze kušnje raka, srčanog udara i drugih bolesti. Ali uopšteno, vernici su zdraviji nego nevernici.

Sam je Isus očekivao da vera izleči telo i dušu. Upotrebio je isti grčki glagol ($\sigma\omega\xi\omega$) za izlečenje tela i spašavanje duše. Rekao je slepom Vartimeju: »Vera te tvoja spasila [$\sigma\omega\xi\omega$]« (Marko 10:52). Nakon što je ženi oprostio grehe, izrekao je istu rečenicu: »Vera te tvoja spasila [$\sigma\omega\xi\omega$]« (Luka 7:50).⁶

Ateista Karl Marks izrugivao se religiji kao »opijumu za narod«, ali Marks je promašio smisao religije. Vera može biti jak lek, ali nije narkotik koji otupljuje. Vera je bitan faktor za jačanje zdravlja tela i duše.

Zdravlje Nju Ejdža - Novoga doba

Mnogi danas odbacuju formalnu religiju, ali su ipak duhovno radoznali. Traže religiju kao što kupuju automobile. Ne žele dosadni Bjuik; žele verski Ferari. Odabreće boju, unutrašnjost i svu dodatnu opremu. Mogu odabrati idola Budu, mantru od Krišne, Isusovo učenje, kristal od Navaho Indijanaca i bilo kakvu drugu duhovnu ponudu koja odgovara njihovoj maštji.

Međutim, religija Nju Ejdža nije ništa novo. Stara je koliko i

Stari zavet. Jeremija se žalio da je »svako krenuo svojim trkom« (Jeremija 8:6). Ukorio je Izrael što je pomešao bogoslužje u hramu s kućnim idolima, a pobožnu molitvu pomešao s vrhunskim okultizmom.

Tokom celog dvadesetog stoleća ljude su očaravale udružene i smešane religije. Jedan pisac opisuje London 1910. godine: »Među intelektualcima nastao je široko rasprostranjen ukus za ezoterične religije i kultove... psihičke fenomene i seksualnu slobodu... Mnogi su ti kultovi pripisivani Istoku, ali vođe su... često [sebe nazivali] hrišćanima.«⁷

Današnji sledbenici Nju Ejdža neretko toj mešavini pridodaju svest o zdravlju. Mame lekovitim biljem, vitaminima i snagama kosmičkog zdravlja. Beverli Bar, sledbenik Nju Ejdža, kaže: »Brinuti se za sebe jeste religija.«⁸

Vodi li religija Nju Ejdža doista boljem zdravlju? Ne. Istraživanja pokazuju da verovanja Nju Ejdža zapravo mogu našteti vašem zdravlju. Duhovni rast zahteva promenu, a sledbenici Nju Ejdža izmišljaju religiju da bi se sami dobro osečali, a ne da bi se promenili. Ako imaju loše navike zavisti, gneva ili oholosti, nova im religija jednostavno opravdava poroke. Sledbenici Nju Ejdža oblikuju svoju veru kako bi pristajala njihovim životnim stilovima, a biblijski hrišćani moraju oblikovati svoj životni stil kako bi odgovarao njihovoj veri. To uključuje ve-like promene: pokajanje, obraćenje i svetost.

Psihijatar Redford Vilijams sa Univerziteta Djuk komentariše: »[Ljudi] koji smatraju da je religija korisna, ali selektivno oblikuju svoja verovanja kako bi pristajala uz ostale njihove interese, naginju slabijem mentalnom zdravlju.«⁹

Zdrava vera

Od koje se vrste vere sastoji verski faktor? Jedan stručnjak, dr. Džefri Levin primetio je da se jedna tema uvek iznova javlja

u medicinskim istraživanjima. Izgleda da je izbegavanje tradicionalne vere rizičan faktor za slabo zdravlje. Oni koji od vere izvlače najviše koristi jesu, prema njegovim rečima, članovi »religija ili denominacija koji strogo gledaju na ponašanje«¹⁰ - koje mediji sve zajedno prikazuju kao »fundamentaliste«. Čini se da je nauka ponovno otkrila ono što je u Bibliji napisano pre hiljada godina: »Strah Gospodnji umnožava dane« (Izreke 10:27).

»Vera koja ozdravlja«

Naslov članka Ser Vilijama Oslera, objavljenog 1910. godine, koga mnogi smatraju najvećim američkim lekarom svih vremena.

Hoćete li uzeti kao program za produženje života pohađanje tradicionalne crkve? Verovatno ne. Nećete imati nikakve koristi što ćete samo pohađati trgovinu zdrave hrane (ili crkvu). Samo kupovanje vitamina (ili davanje desetice crkvi) neće pomoći. Posmatranje drugih kako uzimaju vitamine (ili prisustvuju bogoslužju) neće pomoći. Vitaminii i vera neće vam puno pomoći ako ih sami ne koristite. Svetovni lekar ide tako daleko da vam preporučuje da »postanete istinski praktični član [crkve], praktikujući svim srcem sve što se propoveda«.¹¹

Zašto vera dovodi do zdravlja? Mnogo koristi dolazi od jakih hemijskih i hormonalnih promena koje vera proizvodi u našem telu.

Šta ako se ujutro probudite i kažete: »Ja sam slučajan proizvod kosmičke evolucije. Svi oko mene su samo slučaj. Celi moj život je samo niz slučajnosti. Pitam se kakav će mi se slučaj danas dogoditi.« Negativan će vam nazor prouzročiti strah i sumnju u umu. Taj će strah i sumnja otpustiti štetne hemikalije iz svakog organa u telu. Te će hemikalije iscrpiti vaše telo. Kada uveče legnete u krevet, osećaćete se kao da vas je jedan dan po-

starao za celu deceniju.

Ali šta ako se probudite i kažete: »Sjajno! Bože, hvala Ti što si me stvorio kao svoje divno stvorenje. Koje ćeš sve blagoslove danas izliti na mene? Na koji ćeš me način iskoristiti da blagosloviš druge?« Onda započinjete dan tako da barem pola sata čitate Sveti pismo i molite.

To je korišćenje faktorom vere. Vaš će stav vere osvežiti dušu i ojačati imuni sistem. Svaka će se ćelija u telu okupati ublažujućim hemikalijama. Bele će se ćelije povezati i napasti bakterije. Krvni će pritisak glatko plesati valcer tokom dana. Moždane će ćelije prskati munjevitim odlukama. Poći ćete u krevet s osećajem da ste dan mlađi, a skočićete sutradan iz kreveta s jednakom energijom.

Želite li prolaziti kroz život kao kosmička slučajnost u strahu od neke nevolje koja razara zdravlje? Ili želite prolaziti kroz život kao Božje stvorenje s Božjom stvaralačkom energijom koja će obnavljati vaše telo i dušu?

Isključiti Boga iz psihijatrijskog savetovanja oblik je pogrešnog lečenja. Duhovnost je čudo, radost i ne bi je trebalo ostavljati u kliničkoj garderobi.

Artur Kornhaber, psihijatar, 1992.

Dr. Bendžamin Raš, otac američke psihijatrije, tvrdi da je vera »jednako bitna duši čoveka kao što je vazduh za disanje«.¹²

Za svoje zdravlje možete voditi brigu o faktoru telesne vežbe, nutričijskom, pa čak i faktoru stresa. Ali danas možda trebate razmotriti i primeniti protivotrov smrtonosnim otrovima sumnje, beznađa i obeshrabrenosti. Možda je sada vreme da na svoj život primenite faktor vere.

DVADESET DRUGO POGLAVLJE

Opasnost! Srdžba!

Srditi se [po navici] jeste kao uzimati nisku dozu nekog sporo delujućeg otrova - primerice arsena - svakog dana tokom celog života.

Dr. Redford Vilijams i dr. Virdžinija Vilijams, Srdžba ubija

OPASNOST: PREOPTEREĆENO SRDŽBOM. Šteta što naša emocionalna komandna ploča nije spojena tako da upozori na ovaku opasnost. Umesto toga patimo od drugih znakova preopterećenja - migrene, ukočenog vrata, čira na želucu.

Osećaj srdžbe jednako je normalan kao i osećaj gladi ili umora. Ali do preopterećenja srdžbom dolazi kada stvorimo naviku da čak i na manje nadražaje reagujemo srditošću. Ta ukorenjena srdžba naziva se neprijateljskim stavom.

Srdžba svaku ćeliju u celom telu dovodi u opasno stanje. Želudac luči kiselinu. Drake na koži se podižu. Nadbubrežne žlezde luče adrenalin i steroide. Zenice se šire. Krvni se pritisak diže. Puls ubrzava. Spremni ste zapucati ili pobeci.

Kako li snažno reagujete kad vam je neko upravo provalio u kuću! A šta ako ste navikli srditi se? Šta ako je unuk prolio po

vama kafu? Šta ako vam neki vozač prepreči put u saobraćaju? Šta ako neki kupac s jedanaest ar-tikala stane u red za eksprešnu blagajnu za deset artikala? Ako vas ova manja razdraženja nateraju da izgubite strpljivost, verovatno ste navikli srditi se. Vaša je emocionalna kontrolna ploča možda stalno pretovarena srdžbom. Dugogodišnji život uvek u srdžbi može vas ubiti.

Jednoga je dana u moju (S. I. McMillen) ordinaciju ušao čovek s mladim sinom. Otac je rekao: »Došao sam samo po još tableta za kolitis svoje žene.« Istoga se časa sin našalio: »S kime se to mama sukobila ovaj put?«

Smejali smo se, ali njeni su grčeviti bolovi zbog »kolitisa« (tj. sindroma razdražljivih creva) verovatno nastali zbog njene hronične srdžbe.

Milioni ljudi pate od sindroma razdražljivih creva, najčešće probavne bolesti. Njihovi su emocionalni centri povezani s crevima. Napadi srdžbe mogu voditi do bolova u probavnom traktu: mučnine, povraćanja, grčeva, zatvora i proliva.

Dugotrajna srdžba - kratak život

Još gore od poremećaja u crevima, neprijateljski stav vas može ubiti. Glasoviti psiholog dr. Džon Hanter znao je za tu opasnost, i sam je imao i slabo srce i lošu narav. Jednom je rekao: »Prvi nitkov koji me bude rasrdio, ubiće me.«

Jednoga je dana dr. Hanter bio na medicinskom predavanju. Dok je govornik iznosio neke glupe ideje, dr. Hanter se ljutito vrpcoljio. Napokon nije više mogao izdržati. Skočio je na noge i nadglasao govornika. Ali dr. Hanter nije dovršio svoj napad besjer je iznenada pao mrtav od srčanog udara.

Njegov je kolega možda i kriv zbog pogrešnog tumačenja medicinske nauke, ali nije on bio taj »nitkov« koji je ubio dr. Hantera. Dr. Hanter je preopteretio strujni krug srdžbe i zato mu je pregoreo osigurač.

Dr. Hanter je imao problem hronične srdžbe; ali kako je s vama i sa mnom? Imate li problem s neprijateljskim stavom? Možda. Otprilike jedna od pet osoba ozbiljno je bolesna zbog stalnog prigovaranja. Mnogi imamo blaže slučajeve.

Tokom većeg dela dvadesetog stoljeća stručnjaci nisu smatrali da neprijateljski stav donosi velik zdravstveni rizik. Poznavali su opasnost od povišenog holesterola u krvi, povišenog krvnog šećera i visokog pritiska; ali malo se njih brinulo zbog visokog stepena neprijateljskog stava.

Napokon su 1981. godine naučnici na Univerzitetu Nort Karolina pronašli uverljiv dokaz da je srditost glavni ubica. Pre dvadeset godina istraživači su testirali nivoje neprijateljskog stava kod 255 studenata medicine. Tokom sledećih godina naučnici su posmatrali kako lekari s jakim neprijateljskim stavom umiru kao besni bikovi u areni. U srednjoj je dobi umrlo 13% muškaraca koji su imali vrlo jak neprijateljski stav. U suprotnosti s time umrlo je samo 2% onih sa slabim neprijateljskim stavom. Stalno nezadovoljni ljudi imali su više slučajeva visokog krvnog pritiska i pet puta više srčanih udara. Hronična srdžba podigla je krvni pritisak i začepila im koronarne arterije. Dugotrajna srdžba vodi do kratkotrajnog života.

Starenje i srdžba

Prvi sam put (David E. Stern) susreo Džeka nakon njegove ozlede leđa na poslu. Ustanovio sam obično nategnuće leđnih mišića, ali Džeku nije bilo ništa bolje. Pokušali smo s mišićnim relaksansima, lekovima protiv bolova, fizikalnom terapijom, ultrazvukom, povezima, blokadama. Ništa nije pomagalo.

Specijalista je bolesnički list išarao slovima (CT, MRI, EMG, KKS, SE, ANA), ali ipak ništa nije krenulo nabolje. Naumio sam obaviti potpuniji pregled, da pokušam ustanoviti osnovni uzrok njegovih bolova. »Pa onda, Džek«, rekao sam, »kažite mi ponov-

no, šta je prouzročilo vašu ozledu?«

»Znate«, rekao je Džek, »podizao sam tešku vreću na ,■■; poslu.«

»Ali, Džek«, rekao sam, »podizali ste vi na hiljade vreća. Vi ste jak čovek. Kako ste se ovaj put ozledili?«

Kao u specijalnim filmskim scenama, Džek se preobrazio od zlatnoga retrivera u pitbula. »Svemu je tome kriv Margola«, zarežao je. »Očekuje da pretovaram stotinu vreća na sat. To je nemoguće. Nije čudo da sam se ozledio. Mislio je da će samo sediti i to prihvati, ali sam mu pokazao. Niko ne može podneti tolika zlostavljanja pa ni ja. On nema pojma kako je to raditi takav posao. I pogledajte šta je sada dobio, radnika koji ga košta vreću dolara zbog nesposobnosti.«

Onaj koji vatri ne dodaje goriva, već ju je ugasio. Tako i onaj koji u početku ne pothranjuje svoj gnev, niti sam puše u vatru, sprečio ju je i utrnuo.

Plutarh oko 100. god.

Jadan Džek je bio toliko srdit da je čak i svoju nesposobnost video kao način da vrati svom šefu.

»Ljutiš se«, rekao sam.

»Imate pravo. Ranije sam se uzrujavao, ali sada sam to izbacio iz sebe. Ako me šta bude morilo, reći će vam. Neću to pohranjivati. Ne želim se razboleti.«

Ali Džekov pristup, izgleda, nije bio uspešan. Kao prenategnuta opruga, njegova je hronična srdžba iskrivila kičmu s neprestanim bolnim grčevima. Nakon godinu dana i četiri kasnija zaposlenja, Džekovo lice na svaki spomen njegovog starog šefa postalo bi kao u besnog pitbula.

Mit o otpuhivanju

Teorija srdžbe koja se manifestovala kod Džeka široko je rasprostranjena: »Neka gnev izade. Onda će se osećati bolje.« Ta ideja počinje od Frojda, koji je ljude opisivao kao emotivne čajnike. Neotpuhnuti bes, poput zatvorene pare, stvarao je emotivni pritisak. Ako niste ispustili bes, mogao je eksplodirati kao neuroza ili mentalni slom. Frojd bi se bio složio s Džekom: »Makni poklopac, ispusti paru.«

Biblijsko gledište

Ako bes može izaći, može se istrošiti i s njime je gotovo... Nije problem opakost, u izraženoj mržnji; problem je u progutanoj.

Džon Bredšo

Popularno gledište

I vi odložite sve! Gnev, srdžbu, hulu i prostotu.

Kološanima 3:8

Pre Frojda civilizovani su ljudi prepoznавали snažne destruktivne snage u neobuzdanom gnevnu. Drevni su filozofi podsticali ljude da izbegavaju agresiju i da se koriste snagom svoga uma kako bi stekli samokontrolu. Frojd je sve to promenio. Rekao je da je zdravo, čak i nužno, eksplodirati.

Frojgov mit otpuhivanja ostaje čvrsto ukorenjen u popularnoj kulturi. Popularni psiholozi i dalje preporučuju otpuhivanje ili terapiju »van s gnevom«: vrištanjem, urlanjem, ritanjem, udaranjem, zavijanjem ili kakvim drugim ispadima zbog kojih nećete biti uhapšeni.

Mnoga proučavanja, međutim, pokazuju da otpuhivanje nije učinkovito.¹ Jednim je istraživanjem procenjivano sto inženjera koji su nedavno bili otpušteni kada su se njihove vazduhoplovne kompanije smanjile. Inženjeri su bili ljutiti i imali su se pravo srditi. Napustili su druge poslove, preselili se s porodicama u

San Dijego. Obećani su im bili trogodišnji ugovori; ali su nakon samo jedne godine svi bili otpušteni.

Istraživači su ih podelili u tri skupine. Sa svakom skupinom su proveli neko vreme postavljajući im pitanja:

- Skupina 1: pitanja koja istražuju neprijateljski stav prema kompaniji (na primer: »Na koji se način kompanija prema vama ponela nepošteno?«)
- Skupina 2: pitanja koja ispituju neprijateljski stav prema prepostavljenima (na primer: »Na koji je način vaš prepostavljeni mogao sprečiti vaš otkaz s posla?«)
- Skupina 3: ispitivanje uopštenim pitanjima (na primer: »Kakvo je vaše mišljenje o tehničkoj biblioteci?«)

Ljudi koji su raspravljali o učinjenim im nepravdama postali su više srditi nakon otpuhivanja svoga gneva. S druge strane, oni u skupini 3, koji nisu otpuhivali gnev bili su manje srditi.²

Ljudi povređeni razvodom braka takođe mogu postati žrtve zamke otpuhivanja. Neki su zapamtili svaki greh svoje bivše žene ili muža. Oni stalno i iznova govore to isto svakome ko ih želi saslušati. Ali što više ponavljaju svoju srdžbu ona se sve više pojačava. Nakon deset godina ta se priča još uvek vrti u njihovom pamćenju. Ko ih god poznaće, poželi ih uhvatiti za ramena i viknuti: »Ma pusti to već jednom!«

»Ispuštanje pare« može biti sjajna slika, ali vi i ja nismo čajnici. Mnoga su istraživanja zaključila isto: stalno podsticanje srdžbe srdžbu ne otpušta; ono je ponovno zapaljuje, pojačava i učvršćuje.

Biblija iznosi: »Bezumnik izliva sav svoj gnev, a mudrac susteže svoju srdžbu« (Izreke 29:11). Božja reč - ne Frojdova - odolela je kušnji vremena.

Kada detetu dopuštate da vrišti, udara, lupa ili razbija predmete..., ne smanjujete time njegovu srdžbu. Povećavate njegovu agresivnost. Učite ga navici katarze.

Kerol Tavris, Srdžba: *Pogrešno shvaćene emocije*

DVADESET TREĆE POGLAVLJE

Visoka cena osvećivanja

Ako tražiš osvetu, kopaj dva groba.

Tradicionalna poslovica

»Uh! 218/122«, rekao sam (David E. Stern). »Pravi rekord, Dženis. Jeste li zaboravili svoje tablete za pritisak?«

»Uzela sam ih, dakako, ali ste trebali videti šta se dogodilo van na parkiralištu. Jedan se mladić zabio u moj Kadilak. Bome sam mu rekla! Čudim se da me odavde niste čuli.«

Sramota! Ta obrazovana, zaposlena žena rizikovala je moždani udar samo zbog zadovoljstva da se izgalami. Automobil je ostao oštećen kao i pre njene eksplozije.

Zašto sa šalom prihvatomamo svoje provale besa pod izgovorom kao: »Eto, takav sam ti ja«? Zašto mi, ljudska bića, dopuštamo da opasan gnev ističe i truje um, telo i dušu?

Isus je dao jednostavan odgovor. To je duhovni problem.

Jednoga se dana u samarijskom gradu pojavio natpis: »Nema slobodnih mesta«, i to za Isusa i njegove učenike. Politika im je bila »Zabranjeno Jevrejima«, što su time samo jače potvrdili.

Jakov i Jovan su pobesneli. Kakva prava imaju ti zadrti rasisti odbiti Mesiji prenoćište? Želeli su munjom s neba spaliti grad. Isus ih je ukorio: »Ne znate čijeg ste duha« (Luka 9:55).

I Petar se borio sa svojim osvetničkim duhom. Pri Isusovom hapšenju Petar je požurio neprijatelju odseći glavu. Na sreću, promašio je; ali nije bio poslednji osvetnički crkveni vođa koji je pokušao obezglaviti svog protivnika.

»Pustite! Dosta!« ukorio je Isus Petra. »Vrati mač na njegovo mesto jer ko se mača lati, od mača i gine.« (Luka 22:51; Matej 26:52).

Ko upravlja vašim životom - duh osvete ili Sveti Duh?

*Daj nekom deo svoje duše
i razorićeš mir svoje duše.*

Ropstvo duše

Pre nekoliko godina lečio sam (S. I. McMillen) studenta, nazvaćemo ga Pjer, koji je patio od neprestanih bolova u želucu. Često sam ga viđao i odredio mnoge pretrage, ali nalazi su bili normalni. Najnoviji lekovi pružali su mu samo delimično olakanje. Specijalista nije ustanovio nikakav specifičan problem.

Nakon što sam nekoliko meseci posmatrao njegovu napetu ličnost, napomenuo sam da je možda u korenu njegovog problema emocionalni stres. Narugao se tome.

Pjer je ostao zagonetkom sve dok mi drugi student nije rekao da je Pjer održao dugačak govor. Pjer je više od jednog sata stajao ukočen, napadajući svoje neprijatelje koji su decenijama ranije varali njegovog dedu.

Znoj se slivao niz njegovo zacrvjenjeno lice, ali nijednom nije stao da obriše znojno čelo. Kad je završio, glas mu je bio promukao, a košulja natopljena znojem.

Na sledećem kontrolnom pregledu upitao sam Pjera o tome

događaju. Slikovito sam mu pokazao kako emocionalni stres može podstići lučenje želudačne kiseline. Nije bio zainteresovan. Samo je želeo znati ime »čudaka« koji mi je to ispričao. Bolovi u trbuhu bili su tako jaki da je propustio sledeći semestar i ispisao se s koledža. Odustao je od svoga zdravlja i obrazovanja. Ipak se čvrsto držao svoga jetkog ogorčenja, kao da je bio dragocen deo porodične baštine. Pjer nije nikada shvatio da je njegova mržnja najviše naštetila njemu samom.

Ovo se načelo primenjuje čak i na telesne sukobe. Lečili smo mnoge mladiće zbog ozleta u tučnjavama, zbog preloma čeljusti a još češće zbog slomljenih zglobova šake. Specifičan prelom šake lekari nazivaju i »bokserskim prelomom«. Onaj koji udara najverovatnije će biti ozleđen.

Onog časa kada sam počeo mrzeti nekoga čoveka postao sam njegov rob. On upravlja mojim mislima. Upravljaju mojim osećajima, čak i mojim snovima. Hormoni stresa neprestano kolaju mojim krvotokom i iscrpljuju mi telo. Rad mi postaje mučenje. Lako se zamaram. Kancelarija puna prozora čini mi se poput čelije u Alkatrazu. Čak i kada jedrim zalivom Česapik, ogorčenost ukida moju opuštenost. Možda se dodatno jedro vijori na povetarcu, a ja sam kao rob koji u brodskoj kuhinji pati od morske bolesti.

Gde god idem, onaj koga mrzim stalno me progoni. Ne mogu izbeći njegovoj duševnoj tiraniji. Konobar u restoranu uz more možda poslužuje dimljenu sabljarku ili čokoladni krem, ali ja se osećam kao zatvorenik u ta-mnici koji jede pljesnivi hleb i pije bljutavu vodu. Zubi mi žvaću hranu, ali onaj koga mrzim ukrao mi je užitak. Sigurno je kralj Solomon imao slično iskustvo jer je napisao: »Bolji je obrok od povrća gde je ljubav nego od utovljena vola gde je mržnja« (Izreke 15:17).

Čovek koga mrzim možda glasno hrče udaljen kilometrima od moje spavaće sobe; ali okrutnije od bilo kakvog goniča robo-

va tera bičem moje misli do ludila. Moj »madrac za savršen san« postaje sprava za mučenje. Zbilja sam rob svakome koga mrzim.

Neću nikom dopustiti da mi dušu svede na nivo mržnje.

Buker T. Vašington

Preobražaj

Uprkos trima godinama provedenim s Isusom, učenici su ostali ribari žestoke naravi. Isus je žučljivima Jakovu i Jovanu dao nadimak »Sinovi groma«. Ali posle su primili Duha Svetoga koji je preobrazio ove ribare žestoke naravi u najbolje učitelje najveće ljubavi najznačajnijeg čoveka koji je ikad živeo.

Petar i Jakov umrli su kao mučenici bez i tračka gorčine. Jovan, isti onaj koji je jednom poželeo da njegove neprijatelje sažeže munja, posle je pisao: »Ko ne ljubi, ostaje u smrti. Ko god mrzi brata svoga, ubica je. A znate da nijedan ubica nema u sebi trajnoga, večnoga života« (1 Jovanova 3:14-15, D. E.).

U sedmom poglavljiju Dela apostolskih piše kako je postupio Stefan »pun Duha Svetoga« dok su ga kamenovali. Slomljenih kostiju i razderanog tela, Stefan nije iskalio osvetnički duh. Pre nego će pasti u komu, izustio je iste reči koje je Isus izgovorio na krstu: »Gospode, ne uzmi im ovo za greh« (Dela ap. 7:60). Koliki bi od nas iskoristili svoj zadnji dah u molitvi za duhovnu dobrobit svojih ubica?

Na to pitanje možemo odgovoriti ako se lično preispitamo. Kako sam juče odgovorio kada me je neko naljutio? Jesam li na poslu vraćao kamenje ili uvrede? Jesam li u automobilu prizivao oganj odozgo ili psovao druge vozače? Jesam li u razgovoru se-kao glave ili rušio neko-me ugled? Ili je mnome upravljao Sveti Duh oprštanja? Jesam li pokušao shvatiti šta oni osećaju? Jesam li bio obziran prema njihovim dušama? Tako je Isus postupao.

Među bolesnicima smo videli mnogo gnevnih ljudi koje je preobrazila snaga Duha Svetoga. Dr. Redford Vilijams, direktor za istraživanje ponašanja na Univerzitetu Djuk, takođe je video ove preobražene ljude:

Često sam susretao pacijente, posebno muškarce u njihovim kasnim dvadesetim i ranim tridesetim godinama koji govore kako im je religiozno obraćenje preobrazilo život. Pre nego što su priglili religiju, opijali su se, neoprezno upravljali vozilima ili zlostavliali žene i decu. Nakon obraćenja, naročito ako su ostali aktivni učesnici u svojoj religiji, prestali su se opijati, kontrolisali su svoj nagon za uzbudjenjima te postali blaži i nežniji muževi i očevi.

Ne oklevamo savetovati da za mnoge ljude bolja religioznost može biti učinkovit protivotrov za neprijateljski stav i srdžbu.¹

Kakvog li zapažanja! Čak i lekar koji nema poseban stav o dokazivanju bio je zaprepašćen ovim preobražajem. Zaslugu može pripisivati »religiji« umesto Božjoj snazi. Možda on to i ne razume, ali njegove su reči sve-dočanstvo Božje moći kojom čini čuda. Bog je zauzet menjanjem ljudskih života i нико nije toliko zastranio, a da mu On ne može pomoći.

Preobraženi ubica

Nekad je živeo gnevni rasista. Iz zabave se pridružio rulji kada je sprovodila linč. Život je posvetio hvatanju i ubijanju svojih neprijatelja. Ali onda se nešto korenito dogodilo tom neprijateljski nastrojenom ljudskom biću. Bog ga je preobrazio u ono što je nazvano »novim stvorenjem«. Nastavio je pisati klasične knjige o ljubavi i opraštanju. Poznajete ga kao apostola Pavla.

Pavle je bio visoko obrazovan u grčkoj filozofiji pa se moglo očekivati da će njegov stav odraziti poglede filozofa Aristotela koji je pisao: »Kada se čovek osvećuje, tome je kraj. Bol negodo-

vanja zamenjuje se ugodom postizanja osvete pa tako i njegov gnev prestaje.«²

Ali Pavlovo pisanje o gnevnu ne pokazuje ništa od njegovog grčkog obrazovanja. Umesto toga on je pisao:

Umrtvite dakle udove svoje zemaljske... Ali sada i vi odložite sve! Gnev, srdžba, opakost, hula, prostota van iz vaših usta!... Zaodenite se dakle... u milosrdno srce, ljubaznost, poniznost, blagost, strpljivost te podnosite jedni druge praštajući ako ko ima protiv koga kakvu pritužbu! Kao što je Gospod vama oprostio... A iznad svega - ljubav!

Poslanica Kološanima 3:5,8,12-14

Preobražaj Duhom Svetim kao što se dogodilo Pavlu, nije neki čarobni događaj jednom zauvek. To je svakodnevna borba. Kao što je Pavle rekao to je odučavanje od starih navika neprijateljstva i učenje »navike ljubavi«.

Pavle je svakoga dana morao razapinjati svoje »pravo« na osvetu. Svakoga je dana morao dopustiti Hristu da zabije eksere u svaku osvetoljubivu kost u njegovom telu. Tajna života nije u ubijanju sebe dok mrziš svoga neprijatelja, nego u ubijanju svoje usmerenosti na samoga sebe time da ljubite svoje neprijatelje.

»Nijedna od ovih [osvetom uzrokovanih] bolesti« - to vam može biti Božji dar.

DVADESET ČETVRTO POGLAVLJE

Razum nad crvenim gnevom

*Gaji nezadovoljstvo, truj telo.
Truj nezadovoljstvo, gaji telo.*

Ulazeći u ordinaciju, opazio sam (David E. Stern) da je Stiv, dvadesetpetogodišnji inženjer, očito bio uzrujan.

»Šta je, Stiv?«, upitao sam ga.

»Treba mi Praksiten«, rekao je. »Ne mogu spavati... Boli me želudac. Imam glavobolje... Ne mogu više izdržati... Za sve je kriva moja majka; stalno mi se nastoji mešati u život...«

»Stiv«, rekao sam, »živiš s majkom već dvadeset pet godina. Je li se što promenilo u poslednje vreme?«

Tada je izneo i ostatak priče. Jedna je stara srednjoškolska ljubav neočekivano nazvala prethodne nedelje. Sledećega se jutra probudio u njenom krevetu.

Otada ga je Teri nazivala po nekoliko puta svakoga dana. Želela je znati kako će se odenuti, kada ustati, šta će ručati i tako dalje. »Mislim da je volim«, rekao je, »ali mi ne daje mira. Što je još gore, moja mama je mrzi.«

»Stiv«, rekao sam, »bojiš li se da Teri želi upravljati tvojim

životom kao što to čini tvoja majka?«

Slomio se i zaplakao. »Da«, kazao je, »ne mogu to izdržati. Katkad se bojim da ne postanem nasilan...«

Sledećih smo nekoliko minuta proveli u nastojanju da shvatimo njegov gnev i razvijemo plan kako postupati sa srdžbom. Na kraju poseta upitao sam ga: »Misliš li još uvek da ti treba Praksiten?«

»Ne«, kazao je. »Dobro mi je. Znam šta treba činiti.«

Kao inženjer bio je naviknut na planove i eksperimente. Zapravo je odmah krenuo i izvršio svoj plan kako da postupi s gnevom.

Kada sam ga posle nekoliko meseci video, kontrolisao je svoj problem srdžbe. Oprostio se od devojke Teri, dobio telefonski broj koga nema u imeniku, a s majkom uspostavio čvrste granice. Nestao je strah od Terine dominacije, a frustracija s majkom sada je bila podnošljiva.

Alarm za srdžbu

Srdžba je opasna, ali sama po sebi nije uvek loša. Srdžba je poput alarmnog uređaja za dim i govori vam da treba svoju emotivnu vatru ugasiti. Stivova je srdžba pokazivala da postoji problem koji je on rešio. Tada je njegova srdžba nestala.

Biblija kaže: »Srdite se, ali ne grešite!« (Ef 4:26). Šta to znači? Sledeća rečenica pojašnjava: »Sunce nek ne zađe nad vašom srdžbom.« Drugim rečima, sasvim je u redu osećati srdžbu, ali koristiti srdžbu kao alarm koji vas opozivlja da odmah rešite problem. Malo bi nas se obaziralo na zvuk detektora dima, pa čemu se onda obazirati na zvuk svog detektora srdžbe?

Stivu bi uzimanje Praksitena bilo kao da time začepi uši da se dimni alarm isključi. S Praksitenom, alarm srdžbe ne bi mu više mnogo smetao, ali bi njegov problem još uvek nekontrolisano goreo.

Upotrebite svoj veliki mozak

Šta učiniti kada se rasrdite? Psiholog dr. Nil Klark Voren predlaže:

Pokrenite svoj veliki mozak. Posedujete veliki mozak sa strahovitom sposobnosti. Ali ako se poput većine ljudi redovno koristite samo jednim delom potencijalne snage mozga... Kada se radi o izlivu besa, izazov s kojim se susrećete jeste naučiti učinkovito iskorišćavati svoj umni kapacitet.¹

Ugasiti plamen srdžbe teže je nego ugasiti vatru u kuhinji, čak je i važnije. Ako ne ugasite vatru u kuhinji, može vam izgoreti kuća; ne ugasite li plamen svoje srdžbe, može vam on u pepeo pretvoriti zdravlje i odnose s drugima.

Kada se sledeći put rasrdite, pokrenite svoj veliki mozak i postavite šest pitanja:

1. Zbog čega je to učinio?

Pokušajte se postaviti u situaciju druge osobe. Možda je bila u strci i nije vas mislila zanemariti. Možda je u duši mislila za vas najbolje pa je trebalo čuti one bolne reči. Kakav god razlog bio, valja sesti pa razmisliti može li se plamen srdžbe zapravo ugasiti pre nego krenete dalje.

Istraživanja su pokazala da ovaj pristup deluje. U jednom istraživanju dete je bilo nasilno prema učenicima trećega razreda. Istraživači su tada ohrabrili:

- neka deca »izreknu« svoju srdžbu
- neka se deca »ispuše« osvetom
- neka razumeju nasilnika govoreći mu da je bolestan ili umoran.

Govorenje o svojoj srdžbi podstaklo je u deci veću srdžbu, a osvećivanje ih činilo još osvetljivijima. Ali smirilo ih je razumno objašnjenje nasilničkog ponašanja. Kada su ponašanje nasilnika

sagledali kao oprostivo, njihova se srdžba umanjila.²

U Izrekama 19:11 piše: »Um čoveka usteže od srdžbe, a čast mu je oprostiti krivicu.« To je i danas dobar savet.

2. Je li to vredno napora?

»Doktore, nadam se da nam vi (S. I. McMillen) možete pomoći. Došli smo izdaleka na pregled. Trebali bismo uživati u penziji, ali zadnja dva meseca nismo mogli spavati, čak ni s tabletama za spavanje. Ja imam bol u tr-buhu, a Elen u prsima. Lekari ne mogu pronaći šta nam je.«

Nakon temeljitog pregleda njihovi su mi problemi i dalje bili zagonetni. Onda je Elen izvukla jedno pismo. »Doktore, možda ćete misliti da sam luda, ali naše su nevolje, izgleda, počele otako smo primili ovo pismo.«

Dragi Džordž,

Znam da prodaješ nešto jaja Hariju. Znaš da sam već iznos novca uložio u posao s pilićima i da ovaj zaselak mogu snabdeti s više jaja nego što ga stanovnici mogu pojesti. Moraš znati da moj posao trpi jer se ti sa svojih nekoliko kokoši mešaš i prodaješ jaja Hariju. Mislim da moraš s tim prestati.

Maning Caspar

Elen je otirala suze. »Imali smo pravo prodavati jaja Hariju, rekla je. Više su mu se svidala naša smeđa jaja nego njegova bela. A sada Maning s nama i ne razgovara. To me toliko ljuti. Nikada nešto takvo nismo doživeli. Mislim da celi naš problem izvire iz jaja - samo iz jaja.«

Predložila je da odu kući i napuste svoj mali posao s jajima. Vredelo je pokušati. Imali su pravo prodavati jaja, ali nekoliko dolara zarade jedva je bilo vredno stotina dolara troškova utrošenih na lečenje. Ustrajanje na svojim pravima samo bi ih više

stajalo i više bi se uzrujavali.

Napustili su posao s jajima i brzo se oporavili.

Sigurno je takve prilike Solomon često viđao jer je napisao: »Započeti svađu isto je kao i pustiti poplavu: zato pre nego što svađa izbjije, udalji se!« (Izreke 17:14) Ako se zbog toga ne vredi uzrujavati, sledite Solomonov savet i »udaljite se«.

3. Koji su moji prvenstveni osećaji?

Kad smo izazvani na srdžbu, nastaju iskre povrede, straha ili frustracije (prvenstveni osećaji). Kada te iskre razbuktaju oganj, vaši se osećaji zapale pa osećate gnev (sekundarni osećaji).

Srdžba je nespecifična reakcija. Poput plamenova ognja, poručuje vam da nešto nije u redu. Ali vam srdžba ne može reći šta nije u redu, ni manje ni više nego vam plamen može reći šta je izazvalo oganj. Da biste otkrili šta je podstaklo vaš oganj srdžbe, morate istraživati.

Upitajte se: »Zašto sam srdit? Jesam li povređen, bojam li se ili sam frustriran?«

Kada sam prvi put Stiva upitao šta ga je toliko rasrdilo, rekao je da Teri i majka nemaju pravo, a to ga srdi. Dok je god Stiv usredsređen na svoju srdžbu, ostaće srdit. Umesto toga, treba poći korak unatrag i proceniti svoje prvenstvene osećaje. Stiv se osećao nesposobnim pred svojom nadmoćnom majkom. Drugo, bojao se da će i Teri zavladati njegovim životom. Njegove su se frustracije i strahovi nastavljeni pa je emotivno središte plamtelno od srdžbe. Da je poradio na svojim frustracijama i strahovima, srdžbi bi ponestalo goriva pa bi se ugasila.

Srdžba je ti osećaj; »Ti me srdiš.« Strah (ili povreda i frustracija) jesu ja osećaji; »Ja se bojam.« Onog časa kada se usredsredite na osećaje umesto na zlo koje vam je neko učinio, plamen srdžbe počinje se gasiti. Stivu je, da se smiri, pomoglo već samo procenjivanje vlastitih prvenstvenih osećaja. Kada je shvatio

svoju ljutnju, bio je spreman krenuti na plan kako postupiti sa srdžbom.

4. Koji su mi ciljevi?

Odlučite zatim šta je potrebno da se ublaži vaš strah, povreda ili frustracija.

Stiv je bio odrastao čovek. Bilo je razumljivo da se želi oslobođiti vladavine svoje majke. Mnogo je puta Stiv majci govorio o svojim željama, ali ga je ona potpuno ignorisala. Kazala bi: »Ja sam ti majka. Imam pravo biti uključena u tvoj život.« Bilo je to ispravno do određene tačke, ali je ona pogrešila što se nije promenila od odnosa kada je Stiv bio u srednjoj školi, koji je tada bio primeren. Odnos je trebao biti kao u odraslih ljudi, ne kao roditelja prema detetu.

Njegov odnos s Teri nije bio ljubav, bio je prava napast. Morao je dokrajčiti taj odnos.

Sada je znao svoj krajnji cilj:

- Da smanji svoje frustracije, morao je svojoj majci postaviti granice i držati ih se.

- Da smanji svoj strah, morao je prekinuti odnos s Teri.

Pre nego krenete u plan kako postupiti sa srdžbom, odlučite se za ciljeve. Tada ste spremni ići dalje.

5. Jesam li se ohladio?

Ako ste još uvek na tački ključanja, zaustavite se! Niste spremni krenuti napred. Tražite tajm-aut. Tomas Džeferson je rekao: »Kada ste srditi, brojite do deset pre negoli progovorite. Ako ste jako srditi, brojite do sto.« Džeferson je imao pravo. Ako se u srdžbi ide dalje, to samo dodaje benzina na vatru. Vaša će srdžba postati vruća, a možete se i opeći. Brojite do milion ako morate, ali pričekajte da vam se raspoloženje ohladi pre nego krenete dalje sa svojim planom kako postupiti sa srdžbom.

6. Treba li mi još jedan veliki mozak?

Katkad smo emotivno toliko potreseni da ne možemo jasno sagledati situaciju. U tim slučajevima osećaji mogu preplaviti vaš veliki mozak. Možda vam treba pomoći drugog velikog mozga, sveštenika ili terapeuta.

To se meni (Davidu E. Sternu) dogodilo kada je moja šira porodica dopustila da se porodične razmirice raspire. Slala su se ružna pisma. Neki rođaci nisu hteli razgovarati s drugim rođacima. Kad god bi ko pokušao ispraviti problem, on bi se samo pogoršao.

Tako je to išlo godinama sve dok nisu odabrali mudroga savetnika. Unutar tri meseca razotkrili smo mnoštvo nesporazuma, složili se o ciljevima i razvili plan delovanja kako postupati sa srdžbom. Svi su se složili i držali toga. Godinama kasnije zbog tog je plana porodica još uvek u dobrim odnosima.

Ako ste uključeni u dugoročnu razmiricu, bilo bi ludo da je pokušavate sami rešiti. Izreke 12:15 predlažu: »Ludaku se čini pravim njegov put, a mudar čovek sluša savete.« Pre nego krenete, razmislite o tome. Možda će samo budala pokušavati rešiti taj problem bez stručne pomoći.

Plan postupka sa srdžbom

U drugim prilikama vaš je veliki mozak dovoljan da vam pomogne rešiti problem. Možda ste čuli da Dag Levelen s Nароднога суда kaže: »Ako imate problema s [takvim i takvim], ne uzimajte stvar u svoje ruke. Nosite ih na sud.« Možda je to savremeni američki način, ali Isus je imao drugčiju zamisao. Rekao je da, ako imate s nekim razmiricu, nemojte ga voditi na sud. Umesto toga »nagodi se brzo« (Matej 5:25). Biblijski je plan izgledniji da će delovati, a ne opterećuje vaš tekući račun.

Trebate naći pogodno vreme da sednete i razgovorate s tom osobom. Setite se, nemojte tek otpuhnuti svoju srdžbu. Radije

navedite šta se dogodilo i recite kako se osećate. Dajte izjavu poput: »Kada ste vi _____, osećao sam se [povredjen, prestrašen, frustriran].« Neka osoba odgovori pa vidite možete li to raščistiti. Ako ne možete, ne predajte se. Izvidite može li vam sveštenik ili savetnik pomoći.

Isus je rekao da, ako imate nešto protiv nekoga, trebate otići toj osobi i izmiriti se (Matej 18:15). Koliko bismo patnji izbegli da svi sledimo Isusov savet!

Za daljnje čitanje o ovome predlažemo knjigu Nila Klarka Vorena, Neka ti srdžba bude saveznikom, izdanje Focus on the Family, 1993.

PETI DEO

**DUHOVNO
ZDRAVLJE**

DVADESET PETO POGLAVLJE

Suze: kontaktna sočiva za večnost

Siguran sam da žalost - pravi direktan odgovor na gubitak, nikada ljudima ne škodi, već sve ostalo, kivnost, očaj, sumnja i samosažaljenje, s kojima je obično povezana.

C. S. Luis, u pismu ožalošćenom udovcu Šeldonu Vanaukenu

Malodušan, umirući od Hodgkinove bolesti, Met je ležao na bolničkom krevetu. Tokom svoje duge bolesti odbijao je pastoralne posete. Nije želeo nikakve duhovne savete. Ljutit je ustrajao da se bolnička tzv. gideonska Biblija ukloni iz sobe. Jednom je čak rekao: »Čovek je stvorio Boga. Ja sam stvorio sebe.«

Nije imao telesnih bolova, ali u trenucima pre smrti iznenada je seo. Oči su mu odražavale strah i povikao je »NE! NE! NE!« Zatim je pao i umro.

Žena je jadikovala duže od jednog sata: »Zašto? To nije pošteno... Želim ga natrag... Zašto?...« Niko je nije mogao utešiti. Godinu dana posle još je uvek tugovala. Nakon pet godina obolela je od raka jajnika.

Te iste sedmice sedeо sam (David E. Stern) u drugoj bolnici

sa ženom koja je umirala od raka dojke. Patila je od bolova, ali ih je podnosila uz lekove. U ovom slučaju prilike su bile drukčije.

Šapnuo sam joj: »Vreme je, Rut. Hoćeš li mi još što reći?«

Dala je znak svom mužu da dođe bliže i ustima bez glasa je rekla: »Velim te, Džone. Vidimo se uskoro...«

»Velim te, draga«, odgovorio joj je dok ju je držao za ruku i ljubio u obraz. Postepeno je nestajala dok je njen pastor tih čitao 23. psalam:

Gospod je pastir moj, ništa mi neće nedostajati. Na zelenoj paši pase me... Da podem i dolinom sena smrtnoga, neću se bojati zla; jer ti si sa mnom... i prebivaću u domu Gospodnjem za dugo.

U trenutku sam se pitao nisam li osetio anđela koji njenu dušu prati u nebo.

Neću nikad zaboraviti snažnu suprotnost u ove dve bolničke sobe. Jedna je porodica plakala u beznadnoj tuzi. Druga je plakala srcima punima nade. U jednoj je sobi cveće mirisalo na smrt. U drugoj su molitve lebdele poput miomirisa. Jedan je bolesnik bio uplašen, kao čovek koji odlazi u nepoznato. Druga je bolesnica bila smirena duša koja ulazi na vrata neba.

Nakon što smo prisustvovali stotinama smrtnih slučajeva, videli smo da se ova šema stalno ponavlja. Ljudi jake vere umirali su smireni. Ljudi bez vere umiru u strahu i muci. Ta razlika nije samo naše mišljenje. Istraživanja su ustanovila da vera pomaže bolesnicima da prihvate smrt. Studija s Državnog univerziteta u Nju Jorku ustanovila je da su među 115 starijih odraslih ljudi »religiozni bili... spremniji za smrt«.¹ Drugo istraživanje prikazano u Journal of Clinical Psychology ustanovilo je da su se oni s pobožnom verom »značajno u manjem broju bojali smrti«.²

Kada je moja žena (Davida E. Stern) bila u Japanu, mladi je

hirurg, budista, rekao: »Kad ostarim, postaću hrišćanin... Jedino hrišćani umiru smirenici.«

Pre hiljada godina Solomon je slično napisao: »Pravednik i u samoj smrti nalazi utočište« (Izreke 14:32). Drugi je mudar čovek rekao: »O, da mi je umreti smrću pravednika! O, da svršetak moj bude kao njegov!« (Brojevi 23:10).

O tuzi i bolu

Jednoga sam popodneva (S. I. McMillen) išao starinskim seoskim pločnikom. Sunce je odražavalo prekrasnu zidnu sliku zalaska, ali ja sam je jedva opažao. Pozvonio sam i pričekao. Pati, mlada domaćica, vesela je otvorila vrata. »O, doktore! Uđite. Izvolite sok od narandže. Džek će stići svakoga...« Upravo je tada opazila moj mračni pogled. »Doktore, šta se dogodilo?«

»Džek je imao nesreću na putu br. 19. Nije ni znao šta se dogodilo. Ništa se nije moglo učiniti«, rekao sam.

Tokom idućih meseci obuzimali su je neprestani talasi tugevanja i utonula je u duboku depresiju. Da se laboratorijski analizirala njena krv, našli bi povišene hormone stresa. Ti su joj toksini toliko otrovali telo da su joj prsti uskoro postali bolni, otečeni i ukrućeni. Taj je artritis napredovao i konačno ju je učinio bogaljem.

Prekomerno tugovanje može biti opasno. Može uzrokovati ulcerativni kolitis, reumatoidni artritis, srčani udar i mnoge druge bolesti. Verovatnije je, u odnosu na druge ljudе njihove dobi, da će unutar prve godine posle gubitka supružnika, udovci i udovice umreti.

Danas, dok sam (David E. Stern) radio na ovom poglavlju, neki je novi bolesnik hitno došao u moju ordinaciju. Džordž je bio pouzdan, uspešan poslovni čovek; ali danas je bio uplašen. »Ne znam ni sam šta se sa mnom zbiva«, rekao je. »Mislim da sam imao srčani udar.«

Prethodne noći, dok je iz kreveta gledao televiziju, postepeno je počeo osećati vrtoglavicu. Srce mu je počelo treperiti. Znoj mu je oblio telo. Pojavila se bol u grudnom košu i povraćao je. Onda se vratio u krevet i zaspao je. Nakon dva sata probudio se iscrpljen. To mu je bio treći sličan napad u protekla tri meseca.

Kad sam ga ispitivao, priznao je da je bio »pod velikim stresom«. Nedavno se doselio izdaleka, kupio kuću i započeo novi posao.

Kada sam ga upitao nije li imao druge veće stresove, spomenuo je da mu je dvanaestogodišnji sin umro u automobilskoj nesreći pre dve godine. »Od toga dana«, rekao je, »nije više bilo radosti.« Stalno je mislio na poginulog sina. Nije mogao spavati i često se budio s noćnim morama. Plakao bi i najmanjim povodom.

Džordž je patio od više nego uobičajene patnje zbog gubitka deteta. Njegova je duša zbog tugovanja pala u duboku depresiju. Pokušavao je sa savetovanjima; pomoglo je. Razveo se i ponovno oženio; život mu je i dalje bio prazan. Razgovarao je s pastorom; to je bila samo »obična rasprava«. Gde god je tražio olakšanje nalazio bi još više bolova. Osećaji su mu postali toliko izopačeni i napeti da su ga naposletku doveli u napad teskobe. Bol u grudima nije potekla od srčanoga udara već od tuge.

Ublaženje bolova ili ozdravljenje

Gubitak deteta uvek stvara veliku otvorenu ranu na duši. A poput telesnih rana, i rane na duši trebaju zaceliti. Pa ipak često savremeni psihijatar daje samo tablete za ublaženje bolova.

Samo ublaženje bolova znači isključivanje i graniči s duhovno nesavesnim postupkom. Ako ko ruku poreže no-žem za hleb, lekar mora ranu isprati i zaviti. Nijedan lekar zdrave pameti neće prevideti ranu i propisati samo tablete protiv bolova. Zatrovane telesne rane neće zaceliti, a mogu postati i kancerozne. Na isti

se način rane na duši mogu zatrovati i pretvoriti u duhovni rak srdžbe i depresije.

Rana na duši treba čišćenje i zarastanje. S time se valja suočiti i ranu pravilno obraditi. Duhovno zarastanje deluje da bol oživi veru, nadu i mir.

Stoga se ne bojte vi koji ste patili; jer iscelenje će biti vaše.

1 Enohova 96:3

Jedino duhovno ozdravljenje može isceliti ranjenu dušu. Vera nadu nalazi u Svetom pismu. Vera utehu nalazi u Duhu Svetome. Vera smisao nalazi u molitvi. Bog se isto tako koristi zajednicom vernika - gde ljudi mole jedan za drugoga, plaču zajedno, zajedno dele hranu i kažu: »Čuo sam za vaš gubitak. Žao mi je.«

I opet, ova dobrobit od vere nije tek naše mišljenje. Rezultati mnogih istraživanja se slažu. U jednom su istraživanju pratili 124 roditelja koji su izgubili malo dete od sindroma iznenadne smrti dojenčeta. Kada su ponovno posetili te ljude nakon 18 meseci, našli su da su vernici »smireniji i manje pate«. Ti su roditelji najverovatnije pro-našli smisao u smrti svoga deteta i primili veću društvenu potporu u svome gubitku.³

Bez vere, roditelji često doživljavaju preveliku bol da bi se s njom mogli suočiti. S verom se mogu ipak suočiti s bolovima te iskusiti nadu. Tada ranjena duša može zaceliti.

Istrgnuti iz ralja smrti

Kada se Lazar razboleo, njegove su sestre poslale po Isusa da im pomogne. Ali Isus odugovlači i ne dolazi sve dok Lazar konačno nije umro. Tada je rekao svojim učenicima da ide samo »probuditi« Lazara koji je zaspao. Niko u onoj kulturi nikada nije govorio o »buđenju« nekog od mrtvih⁴ pa su time učenici

bili zbuđeni. Zašto bi Isus krenuo na dalek put po neprijateljskoj teritoriji samo da probudi zaspalog čoveka? Isus je video da ne shvataju šta je rekao, pa je pojasnio: »Lazar je umro« (Jovan 11:14).

Kada je Isus napokon stigao, Lazar je bio mrtav već četiri dana. Isus je rekao uplakanoj Marti: »Ja sam uskršnuće i život: ko u mene veruje, ako i umre, živeće... Veruješ li ovo?« (r. r. 25,26 D. R.).

Milioni izuzetnih reči ne bi nikoga uverili. Ali je Isus uverio mnoge s dve male reči, »Lazare, izlazi!« (r. 43). Lazar je izašao živ kao dokaz da Isus može probuditi čak i mrtve.

Deca se nikada ne brinu mogu li ih roditelji probuditi iz sna. Na isti način hrišćani mogu biti sigurni da će ih njihov Gospod probuditi od spavanja. To je razlog zbog koga su prvi hrišćani preimenovali svoja groblja u »mesta spavanja« ili koimeterion; to je koren engleske reči cemetery.⁵

Jednom su se Isusu svi nasmejali kad je za mrtvo telo rekao: »Nije umrla, nego spava!« (Luka 8:52). Mislili su da je naivan čudak. Ali on ih je htEO poučiti o pravoj stvarnosti stanja koje nazivamo smrću, pa je uzeo devojčicu za mlohatu hladnu ruku i probudio je iz stanja koje je nazvao spavanjem.

I apostol Pavle je pisao hrišćanima čije su voljene osobe umrle: »Nećemo da budete u neznanju, braćo, o onima koji su usnuli, da ne tugujete kao drugi koji nemaju nade« (1 Solunjanima 4:13).

Ni mi danas ne trebamo tugovati za svojom decom koja spavaju u svojim sobama. Dakako, normalno je i zdravo roniti suze nad rastankom koji je prouzročila smrt. Ali hrišćani mogu Isusa držati za reč. Ne moramo tugovati toliko neutešno da nas napadne arthritis ili druge bolesti. Iz biblijskog vidokruga, naši voljeni koji spavaju već su se probudili na zvuk Isusovog glasa.

Kada je Sheldon Vanauken tugovao zbog smrti svoje žene, C.

S. Luis ga je blago ukorio u pismu: »Smrt, raspadljivost, uskršnuće pravi je ritam: nije patetični grozni postupak mumificiranja. Sada morate tugovati. Ne smete razviti lažni osećaj dužnosti hvatajući se žalosti... kada... žalost počne nestajati.«⁶

Žalost je prirodna i važna, toliko važna da psiholozi govore o »nedovoljnem vremenu tugovanja«. Čak je i Isusa steglo u grlu i plakao je kada je video tugovanje Lazarovih sestara. Ako je Isus plakao, jamačno i mi moramo plakati. Zapravo, prigušena žalost može uzrokovati razornu bolest. Jedan je pisac ovako napisao: »Žalost koja nema oduška u suzama može druge organe naterati da plaču.«⁷

Žalost koja istražuje može istopiti čišću, sigurniju veru. Pročišćavanje nije nikada ugodno; ali pročišćivač mora prljavu zlatnu smesu izliti u usijanu vatru. Iz vatre izlazi sjajno zlato. Divimo se proizvodu, ali se grozimo postupka.

Pesnik je jednom ovako govorio o dobrobiti žalosti:

*Tugovanje je naše najbolje obrazovanje.
Kroz suzu čovek vidi dalje nego kroz teleskop.*

Nebeska nada

Pitanje svih vekova ostaje. Ako Bog sve ljubi i ako je svemoćan, zašto dopušta bilo kakvu žalost? Ne bi li nam Bog koji ljubi trebao dati savršeno srećan život? Odgovor Biblije je: »Da, ali ne još.«

Smrt i žalost nisu Božji izvorni plan; proizvod je našeg ljudskog greha (1 Korinćanima 15:21; Rimljanim 6:23). Čovečanstvo je, a ne Bog, odgovorno za smrt. Štaviše, u celoj ovoj knjizi videli smo kako smrt i bolest često proizlaze direktno iz određenih greha.

Vera, međutim, prelazi preko današnjih žalosti. Vera gleda prema budućem obećanju: »I Bog će obrisati svaku suzu iz očiju

njihovih, i smrti više neće biti, ni tuge, ni jauka, ni bola više neće biti» (Otkrivenje 21:4). Vera znači da smrt nije slepa ulica, već ulazna vrata u nebo.

Prvo izdanje *Nijedne od ovih bolesti* napisao sam (S. I. McMillen) dok sam prolazio kroz doba tugovanja. Evo šta sam napisao.⁸

U decembru 1961. godine primili smo pismo koje nam je probolo srca poput strelice ispaljene iz prašume. Naša kći, misionarka u Zimbabveu u Africi, bila je u bolnici već nekoliko nedelja. Spinalna punkcija ustanovila je neizlečivi meningitis. Petnaest hiljada kilometara od kuće, naše jedino dete umire.

Naša nas je bol lako mogla preuzeti da nije bilo utehe i olakšanja od Duha Svetoga i Biblije. Pitali smo se kako ljudi bez Hrišta mogu podneti takvu žalost. Učinkovitije od svake tablete za živce, obećanje koje se nalazi u Bibliji umirilo je naš uznemiren duh: »Jer ova naša prolazna mala nevolja donosi nam preizobilno i neizmerno bogatstvo večne slave jer nama nije do vidljivoga nego do nevidljivoga, jer je ono što se vidi privremeno, a ono što se ne vidi, večno« (2 Korinćanima 4:17-18, D. E.).

To obećanje prikazuje jasnu sliku vere. Život je vaga. Na jednoj strani leži mali komad olova, današnja nevolja. Na drugoj strani preteže »velika težina« zlata, »večna slava«.

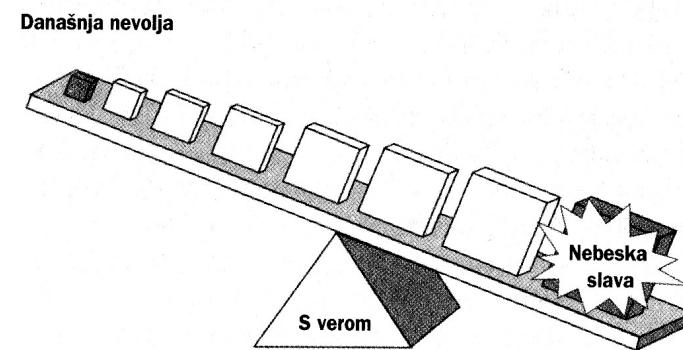
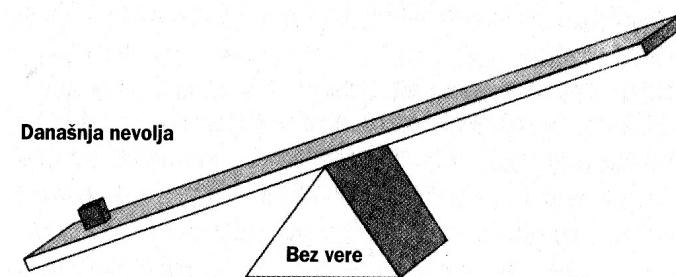
Moj sadašnji teret žalosti izgledao je nenadmašiv. Ali Bog je promenio »malenkost naše nevolje« u »obilno breme večne slave«. Bog, božanski Alhemičar, čudesno je menjao naša srca iz olova žalosti u zlato nadanja.

Kako smo se mogli nadati čak i u žalosti? Uočite reč »jer«, »jer nama nije do vidljivoga nego do nevidljivoga«. Razlika zavisi o našoj dispoziciji. Hoće li nam biti stalo do današnjih nevolja ili sutrašnje sudbine? Hoćemo li život posmatrati u odnosu na zemlju ili na nebo?

Linda je bila određena za nebo. Kako smo mogli tugovati,

a ne prihvati utehu Svetog pisma? Zar bismo toliko sebično tugovali nad gubitkom da štetimo vlastitom telu? Kada bi naš privremeni gubitak Lindi otvorio vrata neba, bi li prava ljubav mogla tugovati, a da utehu ne nađe u njenom dobitku?

Nebo može odvagnuti



Žalost s vremenom uvek prolazi. Pretvara se u depresiju ili u nadu. Ta je depresija dugoročna morbidna prezauzetost koja traje više od godinu dana. Nada, s druge strane, dugoročno je primereno pouzdanje u istinitost Božjih obećanja. Ako se usredosredimo na današnju žalost, žalost će postati depresija. Ako se radije usredosredimo na buduću slavu, Bog će žalost pretvoriti

u nadu.

Bog nas je obdario nadom koja kroz suze može videti dalje negoli kroz ijedan teleskop: preko današnjih nevolja u sutrašnju slavu, iza ovog konačnog Svemira u večno nebo.

O svojoj maloj deci koju je Bog pozvao k sebi volim misliti da su otišla u školu, u najbolju školu u svemiru, s najboljim učiteljima, kako uče sve najbolje na najbolji mogući način.

Anonimno svedočanstvo ožalošćenog roditelja

Nedeljama koje su sledile nakon kćerkinog pisma, Božja reč i Duh Sveti pružili su nam veliki mir. Dakako, bili smo zabrinuti, ali smo imali i nadu. Čak smo i njen život predali u Božje ruke.

Moja kći, njen muž i dvoje male dece došli su kući. Iz aviona je izašla u bolesničkim kolicima. Prazne oči utonule su u pepljasto lice i jedva je smogla snage da govori. Video sam mnoge koji su slično izgledali. Sada sam znao istinu: Linda umire.

Sumnja rađa beznađe jer se usredsređuje na sadašnje.

Vera daje nadu jer se usredsređuje na buduće.

Linda je primljena u vrhunski medicinski centar gde su najstručniji lekari nastojali postaviti dijagnozu. Bele krvne ćelije u njenoj spinalnoj tečnosti jasno su upućivale na meningitis, no ponovne punkcije nisu otkrivale nikakve posebne bakterije. Linda se i dalje gasila s niskom temperaturom, jakom glavoboljom i stalnim povraćanjem.

Lekari su pokušali s nekoliko još nepotvrđenih medicinskih postupaka, ali ona je i dalje slabela. Počeli smo prihvataći činjenicu da umire. Još uvek smo molili za ozdravljenje, ali smo nalazili utehu u veri. Ako do ozdravljenja ne dođe, uskoro će biti sa svojim Gospodom.

Tada se najednom stanje počelo popravljati. Groznica je

iščezla, a snaga joj se vratila. Mesec dana kasnije nalaz spinalne punkcije bio je potpuno normalan. Je li to bio odgovor na naše molitve ili na antibiotik? Verujemo da je na oba pitanja odgovor bio pozitivan.

Hoće li se Lindin meningitis vratiti kad prestane lečenje antibioticima? Je li izlečena ili je Bog dao samo privremeno ozdravljenje? Ne znamo. Ne znamo šta budućnost donosi, ali znamo ko drži budućnost.

Vera u Boga daje nam da s apostolom Pavlom kažemo: »Ne budite zabrinuti ni za šta, nego u svemu - molitvom i moljenjem, sa zahvalnošću kazujte Bogu želje vaše. I mir Božji koji je iznad svakog razuma čuvaće srca vaša i misli vaše u Hristu Isusu« (Filipijanima 4:6-7, D. E.).

Post scriptum

Linda se oporavila i živila da bi još jednom prošla dolinom prerane smrti. Godine 1981. njen je lekar ustanovio redak kobni rak. Podvrgнутa je radikalnoj operaciji i punu je godinu dobijala hemoterapiju. Kosa joj je ispala i često je imala mučnine. Lekar joj je davao 5% šanse da preživi još pet godina. Opet smo molili Boga i držali se Njegovog obećanja. Još nam je jednom Bog dao mir.

Još uvek živa posle petnaest godina, Linda je daleko nadživila očekivanja svojih lekara. Potrebna su bila još četiri velika hirurška zahvata, ali je ostala u dobrom zdravlju. Je li medicinski postupak samo odgodio neumoljivu smrt od raka? I opet ne znamo šta budućnost donosi, ali znamo u čijim je rukama.

Na svakom porodičnom okupljanju zahvaljujemo Gospodu ne za samu žalost i za Lindino telesno ozdravlje-nje. Zahvaljujemo Bogu na rezultatu ovih iskustava u dolini smrti. Preko ovih nas je iskustava On učinio zrelijima i uverio nas u »obilno breme večne slave«.

»Hrišćani NIKADA ne kažu zbogom!«

C. S. Luis je doviknuo ovaj konačni pozdrav svom dragom prijatelju Šeldonu Vanaukenu preko bučne gradske ulice.

Žalost kao morski talasi

H. G. Spaford, uspešan poslovni čovek iz Čikaga, iskusio je Božji mir usred velike patnje. Žena i četvoro od njegove petoro dece bili su na prekoceanskom brodu prelazeći Atlantski okean, kada je brod udario u drugi i počeo tonuti. Dok je putnike hvatala panika, gospođa Spaford je okupila decu na palubi. Molili su za izbavljenje, ali su pripremali svoja srca za susret s Isusom.

Za dva sata brod je, zajedno sa Spafordovom decom, potonuo u mračne vode Atlantika. Gospođu Spaford spasio je čamac koji je prolazio pokraj nje. Kad je stigla u Kardif u Velsu, telegrafisala je mužu dvema rečima: »Spašena, sama.«

Slomljenog srca muž je odmah otišao i pridružio se ženi. Jedne je noći kapetan kazao Spafordu: »Mislim da sad prelazimo preko mesta gde je [brod] potonuo...« Te noći, dok je Spaford gledao uzburkani okean, ove su reči potekle iz njegovog ranjenog srca:

*Kad mir mi nebeski proniče svu grud,
ma pretile bure i grom;
ja ipak ću pevati u veri posvud:
Dobro mi je u Gospodu mom!*

*Sad živim u Hristu, to blažen je čas,
Reč Njegova vodi me svud.
U Njemu imam mir i od muka svih spas.
Uz trubalja zvuk, sići će Gospod sam.
Čak i tada - duši dobro mi će bit.*

Mojoj duši dobro je.

Mojoj duši sve dobro je, sve.

Ovaj prolazni život može nam se činiti ugodnim. Ali kroz suze možemo sagledati dalje od ovog vidljivog, no prolaznog života i videti dalje negoli teleskopom. Kroz teleskop astronomi vide samo milione zvezda udaljenih hiljade svetlosnih godina. Kroz suze možemo videti večnost.

DVADESET ŠESTO POGLAVUE

Ne čezni za Mesecom

*Isprazna je želja kraljeva koji ratnim plenom
i mrtvima stvarima teže za sobom ostaviti ime živo,
a pletu tek mrežu da ulove vетar.*

Džon Webster, Đavolja parnica

»Tata, htela bih ići na Mesec.« To su bile reči moje (S. I. McMillena) trogodišnje kćeri Linde dok smo sedeli na otvorenoj terasi u Africi. Ko bi joj to mogao zameriti. Puni tropski Mesec zaista je izgledao kao da se može doseći i dotači sjajnu kuglu svetlosti. Pažljivo sam joj i strpljivo objašnjavao da je Mesec mnogo dalje nego se čini. Niko još tada nije mogao otići tamo.

Linda je toliko želeta ići da je zanemarila sva moja objašnjenja. I dalje je uzbudeno molila: »Tata, ti se i ne trudiš. Donesi kuhinjski sto. Stavi na njega još jedan sto, a onda sve stolice iz kuće, jedan na drugi.« Ozlojeđena mojom ravnodušnošću, udarala je nogama i zaplakala.

Kada se setim njenih mučnih osećaja, mogu razumeti zbog čega težnja za Mesecom sa svim svojim jalovostima često dovodi

do poremećaja. Postoji stvaran odnos između lunarnih težnja i ludosti.

Arlene, studentkinja četvrte godine na koledžu, od prve je godine studija bila na listi najboljih, izvrsnost koja se donekle može uporediti s putom na Mesec. Volela je videti svoje ime u toj željenoj koloni. Ali na kasnijim godi-nama studija počela je kvaliteta opadati. Misao da ne postiže svoj cilj terala ju je u teskobu i paniku. Izgubila je sposobnost koncentracije. Već je bila primljena na prestižan fakultet prava, pa su joj ocene malo značile za buduću karijeru. Ipak se brinula.

Jednoga je dana Arlene došla u bolnicu jer nije mogla čitati. Mogla je izgovarati reči, ali nije mogla shvatiti šta znače. Prošlo je nedelju dana, a ništa nije bilo bolje. Svakoga je dana bila sve nervoznija jer su one visoke ocene bile sve dalje od njenog dosega.

Bila je sigurna da je fizički s njom nešto loše. Makar sam rekao da joj treba promena stanovišta u vezi s težnjom za Mesecom, i dalje se brinula zbog loših ocena. Vratila se u rodni grad gde je obavila sve pretrage u bolnici. Otpuštena je s velikim računom i dijagnozom »somatskoga konverzivnog poremećaja«. Običnim rečima, bila je toliko emotivno uznemirena da njen mozak nije mogao čitati. Teskoba zbog ocena dovela je do simptoma povlačenja, nemogućnosti čitanja. Nije mogla diplomirati u roku. Izgubila je čak i mesto na studijama prava.

Izudaran, istučen i izgrizen

Telesne bolesti često nastaju iz naših želja da se uspnemo na vrh. Glasoviti psihijatar dr. Alfred Adler naučavao je da većina psihičkih poremećaja izvire iz težnje za moći. Prosečni Džo uhvaćen je u svakodnevnoj borbi za moć nad drugima. Nije čudo što mu je dan pun neuspelih poslova, prikrivenih frustracija, izmešanih osećaja, a često i udubljenih branika na auto-

mobilu.

Kada se sledeći put budete osećali prekomerno umorni, zaustavite i preispitajte prethodne sate. U devedeset puta od stotinu otkrićete da vam je neko nedavno ispuštilo vazduh iz vašeg ega. Ne uzrokuje naš posao emocionalnu i mentalnu tromost i telesnu bolest. Ti poremećaji, zapravo, često potiču od pokušaja dokazivanja da su naše zamisli uzvišenije, učenja istinitija, naša crkva bolja, naš grad najbolji odabir, naša politička stranka najveća ili da je naša sportska ekipa određena za Super kup. Naš, naš, naš - samo ga imenujte i raspravljaćemo crvenih lica da smo baš mi najbolji i da će s našim nestankom mudrost sigurno nestati sa Zemlje. Čudo je što nam osigurač u mozgu i češće ne pregredi.

Jednom je u moju (S. I. McMillen) ordinaciju došao mladić zakrvavljenog oka. Niko ga nije udario. Krvna je žilica puknula kad je nastojao odsvirati visoke note na francuskom rogu. Setite se njegovog oka sledeći put kada osetite potrebu da »trubite u vlastiti rog«.

Šteta! Zašto ludo jurimo po životnoj trkačkoj stazi kao na trkama u Indianapolisu? Želimo biti prvi, ali ne vidimo štetu koju činimo. U svojoj trci da budemo prvi udaramo, tučemo i grizemo sebe i druge.

Veličina - pogled viđen naopačke

Evo nekoliko biblijskih recepata koje je Bog zacrtao da nas spasi od slepih ambicija. Kada bi ljudi samo imali dovoljno vere da ih primene, spasili bi se milioni potučenih i slomljenih duhova. Koliko ste ovih recepata ozbiljno shvatili?

- »Ne precenjujte se više nego što se treba ceniti, nego cenite se razumno« (Rimljanima 12:3, D. E.).
- »Ljubav nehinjena!... Srdačno se ljubite pravim bratoljubljem! Pretičite jedni druge s poštovanjem!... Neka vas ne

zanosi što je visoko, nego privlači što je ponizno. Ne umišljajte si da ste mudri« (Rimljanima 12:9,10,16, D. E.).

- »Složni budite, istu ljubav negujte, jednodušni, jedne misli budite; nikakvo suparništvo ni umišljenost, nego - u poniznosti jedni druge smatrajte višima od sebe« (Filipljana 2:2-3, D. E.).

Jednom su Isusovi učenici zaželeti biti na položajima vlasti i istaknutosti. Prepirali su se o tome ko će biti najveći u kraljevstvu. Čak su želeti sedeti pokraj Isusovog trona u nebu. Taj nagon za moći (koji je Adler nazvao »ego-ambicijom«) upravlja je njima. Ali bilo im je neugodno pitati Isusa o tome, jer su znali da Isus ima drukčiji pogled na veličinu:

[Pismoznanci i fariseji] proširuju zapise svoje i produbljuju rese. Vole pročelja na gozbama, prva sedišta u sinagogama, pozdrave na trgovima i da ih ljudi zovu 'Rabbi'. Vi pak ne dajte se zvati 'Rabbi', jer jedan je učitelj vaš, a svi ste vi braća... I ne dajte da vas vođama zovu, jer jedan je vaš vođa - Hrist. Najveći među vama neka vam bude poslužitelj. Ko se god uzvisuje, biće ponižen, a ko se ponizuje, biće uzvišen.

Jevandelje po Mateju 23:5-12, D. F.

Isus uvek izaziva svetovnu filozofiju. Opominje da ne težimo za starešinstvom.

Isusove bi se reči mogle prevesti na jezik savremenih studenata kao: ne težite biti odlikašima; ne naprežite se da postanete kraljicom lepote; ne takmičite se biti predsednik godine, predsednik odbora ili vođa ekipe. Stepenovanje u radu možda je i potrebno, ali ne činite to tako da »produbljujete rese«, gomilate titule ispred imena. Jedini vaš »nadređeni« jeste onaj koji služi drugima.

Zbog čega se razboli odlikaš koji se takmiči i bori, dok neki

drugi odlikaš ne trpi nikakve ozlede? Taj koji se borio i takmičio teži za peticama radi prestiža i moći. On je usredsređen na sebe: ja sada, ja prvi, ja jedini...

Ako se ne želi prilagoditi skromnijem položaju, možda će se njegovi drugovi odlučiti da mu oni to nameste. Grubo će saseći njegov ego do primerene veličine. Možda će mu uništiti hemijski eksperiment. Neće mu pomoći pri učenju za težak ispit. Neće glasati za njega za predsednika godine. Kakve li ironije! Njegova težnja da bude prvi upravo ga od toga odvaja.

Za razliku od toga, oživotvorene Božje reči poštedeće vas mnogih telesnih ozleda. Psalmista je napisao: »Koji tvoj Zakon ljube, velik mir uživaju, ni o šta se oni ne spotiču« (Psalom 119:165). Ni o šta? Ni o gubljenju na izborima? Ni o dobijanju ocena od minus pet, zbog čega strahuju? Ni od izbacivanja iz univerzitetske sportske ekipe?

Svakodnevno se susrećemo s jalovim događajima, ali hrišćanin se nikada ne mora osećati jalovim. Video sam (S. I. McMillen) kako se predsednik koledža Stiven V. Pejn suočio s nekoliko javnih neugodnosti. Svaki sam se put osvežio kada bi on kazao: »To je potpuno u redu. Možda mi je Gospod to poslao da me održi poniznim.«

Izvor sigurnosti

Onaj koji puca na veliko, teži za Mesecom, ima samog sebe za svoju sigurnost. Onaj koji traži Boga nalazi sigurnost u Bogu. Onaj koji teži za Mesecom je poput vlasnika trgovine koji je zaposlio samog sebe. Kada dođu nedaće, ima jedino svoje zalihe na koje se oslanja. Veliki se lanac trgovina otvara u susedstvu, a on mora sve rasprodati jer mu je posao propao.¹

Ali neko ko je vitalni deo velike firme može se osloniti na izvore velike trgovačke firme. Oseća se sigurnim. Zna da bez obzira na to što će se sutra dogoditi, nije verovatno da će firma

propasti.

Tako je i s čovekom koji svoje snage verno posvećuje radu za Kralja koji poseduje stoku na hiljadama brežuljaka, naftu u milionima izvora, a srebro, zlato i dragulje u milijardama Sunčevih sistema. U paketu dobrobiti ovoga Kralja stiže i sigurnost potpuno zajamčenog osiguranja za večni život. Nije takav čovek samo oslobođen briga, ozleda i protivrečnosti u traženju samoga sebe; može biti ugodna ličnost koja je uskraćena onima koji pucaju na visoko.

Pre nekog vremena pročitao sam o mladoj ženi koja se htela upisati na koledž. Srce joj je klonulo kada je pročitala jedno pitanje na upitniku: »Jeste li vođa?« Kako je bila savesna devojka, napisala je: »Nisam« i predala upitnik, ali je bila sigurna da nema šanse. Na svoje iznenađenje primila je pismo od službenika koledža koje je glasilo otprilike ovako: »Pregled naših molbi pokazuje da će ove godine na koledžu biti 1 452 vođe u prvoj godini. Zato vas primamo jer mislimo da im treba barem jedan sledbenik.«

Stotine devojaka uvek čeznu da se u povorci voze kao kraljice parade, ali samo se njih šest javi za ukrašavanje vozila. Ekipama za konstrukcije nikada ne manjka onih koji žele biti predvodnici u poslu, ali one koji će zabijati eksere i piliti daske treba tražiti. Firme imaju mnogo potencijalnih predsednika, ali malo ih je srećno kada moraju oprati kancelarijske prozore.

Verovatnije je da će onaj koji zviždi i kopa kanale, kopati grob poslovnom čoveku, a neće od njega kupiti sanduk. Možda u težnji za Mesecom i nismo baš prepametni. Priznajem, valjda je uzbudljivo kretati se prema Mesecu u tapaciranoj svemirskoj kapsuli. Pa ipak, one izvorne kapsule neodoljivo podsećaju na obložene ćelije u ludnici.

Raspeti sebe

Isus je kazao nešto što je malo ljudi ikada ozbiljno shvatilo. Rekao je: »Blaženi krotki, jer će naslediti zemlju!« (Matej 5:5). Možemo verovati da će krotki naslediti zemlju kada umru, ali Isus je takođe mislio da će krotki naslediti zemlju već sada i ovde. Proučite krotke ljude koje poznajete i otkrićete da oni stvarno dolaze u posed svega što je vredno na ovoj zemlji. Evo jedne molitve začinjene s malo ironije:

*Gospode,
Čuvaj me da ne postanem pričljiv
i opsednut mišlju
da moram o svemu izraziti svoje mišljenje.

Oslobodi me žudnje
da svakog drugog ispravljam.

Pouči me u slavnu lekciju
da sam i ja povremeno u krivu.

Učini da pomažem,
ali ne na šefovski način.
Uz velike zalihe mudrosti i iskustva,
izgleda mi da je šteta što se njima ne koristim.

Ali, ti znaš, Gospode, da konačno,
želim i nekoliko prijatelja.

Amin.*

Isus je rekao »Krotki... će baštiniti zemlju.« Benito Musolini i Adolf Hitler nisu se s time slagali pa su pokušali zemlju zauzeti silom. Završili su bez ičega.

Na koji će se način čuvati ovog unutarnjeg nagona za moći, te »ego-ambicije«? Dr. Adler je nastojao utoliti taj snažni egoistički nagon za moći i usredsrediti se na pomaganje drugima. Podsticao je svoje pacijente da slede zlatno pravilo: »Šta želite da ljudi vama čine, činite i vi njima« (Matej 7:12).

Slabost Adlerovog plana bila je ta što je pazio samo na čo-

večji izopačeni nagon za moći koji je samo jedan simptom naše telesne prirode. Frojdovska misao jednak je lomi na tome što je usredsređena samo na drugom telesnom simptomu - čovekovom devijantnom seksualnom nagonu. Pogreške Adlera i Fajdova leže u njihovom isključivom lečenju simptoma telesne prirode umesto lečenja uzroka. Kada neko umire od meningitisa, od male je pomoći aspirinom lečiti simptome glavobolje i groznice. Lekar mora koristiti antibiotike da bi napao uzrok - samu opaku infekciju.

Bibija terapiju usredsređuje na uzrok simptoma, na telesnu narav: »Koji su Hristovi, razapeše telo sa strastima i požudama...« (Galaćanima 5:24, D. F.).

Umesto čestih skupih i uzaludnih odlazaka psihijatru, Isus nas poziva da njegov krst podelimo s njime i razapnemo svoju volju. »Poslavši Sina svoga u obliju grešnoga tela i s obzirom na greh, osudi greh u telu« (Rimljanim 8:3). Kada njegove eksere zabijete u svoju sebičnu telesnu prirodu, Bog tada izvršava smrtnu kaznu na »ego-ambiciji« i požudnim stavovima starog bića. Put smrti svojeg 'ega' jeste jedini put do novog života u Hristu.

»Zato je i Isus, da bi vlastitom krvlju posvetio narod, postradao izvan grada. Zato izadimo njemu izvan staništa noseći njegovu muku« (Hebrejima 13,12-13, D. R.). Izadite izvan vrata, izvan pompezne ljudske mudrosti i dopustite mu da pobije bolest vašega ja. Tada ćete moći reći s Pavlom: »S Hristom sam razapet. Živim, ali ne više ja, nego živi u meni Hrist« (Galaćanima 2:20).

DVADESET SEDMO POGLAVLJE

Imate li padobran?

Hrišćanstvo nije u tolikoj meri bilo kušano da bi se ustanovilo nedovoljnim, koliko se ustanovilo da je teško i još neiskušano.

G. K. Česterton

Kako bi bilo da ste putnik u avionu i stjuardesa vam uruči ranac? Šta ako ona ustraje na tome da je naprtite na leđa jer će na taj način put biti udobniji i zabavniji? Pristojno biste to otklonili. Da vas prisili na to, uskoro biste se neudobno vrpoljili na sedištu. Osećali biste se pritešnjenim. Leđa bi vas bolela. Ta bi vas nametljiva stjuardesa razdražila.¹

Šta ako vam ta stjuardesa uruči isti ranac, ali vam ovaj put kaže da je to padobran? Kaže vam da će avion uskoro eksplodirati. Jedina vam je šansa da iskočite. Da ne nosite padobran, zakon gravitacije osudio bi vas na sigurnu smrt. S tim saznanjem naprtili biste taj teret s velikom zahvalnošću. Ne bi vam bilo nimalo neudobno. Tu grbu na leđima osećali biste kao topao zagrljaj. Svoj biste život dugovali stjuardesi.

Na isti način, ako iskušavate religiju jer vam neko kaže da

će vam ona »let učiniti udobnjim«, bićete razočarani. Stari će prijatelji vrlo brzo zbijati šalu s »Jožom bogomoljcem«. Možete izgubiti posao ako ne želite varati kupce. Propovednik vam možda neće biti onoliko zabavan kao onaj na televiziji. Služenje drugima može vam ukrasti vreme za golf ili TV seriju. To s religijom može biti dosadnije nego ranac na leđima u avionu.

Ali hrišćanski život nije zamišljen da vas optereti neudobnim rancem. Zapravo, taj ranac možete osetiti kao jastuk. Kada taj ranac postaje udoban jastuk? Onda kada shvatite da je ona vaša jedina prilika da se spasite od smrti. Kada shvatite da je zakon gravitacije protiv vas.

Deset je velikih topovskih cevi upereno u vas

Sveto pismo tvrdi da je protiv nas nešto mnogo ozbiljnije od zakona gravitacije. Imamo Božji zakon - Deset zapovesti. Koju ste od deset zapovesti prekršili? Jednu? Dve? Možda tri? Proverimo.

- I. »Ljubi Gospoda Boga svoga svim srcem svojim.«
Je li ikada iko stao između vas i vaše ljubavi za Boga?
Vaša ljubljena osoba? Dom? Sportska ekipa? Dobar glas?
- II. »Ne pravi sebi lika ni obličja.«
Zamislite li ikada Boga koji sve ljubi i nikoga nikada ne bi poslao u pakao? Jeste li smatrali da svi putevi vode k Bogu? To izgleda kao divna zamisao, no je li istinita? Ne prema Božjoj reči. Ako iskočite s tog aviona i zatvorite oči verujući da su oblaci od vate, hoćete li pri tome izbrisati stvarnost gravitacije?
- III. »Ne spominji uzalud imena Jahve.«
Jeste li ikada izgovorili Božje ime na ležeran način koristeći »Bože« kao površnu zamenu za »Oh!« ili »Ajde!«?
Ili što je još gore, jeste li kada reč »Bože« izrekli u psovci kada ste nekoga hteli osuditi na pakao ili ste se udarili

čekićem po palcu?

IV. »Dan subotnji obdržavaj.«

Jeste li uvek pažljivo poštovali Boga odvajajući posebno vreme da Ga poštujete?

V. »Poštuj oca svoga i majku svoju.«

Jeste li ikada bili tinejdžer? Dovoljno rečeno.

VI. »Ne ubij.«

Tu se osećate sigurnim? Žao mi je. Pismo kaže da mržnja bližnjeg jeste ubistvo (1 Jovanova 3:15). Mržnja u srcu jeste želja (makar i na trenutak) da ona druga osoba nestane iz vašeg sveta. Samo je sekunda potrebna da se koga ubije fizički ili emotivno.

VII. »Ne učini preljubu.«

Jeste li ikada u srcu imali požudu? Ako jeste, Isus to proglašava preljubom (Matej 5:28). Baš kao što urota (za pljačku) krši državni zakon, tako žudnja (za zabranjenim seksom) krši Božji moralni zakon.

VIII. »Ne ukradi.«

Jeste li ikada uzeli nešto što je pripadalo drugom, iako ste znali da niko neće saznati? Ikada varali na porezu? Ikada ogovarali i ukrali čiji dobar glas?

IX. »Ne svedoči lažno.«

Jeste li ikada donekle obojili priču tako da ste ispali samo malo bolji, a onaj drugi nešto lošiji?

X. »Ne poželi.«

Jeste li ikada bili zaokupljeni materijalizmom ili bili po-hlepni?

Mali je dečak jednom upitao oca: »Šta znači - poželeti?« »To znači«, rekao je tata, »stvarno poželeti nešto što pripada nekom drugom.« »Ali, tata«, kazao je dečak, »pa to svi rade.«

Upravo je u tome bit. Deset zapovesti - svi smo prekršili svaku od njih. Možda izgledamo u redu kada se merimo na krivi

ljudskih standarda. Ali po Božjim standardima podbacili smo u svakom mogućem smislu.

Pismo kaže da je Bog pravedan. On mora kazniti povredu moralnog savršenstva. Kazna je pakao - večno odvojenje od Boga.

»Čekajte malo«, možda ćete kazati. »Pokušavate mi postaviti zamku krivice.«

Svih je Deset zapovesti, poput deset topovskih cevi, danas upereno na vas jer ste prekršili sve Božje zakone i svakodnevno zanemarivali sve Njegove zapovesti. Šta ćete učiniti kada se Zakon pojavi u strahu i trepetu, kada vas andeoska truba izvuče iz groba, kada Božje oči poput plamena prodru u vašu dušu punu krivice, kada se velike knjige otvore, a sav vaš greh i sram bude kažnen?

Čarls Hadon Sperdžen, 1834. - 1892.

No možda i nije takvo zlo osećati se krivim ako ste doista krivi. Osećaj krivice za zlo jedini je način da se zločinac počne čistiti od svoga zlodela. Osećati se krivim za greh jedini je način da čovek pronađe očišćenje za dušu.

Upravo na isti način, na koji zakon gravitacije određuje sudbinu onoga koji lebdi u vazduhu, Božji zakon upućuje na vašu duhovnu sudbinu. Ako zanemarite uticaj zakona gravitacije, krajnjom brzinom jurite prema telesnoj smrti. Ako zanemarite uticaj Božjeg moralnog zakona, glavačke jurite u duhovnu smrt. Sveti pismo tvrdi da »onaj koji zgreši, taj će umreti« (Jezekilj 18:4). Svi smo kršitelji zakona. Smrt i propast naša je sudbina.

Na Sudnji dan niko neće proći s oslobođajućom presudom da nije kriv. Svi smo krivi. Bog ne može reći: »Bio si zločest, ali te ja volim. Tvoja pobuna i nije tako strašna.«

Prekršio si svaku zapovest koju sam dao, ali će te ovaj put pustiti da prođeš. Bilo bi najbolje da se to više nikada ne dogo-

di.«

Kakva prevara! Kakav bi to bio Bog koji bi se prema svom savršenom moralnom zakonu odnosio tako ležerno? To bi obezvredilo Božji zakon i učinilo ga besmislenim.

Jedini izuzetak

Svi koji su ikad živeli krivi su zbog kršenja Božjeg zakona i zaslužuju kaznu. Svi - osim jednoga. Taj je Isus Hrist. Isus nije bio samo veliki čovek. Bio je savršen čovek. Nikada nije povredio ni jedan redak Božjeg zakona. Boga je savršeno ljubio. Uvek je poštovao svoje zemaljske roditelje. Nikada nije lagao. Nikada nije zgrešio.

Svedoci njegove savršenosti bili su jedanaestorica učenika koji su živeli, spavalii i jeli s njim. Da je imao moralnih nesavršenosti, sigurno bi ih uočili. Isus je jedini čovek koji je ikada živeo, a nije zaslužio kaznu. Nije zaslužio ni da umre, a ipak je bio okrutno smaknut.

Na Sudnji će dan Bog svakog čoveka proglašiti krivim. Niko se neće usprotiviti presudi. Ali postoji izlaz za one koji su prepoznali vlastitu krivicu i zavapili Bogu pokajani. Za ove je kazna plaćena. Isus je nepravedno umro da bi mogao udovoljiti Božjoj pravdi i platiti kaznu za vaše grehe.

Ali ja sam prilično dobar

»Nisam ja baš tako loš.« Tako je odgovorio mladić s kojim sam (David E. Stern) o tome razgovarao.

»Znam«, odgovorio sam. »Ti si silan momak. Ali nije bitna tvoja relativna dobrota ili zločestost. Pitanje glasi: 'Jesi li prekršio Božji zakon?'

»Mislim da jesam.«

»I šta si onda postao?«

»Propalica?« nasmešio se.

»Izvlačiš se«, smejaо sam se. »Ko krši zakon, taj je... «

»Kršitelj zakona?«

»Odlično. A kršitelji zakona zaslužuju, šta?«

»Kaznu?«

Ne možemo ljubiti Boga - ne možemo ga slušati - i ostati ono što jesmo. Moramo se pokajati.

Čarls V. Kolson

»Tako je. Ti si kršitelj zakona. Zaslužuješ kaznu. U poređenju s Božjim savršenstvom, Biblija kaže da je tvoja dobrota kao 'prljava krpa'. Jesi li voljan svoj život poveriti padobranu napravljenom od prljavih krpa?«

»Možda bih trebao ponovo o tome malo razmisliti.«

Odgovor

Na Sudnji dan nikakav Džoni Kohran neće izmislići neki emotivan dokaz da zavede porotu. Nikakav Norman Šapiro neće pronaći zakonsku rupu da biste se provukli. Stajaćete bespomoćni i bez nade pred savršenim, sveznajućim Bogom. Vaša će savest zastupati tužiteljstvo. Vaš će život biti dokaz krivice. Sudija će proglašiti presudu: »Kriv je. Kazna je smrt.«

Jedina vam je nada što ste već pre svoju večnu sudbinu vezali na ono što je Isus Hrist učinio na krstu. Tada će Isus, i sam Sudija, s ljubavlju ustati s mesta, privinuti vas k sebi i reći: »Kaznu sam, dete moje, već ja platio.«

Smrt vodi u život

Šta ako ustanovite da se sa svim tim slažete, ali vam to ne izgleda toliko važno? »Nisam nikada osetio da mi je žao zbog mojih greha«, možda ćete reći. »Ali idem u crkvu. Uostalom, najvažnije je kako postupam s drugima.« Doista je važno kako

postupate s drugima. Ali ako vam se Isusova smrt čini nevažnom za život, možda niste nikada iskusili novi život u Hristu. Ako nikada niste prolili suzu zbog svoje pobune protiv Boga, verovatno niste nikada zaživeli hrišćanstvo.

Kada shvatite šta je Isus učinio za vas, krst vam nikada neće biti nevažan. Isus vam nije samo dao padobran. Nije živeo samo da bi bio dobar primer sledbenicima. Podneo je stvarno mučenje, prokrvario pravom krvlju i trpeo prave bolove za vas. Da nije bilo za grehe čovečanstva, Isus nije trebao umreti. Vaši su ga gresi pribili na krst. Da se jedan od rimskih vojnika, koji su u Isusovu ruku pribijali ekser, mogao okrenuti i pogledati vas, možda biste se uplašili videvši vlastito lice u tom rimskom vojniku.

Mnogi ne shvataju ozbiljnost svoga greha ili cenu koju je Hrist platio smrću na krstu. Hrišćanstvo im je samo religija s kojom su odrasli. Nemaju ništa protiv Boga. Voljni su čak pokušati da ga smeste u neki ugao svoga života. Tu i tamo Bogu mogu učiniti poneku uslugu: ispustiti nekoliko dolara kao milostinju, pomoliti se kratkom molitvom (obično u doba krize), malo se emotivno uzbuditi za vreme bogoslužja, a možda i nekom spomenuti da idu u crkvu, ako ih ko upita.

[Evo] pravog pokajanja... odluka da se odbaci greh - promeniti stav prema sebi, prema grehu i Bogu; promena osećaja: promena volje... Nema ni jednoga navoda u Svetom pismu koji govorи da možete biti hrišćaninom, a živeti bilo kakvim životom koji vam se svidi.

Bili Graham, Mir s Bogom

Jesu li takvi hrišćani imalo slični pravim Hristovim sledbenicima? Isus je ovako opisao hrišćanina: »Hoće li ko za mnom, neka se odrekne samoga sebe, neka uzme svoj krst i neka ide za mnom« (Matej 16:24, D. E.). Kada su ljudi došli Isusu i rekli mu

da žele biti njegovi sledbenici, retko bi im rekao neka »samo veruju«. Rekao im je: »Sledite me.« Time je mislio da se moraju pokajati. Reč po-kajati zapravo znači okrenuti se i poći drugim putem. Isus je pozvao ljude da ne idu svojim odabranim putem, već da se okrenu i donesu korenitu odluku da idu onako kako je Isus hodio.

Ne smete biti poput čoveka opisanog u Bibliji, koji se ogledao u Božjoj reči, video koliko mu je preko potrebno kupanje, a onda nije uzeo čak ni rupčić da sebi obriše lice (Jakov 1:22-25). Kada istinski sagledate u kakvom je stanju vaša duša, shvatićete da nekakvo namakanje neće biti dovoljno. Duši vam je potrebno potpuno kupanje.

Kada uvidite u kakvom je stanju vaša duša, kada shvatite cenu koju je Isus platio na krstu za vas, kada uočite da spasenje uključuje ne samo trenutnu odluku već život kakav treba proživeti, tada ste spremni za pokajanje.

Odbacite svaki polovičan stav - ili svim srcem, ili nikako. Predajte mu se potpuno. On će se vama potpuno predati.

U poređenju s duhovnim stanjem vaše vlastite duše, ništa drugo u ovoj knjizi nije važno ili bitno. Zaboravite na telesno zdravlje, sredite najpre ono duhovno. Zaboravite na seksualno zdravlje, sredite najpre duhovno. Zaboravite na emocionalno zdravlje, sredite najpre duhovno.

Kada ste jednom sredili duhovno, možete krenuti dalje i živeti onako kako vam je Bog oduvek namenio. Tada možete živeti u miru s Bogom. Tada ćete iskusiti blagoslove koje on ima za vas.

DVADESET OSMO POGLAVLJE

Oslobodjena duša

Svako od nas u sebi ima i nebo i pakao.

Oskar Vajld, Slika Dorijana Greja

Jedne je letnje večeri Džo Ransler pošao kući svoga brata koji je uvek radio u noćnoj smeni. Posetio je bratovu ženu koja je, kasnije je izvestio, »bila obučena u kratke pantalone i grudnjak kao i uvek«. Nekoliko sati posle, Džo je silovao svoju snaju. Kako bi sakrio svoj zločin, zadavio je i ženu i njenu malu kćer. Kada se Džooov brat sledećeg jutra vratio kući, našao je ženu i kćer mrtve.

Posle sedam sati ispitivanja u policiji, Džo je priznao. »Šta tera čoveka da učini ono što sam ja učinio? Želim se moliti i sve ostalo, iznutra osećam da želim biti najbolji hrišćanin na svetu. Ali izvan sam manjak i ne mogu upravljati onim spoljnim delom. Ne razumem zašto.« Nije baš daleko stigao slušajući svoj unutarnji glas, jer ga je policija prethodno privodila već šest puta. Međutim, on je shvatao da u njegovoj duši besni bitka između dviju sila - jedna za dobro, a druga za зло. Robert Luis

Stivenson na dramatičan je način opisao tu dvojaku prirodu u svom romanu o čoveku koji je u jednom trenutku bio ljubazni dr. Džekil, a u sledećem ubojiti gospodin Hajd.

Sukob u nama

Dr. Karl Meninger prepoznao je postojanje tih dviju unutarnjih sila i označio ih kao »životni instinkt« i »smrtni instinkt«. Životni instinkt teži očuvanju života; smrtni instinkt teži njegovom uništenju. Ljudi koji stoje blizu ruba duboke provalije često osećaju žestoku borbu obeju sila: jednu da preskoči, a drugu da se povuče. Obično se opredеле za životni instinkt. Međutim, današnja mladež živi u duhovnoj praznini koja im je isisala duhovnu snagu da pobede u ovoj bici. Ta duhovna bolešljivost dovela je do hiljada samoubistava mladeži.

S malo samoispitivanja svako od nas može osetiti unutarnje prisustvo dviju suprotstavljenih snaga. Te se snage u svakome od nas bore hiljadu puta svakoga dana. Kada smo u kušnji da izustimo malu belu laž da bismo spasili obraz, zla snaga šapće: »Pa svi to rade. Niko neće saznati za to.« Kada smo u kušnji da prenesemo sočan zalogaj uvredljivog ogovaranja, ta nam se zla snaga čini neodoljivom. Nisu nas morali obesiti zbog ubistva, ali često smo trebali od srama obesiti svoje lice.

Poznati psihijatri Frojd, Adler i Jung u velikoj su se meri složili da većina duševnih bolesti izrasta iz psihološkog sukoba dobrih i zlih snaga. Frojd je naglašavao seksualne izopačenosti snaga zla. Adler je naglašavao neumoljiv nagon za moći. Jung je prispodobio zlu snagu divljem, grabežljivom vuku. Jung je čak primetio da neuroze proizlaze iz borbe tih dviju sila. »Sukob može postojati između čulnog i duhovnog čoveka... [Na taj način] lečenje se može zvati religioznim problemom.«¹

Dakako da ova bitka dovodi ne samo do psihičkih bolesti već i do telesnih bolesti koje uzrokuju zavist, ljubomora, samo-

živost, ogorčenost, strah i mržnja. To su isti osećaji koje Biblijka svrstava kao one koji proizlaze iz zle snage u nama.

Borba je duhovna

Psiholozi i psihijatri prepoznali su ovaj sukob, ali oni obično probleme koji potiču iz tog sukoba pripisuju »slaboj snazi ega« ili hemijskoj neravnoteži. Većinom zanemaruju činjenicu da je to duhovna bitka za dušu. U velikoj većini psihijatri ne shvataju da su današnje epidemije neuroza, anksioznosti i depresija direktni rezultat duhovne slabosti savremenog sveta.

Dr. Karl Jung, međutim, prepoznaće duhovni vid bolesti i lečenje:

Kroz proteklih trideset godina ljudi iz svih civilizovanih zemalja na Zemlji savetovali su se sa mnom. Lečio sam bio stotine bolesnika... Među svim mojim bolesnicima u drugoj polovini života - to znači, recimo, iznad trideset pete - nije bilo ni jednoga čiji problem u krajnjem slučaju nije bio nalaženje religioznog pogleda na život...

Čini mi se da se rame uz rame sa slabljenjem religioznog života značajno povećava broj neuroza...

Bolesnik traži nešto što će ga obuzeti i dati mu smisao i oblik u zrcu njegove neurotske duše. Je li lekar dorastao tom zadatku? Prvo, on će svoga bolesnika verovatno poslati svešteniku ili filozofu ili ga prepustiti zbumjenosti koja danas prevladava... Ljudska misao ne može izmisliti bilo kakav sistem ili konačnu istinu što bi bolesniku dalo ono što mu treba da bi živeo: a to je vera, nada, ljubav i uvid...

Ima, međutim, osoba koje, iako potpuno svesne psihičke naravi svoje bolesti, svejedno se ne žele obratiti svešteniku... Od njega bi, a ne od lekara, ti patnici trebali očekivati takvu pomoć.²

Budući da je moja zla narav duhovni problem, bitka s njom nije ni medicinska ni psihološka. Ona je duhovna.

Nije čudo što me samo savetovanje i medikacija ne mogu od nje oslobođiti.

Vaša i moja slika

Oskar Vajld je opisao tu zlu snagu u svom romanu *Slika Dorijana Greja*. Poput mладог Adonisa, Dorijan pozira za portret. Kasnije zuri u svoj neverovatno lep lik i pogoda ga spoznaja da će njegov portret zauvek biti mlat i lep, ali za nekoliko kratkih godina telo će mu ostreti i zgrčiti se. Dorijan se šali da će prodati dušu kako bi ostao večno mlat, ali ne očekuje da mu se brzopleta želja ostvari.

Jednoga dana, međutim, otkrije da njegova obožavana venučica nije savršena boginja kako je naivno mislio pa je ljutito odbacuje. Ona pak, slomljeno srca, počini samoubistvo. Sledecg dana baca on pogled na svoj portret i posumnja da vidi kako se u slici oblikuje ružnoča zlobnoga pogleda. Kako godine prolaze, povređuje sve više ljudi, a slika se sve groteskijne iskriviljuje. Odraz je njegove vlastite duše.

Zgrožen svojim užasnim unutarnjim ‘ja’, skriva sliku na tavan. Živi u stalnom strahu da će neko upasti na tavan i ugledati njegovu bednu dušu. Pa ipak ga slika očarava; često se iskrada na zaključani tavan, otkriva svoj sramotni odraz i zuri u nj.

[Trebali bismo] ... postaviti jasan i stalan naglasak na cenu života koji nije učeništvo... život s teretom koji nas lomi, pogreškama i razočaranjima, život zahvaćen mukama beskrajnih problema koji se nikada ne rešavaju... beskrajnu televizijsku sapunicu, onu predstavu užasa poznatu kao normalan ljudski život.

Dalas Vilard, *The Spirit of the Disciplines*

Slika konačno uništi Dorijana. Strah i odvratnost vode ga da slikara portreta ubije, a sliku raspara nožem. Ali kad je razderao

sliku, poništo je dušu. Istoga časa ostari i umre.

Biblija kaže da će vas vaša zla priroda duhovno uništiti na isti način. Jedina vam je nada da dopustite Hristu da ju on uništi.

Religiozni život

Mnogi se danas ne žele obračunati sa svojom zlom naravi; radije bi se osećali dobro i zanemarili svoje duhovno zdravlje. U duhovnosti mogu iskušati poslednju modu.

Svoje mišljenje, koje se temelji na željama, mogu jednako primeniti na svoje telesno zdravlje. Ne žele menjati navike u svojoj telesnoj vežbi; žele »čudesnu« dijetu protiv starenja. Ne žele menjati navike svojih molitava; žele »čudesni« vitamin za stres. Ne žele menjati navike prehrane; žele »čudesne« trave za mršavljenje.

Žele blagoslov »nijedne od ovih bolesti«, ali ne žele slediti Isusov nauk. Žele se oslobođiti bede, ali ne žele razapeti ljutnju. Žele izlečenje neuroze, ali ne žele napustiti usredsređenost na sami sebe. Žele neizrecivu radost, ali još uvek žele ogovarat. Ukratko, žele nemoguće. Žele blagoslov pobedničkog hrišćanskog života, ali ne žele živeti hrišćanskim životom.

To je razlog zbog koga su crkve pune ljudi koji nalaze da ih religija ojađuje i ne ispunjava. Na polovičan se način predaju Bogu, ali od Boga očekuju celovitu predanost u podmirivanju svih njihovih potreba. Njihova se vera može nazvati verom »samo onoliko koliko iz nje mogu izvući«.

Ljudi s takvim polovičnim stavom mnogo propuštaju. Ne doživljavaju blagoslov novoga života. Propuštaju pravu radost. Propuštaju pravi mir. Propuštaju sve blagoslove opisane u ovoj knjizi. Čak ni Isus nije imao strpljenja sa sledbenicima tipa »koliko se iz toga dade izvući«. Rekao je da bi hrišćanina koji nije potpuno predan ispljunuo kao mlaku i bljutavu kafu (Otkrivenje 3:16).

Moć za promenu

Vaša sebična zla priroda nije drukčija od one Dorijana Greja. Biblija kaže: »Umrtvite dakle udove svoje zemaljske: bludnost, nečistoću, strasti, zlu požudu i pohlepu... gnev, srdžbu, opakost, hulu, prostotu... ne varajte« (Kološanima 3:5,8,9, D. E.).

Vaše sebično 'ja' isto je toliko deo vas kao što je oklop deo kornjače. Beg izgleda nemoguć. Devetnaest stoleća pre rođenja psihijatrije, apostol Pavle je opisao svoje prirodno stanje - »u kandžama zle sile«:

Zbilja ne razumem šta radim: ta ne činim ono što bih htio, nego što mrzim - to činim. Ako li pak činim što ne bih htio, slažem se sa zakonom, priznajem da je dobar. Onda to ne činim više ja, nego greh koji prebiva u meni. Doista znam da dobro ne prebiva u meni, to jest u mojojem telu. Uistinu: hteti mi ide, ali ne i činiti dobro. Ta ne činim dobro koje bih htio, nego zlo koje ne bih htio - to činim... Jadan li sam ja čovek! Ko će me istrgnuti iz ovoga tela smrtonosnoga?

Poslanica Rimljanima 7:15-20,24 D. F.

Poput čoveka u ludačkoj košulji, apostol Pavle je ustanovio da se ne može izvući iz svoje sebične zle naravi.

Ali tada je susreo Isusa i doživeo snagu koja menja život. Bog je Pavla ispunio duhovnom snagom mnogo ja-čom od njegove zle prirode. Iznenada mu je Bog dao snagu da se potpuno promeni:

Hvala Bogu kroz Isusa Hrista Gospoda našeg... poslavši Sina svoga u obliju grešnoga tela i s obzirom na greh, osudi greh u telu... a ako je Hristos u vama, onda je telo mrtvo za greh, a Duh je život za pravednost.

Poslanica Rimljanima 7:25; 8:3,10 D. F.

Kada je Isus umro na krstu, »naš je stari čovek zajedno s njim

raspet da onemoća ovo grešno telo te više ne robujemo grehu. Jer ko umre, opravdan je od greha» (Rimljanima 6:6-7). Duh Hristov koji živi u nama ispunjava nas duhovnom snagom da dobijemo ovu duhovnu bitku. »Ako li pak Duhom usmrćujete telesna dela, živećete» (Rimljanima 8:13).

One stare navike, stare radnje, stari stavovi - sve to mora prestati. Možda osećate da vas pogoda žaljenje dok se sanduk nad vašim starim načinom života zatvara, jer vam je davao mnogo životnih nazovi-užitaka. Ali setite se, ne opraštate se s vrednim užitcima, već s onima koji su smrtna sila. Kao kod Dorijana Greja, oni će kasnije doneti samo bol. Isus za vas ima na umu nešto bolje:

Kažem vam, nema ga ko ostavi kuću, ili braću, ili sestre, ili majku, ili oca, ili decu, ili polja poradi mene i poradi jevandela, a da ne bi sada, u ovom vremenu, s progostvima primio stostruko... i u budućem veku život večni.

Jevangelje po Marku 10:29-30 D. F.

Isus obećava već i ovde »sada«, »stostruko« više istinskih vrednosti - uključujući zdrave navike i zdrave stavove.

*Isus me nije spasio samo od krivice i greha,
spasio me je i od mene samog.*

Denis Kinlou

Ovo razapinjanje vašeg starog načina života nije događaj jednom zauvek, već svakodnevni proces - proces samoispitivanja, pokajanja, primanja oprosta i odricanja od greha. To raspeće je svakodnevni pogreb vašeg in-stinkta smrti i svakodnevno ostvarenje novog rođenja u Hristu.

Pre svoga novoga rođenja niste mogli pobeći od prevlasti svoje zle prirode. Pre svoga novog rođenja, čak je i veliki apostol

Pavle odmahnuo rukama u razočaranju. »Jadan li sam ja čovek! Ko će me istrgnuti iz ovoga tela smrtonosnoga?« (Rimljanima 7:24). Ovo je najvažnije ljudsko pitanje svih vremena. I sveti Pavle i seksualni ubica Ransler stajali su pred tim pitanjem.

Nije da odgovora nema. Svaka psihijatrijska škola ima drukčiji - što je prilično dobar znak da nijedan nije stvarno učinkovit. Što je još gore, te različite škole bave se samo lečenjem simptoma. Zanemaruju duhovnu narav bitke za vašu dušu pa nikad ne dopru do srži problema. Jedino se Biblija bavi duhovnim korenom vašega problema.

Ako smo doista s njime srasli po sličnosti smrti njegovoj, očito ćemo srasti i po sličnosti njegovom uskrsnuću. Ovo znamo: naš je stari čovek zajedno s njim raspet da onemoća ovo grešno telo te više ne robujemo grehu.

Poslanica Rimljanima 6:5-6, D. F.

Isusov je put do uskrsnuća morao ići direktno preko krsta. I vama je isto tako. Vaš put prema novom životu teče direktno preko krsta. Svakog dana morate odvesti svoju sebičnu zlu narav na krst i videti je kako umire. Tada možete doživeti uskrsli život u Hristu.

- Smrt svom egu jedini je put unutarnjem miru.
- Smrt svom egu jedini je put pravoj duhovnosti.
- Smrt svom egu jedini je put istinskoj radosti.
- Smrt svom egu jedini je put da dođemo do Božjeg obećanja - »nijedna od ovih bolesti...«.

DODATAK

Obrezivanje u dojenačkoj dobi: vodič za roditelje

Kao kod svih medicinskih postupaka morate dati pristanak za obrezivanje samo nakon otvorenog razgovora s lekarom o riziku i dobrobiti zahvata. Roditelji koji vole svoje dete mogu se odlučiti za obrezivanje ili protiv obrezivanja malog deteta. Savremeni lekari leče većinu problema koji su vezani bilo za obrezivanje ili neo-brezivanje. Donesite odluku koja se čini najboljom za vas i vašega dečaka.

Kada ne obrezivati

- Ako vaš lekar pronađe neku abnormalnost koju treba ispraviti koristeći tu kožicu, ne dajte dete obrezati. Pitajte lekara ako imate kakvih pitanja.
- Nikada ne dopustite obrezivanje na bolesnom ili prerano rođenom detetu.
- Ako ne želite prihvati odgovornost za rizik, možda biste se trebali odlučiti protiv obrezivanja. Smatramo

da dobrobit nadilazi rizik, ali se neki lekari s time ne slažu. Komplikacije obrezivanja (uključujući infekcije, krvarenje i deformitete) javljaju se retko (oko 2 na 1 000). Obično se, ali ne uvek lako leče. Od 1954. godine izvešteno je o tri smrti nakon obrezivanja. Možemo to prikazati ovako: prema našem računu, verovatnije je da će malo dete umreti u automobilu putem iz bolnice kući nego od komplikacija obrezivanja. Porazgovarajte o rizicima sa svojim lekarom.

- Razmislite o neobrezivanju ako se bojite da ono može dugoročno psihološki štetiti vama ili dečaku.
- Ako se oba roditelja ne mogu složiti, preporučujemo da se dečak ne obrezuje.

	Protiv obrezivanja	Za obrezivanje
Smrt	Tri prijavljene smrti zbog obrezivanja u gotovo 30 godina.	Godišnje, bez obrezivanja komplikacije infekcija mokraćnoga trakta mogu rezultovati sve do 60 smrtnih slučajeva dojenčadi; karcinom penisa kod oko 750 smrtnih slučajeva odraslih.
Bol	Svi dečaci dožive bol manjar samod injeckije lokalnoga anestetika.	Jača i dugotrajnija bol do 10% muškaraca koji će se kasnije u životu trebati obrezati.
Hirurške komplikacije	Oko 2 na 1000 obrezanih imaju komplikacije, uglavnom obično krvarenje i manju infekciju. Teške infekcije su vrlo retke.	Da nijedan dečak nije obrezan, procenjujemo da bi njih do 60 moglo oboleti od bubrežnih bolesti, a 90 bi ih moglo godišnje oboleti od meningitisa kao komplikacije infekcije mokraćnoga trakta.
Problemi s penisom	Češći su kod neobrezanih dečaka.	Retki kod obrezanih dečaka. Ipak, izobličene genitalije mogu nastati zbog komplikacija ili pogrešaka pri hirurškom zahvatu.
Polno prenosive bolesti	Dve su studije pokazale niže vrednosti kod neobrezanih muškaraca.	Gotovo 50 studija je pokazalo da obrezivanje čuva od mnogih polno prenosivih bolesti: a dvostruka do deseterostruka je zaštita od HIV-a.

	Protiv obrezivanja	Za obrezivanje
Cena	Godišnji trošak obrezivanja svih dečaka dojenčadi, godišnji trošak za kasnije obrezivanje 10% svih muškaraca je 400 do 800 miliona dolara.*	Da nema obrezivanja dojenčadi, godišnji trošak za kasnije obrezivanje 10% svih muškaraca je 400 do 800 miliona dolara.*
Hronične bolesti	Nije poznato čuva li neobrezivanje od nekih hroničnih bolesti.	Godišnje, bez obrezivanja komplikacije od infekcija mokraćnoga trakta mogu izazvati 2000 slučajeva bubrežnih oštećenja i 500 slučajeva hipertenzije i zatajenja bubrega.*

Rizik i korist od obrezivanja

“Beleška: Ovo su grube procene za Sjedinjene Američke Države temeljene na opštim dostupnim podacima.

Trebamo li obrezivati kako bismo bili dobri hrišćani?

Za hrišćane obrezivanje nema nikakvog religioznog značenja. Novi zavet jasno izriče da nije potrebno obrezivanje dela tela (Galaćanima 5:1-6; 1 Korinćanima 7:17-20).

Obrezivanje je verski obred za članove jevrejske i islamske vere.

Ako se odlučite za obrezivanje:

- Nadite lekara koji je obavio stotine zahvata obrezivanja.
Ako ste u bolnici gde rade lekari na stažu, možete zahtevati prisutnost nadležnog lekara tokom zahvata.
- Da se smanji bol, možete zatražiti blokadu živca anestetikom. Neki lekari, međutim, radije ne koriste tu tehniku dok se u većini slučajeva ne pokaže sigurnom.
- Nakon zahvata držite i tešite svog dečaka. Većina se roditelja začudi kako im se dete brzo oporavi.

Ako se odlučite protiv obrezivanja:

- Mnogo informisanih, brižnih roditelja odlučuje se protiv obrezivanja. Možda je to i za vas najbolje rešenje.
- Razgovarajte s lekarom svog dojenčeta da naučite kako nežno prevlačiti i prati kožicu polnog organa. Kasnije naučite dečaka kako da to radi sam.
- Možda će vašem dečaku kasnije trebati obrezivanje ako dođe do teškoća s upalom ili se kožica ne može prevući.

Daljnja istraživanja

Za daljnja obaveštenja o tome predlažemo izdanja dr. Tomasa Visvela (za obrezivanje) i dr. Tomasa Metkalfa (protiv obrezivanja): »Jeste li skloni rutinskom neonatalnom obrezivanju?«, u časopisu Postgraduate Medicine 84, br. 5 (oktobar 1988.): 98-108. Vaš bi vam bolnički bibliotekar ili javna biblioteka trebali moći nabaviti primerak.

BELEŠKE

1. poglavje

Oči jegulje i gusja creva

1. S. E. Massengill, A Sketch of Medicine and Pharmacy (Bristol, Tenn.: S. E. Massengill, 1943), 16.
2. Navedeno prema: Guido Manjo, The Healing Hand: Man and Wound in the Ancient World (Cambridge, Mass.: Harvard University Press, 1975), 102.
3. Ibid.

2. poglavje

Vratimo se Mojsijevom iskoraku

1. George Rosen, A History of Medicine (New York: MD Publications, 1958), 62-63.
2. Ibid., 63-65.
3. The Edwin Smith Surgical Papyrus, prev. James H. Breasted (Chicago: University of Chicago Press, 1930), 473-75.
4. Ibid., 15.
5. Arturo Castiglione, A History of Medicine (New York: Alfred A. Knopf, 1941), 71.
6. Th. M. Vogelsang, »Leprosy in Norway«, Medical History 9 (1965): 31.
7. C. C. Shepard, »The Nasal Excretion of Mycobacterium leprae in Leprosy«, International Journal of Leprosy 30 (1962): 10.
8. K. V. Desikan, »Viability of Mycobacterium leprae Outside the Human Body«, Leprosy Review 48 (1977): 231.
9. Rosen, A History of Medicine, 63-65.

3. poglavje

Trudovi ljubavi

1. Tačan je medicinski izraz puerperalna groznica ili puerperalna sepsa.
2. Izuzetak su bile velike boginje za koje se smatralo da su zarazna bolest.
3. Doslovno: »nečist«.
4. I. E. S. Edwards, »Mummy«, The Academic American Encyclopedia (elektronsko izdanje), (Danbury, Conn.: Grolier, 1992).

5. Kako se navodi u: Ignaz Semmelweis, Die Aetiologie, prev. F. P. Murphy, Medical Classics 5 (1941): 560.
6. Semmelweis, Die Aetiologie.
7. Al. C. Steere and G. F. Mallison, Annals of Internal Medicine 83 (1975): 685.
8. Zapravo sadržava izomer timola, karvakrol. Smatra se da je izop iz biblijskih vremena jedna vrsta mažurana.
9. An Epitome of the History of Medicine, 2nd ed. (Philadelphia: F. A. Davis, 1901), 326.
10. John P. Burke et al. »Proteus mirabilis Infections in a Hospital Nursery Traced to a Human Carrier«, New England Journal of Medicine 284 (1971): 115.

4. poglavje

Sprovesti ili ne sprovesti kanalizaciju

1. Zdravstveni izveštaj, str. 31 kako ga navodi R. A. Lewis, Edwin Chadwick and the Public Health Movement: 1832-1854 (London: Longmans, Green & Co., 1952), 47. Izuzetno smo zahvalni za Luisovo delo, bez kojega bi većina obaveštenja u ovom poglavljtu bila nedostupna.
2. Times, 5. jula 1849. kako navodi Lewis, Chadwick, 221.
3. Times, 24. oktobra 1848. kako navodi Lewis, Chadwick, 190.
4. Second Report of the Metropolitan Sanitary Commission, str. 22; P. P. 1847-48. vol. xxxii, str. 253.
5. Beleži Chadwick a navodi Lewis, Chadwick, 244.
6. Beleži Lewis, Chadwick, 244.
7. Doslovno: »Veće čuvara«.
8. Sažeо Lewis, Chadwick, 192.
9. Navedeno prema: J. H. Harley Williams, A Century of Public Health in Britain: 1832-1929 (London: A & C Black, 1932), 268.
10. Chadwick, pismo Andrewu Boardmanu, navodi Lewis, Chadwick, 333.
11. Third Report of the Metropolitan Sanitary Commission, str. 14; P. R. 1847-48, vol. xxxii, str. 339 kako navodi Lewis, Chadwick, 219.
12. »Centralisation or Representation?« (1848), ix, kako navodi Lewis, Chadwick, 167.
13. E. Hodder, Observer ii, str. 296, kako navodi Lewis, Chadwick, 215.
14. Lewis, Chadwick, 3.
15. Thomas Winset with Melanie Findig, Blackpacking Basics (Berkeley, Calif.: Wilderness Press, 1988), 87-88.
16. Castiglione, A History of Medicine, 70.
17. Charles C. J. Carpenter, »Cholera« u Harrison's Principles of Internal Medicine, llth ed. (New York: McGraw Hill, 1987), 619.

5. poglavje

Mesto za groblje

1. Report of Interment in Towns, 31, kako navodi Lewis, Chadwick, 69.

2. Report of Interment in Towns, 38, kako je sažeо Lewis, Chadwick, 69.
3. Report of Interment in Towns, 135, kako navodi Lewis, Chadwick, 73.
4. Report of Interment in Towns, 31, kako navodi Lewis, Chadwick, 71.
5. Navodi Chadwick u jednom pismu koje citira Lewis, Chadwick, 244.
6. Hansard, vol. cxxxv, 980-94, kako navodi Lewis, Chadwick, 365.
7. Navedeno u: Williams, A Century of Public Health in Britain, 268.
8. Daily News, 7. jula 1890. kako navodi Lewis, Chadwick, 374.
9. Ova je uputa dana s obzirom na smrtnu kaznu. U praksi, hitan je ukop bio norma a izričit biblijski nalog ovo primenjuje čak i na smaknute zločince. To se vidi kasnije u jevrejskoj tradiciji gde je u Jerusalimu ukop bio uvek istoga dana, a drugde unutar tri dana.
10. Jovan 11:17 spominje da je Lazar »već četiri dana u grobu«, a Jovan 11:39 beleži da će zaudarati jer je »već četvrti dan/od smrti/. Beleška: Jovan 11:39 ne odnosi se na vreme u grobu jer će vreme proteklo od smrti odrediti nivo raspada i smrada tela. Na taj način čini se da je Lazar bio pokopan na dan svoje smrti. I zapis o Isusovom ukopu istoga dana potvrđuje ovo tumačenje.

6. poglavljje

Vrag u boci

1. Secretary of Health and Human Services, Fourth Special Report of the U.S. Congress on Alcohol and Health (Washington, D.C.: Government Printing Office, 1981).
2. U.S. Department of Health and Human Services, First Statistical Compendium on Alcohol and Health (Washington, D.C.: Government Printing Office, 1981).
3. A. Medhus, »Mortality among Female Alcoholics«, Scandinavian Journal of Social Medicine 3 (1975): 111
4. Macbeth: II, iii, 34
5. Institute of Medicine, Alcoholism and Related Problems: Opportunities for Research (Washington, D.C.: National Academy of Sciences, 1980).
6. Alcoholics Anonymous, Big Book of AA, treće izd. (New York: Alcoholics Anonymous World Services, Inc., 1976). 7. Tekst prvog izdanja može se naći na mnogim internetskim stranicama; traži: + »Alcoholics Anonymous« + »Big Book«.
7. Ibid., 9.
8. Ibid., 10.
9. Ibid., 11.
10. To je vidljivo samo kao »početak«. Isprrva, »prepusti se bilo čemu što znaš o [Bogu]« (Samuel Shoemaker, The Conversion of the Church [New York: Fleming Revell, 1932], 128), i odande idi prema napred bila je izvorna ideja koja je stajala iza: »Bog, kako ga ja shvatam«. Kasnije su mnogi to iskrenuli i dali novo značenje: »Bog kakvoga želim«. Na taj je način nećija »Viša sila« na absurdan način izražena kao drvo, Deda Mraz ili preparirana životinja. Ta prosta lakounost osuđuje alkoholičara na neuspeh.
11. Ovih pet »P« (»C«) bili su deo formule Oksfordske skupine za uvid u potrebu

- i iskorijenje Božje sile za spasenje. Rev. Shoemaker jasno je podupirao ove elemente što se može videti u njegovoj knjizi Realizing Religion (New York: Association Press, 1923), dodatak 1.
12. Samuel Shoemaker: If I Be Lifted Up (New York: Fleming Revell, 1931), 83.
13. Sam(uel) je A. A. gledao ne kao duhovni završetak sam po sebi, već više kao »preteče Crkve«. Govor na Trećem međunarodnom saboru A. A., Long Beach, Ca., 3. srpnja 1960., kako navodi Dick B., New Light on Alcoholism: The A.A. Legacy from Sam Shoemaker (Kihei, Maui, Hawaii: Paradise Research Publications, 1998), 139. Bili Wilson je i sam A. A. često nazivao »duhovnim dečjim vrtićem« (Dick B., New Light, 8).
14. Dva su se navoda ove fraze, »nanovo rođen«, nalazila u izvornom Bilovom rukopisu, ali su uklonjena po proceni izdavača, kako navodi Dick B., New Light, 37, beleška 10).
15. Alcoholics Anonymous, Big Book, 13.
16. Shoemaker, Realizing Religion, 21.
17. Samuel Shoemaker, National Awakening (New York: Harper & Brothers, 1936), 57-58.
18. Vidi http://www.dickb.com/archives/aa_root.html radi uvida u knjigu Dr. Bob and the Good Oldtimers (New York: Alcoholics Anonymous World Services 1984).
19. Bili Wilson, The Language of the Heart: Bili W's Grapevine Writings (New York: The A. A. Grapevine, Inc.) 1980.
20. Alcoholics Anonymous Comes of Age (New York: Alcoholics Anonymous World Services, Inc., 1957), 39-40.
21. Mnogošto podataka u ovom poglavljaju dugujemo Diku B., autoru mnogih knjiga koje potanko iznose njegovo enciklopedijsko istraživanje hrišćanskoga porekla A. A. Te se knjige mogu naručiti na www.dickb.com. Na donekle zamršen nauk A. A. iscrpno je upozorio Tim Stafford, »The Hidden Gospel of the 12 Steps«, Christianity Today (22. jula 1991.).
22. Alcoholics Anonymous, Big Book, 53,181,59.
23. Govor Samuela Shoemakera na Trećem međunarodnom saboru A. A. kako navodi Dick B., New Light, 139.
24. Shoemaker, Realizing Religion, 9.

7. poglavljje

Rak iz paketića

1. Alton Ochsner, Smoking and Cancer (New York: Julian Messner, 1954) 12.
2. G. Hammond and L. Garfinkel, »General Air Pollution and Cancer in the United States«, Preventive Medicine 9 (1980): 206.
3. N. L. Benovitz et al., »Smokers of Low-Yield Cigarettes Do Not Consume Less Nicotine«, New England Journal of Medicine 309 (1983): 139; J. H. Jaffe et al., »Carbon Monoxide and Thiocyanate Levels in Low Tar/Nicotine Smokers«, Addictive Behaviors 6 (1981): 337.

4. D. W. Kaufman et al., »Nicotine and Carbon Monoxide Content of Cigarette Smoke and the Risk of Myocardial Infarction in Young Men«, New England Journal of Medicine 308 (1983): 409.
5. Žalbu podnela State of Kansas vs. R. J. Reynolds et al., Okružni sud u Shawnee County, Kansas, slučaj no. 96-CV, #133-146.
6. H. W. Daniell, »Smoker's Wrinkles: A Study in the Epidemiology of 'Crow's Feet«, Annals of Internal Medicine 75 (1971): 873.
7. L. D. Johnson, J. G. Bachman and P. M. O'Malley, National Survey Results on Drug Use from the Monitoring in the Future Study: 1975-1977 (Ann Arbor, Mich.: Institute for Sodal Research, 1998). Navedena prevalencija, 1991=17,9%, a 1997=23,6%.
8. State of Kansas vs. R. J. Reynolds et al.; Andrew Tisch, #43.
9. M. A. Russel, P. V. Cole, and E. Brown, »Absorption by Non-Smokers of Carbon Monoxide from Room Air Polluted by Tobacco Smoke«, Lancet 1 (1973): 576.
10. www.cdc.gov/od/oc/media/fact/smoketsc.htm
11. Ovi i mnogi podaci o pušenju drugih dostupni su na web-stranici: www.cdc.gov/tobacco
12. N. R. Butler and H. Goldstein, »Smoking in Pregnancy and Subsequent Child Development«, British Medical Journal 4 (1973): 573.
13. J. Goujard, C. Rumeau and D. Schwartz, »Smoking During Pregnancy: Stillbirth and Abruptio Placentae«, Biomedicine 23 (1975): 20-22.
14. Surgeon General, Health Consequences of Smoking for Women (Washington, D.C.: Government Printing Office, 1980), 192.
15. K. C. Schoendorf and J. L. Kiely, »Relationship of Sudden Infant Death Svndrome to Maternal Smoking during and after Pregnancy«, Pediatrics 90 (1992): 905-8.
16. www.cdc.gov/tobacco/who/usa.htm
17. Journal of the American Medical Association (18. November 1998).
18. Žalbu podnela State of Kansas vs. R. J. Reynolds et al., #186.
19. J. Forbes Moncrief, Our Boys and Why They Should Not Smoke (Manchester: British Anti-Tobacco and Anti-Narcotic League, oko 1900.) kako je navedeno na www.forces.com/pages/forest01.htm
20. B. Mausner and E. S. Platt, Smoking: A Behavioral Analysis (New York: Pergamon Press, 1971).
21. Žalbu podnela State of Kansas vs. R. J. Reynolds et al., #203
22. James Johnston u saslušanju u Kongresu 1994. Žalbu podnela State of Kansas vs. R. J. Reynolds et al., #43.
23. Thomas Sandefur, glavni izvršni službenik za Brown and Williamson, pred House Energy i Subcommittee on Health and the Environment tada predsedao Henry Waxman.
24. Addison Yeaman, saslušanje u Kongresu 1994. navedeno u /,ill>i podnetoj od State of Kansas vs. R. J. Reynolds et al., #42.
25. J. L. Hamilton, Review of Economics and Statistics 54 (1972): 401.
26. The Pooling Project Research Group, Journal of Chronic Diseases 31 (1978): 201.
27. H. M. Annis, »Patterns of Intra-Familial Drug Use«, British Journal of Addicti-on69(1974):361.
28. Žalbu podnela State of Kansas vs. R. J. Revnolds et al., #126.
29. Ibid.,#128.
30. E. Jones, Sigmund Freud: Life and Work, 3 vols. (London: Hogarth Press, 1953), 339.
31. R. A. Krumholz, R. B. Chevalier and J. C. Ross, »Change in Cardiopulmonary Functions Related to Abstinence from Smoking« Annals of Internal Medicine 62 (1965): 197-207.
32. www.cdc.gov/oc/media/fact/smokl995.htm
33. Surgeon General, Smoking and Health (Washington, D.C.: Government Printing Office, 1979), pogl. 22, str. 10.
34. www.cdc.gov/tobacco/who/usa.htm
35. Navod iz: Count Egon Corti, A History of Smoking, prev. Paul England (London: George G. Harrap, 1931), 103.
36. Ibid., 119.
37. Navedeno u: Sean Gabb, Smoking and Its Enemies: A Short History of 500 Years of the Use and Prohibition of Tobacco (London: Freedom Organisation for the Right to Enjoy Smoking Tobacco, 1900).
38. Navedeno u: Gerald S. Lestz, Tobacco: Pro and Con (Lancaster, Pa.: Aurand Press, 1989), 11.
39. Moncrief, Our Boys and Why They Should Not Smoke.
40. Delimično su izuzeci savremeni judaizam i islam. Ti, međutim, izuzeci potvrđuju pravilo. Stari je zavet Svetog pisma za hrišćane i za Jevreje; a Muhamed je mnogo teologije pozajmio iz judaizma i hrišćanstva. Po tome ovi izuzeci zapravo podupiru čudesnu jedinstvenost Biblije. Jedino one religije koje imaju neke biblijske korene podupiru shvatanje da čovekovo telo Bogu mnogo znači.

8. poglavljje

Mučenje ili nega

1. Rosemary Romberg, Peaceful Beginnings (Anchorage: Peaceful Beginnings, 1982), 6.
2. Rosemary Romberg, The »Heart« of the Matter (S. Hadley, Mass.: Bergin & Garvey, 1988).
3. Terry Schultz, »A Nurse's View on Circumcision«, Mothering 12 (1979): 83.
4. John Erickson, »Some Statements about Circumcision by Circumcisiođ Men« (Anchorage: Peaceful Beginnings, 1988).
5. Rosemary Romberg, Circumcision: The Painful Dilemma (S. Hadley, Mass.: Bergin & Garvey, 1985).
6. Navodi Dave Barry, »Circumcisions beyond Our Control«, Washington Post Magazine (8 December 1991), 48.
7. Hippocrates (February 1993): 53.

8. Knjiga Dejva Berija »Circumcisions beyond Our Control« dala mi je ideju da postavim ta pitanja, a moji su rezultati gotovo istovetni s njegovima.
9. American Academy of Pediatrics, Committee on Fetus and Newborn: Standards and Recommendations for Hospital Care of Newborn Infants, 5th ed. (Evanstone, IL: American Academy of Pediatrics, 1971).
10. W. K. C. Morgan, »The Rape of the Phallus«, Journal of the American Medical Association 193 (1965): 223.
11. W. K. C. Morgan, »Penile Plunder«, Medical Journal of Australia 7 (1967): 1102.
12. T. E. Wiswell, »Prepuce Presence Portends Prevalence of Potentially Perilous Perurethral Pathogens«, The Journal of Urology 148 (1992): 739; ispravljeno gramatički.
13. T. E. Wiswell and J. D. Roscelli, »Corroborative Evidence for the Decreased Incidence of Urinary Tract Infections in Circumcised Male Infants«, Pediatrics 78 (1986): 96.
14. Nicholas Cunningham, »Circumcision and Urinary Tract Infections«, Pediatrics 77 (1986): 267.
15. T. E. Wiswell and D. W. Geschke, »Risks from Circumcision during the First Month of Life Compared with Those for Uncircumcised Boys«, Pediatrics 83 (1989): 1011-15.
16. Rosemary Romberg, privatno pismo od 7. januara 1992.
17. Ibid.
18. T. E. Wiswell, »Circumcision - Not Prophylaxis«, Southern Medical Journal 79 (1986): 1464.
19. Ron Nordland, Ray Wilkinson and Ruth Marshall, »Africa in the Plague Years«, Newsweek (24 November 1986): 44.
20. J. N. Simonsen et al, »Human Immunodeficiency Virus Infection among Men with Sexually Transmitted Diseases«, New England Journal of Medicine 319 (4 August 1988): 277.
21. Jean L. Marx, »Circumcision May Protect against the AIDS Virus« Science 245 (1989): 470-71.
22. Stephen Moses, Janet E. Bradley, Nico J. D. Nagelkerke, A. R. Ronald, J. O. Ndinva-Achola and F. A. Plummer, »Geographical Patterns of Male Circumcision Practices in Africa: Association with HIV Seroprevalence«, International Journal of Epidemiology 19 (1990): 693-97.
23. A. J. Fink, Circumcision: A Parent's Decision for Life (Mountain View, Calif.: Kavanah, 1988). Jedna studija upućuje na češću pojavu uretritisa koji nije uzrokovani gonokokom kod obrezanih muškaraca. G. L. Smith et al., »Circumcision as a Risk Factor for Urethritis in Racial Groups«, American Journal of Public Health 77 (1987): 452-54.
24. Navod iz: Marx, »Circumcision«, 471.
25. Dagher, Selzer and Lapides, »Carcinoma of the Penis«, Archives of Surgery 85 (1962): 79-80; M. Riveros and R. Gorostiaga, »Cancer of the Penis«, Archives of Surgery 85 (1962): 377-82; and G. J. Hardner et al., »Carcinoma of the Penis. Analysis of Therapy in 100 Consecutive Cases«, Journal of Urology 108 (1972): 428-30.
26. American Academy of Pediatrics, Committee on Fetus and Newborn.
27. Edgar J. Shoen, G. Anderson, C. Bohon et al., »Report of the Task Force on Circumcision«, Pediatrics 84 (1989): 390.
28. Edgar J. Shoen, Pediatrics 85 (1990): 889, masnim slovima otisnuto je dodano.
29. Robert Dozor, »Routine Neonatal Circumcision: Boundary of Ritual and Science«, American Family Physician 41 (1990): 822.

9. poglavje

Tajna osmoga dana

1. Rosemary Romberg, »The Infants and Young Child's Bill of Rights« (Anchorage: Peacefull Beginnings).
2. Joseph Katz, »The Question of Circumcision«, International Surgery 62 (1977): 490-92.
3. Ti su brojevi konzervativni, prepostavljuju oko milion obrezane dojenčadi godišnje; 1,4% broj obolelih od urinarnih infekcija ako nisu obrezani, kako stoji u T. E. Wiswell, »Prepuce Presence«, 740; a kod dece s urinarnom infekcijom 2% umrlih, što je mnogo niži broj od 11% o čemu izvešćuje J. M. Littlewood, »66 Infants with Urinary Tract Infections in the First Month of Life«, Arch. Dis. Child 47 (1972): 218.
4. C. W. McMillan, A. E. Weis, A. M. Johnson, »Acquired Coagulation Disorders in Children«, Pediatric Clinics of North America 19 (1972): 1034.
5. L. Emmett Holt Jr. and Rustin McIntosh, Holt Pediatrics, 12th ed. (New York: Appleton-Century-Crofts, 1953), 125-26. Koriste se stariji podaci zato što je davanje vitamina K uklonilo problem pa novija istraživanja nisu dostupna.
6. Tačnije, bakterije u dečjim crevima zapravo proizvode vitamin K.
7. Danas deci dajemo odredenu dozu vitamina K kako bismo sprečili taj problem. Takođe, obrezivanje u kasnijem životu opasnije je jer se obavlja pod opštom anestezijom.
8. James B. Wyngaarden and Lloyd H. Smith Jr, eds., Cecil Textbook of Medicine (Philadelphia: W. B. Saunders 1982), 1003.
9. J. J. Corrigan Jr., »The Hemorrhagic Disorders«, u: Practice of Pediatrics, vol. 3, ed. V. C. Kelly (Hagerstown, Md.: Harper and Row, 1976), pogl. 68, str. 7.
10. Rabbi Alfred S. Cohen, »Brit Milah and the Specter of AIDS«, Journal of Halacha and Contemporary Society 17 (1989): 94.
11. H. Speert, »Circumcision of the Newborn: An Appraisal of Its Present Status«, Obstetrics and Gynecology 2 (1953): 164-72
12. Charles Weis, »A Worldwide Survey of the Current Practice of Milah (Ritual Circumcision)«, Jewish Soda Studies (January 1962), 31.
13. Neki jevrejski naučnici danas preporučuju alternativne postupke. Vidi Cohen, »Brit Milah« 93-115.

10. poglavlje

Rođen kao homoseksualac?

1. Kolumna Ann Lander, Washington Post, 25 April 1993, p. F6.
2. Raspravljamо uglavnom o muškoj homoseksualnosti, ali izgleda da je oblikovanje ženske homoseksualnosti vrlo slično. Vidi Gerard van den Aardweg, *Homosexuality and Hope: A Psychologist Talks about Treatment and Change* (Ann Arbor, Mich.: Servant Books, 1985).
3. Navod prema: Charles Krauthammer, »Media Hype about the 'Gay Gene'«, Washington Post, 23 July 1993, p. A23.
4. Ibid.
5. »Het« se odnosi na heteroseksualca, uzeto kao uvredljivo.
6. Oba su roditelja važna, kako beleže I. Bieber et al., *Homosexuality: a Psychoanalytic Study* (New York: Basic Books, 1962); N. L. Thomson et al., »Parent-Child Relationships and Sexual Identity in Male and Female Homosexuals and Heterosexuals«, *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 41 (1975): 120-27; W. G. Stephan, »Parental Relationships and Early Social Experiences of Activist Male Homosexuals and Male Heterosexuals«, *Journal of Abnormal Psychology* 82 (1973): 506-13; M. Siegelman, »Parental Backgrounds of Male Homosexuals and Heterosexuals«, *Archives of Sexual Behavior* 3 (1974): 3-18; i mnogi drugi.
7. M. T. Saghir and E. Robins, *Male and Female Homosexuality: A Comprehensive Investigation* (Baltimore: Williams and Wilkins, 1973).
8. Bieber et al.; *Homosexuality*.
9. O Solomonovoj heteroseksualnosti ne može biti sumnje. Nažalost, međutim, ponašanje njegovog oca prema ženama nije bilo tako mudro kao njegove reči. To je možda uveliko uticalo na kasniju Solomonovu seksualnu nezasitnost i razuzdanost.
10. Bieber et al., *Homosexuality*.
11. D. R. Mace, *Hebrew Marriage: A Sociological Study* (New York: Philosophical Library, 1953).
12. A. C. Kinsey et al., *Sexual Behaviour in the Human Male* (Philadelphia: W. B. Saunders, 1948), 483. Vidi također Eliyahu Rosenheim, »Sexual Attitudes and Regulations in Judaism«, u: J. Money and H. Musaph, eds., *Handbook of Sexology* (Amsterdam Excerpta Medica, 1977), 1315-23.

11. poglavlje

Igra: Seksualne 'muzičke stolice'

1. A. P. Bell and M. S. Weinberg, *Homosexualities: A Study of IliveHily among Men and Women* (New York: Simon and Schuster, 1978).
2. D. Hanson, *Homosexuality: The International Disease* (New York: L. S. Publications, 1965).
3. David P. McWhirter and Andrew M. Mattison, *The Male Couple: How Relationships Develop* (Englewood Cliff, N. J.: Prentice-Hall, 1984).

4. Edward O. Laumann, John H. Gagnon, Robert T. Michael and Stuart Michaels, *The Social Organization of Sexuality: Sexual Practices in the United States* (Chicago: University of Chicago Press, 1994), 217.
5. Navod prema: William E. Dannemeyer, »Homosexuals in the Military«, Testimony before a Republican Research Committee Hearing (9 December 1992), 7.
6. Ovu terminologiju dugujemo Billu Hybelsu, pastoru u Willow Creek Community Church, South Barrington, Illinois.
7. Van den Aardweg, *Homosexuality and Hope*, 123. On broji trinaest radova koji su došli do istoga rezultata.
8. Jennifer P. Schneider, »How to Recognize the Signs of Sexual Addiction«, Postgraduate Medicine 90 (1991): 171.
9. Mart Crowley, *The Boys in the Band* (New York: Farrar, Straus and Giroux, 1968), 178.
10. M. Quintanilla, »Teen-Agers from L.A. Schools Pack First District Sanctioned Gay Prom«, Los Angeles Times, 22 May 1994, p. M-1
11. Michael and Patricia Branton, pismo uredniku, Los Angeles Times (home ed.), 29 May 1994, p. M-4.
12. Karen Mills, »Gay Pride Pioneer's Life Included Friendships, Dreams and Death«, Los Angeles Times, 27 February 1994, part A, p. 1.
13. Ti ljudi nisu potpuno nemoralni (bez moralnih vrednosti), to jest, drže da su ubistvo, krađa i nepoštovanje zlo. Na taj način imaju moralne vrednosti koje žele nametnuti drugima, ali ljudi koji se razlikuju od njihovih vrednosti označuju »netolerantnima«.
14. Bell and Weinberg, *Homosexualities*.
15. Lee Birk, »The Myth of Classical Homosexuality«, in *Homosexual Behavior*, ed. Judd Marmor (New York: Basic Books, 1980), 266-77.
16. M. Scott Peck, *The Road Less Traveled: A New Psychology of Love, Traditional Values and Spiritual Growth* (New York: Simon & Schuster, 1978), 53.
17. Van den Aardweg, *Homosexuality and Hope*, 101.
18. »Socilal Barriers to Prevention«, u Charles F. Turner, Heather G. Miller and Lincoln E. Moses, eds., *AIDS: Sexual Behavior and Intravenous Drug Use* (Washington, D.C.: National Academy Press, 1989), 395.

12. poglavlje

AIDS - svačiji problem

1. »Future Shock«, Newsweek (24 November 1986): 30-37.
2. Barbara Vobejda, »Survey Finds Most Adults Sexually Staid«, Washington Post, 7 October 1994, p. A20.
3. Ovaj će se grafikon u jednoj tački izravnati, a jasno je da će se njih više od 50% zaraziti pre svoga dvadesetog rođendana.
4. E. T. Creagan, »How to Break Bad News - and Not Devastate the Patient«, Mayo Clinic Proceedings 69 (1994): 1015-17.
5. John Donne, *Devotions upon Emergent Occasions*, no. 6., 1624.

13. poglavlje

Američki eksperiment seksom

1. Journal of the American Medical Association (4 April 1986).
2. Sevgi O. Aral and King K. Holmes, »Sexually Transmitted Diseases in the AIDS Era«, *Scientific American* 264 (February 1991): 66.
3. OB-GYN News 24, 6.
4. Aral and Holmes, »Sexually Transmitted Diseases«, 62-69, kurziv dodan.
5. Ibid.
6. L. Westrom, R. Joesoef, G. Reynolds et al., »Pelvic Inflammatory Disease and Fertility: A Cohort Study of 1,844 Women with Laparoscopically Verified Disease and 657 Control Women with Normal Laparoscopic Results«, *Sexually Transmitted Diseases* 19 (1992): 185-92.
7. C. K. Walker, J. G. Kahn, A. E. Washington et al., »Pelvic Inflammatory Disease: Metaanalysis of Antimicrobial Regimen Efficacy«, *Journal of Infectious Diseases* 168 (1993): 969-78.
8. L. Westrom, »Incidence, Prevalence and Trends of Acute Pelvic Inflammatory Disease and its Consequences in Industrialized Countries«, *American Journal of Obstetrics and Gynecology* 138 (1980): 880-92.
9. Infekcija klamidijom može se lečiti, ali su dugoročne posledice zbog stvaranja ožiljaka u jajovodima često ireverzibilne.
10. H. W. Wolff, *Hosea* (Philadelphia, 1974), 14-15.

14. poglavlje

Ženska prava

1. J. L. Carroll, K. D. Volk, and J. S. Hyde, »Differences between Males and Females in Motives for Engaging in Sexual Intercourse«, *Archives of Sexual Behavior* 14 (1985): 131-39.
2. Ibid.
3. D. L. Mosher and F. D. Anderson, »Macho Personality, Sexual Aggression and Reactions to Guided Imagery of Realistic Rape«, *Journal of Research in Personality* 20 (1986): 77-94.
4. Ibid.
5. Rad opisan u časopisu *Time* (15 August 1994): 51.
6. The Janus Report of Sexual Behavior (Wiley).
7. Jonathan Alter, »Beatty and Bening«, *USA Weekend* (7-8 October 1994): 5.
8. C. Everett Koop, Govor održan Kalifornijskoj legislaturi, 6. marta 1987., u knjizi Inge B. Corless and Mary Pittman-Lindeman, *AIDS Principles, Practices & Politics*, ref. ed. (New York: Hemisphere Publishing, 1989), 197-203.
9. Albert D. Klassen, Coin J. Williams, Eugene E. Levitt et al., »Trends In Premarital Sexual Behavior«, u Charles F. Turner, Heather G. Miller and Lincoln E. Moses, eds., *AIDS: Sexual Behavior and Intravenous Drug Use* (Washington, D.C.: National Academy Press, 1989), 553.

10. »Sodal Barriers to Prevention«, u: Turner et al., *AIDS: Sexual Behavior and Intravenous Drug Use*, 382-401.
11. Selected Behaviors That Increase Risk for HIV Infection among High School Students - United States, 1990-91 (Washington, D. C.: National Academy Press, 1992): 231-41.
12. Ibid.
13. Navodi Joe S. McIlhaney Jr., *Sexuality and Sexually Transmitted Diseases* (Grand Rapids, Mich.: Baker, 1990), 59.
14. K. R. Ablow, »Sexist Remarks: Tapping the Reservoir of Male Anger«, *Washington Post Health* (10 December 1991): 9, kurziv dodan.
15. Glamour (April 1991), 296.
16. *Cosmopolitan*, 1980.
17. V. Mary Stewart, *Sexual Freedom* (Downers Grove, Ill.: InterVarsity Press).

15. poglavlje

Kondomska nacija

1. J. A. Catania, T. J. Coates, R. Stali, H. Turner et al., »Prevalence of AIDS-Related Risk Factors and Condom Use in the United States«, *Science* 258 (1992): 1101.
2. *Medical Tribune* (8 July 1993): 12.
3. »Assessment of Street Outreach for HIV Prevention - Selected Sites, 1991-1993«, *Morbidity and Mortality Weekly Report* 42 (1993): 883.
4. *USA Today*, 19 May 1992.
5. J. R. Ickovics et al., »Limited Effects of HIV Counseling and Testing for Women«, *Journal of the American Medical Association* 272 (10 August 1994): 443-48.
6. D. L. Higgins et al., »Evidence for the Effects of HIV Antibody Counseling and Testing on Risk Behaviors«, *Journal of the American Medical Association* 264 (1991): 2419-29.
7. N. S. Wenger et al., »Effects of HIV Antibody Testing and AIDS Education on Communication about HIV Risk and Sexual Behavior«, *Annals of Internal Medicine* 117 (1992): 905-11.
8. V. I. Rickert, M. S. Hay, A. Gottlieb and C. Bridges, »Adolescents and AIDS...«, *Journal of Adolescent Health Care* 10 (1989): 313.
9. Ickovics et al., »Limited Effects of HIV Counseling«, 447.
10. Kathleen McCleary, »Sex, Morals and AIDS«, *USA Weekend*, 27-29 December 1991, p. 5.
11. Navodi National Review (27 February 1987), 21.
12. US News and World Report (16 December 1991), 93.
13. U. S. Dept. of Health and Human Services, »Sexual Behavior among High School Students - United States, 1990«.
14. Constance B. Wofsy, »Transmission of HIV by Prostitutes and Prevention of Spread« u P. T. Cohen, M. A. Sande and P. A. Volberding, eds., *The AIDS Knowledge Base* (Waltham, Mass.: Medical Publishing Group, 1990), chap. 297

- 1.2.5.
15. F. D. Rolance, »Condoms: Keeping Them Safe«, Chicago Sun-Times, 23 March 1992, p. 7.
 16. S. C. Weller, »A Meta-Analysis of Condom Effectiveness in Reducing Sexually Transmitted HIV«, Social Science Medicine 36 (1993): 1635-44; kurziv dodan.
 17. Kako se navodi u »Social Barriers to Prevention«, 383.
 18. Public Health Service, Healthy People 2000: National Health Promotion and Disease Prevention Objectives - Full report, with Commentary (Washington, D.C.: U. S. Department of Health and Human Services, Public Health Service, 1991); DHHS publication no. (PHS) 91-50212.
 19. Patient Care (15 September 1993), kurziv dodan.
 20. Rufinus as cited by R. L. Fox, Pagans and Christians (New York: Knopf, 1989), 346.
 21. Fox, Pagans and Christians, 345.
 22. Centers for Disease Control, »Guidelines for Effective School Health Education«, Morbidity and Mortality Weekly Report 37 (Suppl. S-2): 1-14.

16. poglavje

Duhovna seksualnost

1. Izraz sakrament naučnici katkad koriste kao tehnički opis raznih uobičajenih činova u poštovanju Boga (primerice pričest i krštenje) koji su, zavisno o nečijoj tradiciji, uobičajeno ustanovljeni od Isusa ili Crkve. Taj izraz ne koristimo u tehničkom smislu kako bismo opisali svaki Bogom određen čin poštovanja po kojem Njegova milost može dotaći naš život.
2. M. Scott Peck, Further Along the Road Less Traveled (New York: Simon & Schuster, 1993), 220.
3. Adolf Guggenbuhl-Craig, Marriage: Dead or Alive (Zurich: Spring Publications, 1977), 220.
4. Ibid.

17. poglavje

Tajna dobroga seksa

1. Aldous Huxley, Tomorrow and Tomorrow and Tomorrow and Other Essays (New York: Harper and Row, 1956), 68.
2. Mk 14,36, doslovce »Abba«. Čak i danas jevrejska mala deca oca zovu »Abba«. Vidi Galaćanima posl. 4:6 gde se i mi pozivamo na prisani odnos s Abmom Ocem.
3. Pojam LJUBAVI sasvim je određeno iznet u Starom zavetu, ili je u judaizmu prvoga stoljeća uglavnom zanemaren.
4. C. S. Lewis, The Four Loves (New York: Harcourt, Brace, Jovanovich, 1960), 183.
5. Hvala Ti, Lynn Thrush.
6. Carl Jung, Modern Man in Search of a Soul (New York: Harcourt, Brace and

- Co., 1933), 260.
7. Smiley Blanton, Love or Perish (New York: Simon and Schuster, 1956), 3-15.
 8. Seksualne vežbe nisu same po sebi loše, ali se uvek moraju koristiti u vezi s braćom kao posledica LJUBAVI, a nedostatak ljubavi se nastoji ponovno oporaviti.
 9. Erich Fromm, Psychoanalysis and Religion (New Haven: Yale University Press, 1950), 86-87.
 10. Max Levin, »Sex in Modern Life«, Current Medical Digest (September 1961): 55.
 11. Ellen Ladowsky, »The Decline and Fall of Fast and Loose«, Washington Post, 16 October 1994, p.C4.
 12. Robert T. Michael, John H. Gagnon, Edward O. Laumann and Gina Kolata, Sex in America: A Definitive Survey (Boston: Little, Brown, 1994), 127.
 13. Edward O. Laumann, John H. Gagnon, Robert T. Michael and Stuart Michaels, The Social Organization of Sexuality: Sexual Practices in the United States (Chicago: University of Chicago Press, 1994), 373.
 14. Ibid., 358. Odnos uzroka i posledice između orgazma i sreće nalikuje donekle pitanju »kokoši i jajeta«. Ako žena ne doživljava orgazam, verovatnije je da će biti nesrećna; ali isto tako ako je žena nesrećna, verovatnije je da neće doživeti orgazam.
 15. Herbert J. Miles, Sexual Happiness in Marriage (Grand Rapids: Zondervan, 1967).
 16. Seks samo radi prokreacije tradicionalno se naglašava u mnogim crkvama, ali Biblija jasno podstiče seks kao oblik uzajamnog odnosa.

18. poglavje

Veza duha, duše i tela

1. Navodi J. Carpi, »Relieving the Strain of Stress«, Medical World News (May 1993): 23.
2. Sheldon Cohen, D. A. J. Tyrrell and A. P. Smith, »Psychological Stress and Susceptibility to the Common Cold«, New England Journal of Medicine 335 (29 August 1991): 606-12.
3. Navedeno u Washington Post Health (29 March 1994): 5.
4. J. D. Kark, S. Goldman and L. Epstein, »Iraqi Missile Attacks on Israel: the Association of Mortality with a Life-Threatening Stressor«, Journal of The American Medical Association 273 (19 April 1995): 1208-10.
5. H. Weiner, Perturbing the Organism: The Biology of Stressful Experience (Chicago: University of Chicago Press, 1992).
6. L. C. Duffy, M. A- Zielezny, J. R. Marshall et al., »Relevance of Major Stress Events as an Indicator of Disease Activity Prevalence in Inflammatory Bowel Disease«, Behavioral Medicine 17 (1991): 101-10.
7. J. H. Markowitz, K. A. Matthews, W. B. Kannel et al., »Psychological Predictors of Hypertension in the Framingham Study: Is There Tension in Hypertension?«, Journal of the American Medical Association 270 (1993): 2439-43.

8. J. J. Lynch et al., »Psychological Aspects of Cardiac Arrhythmia«, American Heart Journal 93 (1977): 645.
 9. J. H. Medalie et al., »Angina Pectoris among 10,000 Men: 5 Year Inddence and Univariate Analysis«, American Journal of Medicine 55 (1973) 583.
 10. K. A. Matthews, »Coronary Heart Disease and Type A. Behaviors: Update on and Alternative to the Booth-Kewley and Friedman (1987) Quantitative Review«, Psycho Bulletin 104 (1988): 373-80; S. C. Jacobs, R. Friedman, M. Mittleman et al., »9-Fold Increased Risk of Myocardial Infarction Following Psychological Stress as Assessed by a Case-Control Study«, Circulation 86, suppl., (1992): 1-198.
 11. R. Adler, K. MacRitchie and G. L. Engle, »Psychologic Process and Ischemic Stroke (Occlusive cerebrovascular Disease): Observations on 32 Men with 35 Strokes«, Psychosomatic Medicine 33 (1971): 1.
 12. R. L. Gallon, ed., The Psychosomatic Approach to Illness (New York: Elsevier Biomedical, 1982), 168-72.
 13. Ibid.
 14. Ibid.
 15. B. Winsa, H. O. Adami, R. Bergstrom et al. »Stressful Life Events and Grave's Disease«, Lancet 338 (1991): 1475-79.
 16. R. S. Sunvit, S. L. Ross and M. N. Feingloss, »Stress, Behavior and Glucose Control in Diabetes Mellitus«, in Stress, Coping and Disease eds. P. McCabe et al. (Hillsdale, N. J., 1991), 97-117; and B. Hagglof, I. Blom, G. Dahlquist et al., »The Swedish Childhood Diabetes Study: Indications of Severe Psychological Stress as a Risk Factor for Type I (Insulin-Dependent) Diabetes Mellitus in Childhood«, Diabetologia 34 (1991): 579-83.
 17. Y. Nakai et al., »Alexithymic Features on the Patients with Chronic Pancreatitis«, Proceedings of the Fourth Congress of the International College of Psychosomatic Medicine (Basel: Karger, 1977).
 18. A. Wilson, I. Hickie, A. Llowyd et al., »Longitudinal study of Outcome of Chronic Fatigue Syndrome«, British Journal of Medicine 308 (1994), 756. Opaska: Ova je bolest kontroverzna i teško ju je klasifikovati, ali čini se da su psihološki faktori glavni predskazivači njenog ishoda.
 19. S. A. Isenberg, P. M. Lehrer and S. Hochron, »The Effects of Suggestions and Emotional Arousal on Pulmonary Function in Asthma: A Review and a Hypothesis Regarding Vagal Mediation«, Psychosomatic Medicine 54 (1992): 192-216.
 20. R. Glaser, J. K. Kiecolt-Glaser, E. H. Bonneau et al., »Stress-Induced Modulation of the Immune Response to Recombinant Hepatitis B Vaccine«, Psychosomatic Medicine 54 (1992): 22-29.
 21. H. Weiner, »Social and Psychological Factors in Autoimmune Disease«, u Psychoneuroimmunology, ed. R. Adler, O. L. Felten and N. Cohen (Orlando, Fla.: Academic Press, 1991), 995-1011; and G. F. Solomon, »Emotional and Personality Factors in the Onset and Course of Autoimmune Disease, Particularly Rheumatoid Arthritis«, in Psychoneuroimmunology, ed. R. Adler (New York: Academic Press, 1981), 174-75.
 22. M. S. Juhn, »Myastenia Gravis«, Postgraduate Medicine 94 (October 1993): 162.
 23. Sheldon Cohen, D. A. J. Tyrrell and A. P. Smith, članak u: New England Journal of Medicine 335 (29 August 1991): 606-12.
 24. J. Kiecolt-Glaser and R. Glaser, »Stress and Immune Function in Humans«, u: Psychoneuroimmunology, ed. R. Adler, O. L. Felten and N. Cohen, 849-67.
 25. T. H. Holmes, »Psychosocial and Psychophysiological Studies of Tuberculosis« u Physiological Correlates of Psychological Disorders, ed. R. R. Greenfield (Madison, Wisc: University of Wisconsin, 1962), 239-55.
 26. R. J. Meyer and R. J. Haggerty, »Streptococcal Infections in Families: Factors Altering Individual Susceptibility«, Pediatrics 29 (1962): 539.
 27. A. M. Jacobson, T. C. Manschreck and E. Silverberg, »Behavioral Treatment for Raynaud's Disease: A Comparative Study with Long-Term Follow-Up«, American Journal of Psychiatry 136 (1979): 844.
 28. R. L. Home and R. S. Picard, »Psychosocial Risk Factors for Lung Cancer«, Psychosomatic Medicine 41 (1979): 503.
 29. S. Lehrer, »Life Change and Gastric Cancer«, Psychosomatic Medicine 42 (1980): 499.
 30. T. J. Jacobs and E. Charles, »Life Events and the Occurrence of Cancer in Children«, Psychosomatic Medicine 42 (1980): U.
 31. D. Spiegel, H. Kraemer, J. Bloom and E. Gottheil, »Effects of Psychosocial Treatment on Survival of Patients with Metastatic Breast Cancer«, Lancet 339 (1991): 888-91.
 32. R. B. Shekelle et al., »Psychological Depression and 17-Year Risk of Death from Cancer«, Psychosomatic Medicine 43 (1981): 117,
- 19. poglavje**
- Narodni neprijatelj broj jedan**
1. www.cdc.gov/od/oc/media/fact/cardiova.htm
 2. T. Gorgon and W. B. Kanrtel, »Obesitv and Cardiovascular Disease: The Framingham Heart Study«, Clinics in Endocrinology and Metabolism 5 (1976). 367.
 3. W. B. Kannel and T. Gordon, »Physiological and Medical Concomitants of Obesitv: The Framingham Heart Study«, u: Obesity in America (Washington, D.C.: Government Printing Office, 1979), 125.
 4. P. L. Schnall, J. E. Schwartz, P. A. Landsbergis et al., »A Longitudinal Study of Job Strain and Ambulatory Blood Pressure: Results from a Three-Year Follow-Up«, Psychosomatic Medicine 60 (1998): 697. Stvarno prosečno povišenje od 11/7 mmHg (izraziti stres) i pad od 5/3 mmHg (prelaskom na stres niskoga stepena).
 5. M. F. Muldoon, T. B. Herbert, S. M. Patterson et al., »Effects of Acute Psychological Stress on Serum Lipid Levels, Hemoconcentration and Blood Viscosity«, Archives of Internal Medicine 155 (1995): 615.
 6. P. P. Vitaliano, J. M. Scanlan, C. Krenz et al., »Psychological Distress, Caregi-

- ving and Metabolic Variables», *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci* 51 (1996): 290.
7. Muldoon et al., »Effects of Acute Psychological Stress», 615.
 8. J. H. Markovitz, K. A. Matthews, J. Kiss et al., »Effects of Hostility on Platelet Reactivity to Psychological Stress in Coronary Heart Disease Patients and in Healthy Controls», *Psychosomatic Medicine* 58 (1996): 143.
 9. W. J. Kop, K. Hamulyak, C. Pernot and A. Appels, »Relationship of Blood Coagulation and Fibrinolysis to Vital Exhaustion», *Psychosomatic Medicine* 60 (1998): 352.
 10. Temelji se na podacima R. H. Rahe and M. Romo, »Recent Life Changes and the Onset of Myocardial Infarction and Coronary Death in Helsinki», u: *Life, Stress and Illness*, ed. E. K. E. Gunderson and R. H. Rahe (Springfield, 111.: Charles C. Thomas, 1974), 111; and T. Theorell and R. H. Rahe, »Psychosocial Characteristics of Subjects with Myocardial Infarction in Stockholm», u: *Life, Stress and Illness*, 96.

20. poglavlje

Život bez stresa

1. Kaže se da je to bila omiljena izreka Hansa Selveja, oca teorije stresa.
2. Gallupovo istraživanje na 1011 odraslih u članku Barbare Paulsen, »A Nation Out of Balance», *Hippocrates* (October 1994): 29-32.
3. Citirano u Paulsen, »A Nation Out of Balance», 30.
4. R. Svendsrod, »Locus of Control and Life at Work», u: H. Ursin and R. Muri-son, eds., *Biological and Psychological Basis of Psychosomatic Disease* (Oxford, England: Pergamon Press, 1983), 137.
5. J. Rodin, »Managing the Stress of Aging: The Role of Control and Coping», u: S. Levine and H. Ursin, eds., *Coping ,ind Health* (New York: Plenum Press, 1980).
6. H. M. Lefcourt, »The Function of the Illusions of Control and Freedom», *American Psychologist* 28 (1973): 424-25.
7. K. I. Maton, »The Stress-Buffering Role of Spiritual Support: Cross-Sectional and Prospective Investigation», *Journal for the Scientific Study of Religion* 28 (1989): 310-23.
8. H. G. Koenig, J. N. Kvale and C. Ferrel, »Religion and Well-Being in Later Life», *The Gerontologist* 28 (1988): 18-28.
9. J. J. Lindenthal, J. K. Myers, M. P. Pepper and M. S. Stern, »Mental Status and Religious Behavior», *Journal for the Scientific Study of Religion* 9 (1970): 143-49; vidi također: R. Stark, »Psychopathology and Religious Commitment», *Review of Religious Research* 12 (1971): 165-76.
10. R. W. Williams, D. B. Larson, R. E. Buckler, R. C. Heckmann and C. M. Pyle, »Religion and Psychological Distress in a Community Sample», *Social Science Medicine* 32 (1991): 1257-62.
11. H. G. Theiel, D. Parker and T. A. Bruce, »Stress Factors and the Risk of Myocardial Infarction», *Journal of Psychosomatic Research* 17 (1973): 43-57.
12. Richard J. Foster, *Celebration of Discipline: Paths to Spiritual Growth* (New York: Harper and Row, 1978), 84.

21. poglavlje

Faktor vere

1. Susan Parker, »Experts Call Spirituality an Untapped Therapy», *Internal Medicine News* (15 January 1996), 34.
2. G. W. Comstock and K. B. Partridge, »Church Attendance and Health», *Journal of Chronic Disease* 25 (1972): 665-72. Opaska: Ta smanjenja ostaju čak i posle ispitivanja učinka pušenja.
3. T. E. Oxman, D. H. Freeman Jr. and E. D. Manheimer, »Lack of Social Participation or Religious Strength and Comfort as Risk Factors for Death after Cardiac Surgery in the Elderly», *Psychosomatic Medicine* 57 (1995): 5-15.
4. P. Pressman, J. S. Lyons, D. S. Larson and J. J. Strain, »Religious Belief, Depression and Ambulation Status in Elderly Women with Broken Hips», *American Journal of Psychiatry* 147 (1990): 758-60.
5. D. M. Zuckerman, S. V. Kasi and A. M. Ostfeld, »Psychosocial Predictors of Mortality among the Elderly Poor», *American Journal of Epidemiology* 119 (1984): 410-23.
6. Uočite da su u izvornom grčkom obe rečenice jednake.
7. Alzina Stone Dale, *The Outline of Sanity* (Grand Rapids, Mich.: Eerdmans, 1982), 149.
8. Kim Sue Lia Perkes, *U. S. News and World Report* (4 April 1994), 54.
9. Redford and Virginia Williams, *Anger Kills* (New York: Harper Collins, 1993), 184.
10. J. S. Levin, »Religion and Health: Is There an Association, Is It Valid and Is It Causal?», *Sodal Science Medicine* 38 (1994): 1476.
11. Williams, *Anger Kills*, 181.
12. David B. Larson and Susan S. Larson, *The Forgotten Factor in Physical and Mental Health: What Does the Research Show?* Ovo izdanje CMDS-a i bibliografija popraćena komentarima odličan su i opštiran naučni pregled ove teme.

22. poglavlje

Opasnost! Srdžba!

1. Vidi Carol Tavris, *Anger: The Misunderstood Emotion* (New York: Simon and Schuster, 1989) radi uvida u ovo istraživanje. Svojim nas je sažetkom o ovoj temi jako zadužila.
2. Ebbe Ebbesen, Birt Duncan and Vladimir Konecni, »Effects of Content of Verbal Aggression on Future Verbal Aggression: A Field Experiment», *Journal of Experimental Social Psychology* 11 (1975): 192-204.

23. poglavlje

Visoka cena osvećivanja

1. Williams, *Anger Kills*, 186.
2. Aristotle, *Nicomachean Ethics* 1126a, 2.

24. poglavlje

Razum nad crvenim gnevom

1. Neil Clark Warren, Make Anger Your Ally (Colorado Springs: Focus on the Family Publishing, 1990), 153.
2. Seymour Feshbach, »The Catharsis Hypothesis and Some Consequences of Interaction with Aggression and Neutral Play Objects«, *Journal of Personality* 24 (1959): 449-62.

25. poglavlje

Suze: kontaktna sočiva za večnost

1. S. Fishman, »Relationships among and Older Adult's Life Review, Ego Integrity and Death Anxiety«, *Int. Psychogeriatr.* 4, suppl. 2 (1992): 267-77.
2. J. A. Thorson and F. C. Powell, »Meanings of Death and Intrinsic Religiosity«, *Journal of Clinical Psychology* 46 (1990): 379-91.
3. D. N. McIntosh, R. C. Silver, C. B. Wortman, »Religion's Role in Adjustment to a Negative Life Event: Coping with the Loss of a Child«, *J. Pers. Soc. Psychol.* 65 (1993): 812-21.
4. Raymond Brown, *The Gospel According to John* (New York: Doubleday, 1966), 423.
5. Leon Morris, *The Gospel According to John* (Grand Rapids, Mich.: Eerdmans, 1971) 542.
6. Navodi Sheldon Vanauken, *A Severe Mercy* (New York: Bantam Books, 1977), 189.
7. Henry Maudsley, navodi I. Gregory i D. J. Smeltzer u: *Psychiatry: Essentials of Clinical Practice* (Boston: Little, Brown, 1983), 321.
8. Ovo je revidirana verzija. Žalosna je stvarnost američkog života jer ovo poređenje ne želi reći da je to dobra promena.

26. poglavlje

Ne čezni za Mesecom

1. Žalosna je stvarnost američkog života, a ovo poređenje ne želi reći da je to dobra promena.

27. poglavlje

Imate li padobran?

1. Ovu ilustraciju dugujemo knjizi Raya Comforta, *Hell's Best Kept Secret* (Pittsburgh: Whitaker House, 1989), 10-11.

28. poglavlje

Oslobođena duša

1. Carl Jung, *Modern Man in Search of a Soul* (New York: Harcourt, Brace, and Co., 1933), 273.
2. Ibid., 260-62.

Dr. S. I. McMillen diplomirao je na Medicinskom fakultetu Univerziteta u Pensilvaniji i na Londonskoj školi za tropsku medicinu. Posle mnogih godina lekarske službe kao misionar u Africi, dr. McMillen se vratio u Sjedinjene Američke Države где je obavljao lekarsku praksu u Nju Jorku.

Dr. David E. Stern, unuk dr. McMillena, diplomirao je na Medicinskom fakultetu Džeferson u Filadelfiji i na Veaton Gredujet Skul u državi Illinois, gde je stekao magistarski stepen na studijama teologije. Dr. Stern je spe-cijalista interne medicine, a praksu obavlja u Rokfordu, državi Illinois.