

Часть первая

СЕКС – вишенка на торте

Томаш Рехак

ЧТО ЖЕ ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ НЕ ЗНАЕШЬ, ЧТО ДЕЛАТЬ

Меня зовут Томаш Рехак. Я работаю в церкви, а также являюсь лектором в организации АСЕТ. Это международная организация, которая занимается заботой, образованием и обучением в области СПИДа. Ее центральный офис находится в Лондоне.

Я не писатель-теоретик, я практик. Я служу молодым людям, которых постигла неизлечимая болезнь, а также хожу по школам и училищам и рассказываю тебе и твоим друзьям, какие последствия бывают, когда «попадаешь на удочку». Ежегодно я общаюсь приблизительно с 40 000 молодыми людьми. С 1995 по 2002 год я говорил с 250 000 молодыми людьми. Везде, куда бы я ни приходил, мне задавали вопросы, которые по сути очень похожи. Вас интересует партнерство, ухаживание, дружба и секс. Вы ищете ответы в разных журналах и на видеокассетах, стремясь верить им, хотя где-то в глубине знаете, что это еще не все, что от вас еще многое скрывают.

И потом, как молния с неба, приходит известие о том, что один из вас ВИЧ-инфицирован. Завтра им можешь стать ТЫ. Можешь, но не должен. У тебя есть выбор.

Я забыл сказать о том, что я христианин. Это значит, что я не верю в то, что мир возник случайно. Я не верю, что ты являешься какой-то случайностью. Я верю, что каждый из нас исключительный, неповторимый, как неповторим отпечаток большого пальца твоей правой руки. Я верю, что

одинаково неповторимой и исключительной является девушка, сидящая за партой перед тобой. Я верю, что твоя жизнь имеет глубокий смысл. И потому я хочу поговорить с тобой о том, что сейчас, вероятно волнует тебя. В этой брошюре я хочу рассказать тебе, как можно избежать ошибок, которые совершили до тебя многие молодые люди. Я не хочу манипулировать тобой или что-то навязывать тебе. Я только предлагаю другой взгляд, используя свои собственные знания и опыт других людей и моих друзей, которые работают с молодежью.

Мне бы очень хотелось, и я молюсь о том, чтобы то, что ты будешь читать, оказалось для тебя в какой-то степени маяком, направлением в плавание в разбушевавшемся море. Ведь перед тобой открывается длинный путь.

КТО ПРИДУМАЛ СЕКС?

У каждого юноши и у каждой девушки наступает такой момент, когда они начинают задавать себе вопросы. Парень обнаруживает, что у него в разных частях тела начинают расти волосы, да так, что ему хочется бежать к папе с вопросом: «Не превращусь ли я в обезьяну?» Девушка любуется на свое отражение в зеркале в ванной, а затем тайком примеряет мамин лифчик: «Подходит ли он мне?»

Раньше ничего не оставалось, как обратиться с такими вопросами к кому-то, кто был более опытен в этом. Сегодня проще купить журнал «Браво!», «Cool» или «Отдохни!», в которых есть совершенно все. Кроме того, существует множество книжек и разных видеокассет. И ты читаешь и смотришь их! Кое-что в школе под партой. Кое-что тайком, когда родителей нет дома. **Секс, вот оно!**

/рисунок/

Признаюсь, что и я время от времени покупаю журнал «Браво!». Для того чтобы больше понимать тебя. Смотрю на эти страницы: **поражаюсь, сколько разных позиций существует и сколько приемов!!!** Но о любви здесь я не прочитал почти ничего. Так и ты во всех этих источниках информации не находишь ничего о любви. То, что ты читаешь в «Браво!» или в других красочных журналах, придумывают хорошо оплачиваемые редакторы и сексологи. Но что существовало раньше: господин сексолог, главный редактор «Браво!» или секс? Учитывая, что ни господина сексолога, ни господина редактора не принес аист куда-то в капусту, а они когда-то все же родились, то, очевидно, что секс существовал хотя бы несколькими месяцами раньше, чем они. Но насколько раньше?

Когда я ищу ответы на вопросы, касающиеся человека, я люблю обращаться к книге, описывающей жизнь уже 6000 лет назад. И, представь себе, я нахожу там ответы даже на сексуальные проблемы.

Может быть, ты атеист, и я уважаю твое мнение. Но, надеюсь, что время, когда мы боялись услышать другое мнение, отличающееся от общепринятого, уже давно прошло. Значит, со всем уважением к твоему мнению я буду рад познакомиться тебя и со своей точкой зрения.

Книга Библия, о которой я говорю, учит, что мир не возник просто ниоткуда и из ничего, но что он был создан добрым, любящим и

единственным Создателем – Богом. Бог сотворил небо и землю, растения и деревья, животных и человека – мужчину.

Все, что Бог создал, было прекрасно. И человек не являлся лишь модернизированным видом обезьяны. Среди зверей не нашлось ни одного творения, которое могло бы быть ему равноценным партнером. Это всегда были, как и сегодня, только немые друзья, а не партнеры. Тогда в первый раз Бог сказал: **«У меня есть лучшая идея! Не хорошо человеку быть одному. Сотворю ему помощника, соответственного ему».**

И Создатель сделал Адаму что-то типа наркоза – погрузил его в крепкий сон. Затем вынул одно ребро и закрыл то место плотью. Из ребра Бог создал женщину и привел ее к Адаму.

Адам до этого видел только зверей, которыми мы восторгаемся в фильмах, на картинках, в книгах, в сафари или зоопарк. Адам видел их «вживую», в самой что ни на есть совершенной форме. Но на этот раз он проснулся и увидел женщину. Абсолютную королеву красоты, только что созданную, без единого недостатка, которая приходит к нему, держа под руку Самого Бога.

Ты можешь себе это представить? И знаешь, что сделал Адам в тот момент?

Закричал: «ОГО! ВОТ ЭТО КОСТЬ!!!»

Это факт. Так написано в Библии.

То, что я сейчас только что рассказал тебе, может звучать как детская сказка. Какой-то Бог, Какой-то Адам, ребро и потом красивая женщина. Кто бы в начале двадцать первого века стал верить этому? Я тебя понимаю. Но подумай, о чем действительно рассказывает эта история. Адам влюбился в первую, а также единственную королеву красоты, и была свадьба. Так появился первый брак и первые

/рисунок/

сексуальные отношения. Это не выдумали люди. Все это создал Сам Бог.

Автором секса не являются сексологи. Изобретателем секса был Господь-Создатель. И так как Бог подумал все очень хорошо, так же хорошо Он изобрел и секс. И к Своему изобретению дал инструкцию к употреблению. Я не хочу тебя ни к чему принуждать, но если бы я был на твоём месте, я бы ознакомился с этим указанием. Иногда бывает очень рискованно запрыгнуть в быстрый гоночный автомобиль, когда не знаешь, где находится газ и где тормоз. Если сексологи являются не изобретателями секса, а лишь его продавцами, то осторожный человек сравнит их взгляды с инструкцией производителя. Если обе стороны будут говорить одно и то же, тогда все в порядке. Но если их сведения различаются, то я бы в интересах личной безопасности отдал предпочтение производителю, а не продавцу. А ты?

По подсчетам ученых, каждую минуту в мире 34,2 миллиона пар переживают оргазм. Это значит, что извергается несколько тысяч гектолитров жидкости, заключающей в себе миллиарды сперматозоидов. Ради сравнения: самый большой в мире гейзер в национальном парке Йеллоустон в США извергает за один раз 37 850 гектолитров горячей воды. Общий

гейзер всех оплодотворяющих сперматозоидов подобен ему, только он извергается непрерывно.

Секс – это красиво, но это динамит. Один мужской сперматозоид, если оплодотворит женскую яйцеклетку, мгновенно зарождает молодца, похожего на тебя, или нежную красавицу. А при одной сексуальной кульминации из мужчины изливается 400 миллионов таких сперматозоидов. Можешь себе представить, какой это заряд, какой энергетический потенциал? Да, секс – это взрывчатка для воспроизводства. И если мы обращаемся с взрывчаткой неосторожно или вообще неправильно, то она может взорваться прямо у нас в руках. В лучшем случае это приносит инвалидность на всю жизнь, а в худшем – смерть.

ЛЮБОВЬ И СЕКС – ЭТО ОДНО И ТО ЖЕ?

Девушка посмотрит на парня и вздохнет: «АХ, ЛЮБОВЬ!»

Парень посмотрит на девушку и подумает: «СЕКС!!!»

Почему? Потому что мы отличаемся друг от друга. Мы все сотворены как дух, душа и тело. Тело – это то, что ты воспринимаешь своими пятью чувствами: взглядом, обонянием, осязанием, слухом и вкусом. Душа – это наш разум, чувства и воля. Дух – это неосязаемая сущность, способная общаться с Духом Божьим. Женщина и мужчина имеют все эти три компонента, но у каждого они работают немножко по-разному. И поэтому женщина и мужчина так важны и незаменимы друг для друга.

Во время одной лекции меня спросили: «Томаш, как женщинам нравится больше всего? Сзади, спереди, оральный секс...?» (В зале раздался смех ста пятидесяти студентов.) Мой друг Ян Класс медленно ответил:

- Брак похож на выпекание торта. Чтобы его приготовить, необходимо время. Вы должны использовать сахар, яйцо, молоко или масло, потом добавить муку и замесить тесто. Вылить его в форму и форму поставить в

духовку. Потом подождать... - (Из зала слышу замечание: «Че он гонит, в натуре, о выпечке? Я хочу слышать о сексе».) – Когда корж испечен, - продолжал спокойно мой друг, - нужно поделить его пополам, в середине сделать прослойку из крема, лучше всего шоколадного, сверху полить глазурью и, наконец... Чем украшают торт в самом конце?

- Вишенкой! – восторженно кричит одна девушка.

- Взбитыми сливками, - поправил ее мой друг. – В браке это точно так же. Секс является только этими пушистыми взбитыми сливками. Но в действительности все зависит от того, что вы вложите в брак, каким вы его «испечете». Для хорошего брака вам нужно время, и тогда секс – взбитые сливки – это отлично приправит. Взбитые сливки – это вкусно и красиво, но если вы не «испечете» хороший брак, секс его не спасет. А распадающийся брак секс уже вообще не склеит. Наоборот, если вы создадите хороший брак, хорошие отношения, тогда гарантирую вам, что техника секса не будет играть для вас такого значения. Самое важное, чтобы вы умели идти навстречу друг другу.

В зале установилась тишина и потом сразу – бурные аплодисменты.

На семинаре для супружеских пар участникам задали вопрос: «Сколько времени вы посвящаете сексуальным отношениям?» Ответ в среднем был таким: 2-3 часа еженедельно. То есть 1-2% от общего времени. Это очень мало в совместной жизни пары. Счастливый брак, счастливые взаимоотношения зависят от того, каким образом вы совместно проводите оставшиеся 98% времени.

Настоящая любовь желает сделать любимого человека счастливым. Она готова принести ЖЕРТВУ. Интересный ответ на вопрос, что такое любовь, дала в дискуссионной передаче австрийского телевиденья одна немецкая проститутка. Один из участников назвал ее «предпринимательницей любви», но она возразила: «Я не так думаю о себе, я предлагаю всего лишь удовольствие. Любовь – это совсем другое. Когда женщина лежит с температурой и не может пошевелить ни рукой ни ногой, и муж принесет ей

стакан воды и сделает холодный компресс на лоб – тогда это любовь». Даже эта женщина, которая продает себя и предлагает секс за деньги, невольно признает норму любви, описанную в Библии:

ЛЮБОВЬ ТЕРПЕЛИВА, ДОБРА, НЕ РЕВНИВА, НЕ ХВАСТАЕТСЯ. ОНА НЕ РАЗДУВАЕТСЯ ОТ ГОРДОСТИ, НЕ ВЕДЕТ СЕБЯ НЕ ПОДОБАЮЩЕ, НЕ СЕБЯЛЮБИВА, НЕ РАЗДРАЖИТЕЛЬНА, НЕ СЧИТАЕТ СВОИ ОБИДЫ, НЕ РАДУЕТСЯ НЕДОБРОМУ, А РАДУЕТСЯ ПРАВДЕ. ОНА ВСЕГДА ЗАЩИЩАЕТ, ВСЕГДА ВЕРИТ, ВСЕГДА НАДЕЕТСЯ, ВСЕГДА ТЕРПИТ.

(Современный перевод русской Библии)

Я желаю тебе и девушке, сидящей перед тобой, чтобы вы оба встретили партнера, который будет защищать ваше благородство и никогда не сделает вам зла. Это очень важно – найти чистую любовь. И в нашей жизни сейчас наступает время, когда вы начинаете искать такую любовь.

Когда парень в первый раз серьезно влюбляется, он воспринимает девушку как радуго. У него нет потребности прикоснуться к ней. Он не хочет, чтобы она растаяла. Он способен смотреть на нее часами. Рассматривает ее волосы, следить за тем, как она смеется, и как говорит. Он немного ее идеализирует: «лепит ей звездочку на лоб». Она его принцесса. Молодой человек способен любить платонически даже несколько лет. Ради такой любви он готов совершать большие поступки. Прекратит пить, курить, дарит ей цветы, открывает дверь... Некоторые парни заходят так далеко, что даже начинают ЧИСТИТЬ ЗУБЫ.

Похоже, и влюбленная девушка может провести пять часов перед зеркалом. Девушка чувствительнее и более ранима, нежели парень. Ей нужно чувствовать защиту, она должна слышать нежные слова. Если юноша ее слегка обнимет, мельком поцелует, шепнет несколько нежных словечек, она счастлива. Большого и не требует, она уже испытывает чистую любовь.

Однако в тот момент, когда парень и девушка начинают больше внимания уделять прикосновениям, больше целоваться и больше **обниматься, в нас, ребята**, пробуждается желание. Если ты этого не знаешь, и не знает этого девушка, за которой ты ухаживаешь, вы оба быстро попадаете под власть своих сексуальных желаний.

И таким образом дело переходит от ЛЮБВИ к СЕКСУ. Что такое секс, и где его границы? Билл Клинтон сказал: «Я не занимался сексом. Это она прикасалась ко мне. Я ничего не делал». Неужели он на самом деле верит, что не перешел границы? Такова наша человеческая сущность. Вместо того, чтобы признать границы, мы их расширяем.

Парень приглашает девушку в кино. В темноте касается ногой ее ноги. ЭТО ИЗУМИТЕЛЬНО! Он взволнован. Она так близко. Однако очень скоро это перестает быть чем-то необычным, и поэтому в следующий раз он переплетет свои пальцы с ее пальцами. КАК ЭТО ЧУДЕСНО! Парень придет из кино и скажет: ЭТО БЫЛО КРУТО! Девушка приходит домой и два часа рассказывает подругам все подробности.

В следующий раз они целуются, потом последует суперпоцелуй, потом жаркий трехминутный суперсуперпоцелуй (когда это уже угрожает заражением вирусом ВИЧ через слюну), потом какой-нибудь массаж, супермассаж и, наконец, половой акт. Может быть, они этого и не хотели, но все произошло само собой. Это очень похоже на то, как маленький мальчик сбегает с крутой горки. Спуск становится все круче, и он уже не успевает так быстро перебирать ногами, как нужно. БАХ! ТРАХ! И слезы! Гравитация может оказаться сильнее, нежели его способность контролировать ситуацию.

То же самое и с сексом. Секс – это инстинкт к сохранению жизни. И поэтому если это желание не укрощать сразу в зачатке, оно может стать сильнее, чем наша воля. Как минимум у мужчин это так. Это объясняет тот факт, что мужчина может изнасиловать женщину. Даже чужую женщину, которую не знает, не любит и которая ему ничего плохого не сделала. Этот инстинкт может оказаться сильнее, чем разум. Если мы дадим ему волю, он

становится все сильнее, и мы не сможем предвидеть, как и где это закончится. Без жестко установленных границ свое желание будет расти и расти. Особенно если решишь, что тебе все можно. Но последствия могут быть совсем не такими, как ты думаешь. Прочитай несколько отрывков из писем, которых я получаю в огромном количестве.

«...Пять лет тому назад я подружилась с парнем, и наши отношения переросли во что-то чудесное. Я верила, что наши чувства вечны. У него была своя квартира, и мы жили

/рисунок/

вместе, как муж и жена, хотя не были расписаны. Было здорово, но только первые два года. Потом он ушел в армию. А когда вернулся, его как будто подменили. Возможно, и я стала другой. Я уже не хотела только секса. Но ему нужно было лишь это. Наши встречи ограничивались сексом. Только Бог знает, сколько раз я хотела остановить это, но не получалось. Я чувствовала себя обязанной, как в браке, а потом задавала себе вопрос: что я скажу в будущем другому парню? Это меня связывало. В сущности, я была рабом тела, и это продолжалось целых пять лет. Душа стремилась к чему-то

другому, но тело поступало по-своему. Потом я начала уже физически отвергать его. Я пыталась говорить с ним, сказать ему, что мне нужно что-то большее, красивое, но он вообще этого не понимал. Только ревновал и подозревал меня. Потом однажды устроил скандал, и, в конце концов, мы разошлись. Я думала, что буду несчастной и мне будет грустно, а все было наоборот. Наконец-то я почувствовала свободу, счастье и радость. Я была такой глупой, когда думала, что для сохранения любви я должна угодить ему сексуально. Если бы кто-нибудь спросил меня, какой день в своей жизни я бы изменила, я знаю точно – тот, когда я добровольно согласилась потерять то, что я должна была сохранить только для своего будущего мужа...»

А вот что написала другая девушка:

«...Он требовал от меня именно эту вещь, но я сказала: «НЕТ!». «Не будь старомодной, ведь это делает каждый», - настаивал он. «Но не со мной», - не поддавалась я. Он разозлился и сказал мне: «Плевал я на тебя, найду себе такую, которая меня поймет». Я ему ответила: «Знаешь, если речь идет только о сексе, спокойно иди. Я люблю тебя, но мое тело, как и мое сердце, - это моя ценность, и я сберегу ее только для своего мужа». И в тот момент он понял и извинился передо мной. Я бы хотела поблагодарить свою маму, которая воспитывала меня на принципах добрачной чистоты. Многие девушки не осознают, что они теряют. Оказывается, это так здорово – знать, что твой партнер тебя по-настоящему любит...»

Письмо мамы пятнадцатилетней девушки:

«...В этом году у моей дочери была сексуальная связь с семнадцатью мужчинами. Месяц тому назад ей сделали аборт, а два месяца назад она пыталась покончить жизнь самоубийством. Сегодня утром, когда она уходила в школу, я спросила ее: «Доченька, милая, зачем ты это делаешь? Зачем губишь себя? Неужели твое сексуальное влечение настолько сильное, что ты не можешь справиться с ним?» Она ответила: «Нет, мама, у меня нет

никакого сексуального влечения. Да и секс мне совсем не нравится. Зато после того, когда мы этим занимались, парень говорил мне, что любит меня».

Как жестоко была обманута эта девушка. И как мы, мужчины, обманываем женщин!

Другую историю описывает Джош Макдауелл (американский писатель и психолог) в своей книге «Тайна любви». Беременная девушка хотела знать его мнение об аборте. Когда ей задали вопрос, почему она вступила в интимную связь со своим парнем, она ответила: «Я всегда хотела подождать с этим, но давление с его стороны было очень сильным. Он говорил мне все время: «Солнышко, если ты любишь меня, ты мне это позволишь. Милая, если я для тебя что-нибудь значу, ты не допустишь, чтобы я страдал по тебе напрасно».

«А что вам говорит ваш любимый теперь?»

Она опустила глаза. «Он говорит: «Солнышко, если ты любишь меня, то ты сделаешь это. Милая, если я для тебя что-нибудь значу, ты должна сделать аборт».

Да, мой друг, в этом мы, мужчины, должны признаться: секс сам по себе – не любовь, он может даже оказаться «абортом» любви. В то время как в браке секс приносит удовольствие и в нем заключается огромная сила создавать новую жизнь, вне брака он может разрушать и опустошать с такой же силой, как атомные бомбы разрушают дома и опустошают природу и города.

Любовь – это глубокие эмоциональные взаимоотношения, которым мы все должны учиться. Это не только твоя проблема. Это проблема всего общества. Настоящей любви нельзя научиться, занимаясь сексом. Секс до брака похож на срывание яблоневых цветов. Сорвешь их – и яблокам не из

чего вырасти. Ибо любовь не распускается и не прорастает из секса, а наоборот: любовь растет и развивается по направлению к сексу.

ОДИНАКОВО ЛИ ВОЗБУЖДАЮТСЯ ДЕВУШКА И ПАРЕНЬ?

НЕТ!!!

Может быть, я шокировал тебя столь радикальным ответом, но ты должен об этом знать. Обязательно дай прочитать эту главу своей девушке.

Мужчина подобен горючему веществу, которое вспыхивает от взгляда и соприкосновения. Парни очень легко воспламеняются. Как газовая плита – включишь, чиркнешь спичкой. Бах! Горит...

Я читал, что большинство нормальных парней думает о сексе каждую двадцатую секунду. Во время лекции один парень спросил: «Скажите мне, о чем я должен думать остальные девятнадцать секунд?» Голова парня может быть забита сексом, и он не знает, что с этим делать. Читает алфавит, увидит букву «У», и у него уже похотливые мысли. Увидит девушку, одетую в джинсы в обтяжку, и уже полон фантазий. Эта девушка привлекла его не глазами, не своим сердцем, хватило линии ее тела.

Об этом необходимо знать и девушкам. **Большинство девушек не осознает, как их внешний вид воздействует на мужчин.** Я иду по городу и вижу парня с девушкой. У нее «микроюбка», обтягивающая майка, она держит его за руку. Я сомневаюсь в том, что этот парень действительно любит ее. Знаешь, почему? **Она просто сексбомба.** Они идут вместе по улице, но пятьдесят других парней, которые в течение этого вечера увидят ее, скажут себе: «Эту я бы поимел, ребята!» Ты знаешь, что это значит в конечном счете? Он держит ее за руку, но пятьдесят других мужчин в это же самое время мысленно занимают с ней сексом. Если бы он действительно любил ее, он бы не вытерпел взгляды других мужчин. Скорее он сказал бы ей: «Ты что, не могла надеть юбку немного подлиннее? Я не хочу, чтобы всякий раздевал тебя на улице глазами». Каждый мужчина, который

действительно любит, не хочет делиться дамой своего сердца. Мужчины делятся только проститутками.

Позволь привести еще один пример.

Ты наблюдаешь, как кто-нибудь чистит апельсин, и у тебя начинают течь слюни. Но это еще не значит, что ты набросишься на этого человека и заберешь у него апельсин. Ты просто сглотнешь слюну и пойдешь дальше. Или достанешь свой собственный апельсин.

Когда мужчина видит красивую женщину, у него начинают течь сексуальные слюни. Но это еще не любовь. Проблема сегодняшних девушек заключается в том, что они не только выставляют себя как апельсин, но буквально распадаются перед мужчинами на дольки.

Девушки, очень многое зависит от того, как вы одеваетесь. Помогите парням! Тем самым вы поможете и самим себе.

Женщина, которая три дня подряд носит брюки, теряет грациозную женственную походку. Вы верите в это? Женщина ходит, как лань. Мужчина даже через длинную юбку рассмотрит, красивая ли у нее фигура. На лекциях иногда случается так, что передо мной сидит девушка в мини-юбке. Все ее преимущества и недостатки обнажены. Тогда мне очень трудно читать лекцию.

Потому что я начинаю сомневаться:

1. Я уже не знаю, что такое красиво.
2. Я уже не мужчина.

В УЩЕРБ КРАСОТЕ ВОЗНИКАЕТ СЕКСУАЛЬНЫЙ СОБЛАЗН.

Я хотел бы сейчас рассказать историю, которую люблю рассказывать девушкам. Представь себе, что мы находимся на лекции только для девушек, а ты тихонько сидишь под дверью и подслушиваешь.

Милые девушки, вы знаете сказку о принцессе и драконе, который хотел ее съесть? (Все в зале смеются – они знают эту сказку.)

Жила-была одна принцесса, и она встретила юношу. Это был хороший парень, но у него была одна проблема. Он казался очень стеснительным,

этакий спящий красавец. Принцесса мысленно говорила себе: «Хорошо было бы разбудить его, но как?»

Как в сказках пробуждают принцев? Ведром воды? ПОЦЕЛУЕМ? «Да, да!!!» - кричат девушки в зале.

Принцесса знала сказки, она знала, что это должен быть поцелуй, только какой? Французский, итальянский, русский?.. **Она набралась смелости и поцеловала его, но вдруг проснулся не принц, а ДРАКОН!**

Дракон не ломает голову над тем, счастлива ли принцесса. Дракон хочет насладиться ею. Каждый год ему нужна одна девственница. Он не чувствует любви, он просто хочет получить удовольствие. И больше ничего. О, как была удивлена принцесса! Она хотела разбудить принца, но вместо этого разбудила дракона.

ЗАКЛИНАЮ ВАС, ДОЧЕРИ ИЕРУСАЛИМСКИЕ... НЕ БУДИТЕ И НЕ ТРЕВОЖЬТЕ ЛЮБОВЬ, ПОКУДА НЕ ВОЗЖЕЛАЕТСЯ (Библия, Песнь Песней)

Представь себе, что ты имеешь дело с алкоголиком. Если нальешь ему рюмку, разбудишь в нем потребность и желание пить. Одну в себя опрокинет и после этого перестанет контролировать себя. И тебе это уже не нравится. Скажешь: «Брось, больше не пей...» **НО ОН УЖЕ НЕ МОЖЕТ. ОН ПЕРЕСТАЛ УПРАВЛЯТЬ СОБОЙ.** Подобно этому обстоит дело у парней с сексом.

Если вы обнимаетесь и целуетесь до момента, когда самоконтроль одного из вас находится под угрозой, то вы уже зашли слишком далеко. Вид чересчур обнаженного женского тела и интимные прикосновения могут способствовать тому, что молодой человек перестанет управлять собой. Уясни себе раз и навсегда: если разбудишь в парне дракона, заплатишься за это.

/рисунок/

После одной лекции ко мне подошла девушка и сказала:

«Ох, если бы я услышала вашу лекцию месяц назад. Тогда я в первый раз переспала с парнем. Мы дружили, впервые занимались любовью. Потом утром он мне сказал: «Вот если бы ты забеременела и родила мне щенка, то я бы женился на тебе».

Меня это сильно унизило. Я поняла, что это была не любовь и что он просто использовал меня. Через три недели позвонил еще раз, спросил, пришли ли месячные... На этом мы расстались. Как так можно? Я так верила ему». Такое бывает. Тот парень действительно не любил девушку. И она была легкомысленной и не осознавала, какие чувства в нем будит.

Теперь совет парню: **УБЕГАЙ, ПОКА НЕ ПОЗДНО!** Если чувствуешь, что не устоишь перед соблазном девушки, в таком случае придерживайся правила: **КТО УБЕЖИТ, ТОТ ПОБЕДИТ!**

Совет девушке: **НЕ ВЕДИ СЕБЯ ВЫЗЫВАЮЩЕ, НЕ НАВЯЗЫВАЙСЯ И ИМЕЙ ГОРДОСТЬ!** Твое «НЕТ», твои удары по его рукам, краска на твоих щеках, слезы в твоих глазах: «Не делай этого!» - это надежнее, нежели самая совершенная противозачаточная таблетка.

Женщина любит ушами... Многие парни этого не знают. Как девушка не знает, как дразнит парня ее мини-юбка, так и парень не знает, как мужское признание и комплименты разжигают желание любви и воображение девушки.

«Любимая, ты видишь эти звезды, как они великолепны!!! Но ни одна из них не сравнится с тобой. Я люблю тебя. Клянусь! И если ты меня любишь,

докажи мне это. Не стыдись! Посмотри, вон кусты...» И девушка верит, что встретила принца, а он ее просто затащил в кусты. ДИКАРЬ!

Парень знакомится с девушкой. Они разговаривают весь вечер. Он провожает ее домой. Достал бы для нее звезды с неба. Она всему верит – заглывает приманку. Они проводят красивый романтический вечер.

Утром парень проснется: «Эх, не фига я ей все это наобещал? Что мы будем вместе до самой смерти?.. Пять детей?.. Золотые горы?.. Дом с двумя ваннами?..» Голова проясняется, и он «тормози-и-и-ит».

Девушка переживает эту ситуацию совершенно по-другому. Она всему верила. Утром встанет – если вообще спала, выйдет на улицу и рвет цветы, чаще всего ромашки (портит заодно природу), и гадает: «ЛЮБИТ – НЕ ЛЮБИТ». Она спрашивает, любит ли он ее, а он спрашивает почти то же самое: «Люблю ли я ее вообще?»

Вечером они встретятся, и он, вместо того чтобы сказать: «Извини, я вчера немного переборщил», подбодрит себя и скажет: «Ну и что, у всех парней бабы, почему бы не у меня?» Вчера был диалог сердец, а сегодня будут общаться тела.

Что это значит? Мужчины любят больше разумом, а женщины сердцем. И это неплохо, так как в браке они отлично дополняют друг друга. Но только в браке. И никак не раньше. От добрачного секса в большинстве случаев остаются лишь болезненные переживания.

Любовь – это не только чувство, но и ответственность. Молодой мужчина, мыслящий зрело, должен считаться с этой ответственностью. Да, ты ответствен за девушку, с которой завязываешь отношения. Она чувствительна, и может научить тебя, чтобы ты не остался каким-то холодным компьютерным «жестким диском», а ты несешь ответственность за то, чтобы не покалечить ее чувства.

Женщина не похожа на мужчину, и мужчина не похож на женщину. По-настоящему и до мельчайших подробностей люди узнают друг друга лишь в течение длительной совместной жизни в браке, и это познание

продолжается всю жизнь. Но это приключение, ради которого стоит жить. Интимная связь на пробу ничего не говорит о том, какая у вас любовь.

Как нельзя на пробу родиться и умереть, так же нельзя иметь интимную связь на пробу. Интимная связь вне брака отличается от той, которую имеют муж и жена. Плавать не научишься в ванне. Тебе нужно достаточное количество воды. Только брак является озером настоящей любви. Даже если испытание сексом пройдет удачно, это еще не гарантирует тебе счастливый брак.

ЯВЛЯЕТСЯ ЛИ ДЕВСТВЕННОСТЬ ПЕРЕЖИТКОМ ПРОШЛОГО?

Слово «девственность» означает особый оттенок чистоты и непорочности. Обычно мы используем его, говоря о девственной природе. Но какое значение оно имеет в жизни молодого человека на переломе третьего тысячелетия?

В машиностроительном техникуме (в классе были одни парни) я спросил: «Скажите мне откровенно, если бы здесь были две одинаково красивые девушки, одна была бы девственницей, а вторая уже имела семь любовных связей, какую вы бы выбрали себе в жены?» Все хотели девственницу.

Женщина хочет мужчину, для которого она будет последней.
Мужчина хочет женщину, для которой он будет первым. Почему? ЧТО ТАКОЕ ДЕВСТВЕННОСТЬ?

Вход во влагалище девочки с рождения защищен тонкой пленкой – девственной плевой. Если девушка не имела половой связи, то она остается девственницей. В древние века девственность девушки имела такую высокую цену, что мужчина, нарушивший эту девственность до брака, был обязан:

УПЛАТИТЬ ОТЦУ ДЕВУШКИ ПЯТЬДЕСЯТ СИКЛЕЙ СЕРЕБРА (пятьдесят сиклей составляло полкилограмма). **ДЕВУШКА ПОТОМ СТАНЕТ ЕГО ЖЕНОЙ, ИБО ОН НЕ МОЖЕТ РАЗВЕСТИСЬ С НЕЙ** (Библия, Второзаконие)

В древние века жизнь женщин не была легкой, они должны были тяжело работать и были полностью зависимы от мужа. Но библейский закон, учитывающий сексуальное злоупотребление, гарантировал женщине защиту ее чести. Интимная связь мужчины с девушкой, которая не является его женой, унижала женщину. И если она соглашалась со своим позором, то она сознательно грешила. Песнь Соломона в Библии выражает отношение к девственнице такими великолепными стихами:

ЗАПРЕТНЫЙ ЧАД – СЕСТРА МОЯ, НЕВЕСТА, ЗАЛЮЧЕННЫЙ КОЛОДЕЗЬ, ЗАПЕЧАТАННЫЙ ИСТОЧНИК. РАССАДНИКИ ТВОИ – САД С ГРАНАТОВЫМИ ЯБЛОКАМИ, С ПРЕВОСХОДНЫМИ ПЛОДАМИ, КИПЕРЫ С НАРДАМИ... САДОВЫЙ ИСТОЧНИК, КОЛОДЕЗЬ ЖИВЫХ ВОД И ПОТОКИ С ЛИВАНА.

Уважение к девственности сохранялось тысячелетиями во всем мире, а христианство еще более укрепило его, потому что именно христианство показало, какую ценность представляет собой женщина. Почему девственность так важна?

Современная наука доказал, что если девушка рано начинает жить половой жизнью и менять партнеров, то у нее снижается чувствительность влагалища. Рак матки намного чаще возникает у тех женщин, которые рано начали сексуальную жизнь, курили и имели много партнеров.

Но все это еще не было известно 50 лет назад. Именно поэтому после Второй мировой войны с развитием эмансипации в сознании общества укоренилось мнение, что девственность сама по себе бессмысленна и что гораздо более важным является образование женщины и ее полное – и душевное, и физическое – уподобление мужчине.

После лекции ко мне обычно подходят молодые люди, которые хотят поговорить наедине. Я всегда задаю им вопрос, когда они начали жить сексуальной жизнью. Многие из вас приобретают этот опыт с четырнадцати, пятнадцати лет. Некоторые даже с двенадцати. Существует какой-то миф. Девушки разговаривают между собой: «Девчонки, не может быть, ей уже шестнадцать, а она еще девственница. Я балдею!» И парни с другой стороны: «Пацаны, вот это кадр, в свои семнадцать он еще не трахнул ни одной бабы. Его должны показывать в зоопарке!» Наличие девственности у парня или девушки воспринимается как какой-то физический недостаток. Этот миф поддерживают и средства массовой информации, так как на этом делают деньги. Но это просто большой бизнес, и больше ничего. Ты и твои однокурсники и однокурсницы становитесь жертвами этого бизнеса.

Обычно люди говорят, что девушка «потеряла» девственность. Поэтому в школах я часто спрашиваю: «Девушки, объясните мне, как можно потерять девственность? Вы идете по улице, и она выпадает из вашей сумочки? Как носовой платок? Ой, я выронила свою девственность, как жаль...».

Девственность нельзя потерять, как колечко. Девственность отдают сами, добровольно. По своей свободной воле или под чьим-то давлением.

Сколько парней девушка может одарить таким образом? **Только одного и только раз в жизни.** Если у человека есть что-то, что дано ему только один раз и что он никогда уже не сможет получить обратно, то это является

очень ценным, и он должен хорошо взвесить, кому это следует подарить. Многие девушки, и сегодня их большинство, тратят один из своих драгоценных даров как ничего не значащую вещь, а потом жалеют об этом всю свою жизнь.

Мой друг Стюарт Ангус рассказал мне историю одной девушки Кати, которая решила остаться девственницей до брака и свою девственность подарить своему мужу как самый лучший свадебный подарок. Девушки в классе смеялись над ней. Говорили ей: «Ты монашка, недотрога!» Парни шутили над ней: «Катка, не будь глупой, наслаждайся, пока молодая, не будь старомодной» и делали разные намеки в ее адрес.

Однажды, когда девушки в классе опять смеялись над ней, она повернулась и спокойно сказала: «Слушайте, в любой момент, когда я захочу, в любой день, месяц или год я могу отдать свою девственность и стать такой же, как вы, но ни одна из вас уже никогда не сможете быть такой, как я». Она осознала ценность своей чистоты и не собиралась разбрасываться ею. Все, что является редким и драгоценным, легко испортить. Особенно если вы используете это не по назначению.

Представь себе, что у тебя есть фотоаппарат – дорогой и уникальный. Например «Никон» или «Олимпус» с «крутым» объективом и кучей программ. Тебе понадобилось какое-то время, чтобы научиться пользоваться им. И сот ты уже почти умеешь фотографировать и делаешь отличные фотографии. На этот фотоаппарат ты копил долгое время, но если бы бабушка тебе не добавила, ты бы все еще только смотрел на него в витрине. Но сейчас он твой и доставляет тебе радость.

И потом появляюсь у вас я. Ты хочешь отремонтировать забор в огороде, и я соглашаюсь помочь тебе. Мы должны забить пару гвоздей, но у нас нет молотка. Оглядевшись, я замечаю твой фотоаппарат. Беру его в руку. Хм, интересно: удобно держать, тяжелый, из твердого материала – отлично. И я использую фотоаппарат как молоток. Как ты думаешь, это работает?

Работает и очень хорошо. Действительно, забор можно починить фотоаппаратом. **Это работает!**

Подобно этому я могу использовать гитару в лодке вместо весла или часы в качестве мячика. Зачем быть таким ограниченным и использовать фотоаппарат только для фотографирования, гитару – для игры и часы – для определения времени? Не будем такими старомодными! Эти вещи могут иметь более широкое применение. Это работает! Но только до тех пор, пока мы не захотим фотоаппаратом опять снимать, на гитаре снова играть, а на часах следить за временем. И вдруг у нас возникают проблемы. Дорогой фотоаппарат не снимает, гитара не играет, часы нельзя отремонтировать. Все сломано после грубого обхождения и большей частью навсегда. Я неправильно использовал дорогую вещь, и она была испорчена.

Эта закономерность точно так же прослеживается и в сексе. Секс – это что-то очень красивое и драгоценное. Он является средством, с помощью которого муж и жена могут выразить любовь и совершенную преданность друг другу. Секс не является целью, это средство. И это средство предназначено для того, чтобы укреплять отношения между одной женой и одним мужем в течение всей жизни. Такие отношения называются браком. Иметь секс – это значит отдаться другому человеку полностью, как никому другому. Кто-нибудь возразит: «Зачем сразу жениться, если мы хотим только получить удовольствие?»

Если ты переступишь предписанный способ применения, то это приведет к частичному или полному разрушению. Оно подкрадывается постепенно, возможно, поразит не тебя, а твоего партнера. И это не заметишь так быстро, как неисправность разбитого фотоаппарата или расклеившейся гитары. В этом и заключается коварство.

Девушка шепчет парню: «Ты мой единственный!» Он про себя думает: «Ты моя третья!».

Одна девушка стала встречаться с парнем. Все было замечательно. Она любила его и думала: «Конечно, это на всю жизнь, и это будет прекрасно».

Но здесь была одна проблема. Он часто повторял ей: «Наверно, я не кажусь тебе достаточно хорошим. Если бы ты меня действительно любила, ты бы отдала мне все. Разве ты не видишь, что ты меня возбуждаешь? А потом отступаешь. Кто это может вытерпеть?» Она размышляла о том, как же ему показать, что она действительно его любит. Наконец она решилась. Немного боялась, но сделала это. Они переспали. Старались, чтобы это было как в фильме. Не очень получалось. На второй день она проснулась и подумала: «Стоило ли это того? Конечно, ведь мы любим друг друга и обязательно когда-нибудь поженимся. Только мы начали чуть раньше». Ждала звонка. Любимый не звонил. На следующий день позвонила сама. Он был немного странный. Она решила, что у него плохое настроение. Договорились о встрече. Она мечтала о том, чтобы он снова подтвердил ей, что любит ее. Но вместо этого он сказал: «Прости, что-то со мной произошло, не знаю что. Наши отношения не перспективны, давай расстанемся».

История, которую я тебе рассказала, это не моя выдумка. Это только одно из многих писем, которые я получаю от девушек. Парень шел лишь за сексуальным желанием. Это была не любовь, это была охота. Он, может быть, даже не осознавал этого, но когда поймал добычу, перестал ею интересоваться.

Напротив, девушку это разочаровало на много лет. Она искала не только секс. Она искала любовь. Большинство девушек ищет любовь. Я не говорю, что все. Некоторые девушки ловят парней еще коварнее, чем парни девушек. И эти девушки хвастаются своей сексуальной производительностью. Но такую я бы не хотел. Запомни это! Большинство девушек ищут любовь и защиту. Многие парни прежде всего ищут только секс. И мы должны знать это друг о друге.

Подумай о чувствах Создателя. Он сотворил женщину для мужчины, сотворил ее как прекраснейшую розу. Знаешь, как расцветает шиповник? Сначала это бутон, потом он начинает раскрываться и источать аромат. Если его хорошо поливаешь и ухаживаешь за ним, он превратится в

изумительный благоухающий цветок. Но это еще не все: когда цветение закончится, останется ягода шиповника, имеющая много полезных и целительных свойств, которым ты можешь радоваться в течение всей жизни.

И ты можешь найти себе одну такую розу, присматривать за ней, охранять ее, поливать, наслаждаться ее благоуханием и благотворными воздействиями. Если будешь поступать с розой хорошо и правильно, она щедро вознаградит тебя. Но если ты попытаешься помочь бутону преждевременно раскрыться, то ты уничтожишь его. Роза уже не расцветет. Конечно, ты можешь выбросить этот бутон на мусорку и сорвать себе другую розу, на этот раз более зрелую. Если у тебя нет страха перед Богом, почему не бояться ходить от розы к розе? Но будь осторожен: женщина, девушка больше, чем цветок. С каждой женщиной, с которой мужчина соединится, он становится одним телом.

РАЗВЕ ВЫ НЕ ЗНАЕТЕ, ЧТО ТОТ, КТО СОВОКУПЛЯЕТСЯ С БЛУДНИЦЕЙ, СТАНОВИТСЯ С НЕЙ ОДНИМ ТЕЛОМ? ИБО ДВОЕ – СКАЗАНО – СТАНУТ ТЕЛОМ ОДНИМ (Библия, Первое Послание к Коринфянам).

Ты знаешь, что это значит? Исследования в области СПИДа и ВИЧ показали, что мужчина, который вступает в половую связь с женщиной, невольно вступает в контакт со всеми ее прежними сексуальными партнерами, а также с болезнями, которыми они были заражены. Точно так же женщина, которая меняет партнеров, соприкасается через их тела с их прошлым.

Тебе все еще кажется нелепым секс только с одной женщиной в браке, установленном Творцом? Это пуританство? Во времена эпидемии СПИДа?

Что действительно принесла так называемая СЕКСУАЛЬНАЯ РЕВОЛЮЦИЯ?

1. ПОРНОГРАФИЮ. Муж приходит домой и смотрит журнал. Что он там видит? Красивых женщин с идеальным телом. Заглянет на кухню. Что там увидит? Жену в спортивных штанах, мать троих его детей. Тело у нее уже не такое, как в молодости. Какие плоды приносит это сравнение настоящего со сфотографированным сном в журнале? НЕДОВОЛЬСТВО, НЕВЕРНОСТЬ, ВОЗМОЖНО, РАЗВОД, НАСИЛИЕ, БОЛЬ.

2. КОНТРАЦЕПЦИЮ – девственность и сексуальное воздержание были заменены противозачаточными средствами. Казалось, это идеальное открытие. Наконец-то настала сексуальная свобода без опасности нежелательной беременности. Эффективность около 98%. Фантастика! Но какие плоды? Со взрывом сексуальной свободы с головокружительной скоростью распространяются ВЕНЕРИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ, которыми ежегодно заражаются около 340 миллионов людей по всему миру. Кто-нибудь возразит: ведь противозачаточные средства предохраняют от этих болезней. Да, я согласен. Но не все, не всегда и не от всех болезней.

3. АБОРТЫ – убивают 50 миллионов детей в год. Результат? Цивилизованные государства вымирают. К тому времени, когда вы повзрослеете, будет намного больше пенсионеров, чем молодежи. И вы должны будете или всех их прокормить, или в Думе принять закон об эвтаназии и убивать этих старичков. Ты думаешь, вы будете от этого счастливы?

4. ГРАЖДАНСКИЙ БРАК – страх развода, связанный с сексуальной свободой, ведет к так называемым «гражданским бракам». Молодые люди живут вместе, но не хотят брать на себя правовую ответственность. Некоторые молодые люди способны брать высокие кредиты и занимать деньги, чтобы обеспечить себе совместное жилье, но не верят друг другу настолько, чтобы зарегистрироваться. Но что будет после того, как они поругаются и разойдутся? Кто выплатит этот кредит, кому будет принадлежать квартира и кто должен будет «выселиться на улицу»? Эта

тенденция появилась только в 80-х годах. А последствия мы увидим лишь через двадцать, тридцать лет. Какая неопределенность!

5. ДЕТСКУЮ ПРОСТИТУЦИЮ – в Таиланде, например, насчитывается 800 000 детей-проституток в возрасте от двенадцати до четырнадцати лет! Детская проституция начинает распространяться и у нас. Достаточно заглянуть в интернет или пройтись по большим вокзалам. Только об этом много не говорится. Результаты: полностью эмоционально и физически разрушена жизнь каждого использованного ребенка, положено начало развитию страшных физических и психических заболеваний.

Все это еще усиливается сегодняшней программой сексуального воспитания в школах, которая очень мало говорит об ответственности в любви, тем более о ценности воздержания. В основном сообщается лишь о технике секса и о себялюбии: делай то, что тебе приносит удовольствие. В качестве спасательного круга от СПИДа молодым людям предлагают презерватив. Но я тебе скажу: НЕ СУЩЕСТВУЕТ ПРЕЗЕРВАТИВА ДЛЯ РАНЕНОГО СЕРДЦА.

Дерево распознается по его плодам. В Библии пишут, что хорошее дерево приносит хорошие плоды, а плохое дерево приносит плохие плоды. Посмотри вокруг себя трезво и задай

/рисунок/

себе вопрос: какие плоды приносит неограниченная сексуальная свобода? Что она принесла тебе, твоим друзьям и подругам? Что она приносит человечеству?

МЫ СТАЛИ БОЛЕЕ ЗДОРОВЫМИ? 340 миллионов пациентов в мире ежегодно заражается заболеваниями, которые передаются половым путем.

МЫ СТАЛИ БОЛЕЕ БЛАГОРОДНЫМИ? Каждый второй брак заканчивается разводом.

МЫ СТАЛИ БОЛЬШЕ ЛЮБИТЬ СВОИХ ДЕТЕЙ? Ежегодно делается 50 миллионов аборт.

Сексуальная свобода – самая азартная роскошь, которую позволяет себе человечество. Цена тому **ЗОРОВОЬЕ, ДЕНЬГИ и МНОГО РАНЕННЫХ СЕРДЕЦ.** Обертка красивая, но внутри все гнилое. Нам нужны изменения. И молодые люди являются пионерами изменений. Пионерами были и молодые люди, которые два поколения тому назад соблазнились и попали в ловушку сексуальной свободы, сели в поезд, не думая о том, куда он едет. Но поезд идет по рельсам, которые ведут в тупик. Эти рельсы упираются в скалу. Сегодня многие из этих людей стали эмоциональными калеками.

СЕКС И ХАРАКТЕР

Давайте зададим себе вопрос: может ли сексуальная свобода или, наоборот, сексуальное воздержание как-то повлиять на характер?

Прежде чем ответить, я хотел бы рассказать тебе две истории из Библии. Они очень известные, и многие художники пытались в течение столетий изобразить эпизоды из них. С картинами на эту тему ты встретишься в каждом замке и ты, может быть, даже рассматриваешь их, не зная точно, о чем идет речь. Если это так, прими мое повествование как дополнение к своей эрудиции.

Первого мужчину, о котором я буду рассказывать тебе, звали Самсон. Он жил в Израиле около 1130 г. до нашей эры и принадлежал к крупнейшим

судьям Израиля. Самсон был от рождения избран Богом, чтобы освободить Израиль из рук филистимлян. У него были сверхъестественные способности, он был тверд духом, и никто другой не был так физически силен, как он. Но этот необычный молодой человек имел одну слабость. Ему очень нравились красивые женщины. Сначала он влюбился в молодую девушку из вражеского лагеря. Но девушка предала его уже на свадьбе. Когда Самсон узнал об этом, то сгоряча убил тридцать мужчин. Тем самым он, конечно, открыл путь новому военному конфликту. Самсон был сообразительным и обладал огромной силой, так что сумел один хитростью перебить тысячу мужчин, и тем самым обеспечить Израилю двадцать лет спокойной жизни. Но через некоторое время в его жизни опять проявилась слабость к женщинам. Он не только воспользовался услугами проститутки, но и нашел себе новую красавицу, которую звали Далида. Далида получила задание разузнать то Самсона, что может лишить его силы. Для получения этой информации она применила все свое любовное искусство, которое знала. И представь себе, что Самсон, хотя и знал, что Далида использует его, под воздействием сексуального очарования выдал секрет своей силы. Его сила заключалась в его волосах. Дождавшись, пока Самсон заснет, Далида обрила его. И когда на него напали, он уже не смог защищаться, потому что не знал, что сила Божья оставила его. Филистимляне выкололи ему глаза и отправили его в столицу. Они практиковали языческие ритуалы, в число которых входила и гомосексуальная проституция. Они решили унижить Самсона тем, что хотели надругаться над ним во время большого публичного торжества. Они поставили его между двумя колоннами огромного храма бога Дагона, чтобы позабавиться над ним. Дом был полон людей, там были все филистимские правители. И на крыше собралось около трех тысяч мужчин и женщин, смотревших на забавляющего их Самсона. И тогда Самсон воззвал последний раз к Господу и попросил Его еще раз о сверхъестественной силе. И Господь услышал его. Самсон ухватился за два средних столба, которые поддерживали весь храм. Он уперся в них со всей силой, столбы не

выдержали, и храм обрушился. Врагов, которых Самсон тогда убил, было больше, чем он убил за всю свою жизнь. Но за этот свой подвиг он заплатил своей жизнью.

Вторая история еще более древняя и рассказывает об Иосифе, сыне Иакова. У Иакова было двенадцать сыновей, и Иосиф был одним из младших. Это был умный юноша, и отец любил его так, что братья немного ревновали. Иосифу снились интересные сны, которые он рассказывал братьям, и так как в этих снах он играл главную роль по сравнению с другими, это раздражало братьев. Они даже хотели убить его, но вместо этого продали в рабство. В Египте молодого человека купил придворный фараона Потифар. Но Господь не оставил Иосифа, так что Потифар скоро узнал, что он способный, принципиальный юноша, и назначил его своим управляющим. У Потифара была молодая, привлекательная жена. Она заметила, что Иосиф красив и обходителен, и начала без стыда приставать к нему: «Спи со мной!» Но Иосиф сопротивлялся: «Мой господин сделал меня ответственным за все, что имеет. Как же сделаю я это великое зло и согрешу пред Богом?» Но эта женщина приставала ежедневно. Однажды, когда в доме никого не было, она схватила Иосифа за одежду и упрашивала: «Спи со мной!» Иосиф не поддался, вырвался, но его одежда осталась в ее руках. Она начала кричать: «Схватите его, схватите этого еврея, он хотел изнасиловать меня в доме моего мужа!» Конечно, поверили молодой даме, а не слуге, убегающему в нижнем белье, и Иосифа посадили в тюрьму.

Ты можешь сказать: «Да почему он не переспал с ней? Я был бы умнее. Я был бы у нее на содержании и мог бы хорошо жить». Конечно, для молодого Иосифа это тоже было большим искушением. Но послушай, что произошло дальше.

Иосиф провел в тюрьме два года без всякой вины. В то время фараон видел сны, которые никто не сумел объяснить ему. И тогда его виночерпий вспомнил, что когда он был в заключении, то встретился там с юношей

Иосифом, который отлично объяснял сны. Вызвали Иосифа к фараону, и Иосиф не только сумел истолковать сны, но и предложил фараону, как поступить, чтобы засуха, которая должна была прийти через семь лет, не уничтожила Египет. Мудрость Иосифа так изумила фараона, что он сделал его управляющим над всем Египтом, и Иосиф позже смог спасти и свой народ.

Когда сравниваешь эти две истории, то ясно видишь одну вещь. Оба мужчины, Самсон и Иосиф, имели много больших даров и талантов от Бога. Но первый не умел совладать со своим сексуальным влечением, и это в конечном итоге полностью погубило его. Второй, наоборот, был подчинен Божьему закону в сфере сексуально влечения, владел своим сексуальным желанием, и это он в течение многих лет был первейшим человеком в культурном мире того времени.

В одной из прошлых глав мы говорили о том, что сексуальное влечение подобно динамиту. У тебя есть выбор: можешь поиграть с динамитом, пока он сам тебя не уничтожит, или же наоборот, ты начнешь управлять им. Если научишься контролировать сексуальные желания в себе самом, то укрепишь и свой характер.

Может быть, ты вызовешь этим насмешки. Но чем крепче будет твой характер, тем легче ты устоишь в самых сложных ситуациях, которые могут возникнуть в твоей жизни. Сексуальное воздержание «строит один из

/рисунок/

главных столбов» крепкого характера, которым является самообладание. Недавно нашу общественность взволновало известие о молодом отце, который прикрыл плачущего рудного ребенка подушкой, чтобы плач не тревожил его сон (как будто ребенок – это будильник). Таким образом он задушил собственного ребенка. Наверное, он не был профессиональным убийцей. Просто поступил эгоистично и неосмотрительно. Многие маленькие дети у нас подвергаются насилию. Почему? У их родителей может быть огромный сексуальный опыт, но у них полностью отсутствует зрелое самообладание, чувство самоконтроля и ответственности. Секса у них более чем достаточно, рождаются дети, но вот характер никуда не годится.

В нашей стране сексуальные взгляды очень либеральные и свободные, но людей с сильным характером, которые могут противостоять и жизненным обстоятельствам, которые отстаивают свои убеждения и не сгибаются, не так уж много.

Вы, молодые люди, можете встать на лучший путь, чем тот, по которому идут многие ваши сверстники.

Раскрою один секрет. Часто случается, когда я говорю в классе о девственности, некоторые девушки начинают плакать. В первый раз меня это шокировало. У мужчины девичий плач вызывает такую боль! Однако это часто повторяется. Во время моих лекций плачут девушки, которые расстались со своей девственностью. Иногда мне хочется засунуть в карман тебя и твоих сверстников, чтобы вы могли оттуда наблюдать и видеть этот плач. В тот момент девушкам все безразлично: растекшаяся тушь с ресниц, опухшие глаза, растрепанные волосы. Это плач, который очищает их. Может быть, и немножко освобождает, не знаю. Знаю только, что еще никогда не плакала девушка-девственница. Всегда плачут «опытные». Они уже знают, чего себя лишили или чего лишили их парни.

У меня есть к тебе предложение. Я его тебе не навязываю, а просто делюсь им. Почему бы не возобновить старый проверенный путь? Возобновить уважение к женщине, к девственности девушки и уважение к

себе как к мужчине и к своей девственности? Я не верю в то, что ты ничего незначащий НИКТО. Наоборот, я верю, что ты дорого стоишь. Твоя жизнь – не бестолковое существование изо дня в день. Твою жизнь дал тебе твой Творец, потому что Он любит тебя. Это Он сотворил тебя в лоне твоей матери. Его глаза видели тебя еще эмбрионом. Он также Тот, Кто сегодня наблюдает за твоим взрослением. Ты свободный юноша, свободная девушка, и ты живешь в свободной стране. Тебе не нужно сливаться с толпой. В Библии пишут о двух дорогах. По широкой дороге валят толпы людей, но эта дорога ведет к гибели. Однако существует и узкая дорога, идти по которой не так-то просто, и поэтому по ней идут немногие. Но эта дорога ведет к настоящей полноценной жизни. Я считаю, что эта узкая дорога находится посередине той широкой, но только она ведет в обратном направлении, против течения.

Вы можете прожить замечательную жизнь, и я верю, что большинство людей мечтают об этом. Каждый желает быть в чем-то лучшим и даже исключительным. Но для этого необходимо иметь свою собственную точку зрения и не позволить «смыться» себя толпой. Я показал тебе, что в сексуальном влечении приносит счастье, а что, наоборот, боль. Я действительно не хочу никому ничего навязывать. Остановись, задумайся, выбери, реши, какая точка зрения лучше, еще раз взвесь. Не каждая реклама, не каждое предложение являются истинными и наилучшими. Я только советую тебе уважать самого себя и искать девушку, которую сможешь любить всю жизнь и которая будет уважать тебя.

Как в наше время сохранить девственность?

Каждый человек имеет личных «охранников», личных «телохранителей». Их зовут **целомудрие, стыд и уважение**. (Знаешь ли ты, какая разница между стыдом и целомудрием?) Они есть у каждого человека, пока он их в себе полностью не подавит. Это верно не только для маленьких девочек. Сохранить в себе целомудрие, уважение к жизни и определенную застенчивость как по отношению к себе, так и по отношению к девушкам

вокруг себя, - это не слабость, а наоборот, выражение мужества мужественности. У нас должен быть страх обидеть другого и себя. Каждый имеет в своей жизни редкую жемчужину. Этой жемчужиной является сердце. Позволь своему сердцу сохраниться для будущего партнера на всю жизнь. Девушкам при осуществлении этого идеала поможет бережное отношение к своей девственности. А молодые мужчины только выиграют от того, если будут понимать, какую высокую цену имеет человек. Конечно, я знаю, что пытаться иметь незапятнанную жизнь сегодня молодым людям не так-то легко. Мы живем в обществе, заполненном сексом, везде, куда ни посмотрим, мы видим только секс. И на лекциях я иногда встречаюсь с множеством предрассудков.

Не верь предрассудкам! Это предрассудок, что молодой человек, который не занимается сексом до двадцати лет, будет импотентом. Все наоборот. Не верь тому, что твой половой орган неестественно большой или маленький и что ты заранее должен «применять» девичье тело как джинсы. Женское влагалище можно заполнить гигиеническим тампоном диаметром чуть меньше сантиметра, но в то же время через это влагалище пройдет голова новорожденного. Не бойся, твоя жена будет тебе «по размеру». Не верь тому, что ты должен сменить много любовниц, чтобы быть хорошим любовником. Наоборот, настоящей виртуозности любви можно научиться только с одной партнершей. Не верь, что самый красивый секс до двадцати лет, а в супружестве это лишь скука. Наоборот, со своей женой секс, чем дальше, тем интереснее. По мере того, как вы познаете друг друга, созреваете, по мере того как меняются ваши жизненные обстоятельства, в сексе всегда появляется что-то новое, другое, и чем дальше, тем лучше.

Секс интересен не только в двадцать лет. Секс существует и в пятьдесят, и он лучше, чем в двадцать. Кто-нибудь уже говорил тебе об этом? Ищи правду, а изведенную истину ОТСТАИВАЙ!

Так как же создаются отношения, если они не начинаются с секса?

Так же, как строят дом. Дом можно построить двумя способами. Ты можешь не закладывать фундамент, крышу можно положить прямо на не очень высокие стены, сразу оштукатурить свежую кладку. Дело идет быстро. Дом готов гораздо раньше срока, и ты можешь смеяться над тем, кто медленно закладывает основательный фундамент, на стены использует хорошие кирпичи и собирается покрыть дом лучшей крышей. Но дом, построенный на плохом основании, не выдержит долго. Если ты хочешь создать отношения, как качественный дом, тогда главное – не спешить. Прочное основание заключается в том, чтобы узнать друг друга в различных ситуациях. Как твоя девушка и ее мать относятся в своей семье к отцу, так и она когда-нибудь будет относиться к тебе.

Время, которое вы проведете вместе, занимаясь какими-либо общими делами, откроет вам привычки, плюсы и минусы ваших характеров. Обратите внимание на то, не ссоритесь ли вы слишком часто. Кто ссорится, когда еще неженат, еще больше будет ссориться в браке. А если вы поругаетесь, сумеете ли помириться? Признать свою ошибку, попросить прощения? Это очень важные условия хороших, постоянных отношений. Думай о них. Подумай также о том, какое у тебя отношение к Богу и какое отношение к Богу у девушки, которая тебя интересует. Духовное единство является одним из самых важных аспектов.

КТО ТЫ?

Как я уже говорил, как христианин я не верю в то, что мы являемся только случайностью. Также я не верю, что наша жизнь – это всего лишь игра заранее predetermined судьбы, в которой мы не можем ничего изменить. Я не верю, что мы находимся под влиянием моментальной конфигурации звезд на небесах и поэтому должны делать то, что определяют гороскопы. На всем этом предприимчивые люди лишь зарабатывают большие деньги. Я также не верю, что существует некая «сексомания», перед

которой мы не можем устоять и которую должны во что бы то ни стало испытать, даже если цена этому – смерть от СПИДа. Кто же мы тогда? Бог, в Которого я верю (и Которого, между прочим, пока ни одна философия не сумела опровергнуть, даже марксизм, хотя это и было его основной задачей), говорит, что ЧЕЛОВЕК БЫЛ СОТВОРЕН ПО ОБРАЗУ БОЖЬЕМУ, и он был сотворен КАК МУЖЧИНА И ЖЕНЩИНА. ОБОИМ ПОТОМ БЫЛА ДАНА СВОБОДНАЯ ВОЛЯ ПОСТУПАТЬ СО СВОЕЙ ЖИЗНЬЮ ТАК, КАК ОНИ ХОТЯТ.

Это первая величайшая освобождающая истина. Мы не являемся игрушкой ни в руках природы, ни даже в руках инопланетян. Также мы не являемся игрой своих собственных гормонов или порнографических журналов. Мы не являемся усовершенствованными обезьянами, которые не несут ответственности за себя и которым ничего не остается делать, кроме того, чтобы поступать так, как им говорят. Мы свободные люди. Ты тоже свободный человек, живущий в свободной стране, имеющий способность различать добро и зло и свободно принимать решения.

Что ты сделаешь, зависит от твоего РЕШЕНИЯ. В начале взрослой жизни стоит задача принятия РЕШЕНИЯ. Это не решение мамы, сексолога или президента, а ТВОЕ СОБСТВЕННОЕ РЕШЕНИЕ.

В июле 1994 года американская молодежь устроила очень интересную акцию. По краю дороги в Вашингтоне, который ведет от памятника к Белому дому, молодые люди выложили несколько сот тысяч карточек. На каждой карточке было написано личное решение подождать с сексом до брака. Каждая карточка была подписана, и их действительно было очень много. Эта акция нашла большой отклик в других странах, например во Франции и Англии. И чешские газеты писали об этом. Многие люди задавали себе вопрос: где молодые люди берут такую смелость и уверенность?

Может быть, нам уже ничего другого не остается. Например, в Уганде уже каждый пятый человек ВИЧ-инфицирован. Президент Уганды недавно заявил: «Нашей стране не помогут никакие противозачаточные средства.

Нашей стране поможет только то, если девственницы начнут вступать в брак с девственниками, будут иметь детей и останутся верными друг другу на протяжении всей жизни».

От вас, молодых, зависит, будем ли мы переживать подобную ситуацию в нашей стране. Это в ваших руках. Это не определяет ни старики, ни правительство, ни сексолог. Если ты нечаянно заразишься ВИЧ от девушки, которая еще не подозревает, что она также заражена, то это только твой выбор.

Возможно, ты сейчас задаешь себе вопрос: «Но где эту девственницу найти?» И девушки спрашивают: «Где я могу познакомиться с порядочным парнем? Который не думает только об одном?» Это отличный вопрос. Другие скажут себе: «Разве я могу восстановить свою девственность? А если уже поздно?»

В течение всего того времени, что мы с тобой разговариваем, я стремлюсь показать тебе, что секс – это не только вопрос физиологии, но и душевной, и духовной сфер. То же и с девственностью. Физически ее можно потерять, но духовно и душевно чистоту можно возобновить. Тебя интересует, как? Позволь привести еще один пример из Библии. Одну женщину застали при прелюбодеянии. Для Израиля это было большое преступление, так как за прелюбодеяние там побивали камнями. (Интересно, сколько людей у нас было бы побито камнями? Представь себе, как тебя после любовной ночи полиция тащит на площадь, полную народа, на публичный суд. Тебя видят друзья, родители. То же случилось и с той женщиной.)

Эту женщину привели к Иисусу и хотели, чтобы Он осудил ее. Иисус сказал им: «Кто из вас без вины, первый брось в нее камень». Но, как не странно, не нашлось ни одного, кто начал бы бросать в нее камни. Наоборот, все старались незаметно уйти, и, в конце концов, Иисус остался один с той женщиной. Тогда Он сказал ей: «Женщина, где твои обвинители? Никто не

осудил тебя?» Она сказала: «Никто, Господи!» Иисус сказал ей: «И Я не осуждаю тебя. Иди и больше не греши!»

Пойми этот пример правильно. Эта женщина действительно согрешила и была осуждена на смерть. Иисус не оправдывал ее грех, не сказал: «Ничего не случилось, продолжай дальше». Но Он дал ей возможность измениться. Он помиловал ее и потребовал от нее не растрчивать эту милость и больше не грешить. Спустя несколько месяцев Иисус умер на кресте и за грех этой женщины. Она не должна была умереть, Иисус умер за нее. Точно так же это относится к нам. Иисус умер не только за грехи людей тогда, но и за грехи, которые совершаем мы сейчас. Умер за меня и за тебя в то время, когда мы ничего не знали о Нем и вообще не интересовались Им. Все зависит, конечно, от каждого из нас, и от тебя тоже, поверим ли и примем ли мы это или откажемся от этого.

Иисус предлагает тебе совершенно новую жизнь, чистую и непорочную как бы с самого начала. Он говорит тебе: «Я тебя не осуждаю, иди и больше не греши».

Поразмышляй над этим. На вопрос «Что если уже поздно?» Единственным ответом является очищение твоего сердца и тела, тем, что ты придешь к Иисусу. Эта книга не учит об Иисусе. О Нем тебе нужно подробнее искать в другом месте. Но в эту минуту на этом примере ты можешь сделать первый шаг к своему решению:

Иисус, если это правда, что Ты умер и за мое беспорядочное поведение, если это правда, что Ты можешь полностью очистить меня и дать мне новую жизнь, приди, пожалуйста, в мою жизнь и сделай это.

ВЫБОР ПАРТНЕРА И ТЕСТ ЛЮБВИ

«Подходим ли мы друг другу?» - спрашивает каждый, кто начинает рассуждать о серьезности отношений. Поэтому я предлагаю тебе несколько основных вопросов, постарайся ответить на них. Может быть, ты не сможешь ответить сразу, но постепенно под их влиянием сможешь распознать, есть ли смысл продолжать начавшиеся отношения. Тест является равноценным для девушек, и для парней.

Десять вопросов теста любви

1. Отдача – настоящая любовь в большей степени дает, нежели берет, эгоистичная только принимает. Интересует ли меня жизнь другого, его взгляды, ценности и интересы, или только я сам хочу быть центром внимания?

2. Уважение личности и характера – привлекает ли меня ее (его) характер и личность? Хотел бы я, чтобы мы вместе воспитывали наших детей на принципах, в которые верим? Или я испытываю только сексуальное возбуждение? Привлекает ли меня только тело или и характер тоже? (Если привлекает только красивое тело, такой брак с большой вероятностью закончится катастрофой. Вы оба встретите еще много других красивых тел!).

3. Привычки – способны ли мы терпеть большинство привычек, которые принесли с собой из семьи или хотим переделать друг друга во всем? Сможем ли мы всю жизнь терпеть недостатки друг друга, даже если бы мы никогда не изменились?

4. Жизненные ценности – какие у нас приоритеты, что для нас в жизни важнее всего? Имеем ли мы одинаковое мировоззрение?

5. Общение – сможем ли мы откровенно говорить обо всем? Сумеем ли мы объясниться, учитывая наши противоположные взгляды, без того, чтобы ругаться до драки и обзывать друг друга или посылая друг друга подальше?

6. Прощение – если мы уже поругались, сможем ли мы помириться и простить друг друга, не упрекая? Смогу ли я сделать первый шаг в признании ошибки? Сможет ли она (он) тоже признать свои ошибки? (Способность

говорить обо всем и прощать друг друга является самым важным условием для успешного брака.)

7. Знакомство – серьезное ухаживание раньше называли «знакомство». Это слово было образовано от глагола «знать». Знаем ли мы друг друга? Известно ли нам прошлое друг друга, реакции на различные ситуации, планы на будущее, мечты, семейные обстоятельства и условия? Знакомы ли мы с родителями друг друга, братьями и сестрами? Хочу ли я, чтобы его (ее) родители и братья и сестры стали моими родителями, братьями и сестрами?

8. Самообладание – умеем ли мы владеть собой в сексуальной области? Поддерживаем в этом друг друга или взаимно помогаемся? Не вынуждает ли один из нас другого к сексуальной близости? Умеем ли мы ждать? Принужденная половая близость является убийцей брака. Умею ли я владеть собой в холостяцком положении?

9. Страсти и зависимость – какое у нас отношение к сигаретам, алкоголю и наркотикам? Не скрывается ли здесь зависимость? (Очень важный вопрос: сочувствию из-за «любви» в этом случае вообще нет места.) Не склонен ли мой приятель к жестокости и грубости? Не слишком ли увлекается фильмами, полными насилия, или порнографией? Не занимается ли азартными играми? Не являются ли для него самым главным деньги? Не интересуется ли он мной только ради денег и выгоды? Умеет ли он (она) сдерживать свои сексуальные желания по отношению к другим женщинам или мужчинам? Есть ли между нами верность уже сейчас? (Если нет, то не будет и в браке.)

10. Семья – хотим ли мы вместе создать семью? Хотим ли мы иметь детей? Сколько? Хотим ли мы, чтобы в генах наших детей были гены семьи нашего партнера? Готовы ли мы ради детей пожертвовать своим комфортом и привычным образом жизни?

Я предложил вам лишь несколько основных вопросов. Поговорите о них. Это очень важно – в браке уметь говорить обо всем.

В последние годы большое распространение получил так называемый «брак на пробу». В 1966 году в Англии вместе жили перед свадьбой только 3% пар. Остальные сохраняли добрачную чистоту. В 1988 году первых было уже 48%. Ожидалось, что браки, где была «предварительная тренировка», станут стабильнее. Но оказалось совсем наоборот. Согласно статистике 70% разведенных женщин жили со своим партнером уже до свадьбы.

Столь же парадоксальным оказались результаты исследования американских социологов, которые предложили сотням супружеских пар два вопроса: «Получаете ли вы в браке удовольствие от секса? Был ли у вас секс до Брака?»

Результат? Большинство из тех, кто признался, что секс в супружестве их не радует, имели до брака сексуальные отношения. И наоборот: те, кто получает удовольствие от супружеского секса, жили до брака в чистоте. Удивительно!

«Пробный брак» ни в какой мере не гарантирует счастья. Я знаю конкретный случай, когда молодой мужчина жил с девушкой несколько лет во время их учебы в институте. Конечно, они предохранялись, чтобы закончить обучение. Потом поженились, хотели иметь семью. И вдруг оказалось, что один из них бесплоден. Пробный брак совсем не помог им распознать эту ситуацию, и в их отношениях наступил кризис, они стали думать о разводе. Лучше вступить в брак без спекуляции, как в обязательный договор быть вместе до конца жизни и «переносить доброе и злое», чем «пробовать» супружество. Ведь невозможно наперед попробовать все жизненные ситуации. Жизнь нельзя жить «начерно». Она течет день за днем, и каждый день по-своему неповторим.

**ПРЕДОСТЕРЕГАЮЩИЙ СИГНАЛ, ПОСЛАННЫЙ С
«ТИТАНИКА»**

Видел ли ты фильм «Титаник»? Может, он тебя как парня не особенно тронул, но девушкам он нравится. Замечательная работа Джеймса Камерона, может быть, самый лучший фильм, который когда-либо показывали на этой планете. Таким же великолепным когда-то казался пароход «Титаник».

Из исторических событий, касающихся «Титаника», мы можем многому научиться.

«Даже сам Бог не смог бы потопить этот корабль!» - хвасталась команда, перед тем как выйти из английской гавани на этом 300-метровом колоссе, обеспеченном шестнадцатью водонепроницаемыми камерами, которые должны были гарантировать совершенную безопасность. Давайте рассмотрим только несколько фактов. В ту роковую ночь, 14 апреля 1912 года, на борту «Титаника» находились 2235 человек. Это были сливки общества – самые богатые и уважаемые люди. Они беззаботно развлекались. Зал первого класса был наполнен веселой музыкой, танцами и смехом. Все получали удовольствие от беззаботных развлечений. Небо, усеянное звездами, ледяное море, совершенно спокойное, и слабое дуновение ветерка не могли нарушить человеческую уверенность в стопроцентной гарантии безопасности. Они плыли со скоростью приблизительно 22 узла в час, когда вдруг почувствовали легкую вибрацию, в один миг прошедшую по всему кораблю. Все случилось так быстро, что никто не придавал этому значение. Кроме тех, кто стоял на капитанском мостике. Как они не пытались, уклоняясь в сторону избежать столкновения с небольшим на вид айсбергом, они столкнулись с той его частью, которая была спрятана под гладью спокойного океана и составляла три четверти от всей его величины. В правом боку корабля образовалось маленькое отверстие, меньше сантиметра, но через это отверстие айсберг сделал разрез длиной девяносто метров, как будто гигантский консервный нож воткнулся в железный корпус корабля и вскрыл его вдоль. Как верно отметил один исследователь, «непотопимый корабль получил свой смертельный удар». Из 2235 человек погибло 1522.

713 человек спаслись, позже они смогли рассказать миру о том, при каких обстоятельствах произошла эта катастрофа.

Является ли фильм «Титаник» только сказкой о любви кинозвезд Кейт Уинслет и Леонардо Ди Каприо, написанной на историческом фоне? Не является ли он одновременно предостерегающим сигналом? Не плывет ли наша цивилизация такой же спокойной на первый взгляд ночью, когда все разрешено и кажется, что у Бога «руки коротки»? «Будет вечеринка!» - кричат люди со всех сторон, возможно, кроме тех, кто скрывает глаза, полные слез. Возможно ли, что под поверхностью нашего благополучия и нашего «делай то, что тебе нравится» существует скрытое острие, которое проникает сквозь оболочку нашей цивилизации и оставляет за собой длинный губительный разрез? Не угрожает ли нам опасность от того, что «водонепроницаемые камеры» экономики, политики, экологии и сексуальной свободы окажутся ненадежными? Ночью, когда случилась катастрофа, один из владельцев компании «Титаник» получил телеграмму с предупреждением о плывущем айсберге. Владелец компании не поверил телеграмме. Не устраивает ли человечество вечеринку в салоне комфортабельного корабля, плывущего навстречу смертельной катастрофе? Не получится ли так, что мы проигнорируем предостережение, которое может защитить нас от угрожающей нам опасности?

Почти две тысячи лет до этой катастрофы на другом корабле плыл мужчина по имени Павел. Он тоже получил от Бога известие о том, что «плаванье это будет с затруднениями и с большим ущербом» и что жизнь тех, кто находится на борту, окажется под угрозой. Павел предупредил капитана и матросов, но во всем этом была одна загвоздка. Павел был обыкновенным заключенным. Может ли заключенный, верующий в какого-то Бога, Который ему еще и говорит советовать опытным морякам?

«Чепуха! – заявил капитан, - ВЕДЬ ВСЕ СПОКОЙНО: солнце светит, никакая опасность не угрожает. Все хорошо! Да просто отлично!» Далее все выглядело так: снялись с якоря, налетел ураганный ветер и так захватил

корабль, что он стал неуправляемым и был уже только игрушкой, разбушевавшегося моря. Хотя они и выбросили весь балласт, чтобы облегчить корабль ничего не помогало. В течение многих дней не было видно ни солнца, ни звезд. Представь себе эту ситуацию в то время, когда не существовало ни радаров, ни компасов. Абсолютно никакой надежды!

Не кажется ли тебе, что и сегодня многие люди, возможно, и некоторые твои ровесники переживают большую безысходность? Они все испробовали: алкоголь, секс, наркотики, а удовлетворения нет. Многие переживают буквально шторм. Возможно, это ты, или твой самый

/рисунок/

близкий друг, или эта девушка за партой перед тобой. Первая, не желая того, забеременела, второй обнаруживает, что без кайфа не обойтись, третий слышит: «Ты ВИЧ-инфицированный, у тебя СПИД». Четвертому мать сказала, что не выносит отца и что они разводятся. Буря, паника, безнадежность. Корабль тонет, волны поднимаются, эксперты бессильны.

Когда корабль, на котором плыл заключенный Павел, попал в безвыходное положение, в ситуацию вмешался Бог. Он проговорил очень ясно: «Корабль утонет, но заключенный Павел, так как он слуга Божий, будет спасен, чтобы мог сделать то, к чему призван. С ним будут спасены также те,

кто находится на этом корабле». С этой минуты Павел начал заботиться о матросах, они уже не смеялись над ним, не ругали его, но приняли его слова всерьез, слушались его и в конечном итоге действительно спасли свои жизни. (Подробное описание этой истории ты найдешь в Библии – в книге Деяния, главе 27.)

Если ты помнишь, в самом начале брошюры я сказал тебе, что перед тобой длинная дорога, длинное плавание. Ты плывешь. Твой корабль построен из информации, которую передают тебе разные люди, и ты «плывешь по океану», обманчивость которого ты не способен порой предугадать. Иногда Бог посылает тебе кого-нибудь, кто показывает правильное направление. По большей части тот посланник не знаменит, не богат и говорит вещи, которые тебе неприятны. Однако это чистая правда. Принимай Бога всерьез!

/рисунок/

И что, наконец? У тебя много возможностей. Ты можешь махнуть рукой и сказать: «Ерунда!» Ты можешь сесть в «машину» с надписью «Свободный секс», «Наркотики», «Анархия»... и включить первую скорость, вторую, пятую.

Или ты можешь притормозить и начать искать, спрашивать, читать, размышлять. А кто из вас уже решил, что хочет провозгласить то же самое,

что и молодые люди в США, Англии, Франции, Чехии, Словакии, России и Украине:

«Я подожду с сексом до брака».

И это решение зависит только от тебя. Если эта книга поможет тебе принять такое решение, я буду очень рад.

Часть вторая

СЕКС и СПИД

Стюарт Ангус

ВИРУС-УБИЙЦА

Молодой парень, служивший в армии, получил отпуск и приехал домой. Сразу заехал за друзьями, чтобы выпить с ними в баре пару кружек пива. Все расслабились и смеялись. Внезапно открылась дверь, и в бар вошла привлекательная девушка и села за столик. Парень смотрел на нее во все глаза, потом повернулся к друзьям и сказал: «Вот это девчонка, парни! Посмотрим, может, мне повезет». Он подошел к ней и предложил купить что-нибудь выпить. Вскоре они начали оживленно разговаривать и танцевать. Потом вместе выпили еще немного и снова танцевали, потом обнимались и начали целоваться и ласкать друг друга. Свет в баре погас, и

бармен сообщил, что бар закрывается. Парень шепнул девушке на ушко: «Пойдешь ко мне чего-нибудь выпить?» Они ушли вместе и в эту ночь занимались любовью. Утром парень проснулся. Его голова немного болела с вечера. Он повернулся к месту, где лежала девушка. Но ее не было. Он сел и осмотрел комнату. Она исчезла. Ни ее платья, сумки, ничего, кроме... Что там на зеркале? Она оставила на нем послание, написанное губной помадой. Он протер глаза и с непониманием разглядывал, что там было написано. Его охватил страх. На зеркале было выведено: «Приветствую тебя в клубе ВИЧ!»

Эта история случилась в Нью-Йорке и была опубликована в английской прессе в 1987 году. Этот молодой мужчина на самом деле заразился ВИЧ.

Очень вероятно, что через пару лет ты будешь лично знать кого-то, кто умер от СПИДа. Друг, родственник, коллега по работе, сосед, бизнесмен или кто-то из школы. Может быть, что ты не узнаешь, что они умерли именно от СПИДа. Это из-за того, что о СПИДе не принято говорить, и поэтому люди скрывают истину о своей болезни. Вам скажут, что они умерли от рака или воспаления легких, не называя при этом истинную причину смерти.

/рисунок/

По реальным оценкам, каждые несколько секунд новый человек заражается ВИЧ, который позже приведет к СПИДу и смерти. До сих пор не существует лекарства, которое было бы способно вылечить СПИД. Это только вопрос времени – когда умрет человек, заразившийся СПИДом. Это может длиться 15 лет, но этот срок может быть намного короче. Считается, что 50% ВИЧ-инфицированных умирают в течение 10 лет после заражения.

ВСЕМИРНАЯ КАТАСТРОФА?

По последним оценкам, к концу 2002 года ВИЧ было заражено уже 62 миллиона людей во всем мире. Больше 22 миллиона человек умерло от СПИДа.

Каждые 9 секунд СПИДом заражается новый человек – это 12 000 новых заболеваний ежедневно. До сих пор не существует вакцины или лекарства, способного вылечить СПИД.

ВИЧ начинает распространяться в России, Украине и в других странах СНГ. ВИЧ и СПИД являются нашей проблемой. Моей и твоей. Статистика ВИЧ говорит о том, что к 3 марта 2003 года в России было зарегистрировано 231 000 ВИЧ-инфицированных. В Украине к 1 октября 2002 года было зарегистрировано 49 000 таких больных.

Нельзя забывать, что, несмотря на **то, что** тесты анализа на ВИЧ проводятся качественно, большинство людей в обществе не делали их. 231 000 ВИЧ-инфицированных в России – это только те, кто сдал анализ и знает его результат. По опыту других стран известно, что это официальное количество зарегистрированных является лишь верхушкой айсберга.

Некоторые люди не боятся СПИДа, потому что не знают никого, кто бы умер от этой болезни. Проблема заключается в том, что, когда ты уже будешь знать об этом человеке, умершем от СПИДа, ты будешь наверняка знать также 20 других, которые заражены ВИЧ и которые в скором будущем тоже

умрут. Это временное опоздание вызвано длинным инкубационным периодом СПИДа.

Именно эта скрытая характеристика ВИЧ является одной из его наибольших опасностей. Большинство ВИЧ-зараженных не догадываются, что они носят смертельный вирус. Такой человек может выглядеть совершенно здоровым, и в течение долгого времени он может передавать вирус другим людям. Это иллюстрирует картинка «ВИЧ на дискотеке». Кто-то на дискотеке может быть заражен вирусом, но этого нельзя узнать по его внешнему виду.

Один восемнадцатилетний парень из Лондона умер в 1992 году от рака, который был вызван СПИДом (саркома Капоши). Он заразился во время полового акта с семнадцатилетней девушкой. Он не знал, что у нее ВИЧ. Даже она этого не знала. Оба выглядели совершенно здоровыми. Сегодня обоих уже нет в живых. Люди в вашем городе, даже те, которых вы знаете лично, могут быть заражены ВИЧ и даже не подозревать об этом.

/рисунок/

На дискотеке один ВИЧ-инфицированный. Кто это?

Не существует лекарства

Неприятно то, что ВИЧ является вирусом. Некоторые другие вирусы, например, грипп, не всегда приводят к смерти. Мы боеем до тех пор, пока наши белые кровяные тельца не произведут антитела, которые победят эти вирусы. Для них медицина уже открыла вакцины. Вакцина заранее имитирует вирус, и организм начинает производить антитела, которые в случае заражения победят сам вирус. Эти антитела к определенному вирусу остаются в нашей крови навсегда.

До сих пор ученые не смогли найти лекарство, которое уничтожало бы ВИЧ. Все известные на сегодняшний день лекарства, действующие против ВИЧ, имеют негативные побочные эффекты. Медицина открыла вакцину от многих болезней, но в случае с ВИЧ эффективная вакцина пока не найдена. ВИЧ постоянно меняет в крови человека свою форму, и антитела, произведенные три месяца назад, данный измененный вирус уже не узнают и поэтому даже не атакуют его. К сожалению, нет надежды, что ученые в ближайшее время найдут лекарство или вакцину от ВИЧ, и поэтому в нашей борьбе со СПИДом мы должны сосредоточиться на единственной надежде – профилактике.

ЧТО ТАКОЕ СПИД?

СПИД – это аббревиатура синдрома приобретенного иммунодефицита, что обозначает потерю способности самозащиты организма. Это снижение иммунной способности вызвано ВИЧ (вирусом иммунодефицита человека).

Обычно организм хорошо подготовлен к уничтожению микробов. Белые кровяные тельца создают иммунную систему, которая очень эффективна. Человек заболевает СПИДом, когда вирус настолько ослабит иммунную систему, что разные болезнетворные бактерии могут вызвать инфекцию, которая приведет к смерти. Бывший певец группы «Queen» Фредди Меркьюри болел СПИДом, но умер от воспаления легких. Если бы он не

болел СПИДом, то справился бы с болезнью легких. Но из-за того, что его иммунная система была ослаблена ВИЧ, он умер.

В каком-то смысле мы бы могли сказать, что в вирусе, как и в компьютерном вирусе, нет жизни. Вирусы не нуждаются, как бактерии, в кислороде для дыхания, в тепле для роста. Вирусы не дышат и не просят пищи. Технологически еще не смогли найти нетоксичное вещество, которое бы успешно атаковало и уничтожало вирус.

Вирус состоит из оболочного белка, в котором содержится короткая часть генетического кода. Он похож на код, который, к примеру, определяет цвет ваших глаз или волос. Все в вашем теле запрограммировано этими генами, и почти каждая клетка вашего тела содержит всю необходимую генетическую информацию для создания вашей точной копии. Генетический код вируса содержит только одну или две информации, но, к сожалению, неправильные.

Когда человек инфицирован ВИЧ, вирус атакует белые кровяные тельца, CD4-T-лимфоциты, которые играют в нашей крови роль милиционеров. ВИЧ перепрограммирует генетический код белого кровяного тельца так, чтобы оно производило новые вирусы.

/рисунок/

Жизненный цикл вируса ВИЧ

Эти белые кровяные тельца, лимфоциты, должны все время искать в крови вирусы и уничтожать их. Существуют тысячи разных вирусов, и каждое белое кровяное тельце предназначено для уничтожения лишь одного их вида. Когда лимфоцит встречает вирус, для которого он предназначен, он

начинает производить антитела против него. Эти антитела действуют именно на данный вирус и уничтожают его. Но если лимфоцит перепрограммирован ВИЧ, его именная генетическая программа перестает производить антитела, и вместо этого он производит новые ВИЧ. Он порождает миллионы новых вирусов, которые попадают в кровь. Эти новые вирусы уже через несколько минут атакуют другие, еще здоровые белые кровяные тельца и снова их перепрограммируют. Белых кровяных телец становится все меньше и меньше, и организму тяжело воевать с микробами и инфекциями. Человек может еще бороться, например, с обыкновенными микробами простуды или кашля, но несколько микробов могут остаться жить и дальше растут. Они могут произвести грудные инфекции, туберкулез или другие болезни. Организм становится беззащитным от разных болезней, которые приводят к смерти.

КТО В ОПАСНОСТИ?

Вкальваемая смерть

Одним из самых распространенных путей передачи вируса является использование общих шприцов. Таким способом ВИЧ может распространяться очень быстро, как показывает пример Эдинбурга, столицы Шотландии. В течение 18 месяцев было заражено 1800 новых людей, и вирус попал к ним от одной группы наркоманов. Из-за того, что наркотики дорогие, многие женщины, которые принимают наркотики, занимаются проституцией и таким образом дальше распространяют вирус. В результате больше половины проституток Эдинбурга было заражено ВИЧ. Поэтому в местах, в которых много наркоманов, быстрее можно заразиться СПИДом. Это верно также для России и Украины.

Наркоторговцы стараются расширить свой бизнес и поэтому сначала предлагают наркотики по заниженным ценам. Тем самым они заманивают новых людей, которые потом становятся их постоянными клиентами.

Большинство зависимых наркоманов начинают с экспериментов со слабыми наркотиками, со временем переходя на более сильные, от которых трудно освободиться. Лучше никогда не пробовать наркотики. Если тебе кто-нибудь предлагает их, скажи решительно «НЕТ!»

Дети

ВИЧ одинаково поражает мужчин и женщин, родителей и невинных детей. Если мать инфицирована ВИЧ, тогда и ее ребенок может заразиться от нее во время беременности (ВИЧ может передаваться через плаценту), во время родов или позже – во время грудного вскармливания. Как и больной взрослый, зараженный ВИЧ ребенок обречен на смерть. Дети могут заразиться также в случае сексуального надругательства и детской проституции. Они получают, таким образом, ВИЧ от взрослых.

СПИД – болезнь взаимоотношений

ВИЧ также часто передается во время полового акта между женщиной и женщиной. Наша организация АСЕТ в Англии, которая заботится о больных СПИДом, зарегистрировала случай с семнадцатилетней английской девушкой, поехавшей со своими родителями в отпуск в Италию. Она познакомилась там с молодым итальянцем и влюбилась в него. Во время их короткой любовной истории у них была интимная связь. Для нее это было впервые в жизни. Она вернулась с родителями обратно в Англию и через несколько месяцев заболела. Врачи не могли определить, чем она больна, и поэтому ей сделали анализ крови. Они обнаружили, что у нее положительный ответ на ВИЧ. Она умерла еще до того, как ей исполнилось девятнадцать лет. ВИЧ – это убийца, он распространяется стремительно. В своей жизни эта девушка спала лишь с одним мужчиной, и сегодня ее уже нет в живых. Не с каждым это происходит. Но с ней так получилось. Не может ли это произойти и с тобой?

Английское правительство транслирует по телевидению множество роликов, которые предупреждают о СПИДе. Один ролик показывает молодого мужчину и девушку в постели. Внезапно, когда девушка смотрит на потолок, она видит своего парня, с которым только что занималась любовью, с несколькими девушками до нее.

/рисунок/

В шоке она осознает, что, с точки зрения опасности заражения ВИЧ, она сейчас имела половую связь не только со своим парнем, но и каждой из его бывших девушек. Этот ролик открывает ужасающий факт! Это страшно, но это так. Это называется «риском из прошлого».

Представь себе, что ты встречаешься с парнем (или с девушкой), и он (или она) предлагает тебе заняться любовью. Этот человек выглядит совершенно здоровым и очень привлекательным. Он говорит тебе, что ты будешь его первым партнером. Но может быть, что у твоего партнера была одна или две девушки (или парня) до тебя. У них раньше тоже были другие партнеры и так далее.

/рисунок/

Риск из прошлого

Мы можем посмотреть на сексуальное прошлое этих людей в течение последних несколько лет. Если бы кто-то из этих бывших партнеров был заражен ВИЧ в начале этого ряда, то он мог бы передать этот вирус следующему поколению. Так ВИЧ может передаться твоему партнеру и через него тебе. Это вовсе не сказка, а самая настоящая реальность. Таким способом сегодня наиболее распространяется ВИЧ, потому что у многих людей богатое сексуальное прошлое.

НАСКОЛЬКО НАДЕЖНЫ ПРЕЗЕРВАТИВЫ?

Презервативы могут сделать более безопасным, но не на 100%.

Когда я читаю в школах лекции по профилактике СПИДа, то узнаю, что много молодых людей думает, что презерватив надежно защитит их от СПИДа. Да, это правда, что презерватив существенно снижает риск передачи ВИЧ. Но он не является стопроцентно надежным.

В будущем мы увидим большое количество разочарованных молодых людей, которые считали, что с презервативом они были в безопасности, но которые все-таки заразились. Это жестокая истина, что презервативы не делают секс безопасным на 100%. Презервативами пользовались уже в древности китайцы и римляне, но по прошествии 4000 лет их надежность подвергается сомнению. Почему?

Они могут:

- * быть плохого качества или старыми
- * прорваться или лопнуть
- * быть неправильно использованы

Даже самые качественные презервативы не гарантируют полную надежность. Всем известно, что женщина может забеременеть, несмотря на то, что ее муж использует презерватив. Статистические исследования, которые проводились на протяжении целого года, показали, что от 6 до 15% женщин беременеют, несмотря на то, что их партнеры пользовались в течение всего года презервативом.

Одной из причин является то, что мужской сперматозоид настолько маленький, что иногда может проникнуть через слишком большие поры некачественного презерватива. Но ВИЧ в 450 раз меньше мужского сперматозоида. Он способен переноситься сперматозоидом или жидкостью в женских гениталиях через поры в презервативе. Поэтому растет количество людей, которые заразились ВИЧ от своих партнеров, хотя и пользовались презервативом. В феврале 1987 года в журнале «New Scientist» («Новый ученый») были опубликованы результаты обследования пар, в которых один из партнеров был ВИЧ инфицированным. Это исследование показало, что через 3 года заразилось ВИЧ 25% их партнеров, несмотря на то, что они регулярно пользовались презервативами.

Если ты регулярно занимаешься сексом с ВИЧ-инфицированным человеком, и вы пользуетесь презервативом, вы играете в кости. Представь себе, что каждый раз, когда у тебя получается 2 шестерки, презерватив не срабатывает. Арифметическая опасность провала презерватива еще больше. Ты бы доверил презервативу свою жизнь? Ты можешь сказать, что твой партнер не заражен. Но откуда у тебя такая уверенность? Разве это можно узнать по его внешнему виду? Или ты думаешь, что все люди всегда говорят правду?

Одно исследование в медицинском журнале «The Scandinavian Journal of Social Medicine» (1992) подтвердило эти выводы. Исследование 2000 половых актов, которые были между 80 гетеросексуальными и 14 гомосексуальными парами, использовавшими 14 видов разных видов

презервативов, показало, что презервативы лопнули или соскочили в 11,3% всех половых актов.

Другое исследование супружеских пар, в которых один из партнеров был ВИЧ-инфицирован, показало, что через полтора года заразилось 17% партнеров, несмотря на то, что они использовали презерватив. (Margaret A. Fisch et al., "Heterosexual Transmission of Human Immunodeficiency Virus (HIV): Relationship of Sexual Practices to Seroconversion", III International Conference on AIDS, June 1-5)

Презервативы, несомненно, спасли тысячи жизней от заражения и смерти. Я согласен с врачами, которые говорят, что, если презервативом правильно пользоваться, он может существенно снизить риск заражения. Но очевидно, что этот способ не дает стопроцентной гарантии!

Некоторые производители презервативов в своей рекламе говорят, что их презервативы надежны на 97%. Но кому ты будешь доверять? Людям, которые тебе хотят их продать, или тем, кто старается спасти тебя от заражения?

Научные исследования снова и снова доказывают, что даже самые лучшие презервативы не могут обеспечить 100%-ной надежности от нежелательной беременности. А как насчет защиты от ВИЧ? Женщина может забеременеть только четыре или пять дней в месяц, когда у нее овуляция, но ВИЧ может быть передан в любой день, когда произошел половой акт.

ВИЧ во много опасней неожиданной беременности. Презервативы могут снизить опасность, но не полностью исключить ее. Они способны сделать секс менее опасным, но не абсолютно безопасным.

Проблема заключается в том, что некоторые люди слышат только то, что хотят. Они хотят слышать «безопасный секс», потому что не готовы изменить свой свободный жизненный стиль и поэтому не слышат предупреждения. Даже многие «специалисты» в области секса и здоровья закрывают глаза на возможность того, что презерватив подведет, и по телевидению, и в молодежных журналах распространяют информацию о том,

что презерватив является наилучшим решением. Часто доказывается, что сегодняшняя молодежь настолько распушена, что любая попытка предложить им что-то другое будет игнорировано.

Но это ложь! Я встречаю очень много молодых людей, у которых хорошие нравственные ценности и ясный взгляд на секс. И односторонняя пропаганда презервативов только подвергает сомнению их моральные ценности.

Образование и профилактика в области СПИДа связана с огромной ответственностью, и ее нельзя строить всего лишь на пропаганде презерватива.

Запомни: презервативы могут сделать секс более безопасным, но риск все равно остается. Ты в безопасности от СПИДа тогда, когда верен своему единственному партнеру, который не является ВИЧ-инфицированным, который так же верен тебе, как ты ему, и ни один из вас не колется.

/рисунок/ Ты доверишь свою жизнь презервативу?

Один партнер на всю жизнь, верность и преданность ему – это самый лучший совет, как обезопасить себя от ВИЧ. Все другие решения уже являются компромиссом.

В Уганде 15% населения заражено ВИЧ. Реакция правительства этой страны однозначна: «Секс безопасен только между партнерами, которые были до брака девственниками, которые заключат брак и останутся верными друг другу». Насколько ясное и правдивое послание своему народу!

Девственность до брака и супружеская верность – это жизненный стиль, который сегодня выбирают молодые люди не только из-за опасности

заражения ВИЧ, но и по многим другим хорошим причинам. Однако большинство не желает идти по этому пути. Это частично связано с «промыванием мозгов» через фильмы по телевидению, музыку и распущенную рекламу. Но какой из этих путей выберешь ты? Стоит ли рисковать своей жизнью из-за свободного секса?

Часть третья

ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ

Откуда взялся ВИЧ?

Некоторые теории о появлении этого вируса очень загадочны. Одна теория предполагает, что он был принесен на землю метеоритом из Солнечной системы. Другая говорит о том, что вирус был искусственно создан военными как бактериологическое оружие, утечка которого могла произойти во время испытаний в Африке.

Но есть еще две научные теории. Одна считает, что ВИЧ является новым, раньше не существовавшим вирусом, который попал в человеческую кровь только несколько десятилетий назад. Вторая теория рассказывает, что вирус существует уже несколько веков, но до недавнего времени он поражал только изолированные популяции.

На самом деле происхождение ВИЧ до сих пор не ясно. С уверенностью можно только сказать, что в 60-е годы вирус был распространен в разных частях мира. Известно и то, что ВИЧ похож не другие вирусы, которыми заражены животные (например, вирус SIV у обезьян), и, скорее всего, в какой-то форме существовал раньше.

Как я могу заразиться?

Как я уже упоминал, большинство людей заражаются ВИЧ половым путем, через общие шприцы, а дети могут заразиться от своих ВИЧ-инфицированных матерей во время родов. Другие пути заражения крайне редки, кроме переливания крови в том случае, если эта кровь не прошла тест на ВИЧ. Если донорская кровь проверяется на ВИЧ, тогда переливание безопасно.

Донорство крови безопасно, если врачи пользуются одноразовыми шприцами и стерильными иглами. Все жидкости организма, включая слюну и слезы, могут содержать очень низкое количество ВИЧ. Но для того, чтобы человек мог заразиться, необходимо, чтобы вирус попал в его кровяную систему. Не зарегистрирован ни один случай передачи вируса через повседневное общение. Существует риск заражения через поцелуи в том случае, если у человека в десне открытая рана, в которую мог бы попасть вирус от партнера.

- **ВИЧ распространяется через сексуальные отношения.** Этот вирус передается от одного человека к другому во время одного из самых интимных контактов – сексуальных отношений. Вирус был обнаружен в большинстве половых жидкостей (сперме или вагинальной жидкости) людей, зараженных этой инфекцией. Хотя вирус можно обнаружить и в других жидкостях организма – слюне, моче и поте, все же количество ВИЧ-инфекции в них обычно слишком мало для передачи другому. Это означает,

что вирус может быть передан через вагинальный, анальный и оральный секс.

ВИЧ передается через инфицированную кровь, попадающую в организм.

Для того чтобы это произошло, кровь ВИЧ-инфицированного человека должна пройти через кожный покров и попасть непосредственно в организм другого человека. Это означает, что вероятность заражения через инфицированную кровь возрастает в следующих случаях: во время переливания крови; во время использования игл, содержащих на себе инфицированную кровь, бритвенных лезвий и других острых инструментов; во время проникновения любого объекта, содержащего инфицированную кровь, под кожу другого человека. Это могут быть нестерилизованные иглы и шприцы, бритвы или ножницы, используемые во время стрижки и бритья, иглы для нанесения татуировок и т.д. Подобные случаи заражения наблюдаются в основном среди наркоманов. В прошлом были зарегистрированы случаи заражения во время небезопасного переливания крови. Существует также вероятность – хоть и очень незначительная – попадания ВИЧ-инфекции в организм через открытые раны на кожу человека.

- **ВИЧ передается от больной матери к ребенку.** Это может произойти во время беременности, рождения ребенка и кормления грудью. Исследования показали, что вероятность подобного заражения составляет 20 – 40%. Это означает, что существует по крайней мере один шанс из трех, что ВИЧ-инфицированная мать передаст вирус своему ребенку. Кормление грудью также увеличивает вероятность заражения. Беременная ВИЧ-инфицированная женщина может заразить своего ребенка, потому что вирус способен проникать через плаценту во время беременности или родов. Вирус также может передаваться от матери к ребенку во время кормления грудью. Такой способ заражения называется обычно «вертикальной передачей», или «передачей от матери к ребенку».

Могу ли я заразиться ВИЧ через случайный контакт с инфицированным человеком?

Не существует доказательств, что ВИЧ передается через повседневные контакты между людьми.

ВИЧ-инфекция не может долго существовать вне человеческого организма.

Вирус не способен проникать через неповрежденный кожный покров человека. Не было зарегистрировано ни одного случая заражения ВИЧ-инфекцией через здоровую ротовую полость или дыхательные пути. Однако существует возможность заражения ВИЧ в том случае, если в ротовой полости есть свежие ранки или воспаления.

Также вируса в слюне или в моче недостаточно для того, чтобы вызвать заражение у другого человека.

У человека с венерическими заболеваниями возрастает вероятность заражения ВИЧ-инфекции.

Запомним следующее:

- ВИЧ не передается через обычные социальные контакты, повседневное семейное общение, рабочую деятельность и т.д.
- ВИЧ не передается в толчее в общественном транспорте
- ВИЧ не передается через пищу или общее полотенце
- ВИЧ не передается воздушно-капельным путем (не может передаваться через кашель, чихание, смех, разговоры и т.д.)
- ВИЧ не передается через пожатие руки
- ВИЧ не может передаваться через проживание под одной крышей с инфицированным человеком, через прикосновение к этому человеку, через совместное питание с этим человеком
- ВИЧ не может передаваться через пищу или воду, через общую посуду, через общий туалет, ванну, бассейн, душ и т.д.

- ВИЧ-инфицированный ребенок может посещать общеобразовательную школу без риска заразить своих одноклассников
- ВИЧ-инфицированный взрослый может продолжать работать на своем рабочем месте, не представляя никакой угрозы для своих коллег во время повседневных контактов
- Если не существует обмена жидкости от одного организма к другому через сексуальные контакты, если не происходят кровотечения, ВИЧ не может передаваться через повседневную деятельность.

Требуется ли несколько половых актов для того, чтобы заразиться ВИЧ?

Нет. Достаточно одного полового акта, чтобы ВИЧ-инфицированный человек мог заразить другого. Хотя нельзя дать 100%-ной гарантии, что это произойдет, однако риск существует.

Могут ли животные быть переносчиками СПИДа?

ВИЧ опасен только для человека. У животных есть похожие вирусы, но они не могут заразить человека, и человек не может передать ВИЧ животным. До сих пор не удалось инфицировать ВИЧ ни одно животное, чтобы на нем потом проводить исследование. Поэтому у врачей есть проблемы с исследованием новых лекарств, они не могут опробовать на животных, только прямо на человеке.

Могут ли насекомые передать ВИЧ, если они до этого укусили ВИЧ-инфицированного человека?

Комары и другие кровососущие насекомые не являются переносчиками ВИЧ. Достаточно сравнить распространение СПИДа и малярии, чтобы увидеть, что эти болезни распространяются среди различных групп людей. Малярия передается через укусы насекомых, и в областях, где она распространяется, ею заболевают все слои населения, все возрастные группы,

включая маленьких детей, которые наиболее уязвимы для малярии. Но в областях эпидемии СПИДа дети не заражаются ВИЧ-инфекцией, пока не ведут сексуальную жизнь или не колются наркотиками. Если бы ВИЧ передавался через укусы насекомых, СПИДом болели бы все возрастные группы населения, как в случае с малярией. Но ВИЧ заражаются только те, кто ведет сексуальную жизнь или употребляет внутривенно наркотики.

Почему переливание крови не является 100% надежным?

Дело в том, что во время анализа крови мы ищем не сам вирус, а только антитела, которые организм должен произвести в том случае, когда ВИЧ попал в кровь. Чтобы в крови выработалось достаточное количество антител, которые анализ сможет обнаружить, для некоторых людей требуется, чтобы прошло 3 – 6 месяцев с момента заражения вирусом. Это время называется «периодом окна», когда человек является носителем ВИЧ-инфекции, но анализ не обнаруживает вирус в его крови. Поэтому если человек отдает свою кровь, а заразился, например, неделю назад, то анализ крови этого еще не покажет. Донорскую кровь обычно используют до 35 дней, иначе она потеряет свое качество.

Таким образом может произойти переливание зараженной крови, хотя анализ не показал наличие ВИЧ. Поэтому рекомендуется сдать свою собственную кровь до запланированной операции, чтобы вам перелили ее во время операции. Но не все больницы имеют возможность таким образом хранить донорскую кровь.

Что мне делать, если я боюсь заражения?

В первую очередь нужно изменить свой образ жизни: иметь одного партнера на всю жизнь (который, конечно, не инфицирован ВИЧ) и не колоть наркотики. Если у тебя есть веские причины для беспокойства, можно сдать кровь на ВИЧ-анализ и проконсультироваться с врачом. Это очень ответственный шаг, им нельзя пренебрегать.

Какая контрацепция обеспечивает 100%-ную защиту от заражения?

Единственная надежная контрацепция – сказать «НЕТ» сексу до и вне брака и не колоть наркотики! Мы уже рассмотрели тот факт, что даже презерватив не может обеспечить 100%-ную надежность, он только снижает риск заражения в том случае, если презерватив является **качественным**. Не существует другого вида контрацепции, который обеспечил бы безопасный секс и мог надежно защитить от ВИЧ. Самый лучший совет: подождать с сексом до брака, а в браке сохранять **верность** супругу (супруге).

Существует ли какая-нибудь защита от эпидемии СПИДа?

Простой защитой, говоря словами одного английского врача, является «эпидемия верности». Эпидемия верности является наисильнейшим оружием в борьбе с эпидемией СПИДа. Борьба с эпидемией СПИДа включает профилактику среди наркоманов и всех остальных слоев общества, медицинские меры безопасности, такие, как анализы донорской крови, ВИЧ-анализы для беременных женщин и т.д.

Что мне делать, если у меня положительный ответ на ВИЧ-анализ?

Если ты ВИЧ-инфицированный, необходимо защищать организм от инфекций, чтобы перепрограммированные белые кровяные тельца не производили большое количество ВИЧ, как это происходит во время обнаружения инфекций в крови.

Можно укреплять свое здоровье с помощью регулярных занятий спортом, здорового питания, необходимо избегать физического и психического истощения. Кажется, что некоторые люди могут жить с этим вирусом много лет, главное – избежать других заболеваний. Консультируйся с врачами-специалистами, которые работают в СПИД-центрах. В них также организуются клубы ВИЧ-инфицированных, где можно найти поддержку и общение с людьми, которых постигла та же беда.

Существуют ли какие-нибудь симптомы, по которым можно узнать, что человек может быть ВИЧ-инфицированным?

В течение первых 4-12 недель после появления в организме ВИЧ-инфекции на протяжении одной или двух недель человек может испытывать симптомы, похожие на грипп: жар, усталость, воспаление в горле, боль в мышцах и суставах, увеличение лимфоузлов.

В первые несколько лет после заражения положительный тест может быть единственным указателем на наличие в организме ВИЧ-инфекции. Период без наличия каких-либо симптомов может продолжаться то 3 до 7 лет. В течение этого времени иммунная система продолжает нормально функционировать.

В период от 3 до 7 лет зараженный человек начинает испытывать симптомы, которые поначалу незаметны, но постепенно становятся все более серьезными. Они могут включать в себя:

- Потерю веса – до 10% от общей массы тела
- Постоянный понос
- Внезапное повышение температуры, хроническое увеличение лимфоузлов и желез
- Воспаления на коже, часто возникающие язвочки в полости рта
- Герпес/лишай, угревые воспаления на коже
- Частые воспаления верхних дыхательных путей

Какими болезнями чаще всего болеет человек, когда у него СПИД?

СПИД является последней стадией заболевания, которое вызвано ВИЧ-инфекцией. Иммунная система уже сильно разрушена. Поэтому пациенты могут страдать от различных заболеваний. Это:

- Пневмония, чрезмерная усталость и слабость
- Непрекращающийся понос
- Головные боли, другие умственные проблемы

- Рак кожи (саркома Капоши)
- Потеря памяти и неспособность сконцентрировать внимание
- Инфекции, вызываемые различными микроорганизмами, поражающими органы

Смерть может наступить в любое время на протяжении периода от 6 месяцев до 3 лет

СОВЕТЫ ВИЧ-ИНФИЦИРОВАННЫМ

Что можно посоветовать ВИЧ-инфицированному человеку?

Уменьшите риск быстрого развития ВИЧ-инфекции в СПИД:

- Избегая новых возможностей заражения ВИЧ-инфекцией
- Избегая возможностей заражения другими инфекциями, в том числе венерическими заболеваниями
- Исключая употребление наркотиков и алкоголя
- Поддерживая здоровый образ жизни
- Избегая заражения других людей: сохраняя верность своему партнеру (обсудите этот вопрос с партнером, который также должен пройти тест на ВИЧ; направьте или приведите своего партнера в центр тестирования)
- Поддерживая хорошие отношения в семье и на работе
- Сохраняя надежду
- Создав себе хорошие условия жизни
- Находясь под постоянным наблюдением врача
- Не изолируя себя от общения с людьми
- Хорошенько подумав, прежде чем заводить ребенка: беременность может ускорить развитие СПИДа у матери

Советы в отношении питания для ВИЧ-инфицированных, а также болеющих СПИДом

Ваш организм нуждается в хорошем питании для того, чтобы давать вам энергию и защищать от различных инфекций.

Вы должны стараться есть блюда, которые содержат продукты из всех перечисленных ниже категорий.

- Для поддержания клеточных структур вашего организма: горох, бобы, соя, арахис, яйца, мясо, рыба и молоко

- Продукты для восстановления энергии: рис, пшено, бананы, кукуруза, картофель и т.д.
- Продукты для защиты вашего организма от инфекций (богатые витаминами): все фрукты и овощи, такие, как томаты, бананы, морковь, апельсины, баклажаны, зелень

Вы должны стараться есть даже в том случае, если не испытываете голода. Регулярно что-нибудь ешьте между основными приемами пищи.

Ешьте то, что ваш желудок сможет переварить.

Пейте молоко вместо алкоголя.

Язвочки в ротовой полости могут привести к потере аппетита. Их необходимо лечить. Как только они появятся, сразу же обратитесь к врачу.

Если у вас понос, вам необходимо пить как можно больше жидкости. Рекомендуется применять следующий раствор: 2 щепотки соли и 5 чайных ложек сахара в литре воды. Необходимо пить количество этой жидкости равное количеству жидкости, потерянной в результате поноса.

Как влияет ВИЧ на все тело?

Прежде всего ВИЧ-инфекция оказывает воздействие на иммунную систему. Но также (это было доказано клиническими исследованиями) этот вирус оказывает непосредственное воздействие и на другие системы человеческого организма.

Дыхательная система

Вирус вызывает воспаление тканей легких и дыхательных путей. Это позволяет бактериям беспрепятственно попадать в ткани и вызывать такие заболевания, как, например, пневмония. Это также означает, что меньше кислорода поступает к различным частям тела, что приводит к усталости, постоянно испытываемой ВИЧ-инфицированным человеком.

Пищеварительная система

ВИЧ ведет к воспалению составляющих кишечника начиная от ротовой полости и заканчивая анальным отверстием, а также содействует развитию различных язвочек. Это позволяет множеству инфекций проникать в организм. Воспаление (опухоли) добавляется к уже испытываемому поносу. Это также сокращает количество питания или усвоения пищи, поскольку она не может правильно перевариваться, когда кишечник находится в таком состоянии. Недостаточное питание означает, что человек будет более утомлен, потеряет больше веса и его иммунная система станет более ослабленной. Именно поэтому так важно лечить любую инфекцию, есть чаще и разнообразить свой рацион. Язвы в ротовой полости могут затруднять пережевывание пищи, а ее приготовление будет занимать больше усилий (супы, протертую пищу, пюре и т.д. легче употреблять в пищу. Избегайте кислой пищи, если в вашей ротовой полости имеются язвочки).

Кожа

Роль кожи заключается в том, чтобы защищать тело, а также выделять пот и различные шлаки. ВИЧ вызывает сухость кожи, которая гораздо легче трескается, таким образом, на коже возникают ранки, и инфекции легче проникнуть в организм. Очень важна чистота кожи, иногда может помочь использование крема или вазелина. Если человек постоянно лежит в постели, его необходимо чаще переворачивать. Это нужно для предотвращения развития пролежней.

Репродуктивная система

Первым эффектом ВИЧ-инфекции на эту систему является проникновение ВИЧ в жидкость в половых органах. Именно через эту систему вирус чаще всего передается другим людям. К тому же он постепенно ведет к снижению способности к зачатию как у мужчин, так и у женщин. Это происходит по мере прогрессирования заболевания.

Нервная система

Вирус вызывает воспаление клеток нервной системы, что может сопровождаться усилением ощущений боли, потерей чувства меры, может привести к слепоте, сумасшествию или заболеванию менингитом. Это происходит в результате усиления давления лишней жидкости, образующейся из-за различных внутренних воспалений.

Скелетно-мышечная система

Вирус усиливает ослабление мышц непосредственно или косвенно через потерю веса и утомляемость, которая затрудняет движения. Недостаточное использование мышц приводит к их ослаблению и уменьшению. Необходимо помогать человеку как можно дольше оставаться подвижным. Это поможет преодолеть ослабление мышц. Этому поможет и хорошее питание.