

NIJEDNA OD OVIH BOLESTI  
*Biblijske zdravstvene tajne za 21. vijek*

Revised and Expanded  
Over 1 million copies sold!

Millennium Three Edition

# NONE OF THESE DISEASES

THE BIBLE'S HEALTH SECRETS  
FOR THE 21ST CENTURY



S. I. McMillen, M.D.  
& David E. Stern, M.D.

Naslov originala: *None of these diseases*

## Sadržaj

Predgovor .....	3
1. Sijeda kosa i zvečarkin loj .....	4
2. Ponos i predrasude nasuprot dokazu .....	6
3. Nauka stiže četiri hiljade godine kasnije .....	9
4. Pet miliona ljudi porobljena uma .....	12
5. Oštećenje srca i rak dolaze kroz kartonsku kutiju .....	15
6. Đavolu trebaju platiti danak .....	21
7. Neprijatelji seksualne skladnosti .....	25
8. Najbolje u seksu .....	28
9. Uznemiren um - bolesno tijelo .....	31
10. Nije ono što jedeš već što te izjeda .....	35
11. Visoka cijena za osvećivanje .....	38
12. Jaja - obična jaja .....	42
13. Ljubi ili izgini .....	43
14. Mačke i krokodili .....	45
15. Vaša starost zavisi o stanju vaših krvnih žila .....	46
16. David i Golijat – briga .....	49
17. Upala zglobova uzrokovana strahom od pantere .....	51
18. Smanjiti čovjekov strah na normalu .....	53
19. Dalje se vidi kroz suzu nego kroz teleskop .....	56
20. Blato ili zvijezde .....	58
21. Najveći zdravstveni problem u narodu .....	63
22. Puževi i shizofrenija .....	65
23. Lekcija Johna D. Rockfellerera .....	70
24. Ne teži za Mjesecom .....	73
25. Dvije su duše u grudima mojim .....	77
26. Oslobođeni od smrtne agonije .....	79
Bibliografija .....	NA

## PREDGOVOR

Mir se ne nalazi u kapsulama! Šteta, jer medicinska nauka prihvata da su osjećaji straha, žalosti, zavisti, neraspoloženja i mržnje odgovorni za većinu naših bolesti. Procjene se kreću od 60 do gotovo 100%.

Emocionalni šok može proizvesti porast krvnoga pritiska, toksičnu gušavost, migrenske glavobolje, upalu zglobova, apopleksiju, srčane bolesti, čir na probavnim organima i druge ozbiljne bolesti, koje se ne mogu ni izbrojiti. Kao ljekari možemo propisati lijek za neke simptome bolesti, ali nismo u stanju mnogo učiniti da uklonimo uzrok - emocionalni nemir. **Šteta je, ali mir ne dolazi u kapsulama.**

Treba nam nešto više od pilule za šokove koji stvaraju bolesti, za čovjeka koji je izgubio svu životnu ušteđevinu, za plačljivu žensku dušu koja je prevarena i napuštena, za mladoga oca koji boluje od neizlečiva raka, za ženu koje je muž ljubavnik - lualica, za očajnu djevojku koja od rođenja na licu nosi crvenu mrlju i za spletkara koji leži budan svake noći, smišljajući kako da se nagodi sa svojim susjedom.

Ova knjiga je rođena kao rezultat hiljada uzdaha za mnoge ljude, koji su otišli iz moje ordinacije a da nisu primili primjernu pomoć. Nisam imao dovoljno vremena da učinim nešto drugo osim što sam im propisao neke tablete za smirenje njihovih pritužbi, no znao sam da postoji nešto bolje od pilula što bi im pomoglo kroz cio život. U ovoj knjizi sam napisao recepte koje bih dao svojim pacijentima da sam samo imao vremena.

Ne ustručavam se dodati da takve misli nisu samo moje i da ne potiču od mene. Kada je Bog poveo Izraelce iz izmučenog Egipta, obećao im je, ako poslušaju njegove zapovijesti, da neće dopustiti da ih snađu **ikakve bolesti**. Bog je zajamčio slobodu od bolesti, koju savremena medicina nije u stanju postići. Jeli božansko obećanje bilo neosnovano? Zar su Izraelci bili čudesno oslobođeni od tih bolesti? Ili nas iste upute i pravila mogu spasiti i danas?

Uvjeren sam da će čitalac sa znatiželjom otkriti kako ga biblijske upute mogu izbaviti od određenih zaraznih bolesti, od smrtonosnog raka i od druge trke psihosomatskih bolesti koje su u porastu usprkos svim naporima savremene medicine.

Zahvalnost dugujemo mnogima. Najprije svojim bolesnicima. Iako sam opisao mnoge bolesnike i njihove bolesti, pažljivo sam izbjegavao njihova imena i dao izmišljena namjerno iskrivljujući okolnosti kako bih sačuvala njihovu anonimnost.

Ova knjiga ne bi nikada bila napisana bez ljubazne pomoći dr. Gustava Prinsella i dr. J. Myrona Sterna koji su se temeljito pobrinuli za moje pacijente tokom devet mjeseci. Doktor druge vrste, Ray W. Hazlett, doktor književnosti, ohrabrio me i pomogao u prvim mjesecima kada sam gotovo napustio taj opsežni posao.

Veoma sam zahvalan gospođici Sophiji Davis koja je pročistila sve gramatičke greške i ukrasila rečenice obiljem zareza i sličnih znakova. Gospođi Murieli Babbitt zahvaljujem za pažljivo prepisivanje rukopisa, koje je pomoglo izdavaču.

Moja kćerka i njezin suprug dr. J. Myron Stern dali su mi prilične ubode „vitaminskih injekcija“ za što sam im sada zahvalan. Mojoj supruzi, Alici Jean pripada duboka zahvalnost za njezinu neprekidnu potporu i ohrabrenje.

Ali iznad svega zahvaljujem Bogu za njegovo milostivo vodstvo i pomoć koja se odrazila na mnoge načine.

## 1. poglavlje

### SIJEDA KOSA I ZVEČARKIN LOJ

„Da bi se spriječila pojava sijede kose, valja je premazati krvlju crna teleta prokuvanom u ulju ili loju zmije zvečarke.“<sup>1</sup> Taj recept se nalazi zapisan u čuvenom **Ebersovom papirusu**, medicinskoj knjizi napisanoj u Egiptu oko 1552. godine prije Hrista. Kako je Egipat zauzimao vodeći položaj u drevnom svijetu medicine, taj je papirus veoma važan kao zapis u medicinskoj nauci toga vremena.

Ta knjiga sadrži recept i za ćelave: „Ako kosa opada, dobar lijek je mješavina od šest vrsta loja, to jest loja konja, vodenog konja, krokodila, mačke, zmije i kozoroga. Da se kosa ojača, valja je namazati mješavinom magarećeg zuba smrvljenog u medu.“<sup>2</sup> Osobito sredstvo za uljepšavanje kose egipatske kraljice Schesche sastojalo se od jednakih djelova šape abesinskog hrta, cvijeta datule kao i magarećeg kopita, sve prokuvano u ulju. Takav naročito spremljen lijek služio je za porast kraljevske kose.

Da bi pomogli žrtvama zmijina ujeda, ljekari onoga doba davali su im da piju čudotvornu vodu - vodu koja je bila prelivena preko naročitog idola.<sup>3</sup> Pri ozledama krhotinama kamena ili opiljcima koji su ušli duboko pod kožu stavljali su na te rane krv crva i magareći izmet. Kako su izmeti leglo tetanusnih spora, nije čudo da je smrt u tetanusnom grču bila teški danak i za lake ozljede kože.

U Ebersovu papirusu nalazi se na stotine lijekova za različne bolesti. Tu su lijekovi koji se dobivaju od „krvi guštera, zuba svinje, truloga mesa, smrdljiva loja, iscjetka iz svinjskoga uha, mliječne gušče masti, magarećeg kopita, od životinjskog loja različita porijekla, životinjskih izlučevina čak i ljudskih, izmeta magaraca, antilopa, pasa, mačaka, pa čak i muva“.<sup>4</sup>

U vrijeme kada je ta egipatska knjiga pisana, Mojsije se rodio u Egiptu. Iako su mu roditelji bili Izraelci, odgajan je u kraljevskom dvoru i „bijaše poučen u svoj mudrosti egipćanskoj“.<sup>5</sup> Bio je nedvosmisleno dobro upoznat s medicinskom naukom onoga doba. Na hiljade Izraelaca znalo je, bez sumnje, upotrebljavati poznate lijekove spomenute u čuvenom Ebersovom papirusu.

Kada je, međutim, Mojsije poveo brojan izraelski narod iz Egipta, Bog mu je dao fantastična obećanja koja je prenio na novi narod: „Budeš li zdušno slušao glas Gospoda Boga svoga, radeći što je pravo u njegovim očima; budeš li pružao svoje uho njegovim zapovijestima i držao njegove zakone, **nikakvih bolesti** koje sam pustio na Egipćane **na vas neću puštati**: jer ja sam Gospod Bog koji dajem zdravlje.“

„... **nikakvih bolesti**...“! Kakva li obećanja! Zar nisu Egipćani i Izraelci trpjeli od tih bolesti stoljećima? Ljekovi u njihovim medicinskim knjigama nisu ništa **pomogli**; često su sredstva liječenja bila gora od same bolesti. A sada Gospod Bog daje fantastična obećanja koja će Izraelce osloboditi od svih egipatskih bolesti.

Bog je dao Mojsiju mnoštvo zapovijesti koje danas tvore dio naše Biblije. Budući da su te božanski date upute bile posve suprotne onima zapisanim u Ebersovom papirusu, zasigurno ih Bog nije prepisao iz autorativnih medicinskih zapisa onoga doba. Je li Mojsije imao dovoljno vjere, premda je bio odgajan na kraljevskim univerzitetima, da prihvati božanske upute, posve nove, a da ne doda ništa od onoga što je učinio? Iz onoga što nalazimo zapisano možemo uočiti da je Mojsije toliko vjerovao Bogu i njegovim uputama da nije ubacio ni jednu savremenu medicinsku zabludu u božanski nadahnute upute. Da je Mojsije podlegao prirodnim uticajima da doda makar i malenkost

iz svojega školovanja, danas bismo čitali u uputama o „šapi abesinskog hrta“, ili „magarećem zubu smrvljenom u medu“, a da i ne spomenemo ljekove vodećih ljekara sastavljene od izmeta pasa, mačaka i muha, što je pravo leglo bakterija.

U tim božanskim uputama ne samo da nije bilo štetnih naputaka, već su sadržavale mnogobrojne detaljnije i korisne preporuke. Sagledajmo na trenutak kako su te pozitivne upute uticale na istoriju preventive zaraznih bolesti.

Stoljećima je smrtonosna guba ubijala nebrojene milione Evropljana. Koliko je ta bolest zahvatila Evropljane, najbolje je opisao dr. George Rosen, profesor higijene na Kolumbijskom univerzitetu: „Guba je prouzrokovala najveću pošast, koja je bacila svoju smrtonosnu sjenu na život srednjovjekovne civilizacije. Strah od svih ostalih bolesti zajedno, jedva se može porediti sa strahom što ga je izazivala guba. Čak ni crna smrt (kuga) koja se pojavila u četrnaestom stoljeću ili pak pojava sifilisa pri kraju četrnaestog stoljeća nije proizvela slična strahovanja... U ranom srednjem vijeku, za vrijeme šestoga i sedmog stoljeća, guba se počela na veliko širiti u Evropi i bila je ozbiljan zdravstveni i društveni problem. Postala je endemska pojava, osobito među siromašnima, a postigla je zastrašujući vrhunac u trinaestom i četrnaestom stoljeću.“<sup>7</sup>

Što su ljekari poduzeli da zaustave neprekidni porast gubavosti? Neki su mislili da „ona nastaje ako čovjek jede prevruću hranu, biber, češnjak i meso uginulih svinja“. Drugi su ljekari zaključili da bolest nastaje pri zlokobnom spajanju u planetarnom sistemu. Naravno, njihova naklapanja za suzbijanje bolesti bila su posve bezuspješna.

Još jedna pošast koja je označila srednji vijek kao mračan, bila je crna smrt. U četrnaestom stoljeću taj je ubica ubijao svaku četvrtu osobu, usmrтивši tako sveukupno oko šezdeset miliona ljudi. Bila je to najveća nesreća zabilježena u istoriji čovječanstva: „Uništavajući sve što joj se ispriječilo na putu, kuga je unijela paniku i kaos... Mrtvaci su u tom sveopštem metežu skupljani na hrpe i bacani u goleme jame, iskopane na brzinu, a trupla u raspadanju ležala su posvuda, u kućama i na ulicama. Grobar i ljekar bijahu bačeni u isti duboki i veliki grob; oporučilac i njegovi baštinici, kao i izvršitelj oporuke bačeni su iz istih kola u zajednički grob.“<sup>8</sup>

Što je zaustavilo najveće pošasti srednjega vijeka? George Rosen daje odgovor:

Vodstvo je preuzela crkva, jer ljekari nisu imali što da ponude. Crkva je uzela za savjet načela što ih sadržava Stari zavjet u vezi sa zaraznim bolestima. Te ideje i njihove praktične posledice jasno su izražene u Levitskoj knjizi (3. knjiga Mojsijeva). Kad je jednom otkrivena gubavost, bolesnik je morao biti odvojen i isključen iz društva.

Slijedeći savjete iznesene u Levitskoj knjizi, crkva je poduzela zadatak da se sukobi s gubom... postigla je prvu veliku pobjedu time što je metodički izbrisala bolest.

Upute su zapisane u Levitskoj knjizi 13 : 46: „Sve dok na njemu bude bolest, neka nečistim ostane, i jer je nečist, neka stanuje nasamo: neka mu je stan izvan tabora.“ Drugi povjesničari odaju priznanje Bibliji što je pridonijela djelotvornoj kontroli bolesti: „Zakoni za slučajeve gubavosti, opisani u Levitskoj knjizi u 13. poglavlju mogu se smatrati prvim modelom sanitarnih propisa.“<sup>10</sup>

Čim su evropski narodi uočili da je primjena biblijske karantene sputala gubavost, primijenili su ista načela i na crnu smrt. Rezultati su bili jednako valjani i milioni života su spašeni. Da su smrtonosne pošasti i dalje harale nekontrolisano, mnoge vrsne odlike renesanse nikad se ne bi rodile, ili bi umrle preranom smrću. Tako je istorija Evrope uvelike bila pod uticajem riječi koje je Bog uputio Izraelcima: „Budete li zdušno slušali glas Gospoda Boga svoga..., nikakvih bolesti... na vas neću puštati...“

## 2. poglavlje

### PONOS I PREDRASUDE NASUPROT DOKAZU

Poštujući biblijska načela i savjete, Evropa je uspjela likvidirati najopasnije smrtonosne bolesti izolujući njihove žrtve. Ipak su druge zarazne bolesti desetkovale ljudstvo, jer ljudi nisu u svemu ozbiljno uzimali Božju riječ, te su se osobito crijevne bolesti širile i naplaćivale težak danak u ljudskim životima. Obećanje Boga da će osloboditi čovjeka od svih bolesti zahtijevalo je pokoravanje svim njegovim naredbama. Kolera, dizenterija, trbušni tifus širili su se neprekidno, uništavajući gusto naseljena prebivališta, jer su higijenski uslovi bili užasni. U srednjem vijeku nije se znalo za higijensko uklanjanje otpadaka i izmeta. Da, bacali su izmet na ulice koje su bile nepopločene i prljave. Užasan smrad i rojevi muva vladali su takvim gradovima, a zarazne bolesti imale su najbolje mogućnosti za neobuzdano širenje.

Takvo upropaštavanje ljudskih života moglo je biti spriječeno da su ljudi ozbiljno shvatili Božje opomene. Jednom rečenicom Sveta je knjiga opisala što valja činiti protiv bolesti kao što su dizenterija, kolera ili tifus.

„Ako je među tvojima ko postao nečist zbog noćnog izliva (dizenterija, kolera i si.), neka iziđe iz tabora i neka se ne vraća u nj. A predvečer neka se u vodi opere, te u smiraj može opet u tabor. Imaj izvan tabora mjesto gdje ćeš ići van. Sa svojom opremom nosi i lopaticu: njome ćeš, kad ideš van, iskopati rupu i poslije zatrpati svoju nečist.“<sup>1</sup>

To je danas možda primitivna uputa, ali svakako djelotvorna i preteča je savremenije sanitacije.<sup>2</sup> Kako je savjet, dan Mojsiju prije gotovo 3500 godina mogao biti temeljem savremenoj higijeni i sanitaciji? Jedini je odgovor da je ta riječ doista nadahnut Bogom.

Čovjekov ponos i predrasude njegov su najveći neprijatelj. I u navedenoj prošlosti čovjek nije želio prihvatiti biblijske upute da očuva tuđi život, jer je bio preponosan i imao već unaprijed učvršćene svoje ideje. Čak i danas čovjek iznad svega cijeni svoje uvjerenje i njegove ideje čine mu se vrednijima od drevnih biblijskih zapisa, koji su originalniji i mnogo uspješniji. Kada bi ljudi danas s više pažnje proučavali Bibliju i primjenjivali njene istine, bilo bi manje nevolje u svijetu i čovječanstvo bi prije riješilo mnoge životne probleme.

U prošlom stoljeću Beč je bio središte evropske kulture i nauke. Osobito se uzdizala bečka medicinska nauka, koja je nekako prednjačila u tom dijelu Evrope. Pogledajmo što se događalo u jednoj bolnici tog vremena. Na porodiljskom odjelu velike gradske bolnice, svaka je šesta žena nakon poroda umrla. Ta statistika međutim nije rezervirana samo za tu bolnicu, već je krasila i mnoge druge bolnice u Evropi. Ljekari su smrt pripisivali čudnim okolnostima: zakašnjela laktacija, zatvorena stolica, strah i zatrovani zrak. Začudićete se da se to događalo prije svega 130 godina.

Kad bi žena umrla, bila bi odnesena u mrtvačnicu da se obdukcijom ustanovi uzrok smrti. Ljekari i studenti temeljno su rezali i istraživali po mrtvom tijelu uzroke smrti. Zatim bi odmah otišli u sobe gdje su ležale roditelje čekajući na porod, te bi ih počeli pregledati, a da nisu oprali ruke. Pregledom je unošena u tijela jadnih žena smrt, a da niko nije bio toga svjestan. Tada se još nisu upotrebljavale gumene rukavice za takozvanu unutrašnju pretragu trudnice.

U to vrijeme, ili tačnije 1840. godine, mladom ljekaru dr. Ignazu Semmelweisu povjeren je jedan porodiljski odjel. Ustanovio je da obično umiru one žene koje su toga jutro bile pregledane od čete studenata i ljekara, koji su neposredno došli iz obdukcijske dvorane. Nakon trogodišnjeg pažljivog i temeljnog proučavanja uveo je na svom odjelu strogo pravilo da valja temeljno prati ruke nakon izlaska iz obdukcijske dvorane i prije pregleda žena.

Kad je u aprilu 1847. godine to pravilo stupilo na snagu, smanjio se odmah broj smrtnih

slučajeva. Do tada je na odjelu umrlo pedeset i sedam žena, a kada je pravilo pranja ruku stupilo na snagu, nakon tri mjeseca, od četrdeset i dvije žene samo je jedna umrla. Već sledećeg meseca omjer je bio drukčiji, tako da je na svake osamdeset i četiri žene jedna umrla. Ta statistika je jasno govorila da uzrok smrti leži u prenošenju smrtonosnih klica s mrtvih na žive. Jednog dana, međutim, nakon pretrage dvanaest žena u jednoj sobi, jedanaest ih je umrlo. Nova misao bljesnula je u bistrom umu mladog Ignaza. Potrebno je prati ruke nakon svake pretrage, jer je u opisanom slučaju prva žena bila bolesna, te zaraza se prenijela na ostalih jedanaest.

Tako je Semmelweis uveo temeljno pranje ruku nakon pregleda svake žene, što je izazvalo prigovore lijernih ljekara i studenata. Dojadrilo im je neprestano pranje ruku. Ali smrtnosti je na odjelu bilo sve manje i manje.

Mislite li da je Semmelweis dobio priznanje od svojih kolega? Toliko su ga zamrzili zbog njegovog fanatizma da mu nisu obnovili godišnji ugovor, tako da je morao napustiti bolnicu. Njegovi naslednici pobacaše lavore za pranje ruku i nastaviše starom metodom, a smrtnost se popela na stare zastrašujuće brojke. Jesu li njegovi kolege vjerovali u njegovo djelo? Nipošto! Ljudi su toliko zadojeni svojim predrasudama i vlastitom veličinom, da ne vide očite dokaze.

Šest mjeseci je Semmelweis pokušavao ponovno steći mjesto u bolnici, ali u tome nije uspio. Slomljen i potišten napustio je Beč i vratio se u Budimpeštu, svoj rodni grad. Tamo je dobio mjesto u bolnici, gdje je smrtnost žena u rodilištu bila visoka. Opet je uveo svoje metode, koje su zapanjujućom brzinom smanjile smrtnost. No u njegove kolege zavukla se zavist, tako da ga mnogi ne pozdravljahu prolazeći pokraj njega. Napisao je izvrsno djelo potvrđujući svoje postavke, koje je i praktično dokazao, ali to je još više doprinjelo sarkazmu uvaženih profesora, koji u to nisu vjerovali.

Teška depresija koja je uslijedila nakon tako poraznog stanja, krikovi majki, koje su umirale zbog ponosa i uobraženosti ljekara onoga doba, te tjelesna i duševna slabost pridonijele su da je izgubio razum i završio život u duševnoj bolnici, nepriznat i neshvaćen za cijelog života.

Prije nekoliko hiljadljeća, davno prije Semmelweisa, Bog je preko Mojsija potanko opisao upravo ono što je mladi Semmelweis otkrio u Beču. Dao je Mojsiju upute kako valja prati ruke i ponašati se prilikom dodira mrtvog tijela i nakon ophođenja s bolesnikom. Evo ukrako tog opisa iz Biblije<sup>3</sup>.

Bog je, naime, naredio specijalni ritual kako da se dođe do pepela životinje, koji je trebao poslužiti za spravljanje takozvane „vode za čišćenje“. Valjalo je uzeti čistu zdravu životinju, ubiti je i spaliti sve što na njoj postoji. U takvu vatru valjalo je ubaciti mirisnih ulja i voska. Oni koji su time baratali, smatrali su se nečistima te su se morali temeljno okupati nakon rituala. Zatim je treća osoba rukovala tim pepelom, i spremila ga na naročito mjesto, da se može poslije upotrijebiti za spravljanje vode za čišćenje.

Onaj koji se dotakao mrtvog tijela sedam dana je smatran nečistim. Takvog je valjalo polijevati vodom za čišćenje, koja se spravljala na osobit način. Na pepeo od spaljene čiste životinje nalila se živa (tekuća) voda, i na taj se način dobila tekućina koja je imala alkalna, odnosno dekontaminativna svojstva.

Osobito je bio važan redosled obreda pranja. Nečista čovjeka, onoga koji je dotakao mrtvaca ili drugog zaraznog bolesnika, valjalo je polijevati takvom vodom trećega i sedmoga dana. Dato je dovoljno vremena da na suncu i zraku uginu sve smrtonosne bakterije, a pranje se ponavljalo. Najvažnije je bilo polijevati takvoga čovjeka, što je danas pravilo u medicini prilikom pranja ruku za dezinfekciju. Ono što Semmelweisu ne bi mogla priznati moderna medicina jest upravo činjenica da je on prao ruke u laboru, a ne pod tekućom vodom, kako to zahtijeva Biblija i savremena

medicina.

Ko se nije podvrgao takvom čišćenju bio je protjeran iz Izraela. Tako je stroga bila ta Božja naredba, da bi se ljudi očuvali od zaraznih klica koje su se vrlo lako mogle prenositi s mrtva tijela na zdravo.

Biblijska je metoda takođe zahtijevala mijenjanje odjeće prilikom svakoga pranja, čak i od onoga koji je spravljaao vodu za čišćenje.

Tvrdoglavost i ponos uništavali su ljudske živote ne samo u rodilištima već i na hirurškim odjelima, gdje se prilikom operacija nije primjenjivalo pravilo temeljnog pranja ruku. U devetnaestom stoljeću redosled operacije bio je vrlo jednostavan. Pacijent kojega je trebalo operirati došao bi u operacijsku salu, skinuo se i legao na sto. Hirurg bi prišao, skinuo kaput, zasukao rukave, iz torbe izvadio instrumente i počeo rezati. Ako bi studenti htjeli čeprkati po utrobi jadnoga pacijenta, bilo im je dopušteno da svojim prljavim rukama unose smrtonosne klice u tijelo pacijenta. Nije čudo da je gotovo svaki pacijent umro od trovanja krvi.<sup>4</sup>

Takva smrtnost sigurno ne bi harala da su hirurzi podrobnije pročitali Božji nalog Mojsiju u vezi s pranjem ruku, i promjene odjeće nakon makar krakog dodira s nečistim predmetima i osobama.

Nakon uvođenja antiseptičnih metoda, poslije 1876. godine, zahvaljujući radovima Pasteura, Tyndalla, Kocha, Listera i drugih, uočen je nagli pad smrtnosti na hirurškim odjelima.

U dvadesetom stoljeću metoda pranja i mijenjanja odjeće toliko je uhodana i stroga da niko ne može zamisliti bilo kakav medicinski rad bez temeljnog pranja ruku. Svaka greška i propust u tome dovodi do katastrofe. U Sjedinjenim Državama 1958. godine iznenada se pojavila velika epidemija stafilokokne sepse, koja je nastala zbog greške u pranju ruku. Nikakvi antibiotici nisu mogli uništiti vrlo otporne ali i neobično otrovne stafilokoke. U krako vrijeme na jednom je odjelu umrlo osamdeset šest ljudi.

Američka vlada donijela je 1960. godine poseban zakon i uputu o načinu pranja ruku u bolnicama, vrlo nalik na onu opisanu u Bibliji, koju je Bog prije više od tri i po hiljade godina dao Mojsiju. Čovjeku je trebalo nekoliko hiljadljeća da nauči ono što je Bog poručio Mojsiju preko nadahnuća.



### 3. poglavlje

## NAUKA STIŽE – ČETIRI HILJADE GODINA KASNIJE

„Doktore, morate mi reći imam li rak ili ne. Zahtijevam to od vas. Što pokazuju laboratorijski nalazi, molim vas? Ja to moram znati!“ Lijepa, trideset šestogodišnja Beth Howard sjedjela je na kraju stolice. Već dvije sedmice njen ljekar oklijeva da joj saopšti njezino pravo zdravstveno stanje svim mogućim taktikama, ne bi li je nekako pripremio za najgore.

Kad je saznala istinu, posve se slomila. „Ali, doktore, ne možete me pustiti da umrem! Morate me spasiti. Ne mogu ostaviti Lornu i Jane dok isu tako mlade. Tek su u osmogodišnjoj školi. Trebaju me više nego ikada. A Phil i Dick - i Billi...“

Jecajući, zarila je lice u jastuk. U takvim trenucima mnogi je ljekar poželio da svoj hljeb zarađuje kopanjem kanala. Mogao joj je dati sredstva za smanjenje boli i trankvilizatore. Kako je Bethin rak uznapredovao, ostalo joj je u najboljem slučaju tek nekoliko mjeseci do smrti.

Beth je imala rak na grliću materice. One godine kada je umrla, u je Americi održano trinaest hiljada pogreba žrtava koje su pale od iste bolesti. Mnoge su bile žene u najboljim godinama, najviše žrtava bilo je u dobi od trideset jedne godine pa do pedeset.<sup>1</sup> Rak grlića materice najčešći je rak u žena. Dvadeset i pet posto svih karcinoma u žena otpada na taj rak, a osamdeset posto slučajeva svih genitalnih karcinoma otpada na upravo spomenuti. Ti statistički podaci još su zastrašujući i žalosni, jer je većina smrtnih slučajeva mogla biti spriječena da su ljudi slijedili upute što ih je Bog dao Avramu.

Istorija takve spoznaje neobično je zanimljiva. Na početku našega stoljeća, negdje oko 1900. dr. Hiram N. Wineberg otkrio je proučavajući zabilješke o pacijentima u Mount Sinai bolnici u New Yorku da su Jevrejke pošteđene od te vrste uobičajenog raka žena.<sup>2</sup> Bilo je to začuđujuće otkriće! Postojala je skupina žena koja je bila oslobođena raka ubice, i trpjela mnogo manje od raka na grlu materice nego druge žene.

Sledeći ta otkrića, dr. Ira I. Kaplan i njegovi saradnici proučavali su zabilješke iz Bellevue bolnice u New Yorku i takođe su bili iznenađeni rijetkošću cervikalnog karcinoma među Jevrejka.<sup>3</sup> Ginekolozi su 1949. godine na Mayo klinici primijetili da među 568 slučajeva cervikalnog karcinoma nije bilo ni jedne Jevrejke. Sedam posto pacijenata su Jevreji koji dolaze na Mayo kliniku i svako bi očekivao da će od spomenutih 568 slučajeva sedam posto biti Jevrejke, odn. negdje oko 40 jevrejskih bolesnica s rakom na grlu materice. Umjesto toga, nije ustanovljen ni jedan jedini slučaj.<sup>4</sup> Opširna studija poduzeta je 1954. godine nad 86.214 žena u Bostonu, kada je ustanovljeno da je rak među nejevrejka osam i po puta češći nego među Jevrejka.<sup>5</sup>

Zašto su Jevrejke pošteđene raka na grlu materice? Današnja medicinska istraživanja dokazuju da je ta zapanjujuća pojava rezultat obrezivanja Jevreja - **nalog što ga je Bog dao Avramu prije četiri hiljade godina.**

Mnogobrojna nedavna proučavanja iznijela su činjenicu da rijekost raka materice ne zavisi o rasi, hrani ili okolini, već jedino o obrezivanju muškaraca. Uvjerljiva istraživanja poduzeta su i u Indiji. Iako taj narod ima vrlo slično rasno porijeklo, jede istu vrstu hrane i živi u jednakim klimatskim uslovima, stanovništvo je podijeljeno u dvije religijske skupine. Oni koji štiju Muhameda, koji je takođe potomak Avrama, provode obrezivanje. Među njihovim ženama pojava raka na grlu materice je rijetka, dok je u drugih žena iste rase, koje se hrane istom hranom i žive pod istim životnim uslovima rak mnogo češći.<sup>6</sup>

Uvodni članak u *American Journal of Obstetrics and Gynecology* (Američki časopis za porodiljstvo i ženske bolesti) primjećuje da Jevrejke i Indijke muslimanske vjere imaju nizak

postotak cervikalnog karcinoma te zaključuje da ta dva naroda vrlo različita porijekla imaju jednu stvar zajedničku - obrezivanje (cirkumcizija) muških, članak nadalje iznosi da je na ostrvima Fidži cervikalni karcinom prilično rijedak među onima koji provode obrezivanje muškaraca. Uvodnik zaključuje savjetom da bi sva muška novorođenčad trebala biti obrezana kako bi se spriječio takav opasan oblik raka u žena.<sup>7</sup>

Medicinska nauka priznaje tu činjenicu, no na nesreću javnost je još nedovoljno svjesna vrijednosti obrezivanja. Kako može obrezivanje muškoga spriječiti pojavu raka u žene? Muškarci su kao nekim prokletstvom opterećeni suvišnom kožom koja obavija njihov polni organ. **Cirkumcizija** (circum - okolo, i **cisio** - rezanje) oslobađa od te preobilne kože. Ako se čvrsto priljubljena kožica oko polnog organa ne da pomaći unazad, nije moguće održavati pravilnu čistoću i higijenu uda. Rezultat toga je pojava mnogih opasnih bakterija, među kojima se nalazi *Bacillus smegmatis*, koji uzrokuje rak. Za vrijeme polnog akta te bakterije se odlažu na grlo materice; ako je sluznica grlića netaknuta, zdrava, neće biti štetnih posledica. Ako postoje razderotine, koje su vrlo česte poslije svakog poroda, te bakterije mogu prouzrokovati prilične smetnje u obliku znatnih podražaja. Budući da je svaki dio tijela koji se izlaže suvišnom nadraživanju i trenju sklon stvaranju karcinoma, posve je razumljivo zašto se cervikalni rak vrlo lako razvija u žena čiji muževi nisu obrezani.

Te bakterije ne proizvode samo rak u žena, već nadražuju i muški ud te može nastati rak muškoga polnog organa. Rijekost raka na polnom organu u obrezanih muškaraca pokazuje činjenica da je 1955. godine opisan tek četvrti slučaj u medicinskoj historiji.<sup>8</sup> Zato možemo zaključiti da je obrezivanje gotovo savršena profilaksa protiv tog smrtonosnog raka. Sprečavanje pojave raka obrezivanjem muških mnogo je važniji postupak nego samo liječenje već razvijene bolesti, jer kad je jednom postavljena dijagnoza prijeko je potrebno hirurško odstranjenje muškog polnog organa.

Nakon mnogo godina marljivog proučavanja, medicinska nauka je napokon prihvatila najbolju metodu sprečavanja pojave dvaju najsmrtonosnijih karcinoma među muškarcima i ženama. Medicinska nauka je konačno stigla na cilj, ali četiri hiljade godina kasnije. Do te spoznaje medicinska nauka nije stigla pomoću nekog novog laboratorijskog otkrića; do tih je činjenica došla proučavajući statistiku - statistiku koja je dokazivala činjenice koje su postojale samo zato jer su kroz mnoge godine pokoljenja Jevreja bila vjerna zapovijesti koju je Bog dao njihovu ocu Avramu.

Neki ljudi sumnjaju u čuda pomoću kojih je Bog zaštitio Izraelce za vrijeme teških pošasti u Egiptu i isušio dio Crvenoga mora kako bi pobjegli iz ropstva. Ta čudesa su malenkost u poređenju s čudesnim Božjim nalogom koji je spasio Izraelce i druge narode od pošasti, epidemija i karcinoma kroz mnoga stoljeća.

Postoji još jedna značajna činjenica u vezi s obrezivanjem. U članku objavljenom u *Journal of American Medical Association* (Časopis Američkog medicinskog udruženja) od mjeseca novembra 1946. god. navedeni su razlozi zašto je potrebno obrezivanje muškog novorođenčeta. Tri mjeseca poslije objavljeno je pismo drugog specijaliste u istom časopisu. Svesrdno se složio s piscem prvoga članka u vezi s prednostima obrezivanja, no kritikovao ga je što nije spomenuo u koje doba treba izvršiti samu operaciju.<sup>10</sup>

To je vrlo važno. L. Emmett Holt i Rustin McIntosh izvještava da je novorođenče „osobito sklono krvarenju između drugoga i petog dana života ... Krvarenja koja se pojave u tom vremenu, iako često nepoznatog uzroka, postaju vrlo obilna; takva krvarenja mogu proizvesti opasna oštećenja unutrašnjih organa, osobito mozga i prouzrokovati smrt od šoka i iskrvarenja“.<sup>11</sup> Pomislilo se da je sklonost krvarenju pospješena nedostatkom važnog sastojka za zgrušavanje krvi, vitamina K, koji se ne stvara sve do **petoga** ili **sedmoga** dana života. Ako se vitamin K ne stvara u

probavnom traktu djeteta sve do **petoga** ili **sedmoga** dana, jasno je da bi prvi najsigurniji dan, kada bi se mogla poduzeti operacija obrezivanja bio **osmi** dan, upravo onaj koji je Bog naložio Avramu da obreže Isaka.

Drugi element, koji je takođe potreban za normalno zgrušavanje krvi jest protrombin. Dijagram koji se temelji na podacima objavljenim u *Holt Pediatrics*, otkriva da treći dan života dijete ima svega trećinu normalne vrijednosti protrombina. Svaki hirurški zahvat poduzet toga dana uzrokovao bi opasno krvarenje. Iz tog dijagrama može se zaključiti da se količina protrombina u krvi penje do najviših vrijednosti upravo osmoga dana čak i iznad normale - 110%. Tada se spusti na 100%. To upozorava da osmodnevno dojenče ima više raspoloživog protrombina nego u bilo kojem danu u cijelom životu. Po tome svako može zaključiti da o količini vitamina K i prisutnog protrombina u krvi zavisi koji je dan prikladan za obrezivanje. Taj je dan nedvosmisleno osmi.

Zahvalili bismo stotinama istraživača koji su se trudili uz velike troškove dugi niz godina da bi otkrili najsigurniji dan za operaciju obrezivanja. I dok čestitamo medicinskoj nauci na tim nedavnim otkrićima, kao da čujemo šuškanje starih biblijskih spisa. Oni nas žele opomenuti i podsjetiti da je prije četiri hiljade godina Bog odredio obrezivanje.

Dijagram pokazuje krivulje koncentracije protrombina i prisutnog protrombina koji je na raspolaganju za upotrebu u krvi normalne dojenčadi u prvoj nedjelji života. Podatke su prikupili Owen, Hoffman, Ziffren i Sroith.

Bog je pozvao Ahrahama i rekao: „Svako muško među vama, u vašim naraštajima, kad mu se navrší osam dana, neka bude obrezano.“<sup>12</sup>

Avram nije odabrao osmi dan nakon stoljetnih ogleda, koji bi završavali uspješno ili pogrešno. On, a ni jedan od njegove goleme pratnje iz drevnoga Ura Haldejskoga nisu nikad bili obrezani. Taj je dan odabran od Onoga koji je stvorio i vitamin K.

Starozavjetno obrezivanje je simbol ili tip koji je usmjeravao na Hrista i na obrezivanje koje on poduzima na srcu čovjeka:

„U Njemu ste i vi obrezani, ne u tjelesnom smislu već time što ste oslobođeni niže naravi; to je način na koji Hrist obrezuje.“<sup>12</sup>

„Usmrtite dakle ono što je u vama zemaljsko - bludnost, nečistotu, požudu, zle želje... Ali sada odbacite od sebe sve ovo: gnjev, naglost, zloću... jer ste svukli staru čovjekovu narav s njegovim djelima...“

Kao što je Bog zahtijevao tjelesno obrezivanje Jevreja, tako danas i od nas zahtijeva „Hristov način obrezivanja“, koji znači da smo „oslobođeni niže, tjelesne naravi“ s njezinim emocijama, „gnjeva, naglosti, zloće“ i sebičnosti. Takvo obrezivanje i oslobađanje nepoželjnih emocija čovjekove su velike prednosti, jer su takve emocije jasno prihvaćene od savremenih psihijatara kao uzroci ili poticaji pogoršanja većine bolesti. Tjelesne emocije proizvode duševne udare - koji su po nekim današnjim autorima uzrokom svih bolesti.<sup>15</sup>

Dok je obrezivanje tijela otklonilo pojavu dvaju fatalnih karcinoma, dotle Hristovo duhovno obrezivanje naše zle naravi sprečava dalekosežnije i opasne bolesti. Obrezivanje tijela bilo je simbol obrezivanja duha.” Obrezivanje tijela ne zahtjeva se od današnjih hrišćana jer je ono slikovito proricalo obrezivanje od veće vrijednosti koje Hrist čini nad umovima i srcima ljudi.<sup>17</sup> Zar nije zanimljivo i važno da i simbol kao i ispunjenje toga simbola sprečavaju smrtonosne bolesti?

Neposlušnost Jevreja da obave simboliku obrezivanja dovelo ga je u stanje otpadnika, te je razumljivo zašto Bog postavlja Hristovo obrezivanje kao zahtjev za pripadništvo njemu: „Oni koji pripadaju Hristu Isusu razapeli su svoje tijelo (svoju nisku narav) s njegovim strastima i požudama.“<sup>18</sup> Jedino nakon takvog božanskog hirurškog zahvata čovjek može uživati u obećanjima

svoga nebeskog Oca da ga neće snaći „nikakva bolest“.

#### 4. poglavlje

### PET MILIONA LJUDI POROBLJENA UMA

Kad je negdje oko ponoći zazvonio telefon, duboko sam spavao, no glas na drugom kraju smjesta me razbudio: „Halo, doktore, možete li odmah doći ovamo? Dvoje je ljudi ubijeno na autocesti, a drugo dvoje nalazi se u kritičnom stanju!“

Kad sam stigao, svjetina se nagurala da gleda. Vozač je udario autom u ogradu mosta i volan je zgnječio njegov prsni koš. Jedan pogled na njegovo tijelo bio mi je dovoljno da zaključim kako je izvan dohvata ljudske pomoći. Ostala tri suputnika bila su bačena u korito isušene rijeke. Jedan od suputnika, žena, bila je mrtva. Druga je žena ležala na zdrobljenom vjetrobranu za koji se uhvatila kada je poput metka izletjela van. Jaukala je od boli. Muškarac napola pri svijesti ležao je takođe u blatu na dnu korita rijeke.

Kakva neopisiva, jeziva, nezaboravna slika! Razbijen auto, dvoje ljudi izmrcvareno, blatnjavo, a drugo dvoje nepomične figure koje neće više nikada udahnuti zraka. Strahota katastrofe još je jezivija jer je mogla biti spriječena. Mozak vozača bio je zarobljen drogom.

Te sablasne noći uočio sam strahotu uništenja, stradanja i smrti kao rezultat opijenosti mozga tek jedne osobe. Priznajem da mi je um odviše ograničen da zamisli umnožene scene većeg ili manjeg opsega koje se svakodnevno događaju jer su mozgovi pet miliona Amerikanaca zarobljeni na takav način.

Dočarajte sebi još jednog pijanog vozača dok njegov školski autobus ludački juri niz strmu, vijugavu cestu. Zamislite užas dvadeset šestero djece zaprepastene, širom razrogačenih očiju, u strahu za svoje živote, kako skaču iz autobusa pojedinačno ili u parovima u trenucima kada se vožnja malo usponi je na zavojima.

U JAMA, Milton Golin zaključuje svoj članak „Pet miliona ljudi porobljena uma“ ovim riječima: „Opijanje je zarobilo pet miliona ljudi obaju spolova u SAD, poput roblja koje goni nemilosrdni vlasnik, a godišnje ulazi u ropstvo 200.000 pridošlica.“<sup>1</sup>

Koliko su smrtnih slučajeva prouzrokovali djelimično obezumljeni Amerikanci na našim cestama? Proučavanje poduzeto u državi Delavare upućuje na to da je alkohol uzročnik u polovini svih smrtnih slučajeva na našim cestama.<sup>2</sup>

Slična proučavanja obavljena u New Yorku, koja su objavili New York State Department of Health (Njujorški državni ured za zdravlje) i Cornell univerzitet otkrila su da je uzrok 73% nesreća u kojima su poginuli sami vozači bilo pijanstvo.<sup>3</sup> I u oblasti Westchester u državi New York, krvne probe na alkohol učinjene su u 83 vozača koji su smrtno nastradali u samostalnim saobraćajnim nesrećama. Te su probe dokazale da je 79% vozača bilo pod uticajem pića.<sup>4</sup>

Kad bi neko izračunao da je barem 50% od 40.000 saobraćajnih nesreća godišnje prouzrokovano od „Rakije“ bila bi to velika optužba protiv tog masovnog ubice koji je usmrtio u godini dana 20.000 Amerikanaca. Mnogim vozačima oduzeta je vozačka dozvola jer je neodgovornošću prouzrokovao smrt na auto-cesti, a ipak se tu nalazi jedan kojemu je legalno dopušteno neprekidno ubijanje hiljada. On je doista visoko povlašten kada smije nastaviti takvo krvoproliće.

U odbrani takvog pokolja dokazuje nam se da bi naši porezi na prihod bili veći kad ne bi postojala industrija alkoholnih pića. Druga proučavanja, međutim, pokazuju da bi pola tuceta drugih

troškova bilo manje. Direktor osiguravajućeg društva otkriva kako bi osiguranje automobila bilo smanjeno za 40% „kada pijani vozači ne bi bili takav problem“.<sup>5</sup> Kakvu ulogu tih pet miliona Amerikanaca igra u drugim oblicima nasilne smrti, npr. ubojstvima? Neću nikada zaboraviti onu noć kada sam ušao u jednu kuću i našao pijana muškarca kako pritišće okočen revolver o sljepoočicu svoje žene, majke petero djece. Sreća da sam stigao na vrijeme. Možda ga je moja prisutnost prisilila da je pusti, no dok ju je puštao, promrmljao je: „Da nisam promislio kako bih zbog toga visio, prosvirao bih joj mozak.“ Statistički podaci otkrivaju da alkohol igra važnu ulogu u svim vrstama nasilne smrti. „Pregled 27 godina obdukcija u oblasti Middlesex, N. Y., pokazuje da je alkohol glavni činilac u 41,2% svih nasilnih smrti“, kaže se u izvještaju glavnog medicinskog istražitelja, dr. Williama C. Wilentra.<sup>6</sup> Etilni alkohol je u čovjeka najčešće korištena droga, odgovorna za smrt, ozljede i zločine.

Zanimljiv je i kratak uvid u samoubistva. Kao uzrok nasilne smrti je na jedanaestom mjestu, s godišnje 20.000 smrtnih slučajeva. Statističari procjenjuju da je alkohol odgovoran za pet hiljada samoubistava.

Alkohol pljačka umove ljudi na različite načine. Dok sam bio stažist nije bilo ništa neobično vidjeti čovjeka kako ulazi u bolnicu jašući na crvenom slonu, tj. on je bar tako zamišljao. Ako to nije bio crveni slon, čovjek bi vikao jer je bio napadan od krda narandžastih bizona ili su ga zahvatile pandže crvene gorile.

Ogromni odjeli u bolnicama postali su azili za ljude koji bi vriskali i tražili spas od strahovitih „životinja“ koje su ih napadale do uništenja. Ponekad bi pokušao pobjeći od njih skačući kroz zatvoren prozor s visokog sprata. Na sreću bolničari su bili dovoljno brzi da uhvate rub njegove spavačice i povuku ga nazad. Kad smo morali vezati takve pacijente za krevet i dati im velike doze morfija, neki su i umrli. Čak i danas uz poboljšane tehničke uslove, smrtnost od delirijum tremensa iznosi 4%.

Smrt nastaje i od drugih ozljeda mozga uzrokovanih alkoholom. Neke žrtve pate od smetnji sluha, što može prouzrokovati takav strah da mogu počinuti samoubistvo.

Alkohol je jedan od najvažnijih činilaca koji čine duševnu bolest prvenstvenim problemom u zdravstvu Amerike. Nedavni medicinski izvještaj kaže: „Oko 10% pacijenata koje se prima u duševne bolnice službeno<sup>8</sup> se pripisuje alkoholu a u drugih 10% bolesti alkohol značajno utiče na razvoj duševne bolesti. Uz to, opšte bolnice preuzimaju brigu za akutne alkoholne poremećaje.“<sup>9</sup> Zapravo, šest posto hroničnih alkoholičara razvija se kad-tad u neki oblik ludila.<sup>10</sup> Zbog atrofije mozga, koju uzrokuje alkohol, velik postotak pijanaca zapravo počinjava polagano ubistvo svoje ličnosti.

Alkohol, razbojnik s dozvolom, svake godine ubija desetke hiljada na našim cestama; podstiče ljude na ubistva, zločine i samoubistva, stavlja ljude iza rešetaka kao bijesne manijake. Shakespeare, začuđen i zabrinut za svoje doba uzvikuje: „O, Bože! Zar je čovjek trebao staviti neprijatelja u svoja usta da mu ukrade pamet...“

Stalna djelovanja alkohola zasigurno ne pogađaju samo anatomske detalje iznad uha. Jedan pijanac se nedavno u mojoj ordinaciji potužio da ne može podići ruke da bi se obrijao. Ne samo da se u svakog petog alkoholičara razvija djelimična uzetost nekih mišića, već se mnogi tuže na vrlo žestoke boli uzrokovane neuritisom (upalom živca).

Jetrena ciroza još je ozbiljniji kvar tijela jer krv iz probavnog trakta ne može slobodno prolaziti kroz otvrdnuta jetra. Rezultat je retrogradno povećanje pritiska krvi u venama, pa donji udovi oteknu i trbušna se šupljina toliko proširi i ispuni tekućinom da jedna jetra jedva dišu. Vrlo proširen trbuh možemo načas rasteretiti ubodom široke igle kroz trbušnu stijenkku i izvlačenjem

malo te tekućine, no na nesreću se tekućina stvara u sve kraćim vremenskim razmacima, sve dok pacijent ne podlegne. Otvrdnuta jetra, u kojima su vene začepljene mogu dovesti do retrogradnog pritiska i proširenja vena u jednjaku. Te vrlo tanke vene veoma su sklone pucanju kada se proguta hrana što može izazvati teška i fatalna krvarenja.

Otvrdnuća jetara (ciroza) nastaje najčešće između trideset pet i šezdeset pet godina starosti. Kada ljekar stoji kao nijemi svjedok kraj umirućih mladih bolesnika, ne može a da ne pomisli o životu koji je upropašten zbog težnje za takozvanim užicima.

Sjećam se jedne novogodišnje proslave. Sledeći dan smo moja supruga i ja ustali svježi i radosni i posve smo uživali u doručku koji se sastojao od voćnog soka, zobene kaše i jaja sa šunkom. U podne smo uživali u novogodišnjem ručku sa svim mogućim ukrasima. Tako nije prošao drugi bračni par koji nas je posjetio. Oni su dočekali Novu godinu opijanjem i proveli su veći dio sledećeg jutra gutajući aspirine, držeći se za glavu i boreći se protiv jake mučnine. Ni jedan ni drugi nije mogao pojesti ni komadić bajoslovna ručka. Moja supruga i ja otkrili smo kako je život puno ljepši i bez nekih „užitaka“.

Alkoholičari su uskraćeni za ono najljepše u životu. Uživanja stvarnog života zamagljena su ili čak odsutna, kao rekreacija, muzika, umjetnost, gošćenje, polni život, vid i mogućnost razgovaranja. Neki ne žele živjeti hrišćanskim životom jer se ne žele odreći nekih „užitaka“. Ti ljudi trebaju da se drže obećanja: „... ne uskraćuje Gospod dobra onima koji idu u nedužnosti...“<sup>12</sup> Trebaju shvatiti da su biblijski nalozi i pravila pisani zato da bi čovjek mogao steći najviše radosti u životu.

Alkoholičar prestaje jesti s užikom jer mu hrana često stvara neugodnosti zbog teške upale želučane sluznice. Može se mučiti zbog želučanog čira ili izgubiti mnoge godine svoga života zbog želučanog raka.

Alkohol je ne samo kradljivac čovjekove pameti i njegova zdravlja već potkrada i njegov džep. Novac koji bi dobavio hranu, odjeću i pristojno stanovanje za čovjeka i njegovu porodicu alkoholičar često baci preko šanka. Mnoge porodice nikad nisu osjetile ljepotu života, a često takva uskraćivanja dovode do bolesti i ozbiljne zanemarenosti.

Pijanac gubi dom zbog nesposobnosti za rad. Statistike pokazuju da takav čovjek izgubi svake godine mjesec dana rada. Profesori Yale univerziteta upozorili su na činjenicu da je djelotvornost rada pijanca svega pedeset posto. Zato se često govori o pijancu kao o pola čovjeka, jer mu nedostaje rasuđivanje i vještina. Sklon je čestim, većim ili manjim prepirkama sa svojim kolegama. Njegov se um često upoređuje s vozačem koji vozi po magli i u tvornici gdje radi uzrokuje nesreće. Istraživanja na 340 pacijenata koji su pretrpjeli ozljede u nesreći otkriva da je 48% imalo alkohola u krvi iznad 0,5 g na litru (promila).<sup>14</sup> Prihodi od oporezivanja industrije alkohola nedostatni su da plate ekstravagantne troškove „Rakije“. U Francuskoj su ustanovili sledeće: „Troškovi za uvezeni alkohol 1950. godine iznosili su 132 milijarde franaka, dok je prihod donosio svega 53 milijarde. Država tu gubi gotovo 80 milijardi. Gubitak cjelokupne proizvodnje u zemlji koju je prouzročio alkohol procjenjuje se na blizu 325 milijardi franaka godišnje.“<sup>15</sup>

Američko medicinsko udruženje izvještava da gubitak prouzrokovan od tog „polu-čovjeka“ koji radi u industriji oduzima državi i uskraćuje građane za 10 milijardi dolara.<sup>16</sup> Tim se milijardama moraju dodati milioni koji se troše na zbrinjavanje ogoljelih porodica alkoholičara, da bi se isplatili računi osiromašenih pijanaca u staroj dobi, da se plati porez koji ide institucijama za zbrinjavanje duševno poremećenih alkoholičara. Jedan mali dio tih milijardi mnogo bi pomogao za medicinska istraživanja koja bi spasila čovječanstvo od raznih bolesti.

Strašno upropašteni životi i gubitak novca mogu se spriječiti poslušnošću Knjizi nad

knjigama, pa je „*nijedna bolest*“ obećanje onima koji pažljivo slušaju mnoge upute Svetog pisma protiv opijanja. Ovdje citiram jedan odlomak koji opominje, jasnim i slikovitim opisom, prikazujući s ekonomskog, medicinskog i društvenog gledišta, uključujući čak i opis delirijum tremensa:

„Slušaj, sine moj, i mudar budi i ravnim putem vodi srce svoje. Ne druži se s vinopijama ni sa žderačima mesa, jer pijanica i izjelica osiromaše, i pospanac se oblači u krpe. Kome ah? Kome jao? Kome svađe? Kome uzdasi? Kome rane nizašto? Kome zamucene oči? Onima što kasno sjede kod vina, koji su došli kušati vino začinjeno. Ne gledaj na vino kad rujno iskri, kad se u čaši svjetlucavo preliva: pije se tako glako, a na kraju ujeta kao zmija i žiga kao guja ljutica. Oči će ti gledati taštine i srce govoriti ludosti. I biće ti kao da ležiš na pučini morskoj ili kao da ležiš navrh jarbola.<sup>17</sup>

## 5. poglavlje

### OŠTEĆENJE SRCA I RAK DOLAZE KROZ KARTONSKU KUTIJU

Poslovođa trgovine mješovitom robom nazove me jednoga dana. „Doktore“, reče mi, „primio sam cedulju koju mi je kriomice poslala g-đa Henderson. Njen suprug je vrlo bolestan, toliko bolestan da je već sišao s uma. Ne dopušta joj da izlazi iz kuće jer se boji da se više neće u nju vratiti. Ona se boji da je ne ubije, želi da dođete u njihovu kuću i da pregledate njezina supruga.“

Suprug g-đe Henderson bio je visok preko 180 cm, snažan, mišićav muškarac, no sada je njegovo tijelo omlohavilo, kao da je nestalo mesa s kostiju, oči mu upale, izgledao je više kao sablast nego čovjek. Već mjesecima nije spavao jer je iskašljavao velike količine krvi. Njegovo trpljenje i mučenje bilo je dugotrajno i užasno. Supruga se povukla u se i plašila se jer joj je zaprijetio da će je ubiti ako ga pokuša napustiti.

Pošto sam ga ispitao i pregledao, dijagnostifikovao sam rak na plućima. Telefonom sam zapitao da li ga bolnica može primiti i nakon određenog vremena bio je primljen. Bilo je to veliko olakšanje za sve koji su bili s njim kada je napokon smješten u bolnički krevet. Međutim, već prve noći u bolnici jako je krvario iz pluća i ugušio se u vlastitoj krvi. Obdukcijom je ustanovljeno da je imao rak na oba plućna krila.

Kako se često taj krvavi užas pojavljuje u muškaraca i žena? Svake godine trideset pet hiljada Amerikanaca uguši rak pluća. Ta brojka pokazuje da se ni jedna statistika karcinoma nije popela tako visoko i brzo kao rak na plućima.

Još 1912. godine rak na plućima je nazvan „rijekom bolesti“.<sup>1</sup> Od 1920. počeo je rasti. U 1940. i 1950. smrtnost je poskočila u nevjerovatnim razmjerima.

U Engleskoj je između 1924. i 1951. smrtnost od te bolesti porasla deset puta, dok je u Holandiji porasla dvadeset puta.<sup>2</sup>

U državi New York 1947. godine smrtnost je bila zastrašujuća; čak se i ta brojka udvostručila 1957. god.<sup>3</sup> U cijeloj Americi smrtnost od raka na plućima porasla je za 500%.<sup>4</sup> Danas više muškaraca umire od tog raka nego od bilo kojeg drugog; zapravo svaki sedmi čovjek koji umire od raka prolazi kroz užasne muke od plućnoga karcinoma. Stručnjaci kažu da će uskoro svaka treća osoba koja umre od raka umrijeti od plućnoga. To je daleko od statistike u 1912. godini kada je rak na plućima proglašen „rijekom bolesti“.

Što je uzrok raku na plućima? Kad su statističke brojke pomahnitale i popele se visoko,

hirurzi su posumnjali u uzrok, no tek je 1949. dr. E. L. Wynder dao prve statističke dokaze odnosa raka na plućima s pušenjem. Dr. Wynder i Graham izvjestili su o 684 dokazana slučaja plućnog karcinoma u muškaraca i žena. Otkrili su da su od 605 slučajeva u muškaraca svega osmero bili nepušači.<sup>5</sup>

Iz Engleske je došao izvještaj o proučavanju 1357 slučajeva plućnoga raka. U toj velikoj skupini nesretnih žrtava nađeno je svega sedam nepušača.<sup>6</sup>

Do 1958. godine naučne studije u pet različitih zemalja dokazale su da je duvan nesumnjivo krivac mnoštva ubojstava svake godine, gušeći hiljade i desetine hiljada najomraženijim riječima u medicini - plućnim rakom.<sup>7</sup>

Od osamnaest detaljnih studija o plućnom raku i uticaju pušenja na tu bolest najveći prilog dalo je Američko udruženje za rak.<sup>8</sup> Ta organizacija je potanko slijedila i proučavala 187.000 muškaraca u dobi od pedeset do šezdeset i devet godina u razdoblju od četrdeset i četiri mjeseca. To su bili muškarci, pušači i nepušači, prosječni Amerikanci koji žive u različitim djelovima zemlje. Najprije je učinjena detaljna anketa o navici pušenja pušača. Kroz ta četrdeset i četiri mjeseca 11.870 ih je umrlo. Kopije njihovih smrtnica ostavljene su i pažljivo je upisan uzročnik smrti.

To temeljno proučavanje nije dokazalo samo to da je izvan svake sumnje pušenje glavni uzročnik raka na plućima već je takođe otkrilo da je pušenje odgovorno i za mnoge druge karcinome tijela i uzročnik velikog broja smrtonosnih bolesti. Proučavanje je otkrilo da je kod pušača:

1) velika sklonost prema razvoju plućnoga raka, raka na grlu, na jednjaku i stvaranju čira na želucu;

2) vrlo velika sklonost razvoju upale pluća, gripe, čira na dvanaestercu, aneurizme aorte i raka na mokraćnom mjehuru;

3) velika sklonost bolesti koronarnih arterija, ciroze ili otvrdnuću jetara i pojavi raka na drugim mjestima;

4) umjerena sklonost oštećenju moždanih krvnih žila i moždanoj kapi.<sup>9</sup>

Dok trideset i pet hiljada muškaraca i žena umire od plućnog karcinoma, pušenje ubija ljude pojavom raka i na drugim mjestima. Najsigurniji način bolne i prerane smrti je kupnja kartonske kutije pune duvana.

Neko se čudi kako može pušenje proizvesti rak na takvim mjestima kao što je mokraćni mjehur, koji je vrlo udaljen od dodira cigarete s tijelom. Naučnici su, naime, pronašli u duvanskom dimu osam različitih hemikalija kojeg mogu proizvesti rak ako se ubrizgaju pod kožu životinja. To su tekući proizvodi koji se lako šire po cijelome tijelu kroz krv. Jedna od tih supstancija je 3-, 4-, 9-, 10- dibenzpiren. Bila je ubrizgana u četiri hiljade miševa; u svakoga se pojavio rak i uginuo je.<sup>10</sup>

Mogu li filteri ukloniti karcinogene tvari? Jesu li filteri korisni ili su varka? Filteri su ispitivani dugotrajnim proučavanjima koja su iznesena u zaključku Zdravstvene službe Sjedinjenih država: „Nijedna metoda upotrebe cigaretnih filtera koji pročišćavaju dim nije se pokazala djelotvornom, niti je umanjila ili uklonila opasnost od raka na plućima.“

Prije nekoliko godina pozvan sam u noći iz kreveta da pomognem čovjeku koji je osjećao jaku bol u predjelu srca. Kad sam stigao, lice bolesnika bilo je pepeljasto sivo. Njegove su oči bile otvorene, zjenice široke a očne jabučice neosjetljive na dodir. Nije ni disao: njegovo srce nije kucalo. Umro je od srčanog udara koji je uzrokovan začepljenjem veće arterije koja opskrbljuje krvlju srce. Začepljena koronarna žila je glavni krvnik. On je u Americi oduzeo život 474.000 ljudi samo u jednoj godini (1959).<sup>12</sup>

U džepu sam mog pacijenta našao poluprazni paketić cigareta. Može li pušenje



prouzrokovati srčane bolesti? Temeljita studija Američkog udruženja za rak pokazala je na 187.000 muškaraca da je smrt od bolesti koronarnih arterija za 75% češća u pušača negoli u slične skupine nepušača. To je proučavanje pokazalo da što više čovjek puši, to je veća mogućnost smrti od srčane bolesti. Kod onih koji puše pola do jedan paketić na dan, smrtnost se gotovo udvostručuje. U onih koji popuše i dva paketića na dan smrtnost je mnogo veća.

Htio bih vam svratiti pozornost na grafikon koji je sastavljen nakon dugotrajna i opsežna proučavanja Američkog udruženja za rak i objavljenog u *Journal of the American Medical Association* (Časopis Američkog medicinskog udruženja). Za vrijeme proučavanja velike grupe ljudi umrlo je 7.316 onih koji su uživali duvan. Statističari su izračunali da bi umrlo svega 4651 „kad bi normalna starosna smrtnost u pušača bila jednaka onoj u nepušača“. Odbivši od prve brojke drugu, uviđamo da 2665 smrtnih slučajeva ne bi bilo da ti ljudi nisu pušili.<sup>13</sup>

Drugim riječima, svaki treći muškarac koji se podvrgnuo proučavanju umro je zbog toga što je bio pušač. Koliki bi pošli na putovanje zrakoplovom da statistički podaci govore kako je svaki treći putnik osuđen umrijeti u nesreći? A ipak, svaki treći čovjek koji počne s cigaretom doživjet će nikotinsku smrt.

Poređenje s avionom ima još jednu primjenu. Kada se jednom ukrcate u avion i uzletite, vrlo je teško izaći iz aviona ako najednom odlučite da ne želite letjeti. Isto je tako i s onim čovjekom koji počinje pušiti; uskoro će biti zarobljen navikom od koje se neće lako osloboditi.

Što uzrokuje smrt velikog postotka pušača? U grafikonu se može vidjeti da četiri puta više ljudi umire od koronarne srčane bolesti nego od raka na plućima. Proučavanje je pokazalo da je svaka treća smrt od koronarne bolesti uzrokovana pušenjem. Budući da je 474.000 Amerikanaca umrlo od koronarne bolesti, pušenje je dakle odgovorno za 155.000 smrtnih slučajeva od srčanih bolesti. Užasna optužba za 70.000 smrtnih slučajeva od raka zbog pušenja izgleda nam ublažena prema činjenici da pušenje ubija 155.000 ljudi više preko oboljelih krvnih žila srca.

Nije pušenje samo najvažniji uzrok pojave plućnoga raka, već je i najvažniji činilac koji uzrokuje fatalne srčane udare. Uporediti cigaretu s čavlom za kovčeg nije samo duhovito poređenje.

Kojim mehanizmom pušenje uzrokuje sudbonosni srčani udar? Sjećam se kad sam prvi put ugledao stroj koji mjeri količinu krvi što protječe kroz tijelo. Bilo je to 1956. na sastanku Američkog medicinskog udruženja u Chicagu. Ljekari su zamoljeni da sjednu i da stave jednu ruku ispod aparata. Na pokretnom bubnju očitovao se normalni protok krvi kroz tijelo koja je tekla kroz arterije. Pošto je to zabilježeno, svaki je ispitanik dobio po jednu cigaretu da popuši. Već nakon nekoliko dimova igla je na pokretnom bubnju naglo pala, pokazujući kako pušenje značajno smanjuje protok krvi kroz tijelo. Budući da su koronarni srčani udari prouzrokovani smanjenim proticajem krvi kroz koronarne vene, vrlo je jasno zašto je pušenje odgovorno za toliko mnogo fatalnih srčanih udara.

Još jedan razlog za takve srčane napade jest što nikotin mobilizuje kolesterol koji uzrokuje masna odebljenja unutar krvnih vena, i time značajno smanjuje protok krvi i olakšava stvaranje ugrušaka.

Smanjeni protok krvi i oštećenje arterija može prouzrokovati ozbiljna oštećenja i u drugim organima. U mozgu, oštećene arterije sklone su stvaranju ugrušaka, koji uzrokuje moždanu kap. Opsežna studija otkrila je kako je smrtnost od apopleksije za trideset posto veća u pušača. Budući da je 192.980 ljudi umrlo u Americi od apoplektičnog udara u 1958. godini,<sup>15</sup> spomenuti je postotak neobično važan.

Pušenje može prouzrokovati bolesti očiju i sljepoću. Takođe je pušenje optuženo za jedan od uzroka multiple skleroze<sup>17</sup> i povišenja krvnoga pritiska.<sup>18</sup> Kod plućnih bolesti, kao što su upala

pluća, gripa, tuberkuloza i astma, smrtnost je gotovo tri puta veća u pušača nego u nepušača.

Još jedna česta pojava prouzrokovana pušenjem jest emfizem pluća. To se stanje razvija zbog „cigaretnog kašlja“, koji uzrokuje pucanje sitnih dišnih mjehurića u plućima. Emfizem je još češći nego rak pluća, s vrlo mračnom prognozom. Nedavni izvještaj o ispitivanju devetnaestorice muškaraca i šest žena koji su bolovali od emfizema otkrio je da su svi bili strastveni pušači.<sup>20</sup>

Opasnost od pušenja kod astmatičara jasno je uočljiva iz citata s čuvene Mayo klinike: „Pušenje je jedan od najčešćih izvora bronhalnog nadražaja, i svakako izaziva kašalj i astmu. Jezik pušača, njegov kašalj, njegovo ždrijelo i bronhitis nisu stvar mašte, i kada se pušenje prekine, ti znaci pušenja u većini slučajeva nestaju. Pušenje nadražuje i grkljan. Ako bolesnik boluje od astme, ne samo da mora smanjiti pušenje već mora posve prestati.“<sup>21</sup>

Duvanski dim može djelovati i na druge ljude koji se nalaze u istoj prostoriji. F. L. Rosen i A. Levy izvještavaju o slučaju djeteta koje je dobilo tipične astmatične napade, koji su odmah prestali kada su roditelji prestali s pušenjem a ponovno su se pojavili kada su ponovno počeli pušiti.<sup>22</sup>

Jedne sam večeri bio pozvan da pregledam četvorogodišnjeg dječaka koji se borio za život teško dišući. Bio je u sobi s pola tuceta drugih ljudi koji su pušili. I nakon što je odveden u svoju sobu i usprkos injekcije adrenalina i drugim mjerama, njegovo otežano disanje nije prestajalo i morao je otići iz kuće te biti smješten u bolničku sobu koja nije bila onečišćena duvanskim dimom.

Čirevi na probavnom traktu takođe su prouzrokovani i pogoršani pušenjem. Svaki ljekar opšte prakse ima mnogobrojne bolesnike koji se muče zbog ulkusa i koji znaju da je pušenje temelj njihove nevolje. Usprkos njihovoj bijedi i stotinama dolara izdanim za liječenje, ti ljudi često proklinju dan kada su počeli pušiti, no tvrde kako sada ne mogu s tim prekinuti.

Čak i čirevi na dvanaestercu, koji se nalaze izvan želuca, uzrokuju dva puta više smrtnih slučajeva u pušača u poređenju sa nepušačima.<sup>23</sup> U spomenutim istraživanjima Američkog udruženja za rak bio je trideset i jedan smrtni slučaj od želučanih čireva. Svi ti bolesnici bili su pušači.<sup>24</sup> U 1958. godini 10.740 Amerikanaca umrlo je od želučanog ili duodenalnog čira. Pušenje ubija hiljade ljudi u područjima života u koja inače nikada ne bi posumnjali prosječni građani.

Treba spomenuti kakav učinak ima pušenje u žena. Jedini razlog zašto manji broj žena prolazi kroz tragedije te bolesti je taj što one ne puše tako dugo, bar ne do sada, koliko muškarci. Dr. P. Bernhard proučavao je simptome raznih bolesti u 5.458 žena. U svakom slučaju, duvan djeluje mnogo šire kod žena negoli kod muškaraca.

On je, na primjer, primjetio da su poremećaji u štitnoj žlijezdi gotovo sedam puta češći u žena koje puše nego u onih koje ne uživaju duvan. Menstrualne poteškoće prisutne su u 36% žena pušača u poređenju s 13% onih koje ne puše. Simptomi prerana starenja zamijećeni su u 67% pušača u poređenju s manje od 4% onih žena koje ne puše. Maskulinizacija je češća u žena pušača. Takođe češće dolazi do pobačaja i preranih porođaja.<sup>25</sup>

Kad bismo zbrojili smrtno slučajeve od raka pluća i drugih djelova tijela s onima od moždane kapi, upale pluća, gripe, tuberkuloze, emfizema, astme, želučanog čira i koronarnih srčanih smetnji - a to su smrtni slučajevi u kojima duvan igra važnu ulogu - tada bi zbroj bio negdje između 200.000 i 300.000 Amerikanaca godišnje.

Zdravstvena služba ima moć da spriječi takva masovna ubijanja. Ta je moć došla do izražaja u oktobru 1959. godine kada je Američka zdravstvena služba zabranila prodaju brusnica (slatki sitni plodovi koji rastu na malim grmićima, grozdasta izgleda poput ribizla prim. prev.). Postojala je bojazan da sredstvo kojim je prskana brusnica sadržava tvar koja može prouzrokovati rak u ljudi. Čovjek bi trebao pojesti sedam i po tona tih slatkastih plodova da bi unio u organizam količinu koja

bi bila opasna po čovjekovo zdravlje, kao što određena količina tog otrova uzrokuje rak na oglednim miševima. Zbog vjerovatnosti takve opasnosti, američka je vlada zabranila prodaju prskanih brusnica - upravo pred Dan zahvalnosti.

Duvan je, međutim, dokazani ubica desetina hiljada ljudi svake godine, a vlada izgleda kao da zatvara oči na takve činjenice.

Suočimo se otvoreno s razlogom koji leži iza tog paradoksa. Svaka politička stranka koja bi napala duvansku industriju, koja obrće i do pet milijardi dolara godišnje, počinila bi političko samoubistvo. Kompanije koje proizvode i prodaju brusnice mogu se prignječiti ali ne golijat Nikotin.

Iako vlada računa da duvan ubija na stotine hiljada ljudi, koristi se porezom na cigarete, koji joj donosi milione dolara. Po tome su političari bez osjećaja savjesti, kao i IBM elektronski kompjuter. Kao što je Neron stajao po strani i svirao u harfu dok je Rim buktao u plamenu, tako izgleda da je naša vlada nezainteresirana dok nikotin pali i uništava na stotine hiljada Amerikanaca.

Nadamo se da će se pravodobno poduzeti odgovarajuće mjere prije nego duvan uništi nove hiljade života.

Zašto ljudi uopšte guraju glavu u opasnost koju donosi pušenje? Ne zbog ugodnosti, jer mnogi osjećaju u početku mučninu. Zašto onda počinju?

Sjećam se našeg dolaska u Filadelfiju nakon duljeg boravka u Africi. Dok smo kupovali u velikim robnim kućama, naša trogodišnja kći neprestano je gurala u usta smotuljke papira i vadila ih. „Linda“, napokon sam je zapitao, „zašto stavljaš u usta te motke papira?“

„Tata, pa u Americi svako drži vatru u ustima. Ovo je moja vatra.“

Za malodobnu djecu i onu u pubertetu pušenje je znak zrelosti. Time pokazuju svijetu da su sazreli. A zašto onda nastavljaju pušiti? Nikotin je droga koja dovodi do navike, bez obzira na to da li je pušite ili ubrizgavate pod kožu. Ta droga traži sve veće količine da zadovolji nagon navike.

Sjećam se mlade žene koja je pohađala susjedni koledž prije mnogo godina. Mislila je da će se prikazati uvaženom i cijenjenom ako pomalo skriveno puši. Koledž je smatrala zastarjelim, fanatičnim, glupim i radikalnim zbog strogih pravila o ponašanju studenata. Njezin životni stil bio je time prikraćen pa je konačno napustila to mjesto.

Od tada je prošlo prilično vremena. Na moje iznenađenje, pozvala me prije nekoliko mjeseci i zamolila me da joj pomognem odreći se pušenja. Nešto se ispriječilo u njezinu životu i htjela se osloboditi te mučne navike. Pitala me postoji li neka droga, lijek kojim bi se oslobodila ropstva duvana. Sada je shvatila kako je zrelost koju je izražavala preko pušenja na koje je do tada bila ponosna, bila zapravo znak prepotentne nezrelosti. Sloboda koju je tražila u cigareti zarobila ju je i mučila.

Neki moj medicinski kolega prestao je s pušenjem prije šest godina nakon uživanja duvana gotovo cijeloga života. Upitao sam ga da li mu je bilo teško prekinuti. „Nije“, reče mi, „nakon što sam stvorio čvrstu odluku da prestanem. Kada sam prestao, riješio sam se najveće gnjavaže u životu.“

„Što?“ zapitah ga iznenađen. „Što mislite time? Zar pušači ne uživaju u tome? Ja sam mislio da ljudi puše zbog užitka!“

„Nikako!“ odgovorio je. „Ja sam se oslobodio najveće gnjavaže koju sam ikada imao. Uvijek sam tražio cigarete, šibice i mjesto gdje ću istresti pepeo. Načinio sam rupe u odjeći zapalivši je cigaretom, a i pokušstvo nosi tragove te gnjavaže. Kada sam prestao, riješio sam se najveće muke koja uopšte postoji.“

On je jedan od mnogih hiljada ljekara koji su shvatili kolike su budale ako nastave i dalje

pušiti. Došlo je do zanimljive promjene u posljednjih osam godina. Časopisi Američkog medicinskog udruženja ne primaju više reklamne oglase za cigarete niti tvornice duvana smiju postavljati prodajne kioske na sastancima Udruženja. (U Americi je danas zabranjeno reklamiranje cigareta preko televizije, a svaka kutija cigareta nosi podatak o štetnosti nikotina i količinu u miligramima te upozorava na štetnost po zdravlje, op. pr.).

Prije nekoliko godina zrak na našim ljekarskim sastancima plavio se od dima. I nekoliko dana nakon završenih sastanaka još sam uvijek zaudarao na cigaretni dim. Na ljekarskom sastanku održanom u julu 1961. u New Yorku, gdje je bilo prisutno 200 ljekara, bio sam toliko iznenađen čistim zrakom koji sam udisao, da sam odlučio prebrojati koliko je ljekara pušilo. Nabrojio sam samo trojicu, dok sam ih prije nekoliko godina našao više od 70. Ipak razlika!

Došlo je do razlike jer je kroz nekoliko proteklih godina medicinska nauka otkrila i dokazala da je pušenje uzrok bolesti od koje ljudi najviše umiru - srčane bolesti, kao ubice broj jedan, dok je uzročnik raka bio na drugom mjestu kao ubica ljudi. Svako bi trebao biti zahvalan medicinskoj nauci što je otvorila oči i upozorila na opasnost od pušenja. Koliko bismo morali biti zahvalni Bogu koji je opomenuo svoj narod i spasio nebrojeno mnoštvo svojih sljedbenika od različitih smrtnih bolesti davno prije no što je nauka proučila opasnosti takvih bolesti.

Znam čovjeka koji se obratio Bogu u okolini u kojoj se nije propovijedalo protiv pušenja. Izjavio je da mu je Božji Duh rekao da prekine s pušenjem. Pomišljao je kako je čudno što Bog od njega traži takvu odluku, no poslušao je. Tek je poslije naišao na odlomke u Bibliji koji su mu potvrdili da je put kojim je pošao bio ispravan.

Iako se duvan nije upotrebljavao u biblijsko doba i zato se posebice ne spominje, značenje mnogih odlomaka daje dovoljne opomene kako ne bi milioni hrišćana upotrebljavali duvan u bilo kojem obliku. Te opomene, zajedno s posmatranjem pušača, njihovo slinjenje i pljuvanje, smrad i bolesti koje ih snalaze, zaustavili su hrišćane da ne podlegnu toj napasti. Hrišćanima bi popuštanje takvoj opasnoj navici bilo nespojivo sa sledećim navodima iz Biblije:

„Ili zar ne znate da je vaše tijelo hram Duha Svetoga, koji stanuje u vama i koji vam je dan od Boga? Ne znate li da ne pripadate sami sebi jer ste kupljeni? Proslavite, dakle, Boga svojim tijelom!“ 1. Kor. 6:19,20

„Ako ko razara hram Božji, njega će Bog razoriti, jer je svet hram Božji, a taj ste vi.“ 1. Kor. 3:17

„Prema tome, bilo da jedete, bilo da pijete, bilo da što drugo činite, sve činite na slavu Božju!“ 1. Kor. 10:31ž

Poslušnost Božjem Duhu i njegovim opomenama omogućuje čovjeku da uživa život u pravom smislu i u obećanju – „nijedna od tih bolesti neće vas snaći“.

## 6. poglavlje

### ĐAVOLU TREBAJU PLATITI DANAK

Kad smo u Africi čuli karakterističan zvuk, klik-ti, klik, klik, znali smo da potiče od laganih udaraca bijelim štapom o kameniti puteljak, kojim je slijepac pronalazio svoj put ulicom. Znali smo da je subota, dan prosjaka. Prvi koji je stizao na svoje prasjačko mjesto bio je slijepi Alfo, čije su „oči“ bile na kraju štapa.

Ko je zgriješio? Ovaj čovjek ili njegovi roditelji? Vjerovatno njegovi roditelji jer je gonoreja majki najčešći uzrok doživotne sljepoće u sledećem naraštaju. Ako je majka zaražena gonorejom, oči se novorođenčeta zaraze klicama dok ono prolazi kroz porođajni kanal. Infekcija gonorejom novorođenog djeteta toliko je teška da ostavlja ožiljke na očima te dijete ne može vidjeti.

Afrika i Istok, imaju na hiljade slijepih prosjeka, a većina ih je bila zaražena gonorejom. Jedina hrana koju dobivaju mrvice su što padaju sa stola imućnika, koji su ih doveli u takvo stanje sljepoće. Kada prose kruha često dobiju kamenje, dok ih čopori bijesnih, šugavih pasa tjeraju iz grada. Kada se spusti noć, prosjaci pažljivo pipajući pronalaze svoj put u grad iz gustih šuma, da bi odspavali na dverima kuća i našli kakvu-takvu zaštitu od kišnih bujica i divljih životinja džungle.

U našoj zemlji (misli se na Ameriku, op. pr.) ne vidimo takve prosjake, kako tupkajući pronalaze svoj put ulicama. Nalazimo ih kako se šunjaju mračnim hodnicima naših zdravstvenih i socijalnih institucija. Još prije nekoliko godina 90 posto slijepih u našim institucijama bilo je tamo zbog gonoreje. I danas je u zemljama gdje se ne upotrebljava srebrni nitrat u obliku kapi za oči kod novorođenčadi, ogroman danak oštećenih očiju, djelova tijela i života uopšte uzrokovan tim veneričnim prokletstvom. Kako je tragično što stotine hiljada bespomoćnih slijepaca moraju platiti vragu danak zbog grijeha svojih roditelja!

I sifilis je čest uzročnik rađanja mrtve djece. Ako bolesno novorođenče preživi, sklono je mnogim tjelesnim ili duševnim nakaznostima. Ne samo da ta unakažena djeca moraju plaćati svojim jadnim životom, već i njihovi roditelji pate dok svakodnevno posmatraju svoju deformiranu ili umno poremećenu djecu. Medicinski izvještaj iz 1946. godine donosi stanje u Sjedinjenim Državama: „Procijenjeno je da se sva/ke godine rađa oko 50.000 djece s kongenitalnim sifilisom.“ Bez sumnje je penicilin smanjio te brojeve u velikoj mjeri.

Tako oštećena djeca rađaju potomstvo koje opet u svom tijelu i umu upozoravaju na razoran karakter sifilisa. Ona ističu istinu biblijske opomene „.... kažnjava opačinu otaca na djeci - čak na unučadi do trećega i četvrtoga koljena“? U svemu, medicinska nauka prihvata pet veneričnih bolesti s poslasticama i mnogobrojnim teškim komplikacijama.

Neću tako skoro zaboraviti prvi slučaj suženja mokraćnih putova koji sam vidio dok sam bio u Africi. Žrtva je bio muškarac tridesetih godina. Njegov iskaz govorio je o poteškoćama pri mokrenju tokom mnogih godina. Suženje i začepljenje mokraćnih kanala nastalo je nakon infekcije od „ljubavnice“. Zbog otežanog protoka mokraće proširili su se sitni kanalići u preponama oko skrotuma. Izgledao je vrlo jadno. Ustanovio je nažalost kako je vrlo skupo na taj način plaćati vragu danak.

Ponekad žene plaćaju još veću cijenu nego muškarci. Prije desetak godina profesor za ženske bolesti izjavio je svojim studentima: „Proklet je dan kada u vašu ordinaciju uđe žena s upalom u maloj zdjelici.“ To je rekao misleći na strašne patnje i doživotnu invalidnost koju donosi gonoreja u žena. Uzročnik gonokok, nakon što proizvede tešku gnojnu upalu rodnice, širi se prema gore kroz matericu u jajovode, jajnike i u trbušnu šupljinu. Rezultat je visoka temperatura, povraćanje i jaka bol u truhu kojoj je uzrok lokalna upala potrbušnice i stvaranje ognjojaka. Nakon

nekoliko sedmica takvog očajnog stanja dolazi do olakšanja bolesti za krako vrijeme da bi se opet pojavili isti simptomi i bolovi. Tako dolazi do hronične bolesti, nesposobnosti, bolnih muka, sterilnosti, nezadovoljstva i prerane smrti, prouzročene gonorejom, osobito u zaostalim krajevima svijeta gdje je još uvijek trpe nebrojeni milioni. Ti ljudi moraju plaćati vragu danak jer nisu slušali opomenu iz Božje riječi: „Ne griješimo bludno, kao što su neki od njih sagriješili, te ih je u jedan dan palo dvadeset i tri hiljade.“<sup>3</sup>

S razvojem sulfonamidskih preparata i penicilina smatralo se da će venerične bolesti nestati, pogotovu nakon što je penicilin uveden u 40-im godinama, smanjio broj veneričnih bolesti u civiliziranim zemljama. Taj je pad potrajao sve do 1950. kada se venerične bolesti ponovno raširiše u Sjedinjenim Državama.

Slično je bilo u Švedskoj, gdje je došlo do pada obolijevanja od veneričnih bolesti od 1946. do 1949. Nakon toga izvještaji pokazuju da je naglo porastao broj oboljelih od gonoreje. Zapravo, između 1949. i 1952. slučajevi svježije gonoreje udvostručili su se u Stockholmu. Već 1953. godine izvještaji upućuju na nagli porast svih deset vrsta zaraznih bolesti koje se prenose dodirom.<sup>4</sup>

Taj je porast nastao usprkos pojačanom prosvjećivanju. Vrag zasigurno ubire svoj danak kada god i gdje god ljudi ne slušaju biblijsku opomenu: „Bježite od bludnosti! Svaki drugi grijeh koji čovjek učini izvan tijela je; a bludnik griješi protiv vlastitog tijela.“<sup>6</sup>

Američki vojnici u Koreji ustanovili su da im penicilin ne pomaže u obrani od tog vraga. Ernest Epstein je 1959. izvjestio kako se među trupama stacioniranim u Koreji, Japanu, Engleskoj i Americi pojavio soj gonokoka otporan prema penicilinu. Svoj je izvještaj zaključio ovim riječima! „S kliničkog stajališta, pojava soja gonokoka otpornog na penicilin ima veliko značenje. Akutna gonoreja ne može se više olako shvatiti kao neka laka bolest koja se može brzo izliječiti... Problemi hronične gonoreje kod muškaraca i prenosioc zaraze bez ikakvih simptoma, pojavili su se kao najveći. Vjerovatno je samo pitanje vremena kada će se u većoj mjeri pojaviti otpornost na penicilin u cijelome svijetu.“

Iz Engleske stiže drugi izvještaj: „Činjenica da je usprkos penicilinu i ostalim antibioticima, venerični uretritis kod muškaraca kao i gonoreja u žena u porastu u 1952. godini, treba da ukloni svako zadovoljstvo zbog prolaznog uspjeha u tretiranju veneričnih bolesti antibioticima. Seksualni promiskuitet još uvijek je česta pojava, i dok god traje takav moralni standard, traje i opasnost od veneričnih bolesti.“<sup>7</sup>

Mladi ljudi, a i stariji po cijelom svijetu, pokušavaju ne plaćati danak vragu, no medicinske statistike dokazuju da gube bitku. Brojke što ih je prikupila nacionalna anketa 1957. godine pokazuju da su „venerične bolesti u maloljetnika u porastu u država; nove epidemije opažaju se u 19 država.“<sup>8</sup> Upoređujući statističke podatke o širenju sifilisa iz 1955. godine s onima iz 1959. otkrit ćemo da je u te četiri godine broj porastao: u Washingtonu za 208%, u Los Angelesu za 291%, Houstonu 378%, San Francisku 591%, dok je u New Orleansu za to krako razdoblje skočio čak za 818%! Glavni uzrok tom porastu je pad moralnoga standarda.

Postoji mit koji priča da se venerične bolesti mogu spriječiti ako se upotrebljava inteligencija. Djevojka koja je imala seksualni odnos samo s jednim mladićem mislila je da je sigurna. Bila je strahovito zaprepaštena kada joj je ljekar otkrio da je zaražena. Istraga o porijeklu zaraze otkrila je da je momak imao, osim spomenutog odnosa, vezu samo s još jednom djevojkom. Ona je, pak, imala odnos s pet muškaraca, koji su, pak, imali odnos s drugih devetnaest žena, od kojih su neke bile prostitutke. Djevojka koja je bila uvjerena da je njezin odnos ograničen samo na jednu osobu, razgranatim je putom, zapravo, bila u kontaktu, preko njega, s najmanje devedeset i dvije osobe.<sup>10</sup>

Legalizovane javne kuće, gdje su „namještenice“ pod redovnim ljekarskim nadzorom ne sprečavaju venerične bolesti, kako se to nekoć mislilo. U stvari, one šire takve bolesti. Dr. Walter Lentino, službenik za kontrolu veneričnih bolesti u američkoj vojsci, tvrdi u izvještaju koji je podnio da je „osamdeset posto veneričnih bolesti došlo iz javnih kuća“. Sve su bile pod ljekarskim nadzorom. Dr. Lentino piše:

„Medicinski pregledi prostitutki, poduzeti s krajnjom preciznošću i poštenjem ne mogu odrediti čak ni sa shvatljivom točnošću zaraznosti prostitutke. Budući da je tako, svaka potvrda o nezaraženosti veneričnim bolestima kod prostitutke besmislena je i daje povlaštenje takvom poslu koji vodi na stranputicu. Zapravo, ništa ne sumnjajući, novajlija koji čuje da je prostitutka medicinski zdrava, uklanja sve zapreke straha koje su ga još sputavale, a koje bi ga inače zaustavile da ne uđe u javnu kuću, i na taj način postaje objekt zaraze veneričnim bolestima.“

Poslušnost Božjim uputama iznesenim u Knjizi još je uvijek najbolji način da se izbjegnu kobne posledice veneričnih bolesti. Svako ko tvrdoglavo izbjegava i obilazi upute nebeskoga Oca prije ili poslije morat će platiti danak đavolu.

Nedostatak penicilina osobito se izražava u nemogućnosti liječenja najtežih komplikacija sifilisa. One se često razvijaju prije nego je pacijent i svjestan da je uopšte zaražen. Osobito je to uočljivo u žena, gdje je primarni ulkus smješten u nutrini i na taj način prođe neopažen. Značajna je karakteristika sifilisa sklonost da se razbukta u razorno djelovanje tek pošto je prošlo mnogo godina od primarne infekcije. Čak i više godina nakon zaraze udara na žrtvu fatalnim i smrtonosnim komplikacijama.

Jedna od kasnijih pojava sifilisa jest pareza, poremećaj uzrokovan napadom sifilisa na moždane stanice. Može se pojaviti pet do trideset godina poslije infekcije. Ljudi u dobi od trideset pet i četrdeset pet godina često su pogođeni tom strahovitom komplikacijom. Malo se može pomoći ako se liječenje ne poduzeme u samom početku bolesti. Na nesreću, rana terapija se često odgađa jer je bolest slična padavici, neurasteniji i drugim duševnim bolestima.

Druga komplikacija koja se javlja mnogo godina nakon početne infekcije jest lokomotorna ataksija (poremećaj motorne ravnoteže, prim. pr.). Tu su pogođeni moždinski živci, a ponekad i moždani. Poremećaji moždanih živaca dovode do škiljavosti, slepoće ili gluvoće. (Nemojte, molim vas, dijagnostifikovati sifilis svakome koji škilji, koji je slijep ili gluv.) Kada bude zahvaćena kičmena moždina, dolazi do karakterističnog hoda - noga se izbacuje van, naprijed i onda naglo spušta. Ako su zahvaćeni živci koji opskrbljuju mišiće mokraćnog mjehura, bolesnik ne može zadržavati mokraću.

U svjetlu smetnji lokomotorne ataksije koji slijedi, dobro bi bilo razmotriti vrijedi li riskirati doživotnu bijedu za prolazan, kratkotrajni užitak: „Kada je već zahvaćen sistem mišića koji zadržavaju mokraću u mjehuru, dolazi gotovo uvijek do seksualne debilnosti i eventualne impotencije... Najteži simptomi talbesa jesu krize koje mogu biti periferne ili unutrašnje. Boli koje se pojavljuju kao blijesak munje a dovode do agonije pojavljuju se u mišićima udova, u trbuhu, u prsima. Bolesnik ih opisuje kao paljenje, pritisak, štibanje ili nalikuju na ubod vrućim nožem. Napadi dolaze munjevitom brzinom; mogu potrajati satima ili danima, s kratkim intervalima oslobođenja.“<sup>12</sup>

Tri hiljade godina prije, naš nebeski otac pružio je sredstvo da nas očuva od takvog svršetka: „Sine moj, čuj moju mudrost, pridigni uho mojoj razboritosti, da sačuvaš oprez, da ti usne zadrže znanje. Jer s usana žene preljubnice kaplje med, i nepce joj je glade od ulja, ali je ona naposljetku gorka, oštra kao dvosjekli mač. Njene noge silaze k smrti, a koraci vode u Podzemlje. Ona ne pazi na put života, ne mari što su joj staze kolebljive. Zato me sada poslušaj sine, i ne odstupaj od riječi

mojih usta. Neka je i put tvoj daleko od nje, i ne približuj se vratima njezine kuće, da drugima ne bi dao svoju slavu i okrutnima svoje godine; da se ne bi tuđinci nasitili tvoga dobra i da tvoja zaslužba ne ode u tuđu kuću; da ne ridaš na koncu, kad ti nestane tijela i puti, i da ne kažeš: Oh, kako sam mrzio pouku i kako mi je srce prezrelo ukor!“

Bog ne daje samo mnoge opomene kojima pomaže čovječanstvu, već Isus Hrist toliko promijeni i osnaži čovjekov život energijom i silom Svetog Duha da čovjek više nema vrijednog izgovora za pad u seksualni grijeh. Apostol Pavle izražava tu činjenicu vrlo snažno u svom pismu crkvi u Solunu:

„Bog želi da budete sveti i čisti, da se uzdržite od svakog seksualnog grijeha tako da se svako od vas ženi u svetosti i časti – ne u požudnim željama kao što to čine pogani koji ne znaju za Boga i ne poznaju njegove putove. I ovo je Božja volja: nikada nemojte varati na taj način da uzmete tuđu ženu, jer će vas Bog strahovito kazniti zbog toga, kao što smo vam to i prije svečano izjavili. Bog nas, naime, nije pozvao da imamo nečiste misli i budemo puni požude, već sveti i čisti. Ako neko odbije da živi po tim pravilima nije otkazao poslušnost čovjekovim pravilima već Božjim, koji nam daje svog Svetog Duha.“<sup>14</sup>

Mora da je to gorka poruga, doista, za one koji ukradu malo nedopustivog seksualnog užitka, da završe „seksualnim debilitetom i eventualnom impotencijom“. Vrsta grijeha često određuje i vrstu kazne.

Sifilis ne napada samo mozak, dovodeći čovjeka do ludila ili kralj ežničnu moždinu, prouzrokujući mučne boli lokomotome ataksije, već vrlo često napada i srce. Sjećam se pacijenta čije je srce bilo opustošeno sifilisom. Iako je isprva poricao bilo kakav seksualni izlet, napokon je priznao da je prije mnogo godina „bio malo zločest“. I poput drevnoga Shylocka, vrug je tražio funtu mesa, baš iz srca. Zapravo, u Sjedinjenim Državama u 1954. godini, smrtnost od kardiovaskularnog sifilisa bila je četrdeset hiljada slučajeva.<sup>15</sup> Pojava penicilina smanjila je poslije tu brojku, no čitamo u izvještaju iz 1953. da je „liječenje kardiovaskularnoga sifilisa nezadovoljavajuće zbog patoloških promjena koje su rezultat ožiljaka.“

Usprkos penicilinu i mnogobrojnim klinikama za venerične bolesti i usprkos prosvjećivanju, javna zdravstvena služba u Sjedinjenim Državama izvjestila je da je u 1957. godini bilo milion svježih gonoreja. Ako su takve brojke u Sjedinjenim Državama, gdje se dičimo cijelom četom antibiotika, zaprepašćujuće je i pomisliti kakva je situacija među većinom svjetskoga stanovništva, kojemu je uskraćena medicinska njega, obavještenost o bolesti i antibiotici.

Medicinska nauka je usprkos cjelokupnom znanju nesposobna da se pobrine za svjetski problem veneričnih bolesti. Ipak hiljade godina prije otkrića mikroskopa, i prije nego je čovjek poznao prijenosni put veneričnih bolesti, Bog je znao za njih i dao je čovjeku jedini vrijedni plan sprečavanja tih svuda prisutnih i zlokobnih ubica. Isus je jasno rekao da je već od samog početka Otac odredio da jedan muškarac i jedna žena obrazuju porodičnu jedinicu.

Taj plan dvoje ljudi i to samo dvoje, o stvaranju porodične jedinice toliko je jedinstven, različit od čovjekovih planova, a tako djelotvoran u sprečavanju mnogih komplikacija strašnih veneričnih bolesti, da smo ponovno prisiljeni priznati još jedan medicinski savjet izrečen kao nadahnuće Biblije.



## 7. poglavlje

### NEPRIJATELJI SEKSUALNE SKLADNOSTI

Ima jedna priča o šarenom frulašu koji je svirkom začarao mladiće i djevojke svojom čarobnom, neodoljivom muzikom. Poveo je djecu u spilju u planini i niko ih više nije nikada vidio. Svaki naraštaj proizvede cio roj takvih frulaša. Sredinom ovog stoljeća jedan je takav krenuo glavnim ulicama Amerike, svirajući zavodljivu melodiju „seksualne slobode“. Njegova živahna poskočica obećaje emancipaciju od tradicije i od „strahovitog ropstva religioznim inhibicijama“. Mnogo ih je bilo koji su napustili svoje porodice i najmilije da jurnu niz ulicu sledeći čarobne zvukove te muzike. Frulaš, međutim, nije imao fruki niti zaobljene kukove rock-n' roll pjevačice. Bio je to zoolog, koji je sakupio određene statističke podatke na temu seksa i stresao ih i njima udarao kao po tamburici.

Pogledajmo, najprije, kakve je statističke podatke prikupio.<sup>1</sup> Zajedno sa svojim saradnicima intervjuirao je 5940 žena, ispitujući ih o intimnim detaljima prošlog i sadašnjeg seksualnog života. Iz tih izvještaja naš je frulaš izračunao postotak žena koje su bile uključene u ovakvu ili onakvu seksualnu perverziju, zatim postotak onih žena koje su imale predbračna seksualna iskustva i postotak onih koji su bili krivi zbog izvanbračnih seksualnih izleta. Iz tih postotaka izveo je određene zaključke.

Stručnjaci i specijalisti izuzeli su taj izvještaj i nisu prihvatili zaključke koje je dr Alfred C. Kinsev donio. Na prvom mjestu, Kinsey je intervjuirao samo jednu od četrnaest hiljada žena u Americi. Drugo, te žene sigurno nisu bile tipične Amerikanke, jer iz tih abnormalnih primjera, omjer između neudatih i udatih žena bio je tri puta veći nego onaj koji stvarno postoji u zemlji, zatim, omjer studentkinja prema ostalim ženama bio je deset puta veći nego u stvarnosti. Treće, jedine žene u toj grupi bile su žene koje su dobrovoljno iznosile gole detalje svoga intimnog života. Takve su žene rijekost u više slučajeva. Žene koje bi dobrovoljno objavljivale takve intimnosti seksualne naravi, bile bi žene koje su vjerovatno kao rezultat svojih polnih iskustava, izgubile urođenu ženstvenu uzdržljivost. Mnoge su takve žene izjavile da su uživale kada su bile mučene za vrijeme seksualnog čina, a ta ih karakteristika zasigurno označuje kao nenormalne. Takav je um neurotske prirode, koji je u stanju bol osjetiti kao užitak.

Kinseyev izvještaj prenatrpan je atipičnim i mazohističnim ženama. Takve su žene dale sliku seksualnog života - žene kojima čudovito nedostaje prirodna uzdržljivost - i ta je slika prikazana kao stvarnost seksualnog života u svih žena uopšte.

Ima još drugih manjkavosti u Kinseyevom izvještaju. Pretpostavlja se da ako „prosječna žena“ nešto čini, tada je taj čin preporučljiv. Postoji ogromna provalija, poput Velikog kanjona, između onoga što je preporučljivo od onoga što je prosječno. Prosječan Hindus pije nečistu vodu na svom hodočašću, no to ni u kom slučaju nije preporučljivo, jer na hiljade Hindusa umire od kolere. Neprikladna primjena Kinseyevog izvještaja je u tome što on kaže da je preporučljivo ženama da se prilagodi onom prosjeku iako je taj prosjek strahovito iskrivljen i netačan.

Svrstavši ženu i krmaču u istu kategoriju po zoološkom kriteriju, Kinsey ne vidi razloga zašto ne bi polni život žene bio po uzoru na krmaču. Krmača nema nikakvih zastrašujućih inhibioija o seksu; zašto bi ih onda imala žena?

Mnogi su ljudi mislili da je takvo zaključivanje uvjerljivo jer je mirisalo na znanstveni rad. I nakon svega, govorili bi, zar nisu „neki vješti psihijatri“ rekli Kinseyu da su susprezanja kobna po razum? Ako bi se muškarci slobodno bavljali sa ženama u loncu promiskuiteta, postigao bi se krajnji cilj u životu. Ne bi više bilo susprezanja niti frustracija. Konačno je pronađen lijek protiv

svih bolesti, koji će izliječiti sve brige i zadovoljiti sve čežnje. Ljudi bi trebali zanemariti biblijske opomene u vezi s bludnosti, preljubom, homoseksualnosti i drugim perverzijama.<sup>2</sup> Moći će slijediti zvuk frulaša koji poziva na promiskuitet u Utopiji gdje ne bi bilo uzdržavanja od seksualnih poriva, bez obzira na to koliko oni bili bizarni i divlji.

Taj zoolog nije odobravao činjenicu „zastarjelih zakona“ moralnih pravila, koji su za izvedbu njegovih ideja predstavljali veliku zapreku. Moderni frulaši misle da će se ti zakoni uskoro promijeniti. Dok se ne promijene, predlažu da njihovi sljedbenici pokušaju „izbjegavati otvorene sukobe sa zakonom“. Pretpostavljam da po tom prijedlogu silovanje djevojčica i nezaštićenih žena ne treba pokušavati ako postoji mogućnost sukoba sa zakonom.

Zar nije čudnovato da zoolog, stručnjak za životinje postavlja sebe kao neki autoritet u vezi sa seksualnim životom? Baveći se životinjskim gledištem na takve stvari, potpuno je promašio da sagleda ljudske odnose, koji su dio seksa.

Što misle medicinski stručnjaci o stavljanju žene i krmače u istu seksualnu kategoriju? Dva specijalista, ginekolog i psihijatar, suprotstavili su se tom uljezu, koji se ugurao poput slona u staklarnu, te su napisali knjigu u kojoj opovrgavaju lažne Kinseyeve izjave. Evo nekoliko njihovih misli:

„Kinsey tvrdi da su pojave seksualnog ponašanja, koje uočavamo u životinjskih vrsta, normalne i za čovjeka. Takvo logično zaključivanje zanemaruje sav etički, moralni i religiozni napredak koji je čovjek postigao. Kinsey također odbacuje cjelokupni uvid u perverzije i stavlja heteroseksualnost na istu razinu s homoseksualnošću i životinjskim ponašanjem u seksu. Zdrav seksualni čin sadržava vrlo složene psihološke fenomene. On zavisi o duhovnom stapanju jedne ličnosti s drugom. Seksualni poriv u ljudi povezan je s najdubljim osjećajima. Ljubav se ne može izmjeriti IBM strojem. Orgazam sam po sebi ništa ne znači.“<sup>3</sup>

Kinsey je uvjerio svoje sljedbenike da je širenje veneričnih bolesti predbračnim odnosima „danas vrlo malen faktor“.<sup>4</sup> Taj trgovac promiskuiteta ne slaže se s izvještajem koji je iznijela Javna zdravstvena služba Sjedinjenih Država: „Procjenjujemo da postoji rezervoar neliječenog sifilisa u 1.200.000 slučajeva te da je pravi godišnji prirast zaraženih 60.000 slučajeva“.<sup>5</sup> Još je ustanovljeno da broj svježih slučajeva gonoreje u toj zemlji dosiže milion godišnje.

Kinsey je daleko od istine i najboljih medicinskih mišljenja kada opetovano iznosi da djevojke koje imaju predbračna seksualna iskustva proživljavaju brak mnogo uspješnije od onih koje to nisu imale.<sup>6</sup> Medicinski stručnjaci koji se više bave ljudima nego životinjama, odbacuju takav zaključak:

„Takav savjet je naučno pogrešan. Ne postoji nikakva nagrada za predbračna milovanja koja dovode do orgazma. Nema pak nikakvih kazni ako se mladi ne uključuju u takve odnose. Iskustvo pokazuje da su neurotične djevojke one koje neprekidno teže za milovanjima, dok emocionalno zdrave djevojke obično odbacuju seks koji nije utemeljen na ljubavi. Uspješan brak i seksualno usklađivanje temelje se više na postepenom učvršćivanju povjerenja, uzajamnom poštovanju i dopadljivosti nego na predbračnim pokušajima i greškama seksualnog procesa.“<sup>7</sup>

U časopisu Američkog medicinskog udruženja prikazan je sadržaj knjige od medicinskih stručnjaka, koja govori o seksualnom mitu, što ga je Kinsey propagirao u svojoj knjizi.

„Pisci navedene knjige s pravom se pozivaju na to da je Kinsey raščlanjivao teške medicinske probleme bez medicinskog znanja i kliničkog iskustva, koje je potrebno za razumijevanju spomenutih principa. Propustio je uočiti dubok uticaj psihološkog uvida u seksualno ponašanje, te je bez poduke i školovanja i iskustva u psihijatriji pokazao krajnju nemarnost prema seksualnim neurozama, zajedno s mnogobrojnim štetnim posledicama.“

Dr. J. Irving Sands s Neurološkog instituta u New Yorku takođe se ne slaže s dr. Kinseyem: „Moja iskustva u tretiranju mnogih neurotičnih i psihotičnih pacijenata dovela su me do zaključka da prebračna seksualna iskustva u žena štetno utiču na emocionalni dio njihove ličnosti. Čak i više, takva aktivnost postaje izvorom emocionalnih sukoba.“<sup>9</sup>

Sve me to podsjeća na jedan oglas, koji sam nekad ugledao u velikoj robnoj kući: „Malo korišteno. Veliko sniženje cijena“.

Prije nego iko podlegne kušnji da sluša tog frulaša, bilo bi vrlo preporučljivo pogledati sudbinu onih koji su ga već slijedili. Dovoljno je već ljudskih oglednih kunića, zadojeno idejom da je novost istovjetna sa superiornošću, jurnulo ulicom za njime, tako da se može donijeti poštena i dobra procjena cijele situacije.

Dr. Eugene Eisner, poznati psihoanalitičar iz New Yorka, priča o pacijentu koji sigurno nije bio frustriran nekakvim „strašnim religioznim zabranama“ jer je izjavio 1950.: „Imao sam šest ljubavnih afera od 1940. ali izgleda da ni u jednoj nisam uživao. Zar sa mnom nešto nije u redu? Osjećam da ne dobijam iz seksa ono što očekujem“.<sup>10</sup>

Drugi psihijatar priča: „Kroz petnaest godina bio sam ispovjednik glumaca i glumica s Brodwaya i Hollywooda, koji su imali prilike živjeti slobodnim seksualnim životom. Neki su doslovce iskoristili takav život do kraja - osam, deset, dvanaest ljubavnih „afera“ godišnje. No kada vam se povjere i skinu masku s lica, priznaju kako je sve to prazno i bez ikakva zadovoljstva.“

U zdravstvenu kliniku u San Franciscu stiglo je dvije hiljade djevojaka koje su bile zadojene zvucima frule, zavodljivim ritmom bokova i statistikama raznih frulaša. Upitali su ih da li su imale bar prolazno zadovoljstvo od raznih seksualnih iskustava. Prema zagovornicima seksualne slobode, čovjek bi očekivao oduševljeni potvrdna odgovor. Upravo, suprotno, tek je trećina djevojaka izvijestila da su osjetile „neki užitak“. Ostale dvije trećine opisale su svoje osjećaje kao „sumnjive, krivnju, sramotu, ravnodušnost ili potpuno nezadovoljstvo.“

Ne bismo smjeli zaboraviti da je Bog stvorio seks u muškarca i žene jer je stavio svoj pečat dopuštenja na brak. „Ženidba neka bude u časti među svima, a bračna postelja neokaljana, jer će bludnicima i preljubnicima suditi Bog“.<sup>13</sup> Obuzdavanja spomenuta u Božjoj Knjizi uputa nisu napisana da bi se umanjio čovjekov užitak u seksu, već da mu omogući iz njega izvući savršenije zadovoljstvo. Doista je žalosno što mnogi ljudi poput krava preskaču ogradu koja ograđuje njihov pašnjak da bi poslije umirali od gladi u pustinji kaktusa.

Howard Whitman, američki novinar, koji je mnogo putovao i temeljno proučavao ljudski proizvod tog neoseksualizma, piše:

„Okušan je novi standard seksualne slobode koji je donio novi porast broja nezakonite djece, društveno breme koje nastaje rastavom brakova, golem broj psihijatrijskih slučajeva, veći nego ikada prije... staro je pravilo izgurano, no 'nova sloboda' je promašila cilj. Mladi su moralno teško pozlijedeni. To su nam poznate ozljede, jer ih društvene ustanove statistički sakupljaju i izvještavaju o trudnoćama, prisilnim brakovima i veneričnim bolestima. Ima i zataških ozljeda, kada osakaćene porodice uspijevaju 'šutjeti!' Ima i tihih ozljeda, kada su mladi 'sretni' jer su uspjeli 'isplivati iz sosa'. Te tihe ozljede - griža savjesti, tuga, gubitak samopoštovanja, štetan uticaj na budući život pojedinaca - mogu biti teže od ostalih“.<sup>14</sup>

Kao ljekar imao sam neka iskustva s takvim raznovrsnim ozljedama. Mnoga je mlada djevojka vlačila moj pisači sto svojim suzama. Sramota, obeščaćenje i progonstvo iz društva sapinju je te bol često traje mnogo godina. Rezultat takva stanja raznolike su neurotske pojave koje dovode do mnogih psihopatskih bolesti. Društvo to ne zna, no ljekar zna da je prekorači van je Božje ograde koju je on postavio oko seksa, osnovni uzrok Katinoj toksičnoj gušavosti, ili

Heleninoj upali zglobova, ili Suzaninu odlasku u duševnu bolnicu. Istina, te djevoke nisu bile vezane „strahovitim robovanjem“ religioznim inhibicijama. Iskusile su posve drugačije ropstvo - koje se mnogo, mnogo teže podnosi. Obećana „seksualna sloboda“ okrenula je pravu stranu lica i postala nepodnošljivo ropstvo najgore vrste.

Stvarni neprijatelj čovjekove seksualne sreće jesu oni koji ga odvlače od doma, njegove porodice i biblijskih uputa. Malo ih je koji su se zaustavili i shvatili da blagoslov seksa i civilizacije koji uživamo postoji zbog toga što velika većina ljudi obraća pažnju na Isusove riječi: „U početku stvaranja, Bog ih je stvorio kao muško i žensko. Zato će čovjek ostaviti svog oca i majku i prionuti uza svoju ženu, pa će oboje biti samo jedno tijelo. Prema tome, nisu više dva, nego jedno tijelo“. <sup>15</sup> Oni koji uzmu ovaj biblijski standard za svoj uzor očuvat će se od mnogih bolesti i od hiljada duševnih patnji. Osvježenje je primijetiti kako čuveni specijalisti priznaju da biblijski uzor za brak nadmašuje sve ljudske planove. Govoreći na godišnjem sastanku Udruženja ljekara u državi New York dr. Irving J. Sands je rekao: „Dobro bi bilo svratiti pažnju na činjenicu da promjena i napredak nisu istovjetni pojmovi i da sve ono što je novo nije uvijek i dobro, niti mora sve ono staro biti loše. Deset zapovijesti su doista stare a ipak sadržavaju najveće zakone za duševnu higijenu i najbolja pravila za moralne ljudske odnose koji je ikada čovječanstvo proizvelo. Sretan brak je rezultat skladna odnosa između zrelih ljudi. Brak je najveća ustanova civilizovanog čovjeka.“

## 8. poglavlje NAJBOLJE U SEKSU

„Doktore, ne mogu spavati, ni u čemu više ne uživam. Znam kada je počela moja nevolja - kada je Gil počeo kartati sa svojim momcima. Ne kockaju se, ali odlaze navečer jednom sedmično u skup hotel i časte se bogatom večerom. Zatim se kartaju do jedan ili dva sata u noći. Sve je poremećeno i eto...“

Lijepa se gđa Steiner malo zakašljala i onda nastavi: „Znam da sam luda. No, evo kako ja na to sve gledam. Sa svojih petero djece moramo paziti na svaki dinar da nekako na kraju izađemo. Rekla sam Gilu da sam već umorna i nervozna što sam stalno u kući iz mjeseca u mjesec. Zamolila sam ga da me izvede u kino ili na večeru bar ponekad, no on se uvijek izgovara da nemamo novaca platiti nekome da nam čuva djecu. Ipak on uzima i to malo novaca što imamo a koje bismo mogli upotrijebiti za razonodu, no on to troši samo na sebe. Rezultat je napetost između nas i ne uživamo jedan s drugim.“

U ovome se slučaju raspada brak jer je izgubljena važna spona koja povezuje. Lozinka za sretan brak je **zajedno** - živjeti zajedno, igrati se zajedno, raditi zajedno, misliti i planirati zajedno. Dvoje se ljudi ne mogu držati zajedno ako ne postoji neka vrsta privlačne sile, no seks je krakotrajna sila koja povezuje dva bića, kao što su to već davno pokazali seksualni brakovi Hollywooda. Budući da je seks jedina veza mnogih parova, nije ni čudo da se svaki treći brak raspada.

Postoji veza koja nije nikada odvojila dvoje ljudi - ljubav. „Ljubav nigda ne prestaje.“ Ta ljubav nije romantični doživljaj o kojem se piše u romanima i prikazuje na televizijskim ekranima.

Što je ljubav, toliko potreban sastojak za svaki sretni brak?

Iako većina ljudi razumije što je seks, malo ih je koji jasno shvataju što je ljubav. Nejasnoća u vezi s definicijom ljubavi dokazana je činjenicom da je rječniku dano osam različitih definicija. U ovom poglavlju želio bih diskutirati o ljubavi kao o **vanjskom izražaju uma koji želi pomoći i**

**ugoditi drugome. Ljubav u tome značenju riječi nije seksualna, iako ta vrsta ljubavi mora biti prisutna ako želimo postići najbolje i u seksu.** Superlativi u seksu - najbolje, najdraže i najtrajnije - mogući su jedino ako postoji pažljivost, obzirnost i ljubav prema drugome.

Gospodin Guy Bullon udaljen je koliko Zemlja od Sunca od najboljega kada prostački tvrdi da će ići samo za „prvorazrednim“ u svom poslovnom i polnom životu. Neprestano grdi svoju ženu zbog njezinih grešaka, a ne može shvatiti zašto ne iskazuje oduševljenje za njega kada joj se on približava. Iako je imao nekoliko „pustolovina“ sa svojim sekretaricama, ne shvata da ga ni jedna nije zadovoljila. Raznolikost i učestalost takvih pustolovina loš su nadomjestak za kvalitetu, a gosp. Bullon ne zna ništa za te superlative - za ono najbolje.

Visoko seksualna, egocentrična osoba ne dobiva praktički gotovo ništa od seksa s jednostavnog razloga jer joj tragično nedostaje ljubavi. Rezultat je stalno razočaranje i neuspjeh u seksualnom zadovoljstvu. Njegovo neraspoloženje prema drugima uglavnom dovodi do porasta krvnog pritiska na 240/110 mm Hg. Mnoge noći sjedi u stolici, hropćući satima u borbi s astmom, koja često naipada nakon emocionalnih neurotskih ispada.

Dr Karl Jung shvatio je glavni razlog zašto mnogi ljudi poput Guya Bullona boluju od takvih bolesti i zašto su toliko nesretni: „Sve to dolazi zbog manjka ljubavi, jer misli samo na seksualno... nema razumjevanja, jer je promašio shvatiti svrhu svoje egzistencije“.<sup>1</sup>

Ima bezbroj nesretnih brakova u kojima nema potpunog seksualnog zadovoljstva jer takvi supružnici ne razlikuju ljubav od seksualnosti.

Jedinu ljubav koju poznaju jest ona opisana u romanima, sumnjivim časopisima, prikazana u filmovima i televizijskim ekranima. Budući da neki ljudi znaju samo za požudu, nije čudo da onda žive pasjim životom.

Ivana je bila takva osoba. Naslonila je glavu na moj sto i jecala. Nakon nekog vremena iz nje izleti: „Samo sam se šalila kada sam ono rekla o Mikijevoj majci. On se raspalio i rekao nešto vrlo ružno o mojoj majci. Tada sam ga pošteno ćušnula po licu. Upravo kako je i zaslužio! No taj ogromni okrutnik digne se na mene i udari me posred lica. Pogledajte moje oko! Odlazim! Uzimam svoje dvoje djece i vraćam se mami. Volim Mikea, ali to ne mogu podnijeti.“

Dok je Ivana držala vrećicu s ledom nad okom i drugim me pažljivo posmatrala, dao sam joj krakate bračne savjete, koji su stigli nekako prekasno. Svoju sam lekciju završio otprilike ovako: „Ivana, u svakom braku stvaraju se situacije u kojima jedan bračni drug mora popustiti zbog pažljivosti i ljubavi prema drugome. Nemoj sebe sažaljivati ako ustanoviš da si najčešće ti popuštala. Reći ću ti nešto čudno, ali to su prave riječi: Kada popustiš Mikeu, gubiš zapravo svoj život, ali to je jedini način da ti život bude smislen i sretan. Tajna sreće u braku zavisi o svakom bračnom drugu koji podnosi neke žrtve s voljom i radošću.“

Kažeš da osjećaš ljubav za Mikea. Je li to ljubav koja dugo trpi i je li strpljiva? Jedina ljubav koja će izdržati svaku kušnju i ispit jest ona koju Bog opisuje i daje onima koji žive u svjetlosti njegovih zapovijesti. „Ljubav je strpljiva, ljubav je dobrotiva; ljubav ne zavidi, ne veliča se, ne oholi se, nije nepristojna, ne traži svoje, ne razdražuje se, zaboravlja i prašta zlo... Sve prašta, sve vjeruje, svemu se nada, sve podnosi. Ljubav nigda ne prestaje“.<sup>2</sup>

Ljubav je temeljna potreba ne samo za postizanje najboljeg u seksu već i u životu. Dr. Smiley Blanton u svojoj posljednjoj knjizi „Ljubi ili izgini“ kaže: „Više od četrdeset godina sjedio sam u svom uredu i služio ljude svih dobi i klasa, koja su mi govorili o svojim nadama i strahovanjima ... Dok razmišljam o tim proteklim godinama, jedna mi istina iskrsava u umu - sveopšta potreba za ljubavi... ljudi ne mogu preživjeti bez ljubavi i moraju je imati ili će izginiti“.<sup>3</sup>

Mnogi bračni parovi nisu sretni. Prolaze kroz seksualno iskustvo, no ne nalaze u njemu

krajnje zadovoljstvo. Ako krenu stranputicom u različite pustolovine, njihove se frustracije samo povećavaju. No mogu shvatiti da se osjećaji za kojima čeznu stječu jedino tamo gdje postoji ljubav prema drugome. Ne može doći do prave ekstaze ako seksualni čin ne izražava ljubav i intenzivnu svjesnost i želje drugoga. Svađa preko dana učinit će seksualni akt beživotnim i mehaničkim činom koji čak odbija.

Razočarani parovi često misle da nešto ne valja u njihovim seksualnim odnosima pa traže pomoć psihijatra. Sretni su ako stignu do takvog koji će im dati savjet kao što ga daje psihoanalitičar Erich Fromm:

„Nema uvjerljivijeg dokaza da je izraz 'ljubi bližnjega svoga kao samoga sebe' najvažnija norma za život, a kršenje te zapovijesti temeljni je uzrok nesređenosti i duševnih bolesti koje otkriva psihoanalitičar. Bez obzira na to kakve pritužbe pacijent ima, kakvi god bili popratni simptomi, sve je to ukorijenjeno u njegovoj nesposobnosti da ljudi, ako pod ljubavlju razumijevamo sposobnost za iskustvo brižnosti, odgovornosti, poštovanja i razumijevanja za drugu osobu i intenzivnu želju za naprekom te osobe. U analitičkoj terapiji osnovno je pokušati pomoći pacijentu da stekne ili obnovi svoju sposobnost da ljubi. Ako se ne postigne taj cilj, ne mogu se dogoditi dublje promjene u čovjekovoj ličnosti.“

Ljubav je toliko osnovna za sreću i duševno zdravlje koliko je to hrana za naše tijelo. Muškarci često ne shvataju da je samo seks neprikladna hrana za skladan i sretan brak. Orgazam kod muškarca gotovo je potpuno mehanički čin, dok je u žena mnogo kompleksnije prirode. Žena mora biti potpuno svjesna muškarčeve pažljivosti prema njoj, njegove vjernosti i ljubavi što je dovodi do potpunijeg užitka.

Psihijatar Max Levin shvata da je nesebična ljubav potrebna za stjecanje najboljega u seksu: „Očigledno je, dakle, da je zrelost prvi uslov za sretan brak. Za vrijeme nezrelosti u djetinjstvu postoji obaveza davanja. Dijete samo **prima** i od njega se drugo i ne očekuje. Uspjeh u braku zavisice u velikoj mjeri o tome koliko je bračni drug nadrastao svoju djetinju ovisnost i stekao sposobnost da preuzme odgovornost kako bi više želio davati nego primati.“<sup>5</sup>

Mnogo prije djetinjaste prepirke Ivane i Mikea i stoljećima prije rođenja savremene psihijatrije, Biblija je upozorila na potrebu uklanjanja nezrelosti ljubavlju i na taj je način dat izvrstan recept za sretan brak: „Kada sam bio dijete, govorio sam kao dijete, mislio kao dijete, sudio kao dijete. Kada sam postao zreo čovjek, odbacio sam sve što je djetinje... Tri su stvari koje vječno traju vjera, nada i ljubav, ali najveća među njima je ljubav.“<sup>6</sup>

Pažljiva i nesebična ljubav ostvaruje najveće čovjekove sne, dok seks bez ljubavi postaje strahovita mora. Izgubljeni sin bio je čovjek koji je otkrio tu istinu.<sup>7</sup> Njegov glas je odražavao nezrelost: „Daj mi“. On je poput mnogih savremenih sinova požurio u zemlju udaljenu od očeva uticaja i tamo uludo utrošio talente u novcu i tijelu „živeći raspušteno“. Duša mu je postala prazna šupljina, u kojoj je odzvanjala mučna jeka. Došao je do dna života gdje je težio za hranom - praznim ljuskama koje su hruskale svinje. Otkrio je da je seks u stranoj zemlji, daleko od Božje volje prazan, razočaravajući i ružan. Samozadovoljenje je uvijek jednosmjerna ulica na čijem se kraju nalazi svinjsko korito.

Kao što se taj mladić prisjetio da u očevoj kući uvijek ima dovoljno kruha, otkrio je kako „strahovite religiozne zabrane“ nisu ni tako strašne kao što je prije vjerovao. Počeo je osjećati kako postoje bliski odnosi između pravilnih zabrana i izobilnog blagoslova.

Dok je napuštao svoj dom, očevidna je bila njegova nezrelost u njegovim zahtjevima „Daj mi!“ Kad se vraćao, pokajan, nestao je duh traženja „Daj mi.“ Umjesto toga javlja se pažljivost prema drugima – „Učini me slugom!“

Koliko je važna stvar seksa u bračnim odnosima? Dr. Emil Novak s John Hopkins medicinske škole uvjerljivo tvrdi da ima mnogo žena koje su emocionalno normalne, koje žarko ljube svoje muževe, koje su rodile djecu, a koje ipak nisu cio svoj bračni život iskusile neki veći stepen tjelesnog zadovoljstva koje bi im donio seksualni čin. No ne osjećaju se uskraćenima niti prevarenima.<sup>8</sup>

Neki čak tvrde da gotovo polovina udatih žena nije nikada doživjela seksualni orgazam. Međutim, osjećaj koji proizlazi iz seksualnog čina prekrasan je i posvema zadovoljavajući i bez potrebe za tjelesnim vrhunskim užikom. Njihovi osjećaji prodiru po cijelom tijelu. Njima je isijavajuća žeravica gorućeg tvrdog drveta isto tako zadovoljavajuća kao i krakotrajni bljesak zrna baruta.

Zbog nepoznavanja tih činjenica mnoge mlade žene razvijaju u sebi razočaranost i odbojnost koja tragično pogoršava bračnu situaciju. Ako prevladava pažljivost prema drugome, tada će iste te žene iskusiti mnogo veće zadovoljstvo u bračnim odnosima. Posjedovanje Bogom darovane ljubavi spriječit će razočaranje, jad i rastavu braka, i cijelu četvu duševnih i tjelesnih bolesti.

Neko je rekao: „Lijek za sve bolesti, za sve krivice, žalosti i zločine čovječanstva leži u jednoj riječi: **ljubav**. Ona je božanski život koji svugdje proizvodi i obnavlja život. Svakome daje silu stvaranja čudesa ako je zaželimo.“

Kako se može postići rezultat te čarobne formule? Stječe se u punoj mjeri kada se Bog, koji je ljubav, useli u muškarca ili ženu, koji otvaraju vrata svoga unutrašnjeg bića. Jedino je božanska sila dovoljna da se čovjek odupre kada se nađe u snažnoj bujici seksualnih napasti.

Ta se ljubav podržava poslušnom vodstvu Riječi i Duha. Nema razloga da hrišćanin postane žrtva raznih bolesti jer je Božje obećanje sigurno: „Nikakva kušnja veća od ljudske snage nije vas zadesila. Bog je vjeran i neće dopustiti da budete kušani preko svojih snaga, nego će vam zajedno s kušnjom dati sretan ishod, da je možete podnijeti.“<sup>10</sup>

## 9. poglavlje

### UZNEMIREN UM – BOLESNO TIJELO

Šestogodišnja Helena Seibert sjedila je na mjačinu krilu i posmatrala me poput preplašena zeca. Majka je odgovorila na moj upitni pogled: „Doktore, Helena povraća svaki dan već šest sedmica. Počela je dan nakon Praznika rada.“

Dan nakon praznika Helena je pošla u novu školu gdje je bilo na stotine novih, stranih lica. To iskustvo nadmašilo je njezinu snagu jer je do tada živjela u Turtle Creeku, gdje je bilo malo djece.

Zašto je povraćala? Pojavio se strah zbog mnogih stranih lica koji je slao hitre impulse putem živaca u osjećajni centar koji je stegnuo mišićni prsten njezina želuca. Posljedica je bila da hrana nije mogla proći u crijeva i povraćala ju je. Mala Helena je prilično izgubila u težini.

Predložio sam da ostane kod kuće nedjelju dana. Nakon toga nije više povraćala. Tada se Helena prilagođena novoj situaciji vratila u školu i više nije imala sličnih smetnji.

Takve nevolje nisu ograničene samo na djecu. U subotu uveče, osamnaestogodišnja Donna Cole javila mi je da povraća i da trpi od jakih trbušnih bolova s prolivom već pet dana. Smetnje su počele sat nakon što se vratila iz zubarske ordinacije.

Zubar je rekao toj lijepoj i omiljenoj djevojci da joj mora izvaditi sve zube i zamijeniti ih

umjetnim. A rezultat: oluja u njezinu osjećajnom centru. Živčani impulsi iz tog centra prouzrokovali su neprekidno povraćnje, žestoke grčeve i proliv. Donna se vrlo iznenadila kada sam joj rekao da uzrok njezinih nevolja ne leži u trbuhu već iznad ušiju.

Isto je tako bila izenađena Elaine Johnson kada je otkrila da je glavobolju dobila zbog strepnje da ne izgubi svoga momka. Bili Sandry je ustanovio da astmu nije dobio zbog teškog zadatka koji je dobio od profesora, već zbog napetosti koja je pratila taj posao. Hal Stevens nije mogao razumjeti zašto je njegov dijabetes promakao kontroli nakon što je pristupio onom „glupom testu“. A profesor koji mu je dao taj test nije mogao shvatiti kako se mogao njegov hronični artritis pogoršati nakon što je ispravio testove studenata. Ti slučajevi govore o postojanju najzamršenijeg predmeta u savremenoj medicini. Svake godine proširuje se znanje o shvatanju mogućnosti uma (psyche) da proizvede različite poremećaje u tijelu (soma): zato se i upotrebljava izraz **psihosomatski** poremećaji. Nevidljive emocionalne napetosti uma mogu proizvesti zapanjujuće, vidljive promjene na tijelu, promjene koje mogu postati vrlo ozbiljne i fatalne.

To nam shvatanje daje nove uvide u stanja na koja se često pozivamo kao na „nešto u glavi“. Očigledno je da stanje kao što su povraćanje, proliv, astma, dijabetes i deforinativni artritis nisu „u glavi“, iako su takve bolesti i niz sličnih ozbiljnih bolesti začeti napetošću u umu.

Koliki postotak pacijenata u ljekarskoj praksi ima simptome i tjelesne bolesti prouzrokovane emocionalnim poteškoćama? Statistike iz 1948. g. izvještavaju da su dvije trećine svih pacijenata koji su došli ljekaru imali simptome prouzrokovane ili pojačane zbog duševnog stresa.<sup>1</sup> Godine 1955. pojavio se članak opisujući rad vodećeg stručnjaka za pojam stresa pod upitnim naslovom „Stres, uzročnik svih bolesti?“<sup>2</sup>

Na početku ovoga stoljeća smatralo se da su bakterije uzročnici svih smetnji. Pedeset godina kasnije duševni stres zauzeo je to istaknuto mjesto. Zapravo, ogledi sa životinjama pokazuju da neke bakterije mogu prouzrokovati bolest jedino ako je otpornost životinje smanjena stresom.

Kako mogu neki duševni osjećaji prouzrokovati vidljive promjene u tijelu kao što su apoplektični udar, sljepoća, toksična gušavost, fatalni ugrušci krvi u srcu, krvareći čirevi u probavnom traktu, bolesti bubrega, gangrena na nozi, da spomenemo samo nekoliko bolesti? Dr. O. Spurgeon English objavio je izvrsnu ilustriranu knjigu tumačeći kako mogu osjećaji prouzrokovati bolesti koje mogu dovesti do invaliditeta i ponekad završiti i fatalno.<sup>3</sup> Prva slika u toj knjizi prikazuje emocionalni centar u mozgu od kojega polaze živčane niti na svaki organ tijela. Zbog zamršenih živčanih veza, razumljivo je kako očaj koji se rađa u emocionalnom centru šalje impulse koji mogu proizvesti razne smetnje, od glavobolje do svrbeža u tabanima.

Emocionalni centar proizvodi te obilne promjene s pomoću tri glavna mehanizma: promjenom količine krvi koja protječe kroz organ; potičući izlučivanje pojedinih žlijezda; promjenom mišićne napetosti.

Emocionalni stres utiče na količinu krvi koja teče kroz neki organ. Stidljivost može prouzrokovati da se krvne vene na licu i vratu prošire i nastane karakteristično crvenilo, a osjećaji zabrinutosti ili mržnje mogu povećati količinu protoka krvi unutar lubanje te dolazi do jake glavobolje i povraćanja.

Podražaji koje šalje emocionalni centar usmjereni su i na razne žlijezde u tijelu. Mnogi se sjećaju trenutka kada su morali prvi put govoriti pred većim slušateljstvom kako su im bila suha usta. Alarmna poruka krenula je iz našeg emocionalnog centra koji je zaustavio izlučivanje iz slinovnica. Čak i iskusni govornici osjete ponekad duševni napor pri govoru i posledica je manjak: izlučivanja slina u ustima. Možda je tome razlog zašto se postavlja čaša vode na govornici.

Često duševna oluja šalje S.O.S. poruku štitnoj žlijezdi da pojača izlučivanje. Ako se u krv



izlijeva višak tiroksina kroz dulje vrijeme, nastanu simptomi gušavosti: krajnja nervoza, izbuljenje oči, ubrzan puls a nekad i fatalna srčana bolest.

Emocionalna napetost pogađa izlučivanje jajnika na različite načine. Poremetnja tih žlijezda prouzrokuje prestanak menstruacije, bol za vrijeme periode, ili nervozu prije dolaska menstruacije koja je karakterizirana razdražljivošću, glavoboljom i nadutošću.

Neobično važne nadbubrežne žlijezde često su meta emocionalnog gađanja. Prekomjerno izlučivanje tih žlijezda dovodi do visokog krvnog pritiska, upale zglobova, bolesti bubrega i otvrdnuća arterije - taj posljednji ubica odgovoran je za umorstvo 800.000 ljudi godišnje u Sjedinjenim Državama. Emocionalni stres pogađa i napetost mišića. Svi smo osjetili kako nam se napinju mišići kada smo uplašeni ili gnjevni. Napeti mišići dovode do boli, kao što to svako može iskusiti ako stišće šaku nekoliko minuta. Zato je posve razumljivo da ljudi koji neprestano osjećaju strah i brigu trpe od žestoke glavobolje koja nastaje od ukrućenih mišića vrata.

I glako mišićje crijeva takođe može biti zahvaćeno. Kao primjer iznosimo slučaj iskrcavanja naših padobranaca za vrijeme invazije u Francuskoj u drugom svjetskom ratu. Dok su se padobronci lagano spuštali, njemačka tanad fijukala je oko njih. Pomislite kako biste se vi osjećali da ste bili na njihovom mjestu! Zamislite kako su brzo odlazile poruke iz njihova emocionalnog centra na mišićje njihovih crijeva.

Emocionalni očaj dovodi i do jakih boli u području srca. Jednog sam dana primio hitan poziv da pregledam studenta koji je „umirao od srčanog napada“. Našao sam ga na podu, kako hvata zrak osjećajući stvarnu bol u području srca. Izgledao je kao pravi srčani bolesnik koji umire od srčane greške, međutim nije uopšte bio u opasnosti.

Bio je brucš na fakultetu i imao je poteškoće u prilagođavanju na tempo studentskog života. Bol u području srca bila je stvarna kao bol slomljena rebra; nije joj uzrok bila srčana bolest već nevolja koja je zahvatila emocionalni centar.

Za vrijeme prvoga svjetskog rata ljudi s takvim poteškoćama bili su velika smetnja u vojsci. Kad je došao drugi svjetski rat, poduzete su osobite mjere da se isključe takvi ljudi. Zapravo, deset ih je puta više odbijeno zbog takvih emocionalnih srčanih boli nego zbog svih ostalih srčanih bolesti. Mnogo se takvih slučajeva vidjelo među pučanstvom za vrijeme bombardiranja engleskih gradova, kada deseci hiljada nisu bili sposobni za posao zbog bolova u grudima.

Čak i u mirno doba, takvi su slučajevi vrlo česti u ljekarskoj ordinaciji. Sjećam se vrlo uglađenog muškarca koji je zbog boli u području srca često prevozen autom hitne pomoći u bolnicu. Skupo bolničko liječenje i naročiti pregledi uvijek su pokazivali da njegova nevolja potiče od duševnog nemira. Iako zastrašuju i onespobljaju, ti napadi nisu opasni.

Međutim, fatalni srčani napadi mogu nastati zbog „gnjeva svih stepena, depresije i brige“, kako izjavljuje dr. Roy R. Grinker, jedan od direktora Michael Reese bolnice u Chicagu. Taj ljekar tvrdi da zabrinutost dovodi do stresa koji djeluje na srce pogubnije nego bilo koji drugi uticaj, pa čak i tjelesni napor i umor.<sup>4</sup>

Uticaj emocionalnog ili duševnog stresa na čovjekovo tijelo može se prikazati djelimičnim popisom bolesti koje nastaju ili se pogoršavaju zbog tog uzroka. Svakako ne treba shvatiti da je emocionalni faktor jedini uzrok u tim slučajevima:

Smetnje probavnog sistema

Ulkusi u ustima, želucu i crijevima

Ulcerativna i mukozna upala debelog crijeva

Gubitak apetita

Štucanje

Obstipacija  
Proliv  
Smetnje cirkularnog sistema  
Visoki krvni pritisak  
Vojničko srce  
Paroksizmalna tahikardija  
Arterioskleroza  
Koronarna tromboza  
Gangrena na nozi  
Reumatska groznica  
Moždana kap  
Smetnje genito-urinarnog sistema  
Bolne menstruacije  
Manjak menstruacije  
Predmenstrualne napetosti i razdražljivost  
Frigiditet i vaginizam  
Bolni snošaj  
Učestalo i bolno mokrenje  
Akutni glomerularni nefritis (bolest bubrega)  
Simptomi klimakterija  
Impotencija  
Smetnje živčanog sistema  
Glavobolje različita oblika  
Alkoholizam  
Epilepsija  
Psihoneuroze  
Duševne bolesti, npr. shizofrenija  
Senilna demencija  
Smetnje žlijezda s unutrašnjim izlučivanjem  
Hipertireoidizam (Basedov)  
Dijabetes  
Gojaznost  
Alergične smetnje  
Osip  
Peludna groznica  
Astma  
Smetnje mišića i zglobova  
Bolovi u kralježnici  
Bol i grč mišićja  
Reumatoidni artritis  
Osteoartroza  
Zarazne bolesti  
Zarazna mononukleoza  
Poliomijelitis  
Mnoge, možda i sve zarazne bolesti

Glaukom heratitis  
Očne bolesti  
Bolesti kože  
Osipi  
Atopični dermatitis  
Neurodermatitis  
Raynaudova bolest  
Scleroderma  
Lupus eritematodes disseminata  
Psorijaza

## 10. poglavlje NIJE ONO ŠTO JEDEŠ – VEĆ ŠTO TE IZJEDA

Veliki Bili Brandon bio je čovjek kojega se moglo voljeti - sve dok mu neko nije „stao na žulj“. Kad bi neko od njegovih radnika zabrljao u poslu koji bi on naložio, Bili ne bi birao riječi već bi se nabacio i najoštrijim riječima i psovkama iz svog obilnog riječnika koga sadržaj nije za objavljivanje. Ali ono što je bacao na druge uvijek je nekako poput bumeranga udaralo nazad i konačno ga strpalo u krevet.

Tada bi me njegova žena pozvala. Bila je to već otrcana priča da je ona jednostavno otvarala vrata i širom mahala rukom prema Billovoj spavaonici s lakonskim slijeganjem ramena i prisilnim smiješkom.

„Doktore, povraća već dvije sedmice i nije mi dopustio da vas pozovem sve do jutros.“

Čovjek se morao sažaliti nad Billom kad bi ga vidio kako leži potrbuške na krevetu. Oči su mu bile razgoračene, očajnički su vapile za pomoć. Svakako, pregledavali su ga na sve moguće načine u bolnicama gdje je ostavio pravo blago. Njegove su smetnje uvijek dolazile zbog gnjeva, koji je stegnuo mišiće izlaznog dijela želuca i prouzrokovao nezaustavljivo povraćanje. To se pojavljivalo tako često i u tako žestokim oblicima da je Bill provodio teške trenutke mučno radeći da jedva namiri za životne troškove žene i osmero djece.

Billov želudac mora da je bio od nehrđajućeg čelika jer se nakon tolikog nagomilavani a želučane kiseline u većine ljudi razvije čir ako ne i rak na želucu. Zapravo, generalno se smatra u medicinskim krugovima da čir na želucu ne nastaje od onog što čovjek pojede koliko od onoga „što čovjeka izjeda“. Svakako, već razvijeni čir povećava se raznom hranom i duševnim nemirom.

Druga slika, ocrтана u knjizi dr. Englisha prikazuje osjećaje koji mogu prouzrokovati zategnuće mišićja u izlaznom dijelu želuca. Strah, potreba za ljubavi (za sigurnosti) i žalost opisat ćemo u drugim poglavljima. No, oslikana je ljubomora, zavist, samosvjesnost, ambicioznost, osujećenje uspjeha, gnjev, odbojnost i mržnja. Uočite da se osjećaji koji uzrokuju bolesti tiču samozaštite i mogu se svrstati pod jedan naziv - **usredotočenost na samog sebe**.

Mnogo stoljeća prije nego je savremena psihijatrija otkrila da su spomenute duševne promjene važan uzročni faktor mnogih psihosomatskih bolesti, Biblija je osudila takve osjećaje i pronašla protiv njih lijek. „Te aktivnosti koje potiču iz niskih pobuda očigledne su. Evo cijele liste: seksualni nemoral, mržnja, svađa, ljubomora, zla narav, suparništvo, podvojen duh, zavist, pijanstvo, orgijanje i slične stvari.<sup>1</sup> A oni koji pripadaju Isusu Hristu razapeli su svoje tijelo s

njegovim osjećajima i požudama.“<sup>2</sup>

Dr William Sadler zapanjen je tom povezanošću između grešnih „aktivnosti koje potiču iz niskih pobuda“ i mnogih bolesti. On piše:

„Niko ne može toliko uočiti ogroman postotak čovjekovih bolesti i trpljenja koji su u direktnoj vezi s brigom, strahom, sukobima, nemoralom, raskalašenosti i neznanjem te nezdravim mislima i nečistim životom kao što to vidi ljekar. **Iskreno prihvatanje principa i naučavanja Isusa Hrista u odnosu na život pun duševnog mira i radosti, život nesebičnih misli i čistote, odjednom će izbrisati više od polovine svih poteškoća, bolesti i žalosti koje snalaze ljudski rod.**

Drugim riječima, više od polovine sadašnjih bolesti koje pogađaju čovječanstvo može se spriječiti ogromnom profilaktičnom silom ako stvarno živimo u ličnom i djelotvornom duhu istinske Hristove nauke.

Učenje Isusa Hrista primijenjeno na našu modernu civilizaciju - primijenjeno s razumom, ne tek formalno - toliko bi nas očistilo, podiglo i oživilo da bi ljudska rasa odjednom postala poput nove vrste bića, koja bi posjedovala snažniju duševnu moć i moralnu snagu. Nezavisno od budućih nagrada za život, bez diskusija o budućem životu, **isplatilo bi se svakom muškarcu i svakoj ženi živjeti po Hristovim životnim načelima već samo radi duševne i moralne nagrade koja dolazi već na ovome svijetu.**

Jednog dana se čovjek može probuditi i shvatiti činjenicu da je Hristovo naučavanje moćno, silno i djelotvorno u sprečavanju i liječenju bolesti. Jednog će dana možda naš ponosni naučni razvoj, u odnosu na duševno i moralno poboljšanje, konačno prihvatiti nauku tog Galilejca.“<sup>3</sup>

Shakespeare je dovoljno poznao Bibliju i psihijatriju kada je shvatio da se ljudi mogu razboljeti zbog neokajana grijeha. Sjećanje na umorstvo Duncana proizvelo je psihosomatske smetnje kod Lady Macbeth. Kada je Macbeth upitao ljekara o njezinoj bolesti, ovaj je odgovorio:

„Nije toliko bolesna, moj Gospode,  
Koliko je uznemirena tmastim mislima  
Koje ne daju joj mira!“<sup>4</sup>

Tada je ljekaru postavljeno pitanje koje se postavlja mnogim današnjim ljekarima!

„Ne možeš li pomoći bolesti uma  
Izvadit iz sjećanja ukorijenjenu žalost,  
Izrezat pisane nevolje iz mozga,  
Te nekim slatkim lijekom  
Očistit grudi pune kobnog zla  
što srce joj tereti?“<sup>5</sup>

Muškarac, otprilike četrdeset godina starosti, uđe jedne večeri u moju ordinaciju. Bolio ga je želudac te nije mogao spavati. Izgledalo je da će morati napustiti posao te neće biti u stanju izdržavati porodicu sa troje djece. Kada je došao u moju ordinaciju, nisam otkrio nikakvu tjelesnu bolest, već sam shvatio da se on nalazi na rubu ozbiljne duševne krize.

Nakon što mi je donekle ispričao o tome što on misli da je prouzrokovalo te smetnje, rekao je: „Doktore, učinio sam i druge stvari, koje bi me dovele iza rešetaka.“

Shvatio sam da se tu radi o nečemu daleko izvan domašaja trankvilizatora (sredstava za smirenje živaca). Rekao sam mu to i savjetovao ga da sagne glavu, da prizna svoj grijeh i zamoli nebeskog Oca za oprost. On je.

On je to i učinio, jednostavno i iskreno. Odmah i čudesno Bog je uklonio to „kobno zlo, što srce mu tereti“. Prošlo je nekoliko godina i čovjek nije izgubio ni jedan dan s posla. Sretan je i vedar. Njegova nevolja nije došla s nekim jelom; proistekla je iz sastojaka koji su nagrizali njegov

život.

Psihijatar Sadler piše: „Čista savjest veliki je korak u obrani uma protiv neuroza.“ Psiholog Henry C. Link takođe vidi vezu između grijeha i bolesti: „Naglašavanje o grijehu uglavnom je nestalo iz religijskog naučavanja... dok je u isto vrijeme psihologija otkrila njegovu važnost i proširila njegovo značenje.“<sup>6</sup>

Neko će upitati: „Ako se neko obrati Bogu, postane hrišćanin i odrekne se svega u životu što je suprotno Božjoj riječi, hoće li tada takav čovjek biti oslobođen bolesti koje uzrokuju ljubomora, zavist, sebičnost, nerad i mržnja?

Možda će ova epizoda iz života osobe koju poznajem odgovoriti na to pitanje. Ona je bila misionarka u Indiji opterećena zbog nemoralnog stanja koje je tamo vladalo. Molila se za te ljude, provela je mnoge sate žaleći se svom suprugu i drugima zbog takvih teških uslova života. Pretpostavimo da je bilo opravdano njezino negodovanje prema ljudima koji su bili odgovorni za takvo stanje; no stvar je u tome da **je ona izražavala negodovanje.**

To je negodovanje dovelo do ukrućivanja mišićnog prstena na izlaznom dijelu želuca i u nje se razvio čir na želucu. Jednog je dana taj čir počeo krvariti i krvario je šest dana tako da je jedna žena gotovo iskrvarila. Evo, bila je to divna hrišćanka koja je ljubila Boga, odrekla se svega i radila puno radno vrijeme za njega. Ipak se kod nje razvio čir i gotovo je umrla od krvarenja.

Ako izmijenimo nekoliko detalja, ista bi se priča mogla ispričati o hiljadama hrišćanina koji su, umjesto krvarećeg čira dobili neku već spomenutu psihosomatsku bolest. Posvećenje na oltaru nije dovoljno. Treba se svakodnevno odricati samoga sebe, u poslušnosti svim Božjim zapovijestima, ako čovjek želi hiti slobodan od tih bolesti.

Nadalje, ljudsko znanje nije savršeno. Još uvijek činimo pogreške u osuđivanju i u stavu prema drugima. I doista, koliko smo u stanju razumijeti i poslušati upute iznesene u Božjem pravilniku, toliko ćemo biti blagoslovljeni u duši i tijelu.

Ovdje je prikladna opomena izražena u pismu Hebrejima: „Neka vaše ambicije budu izražene u tome da živite sa svima ljudima u miru i da steknete posvećenje bez kojega niko neće vidjeti Gospoda. Pazite da ko ne promaši i ne ostane bez milosti koju daje Bog, jer ako mu se to dogodi, lako će u njemu proklijati duh gorčine, koji nije samo zao sam po sebi već može otrovati d živote mnogih drugih.“<sup>7</sup>

Ono što čovjek jede nije toliko važno koliko je važan duh gorčine, mržnje i osjećaji krivnje koji ga grizu. Doza sode bikarbone u želucu nikada neće prigušiti kiselinu koja na-jeda i uništava tijelo, um i dušu.

Biblija ne rješava samo probleme koji uzrokuju bolesti kao što su zavist, sebičnost, negodovanje, mržnja i nemoralnost, već udara na sam uzrok djelotvornim sredstvima: „Oni koji pripadaju Isusu Hristu razapeli su svoje tijelo s njegovim strastima i požudama.“<sup>8</sup>

## 11. poglavlje

### VISOKA CIJENA ZA OSVEĆIVANJE

Za ovo poglavlje dobio sam nadahnuće čitanjem zapisa Dalea Carnegia o njegovom izletu u Yellowstone gdje je posmatrao kako se hrane grizli medvjedi.<sup>1</sup> Nije morao dugo čekati kada je grizli došao do mjesta gdje su se bacali otpaci hrane. Vodič je objasnio grupi da grizli može otjerati svaku životinju na Zapadu, osim možda bizona ili polarnog medvjeda s Aljaske. Te noći, dok je Dale Carnegie sjedio s ostalim turistima na jeftinim sjedalima postavljenim za tu svrhu, primijetio je kako se pojavila samo jedna životinja kojoj je grizli dopustio da s njime prebire po hrani. Bio je to tvor. Grizli je svakako mogao satrti tog smrdljivca zbog njegovog drskog napada. No, to nije učinio. Zašto? Jer je znao da bi platio **visoku cijenu za takvu osvetu**.

Oštrouman grizli! Sigurno bistriji nego mnoga ljudska bića koja provode mučne dane i besane noći razmišljajući o svom negodovanju, pokušavajući naći načina kako da nekog smožde. Izgleda da čovjek neće nikada shvatiti da visoka cijena osvećivanja dolazi kao toksična gušavost, moždana kap i fatalni srčani napad.

Jednog je dana čovjek ušao u moju ordinaciju vodeći četranestogodišnjeg dječaka. Otac mi reče: „Došao sam samo po još tableta za moju ženu koja pati od kolitisa.“

Odmah je mladić pitao: „Dobro, tata, s kim se mama opet sukobila?“

Ima li neke veze između tog mučnog proliva s krvi i sluzi i našeg „sudaranja“ s ljudima i našem pravdašenju s njima? Činjenice govore u prilog gledištu da su smetnje emocionalnog života prvenstveni poremećaji u slučajevima kolitisa (hronična upala debelog crijeva). Razbuktavanje mukoznog kolitisa često dolazi nakon neprekidnog „sudaranja“ s drugima. Dva stručnjaka za tu bolest pišu: „Murray je primijetio kako napad i svako razbuktavanje bolesti dolazi za vrijeme napetih i mučnih životnih situacija. Eksperimentalna proučavanja pokazala su da postoji veza između stresa u životu i ulceracija na sluznici debeloga crijeva u čovjeka.“<sup>2</sup>

U jednoj bolnici otkrilo se ispitivanjem pacijenata koji pate od mukoznog kolitisa da je negodovanje najistaknutija osobna karakteristika koja se pojavljuje u dvadeset i šest posto slučajeva.<sup>3</sup>

Još ozbiljniji ulcerozni kolitis nastaje zbog duševne uznemirenosti. Ulkusi na debelom crijevu poput pošasti napadaju žrtvu i malo ima pomoći od lijekova. Jedini korisni zahvat je kiruško odstranjenje dijela debelog crijeva i cijelog rektuma, što je prilično visoka cijena za osvećivanje neprijatelju.

Stoljećima su se rugači smijali Isusovu savjetu „Ljubite svoje neprijatelje“, kao nepraktičnom, idealističkom i apsurdnom. Psihijatri danas preporučuju taj problem kao univerzalni lijek za mnoge bolesti.

Kada je Isus rekao „Oprostite sedamdeset puta sedam“, nije mislio samo na naše duše već i na spas našega tijela od ulceroznog kolitisa, toksične gušavosti, visokog krvnog pritiska i desetaka drugih bolesti. Savjet Velikog Ljekara izgleda da se progurao i na tvrdokuhanom biltenu policijskog odjela u državi Milvvauee: „Ako vas sebični ljudi pokušavaju iskoristiti, prekrižite ih iz svoje liste, ali im se nemojte osvećivati. Ako se pokušate osvetiti pozlijedit ćete više sebe nego njih.“<sup>4</sup>

Booker T. Washington koji je postao čuven usprkos predrasudama zbog boje njegove kože, i bio napadan nebrojeno puta, piše: „Neću dopustiti da iko osakati moju dušu i spusti je na razinu mržnje.“

Čuveni filozof, John Hunter, znao je što gnjev može učiniti njegovu srcu: „Prva hulja koja me rasrdi, ubiće me!“ Nakon određenog vremena, na ljekarskom sastanku, govornik je nešto izjavio

što je razjarilo Huntera. Kad je ustao i žestoko napao govornika, njegov bijes je prouzrokovao takvo stezanje krvnih žila u njegovom srcu da je pao mrtav.

U životnoj žabokrečini možda ćemo moći preskočiti kojeg sugrađanina, no s pravom bi moglo pisati na hiljadama smrtnica da je žrtva stradala od „gunditisa“ - neprestanog gundanja. Čuli smo kako ljudi govore kroz stisnute zube: „Osvetiću se tom smrdljivcu pa makar to bila poslednja stvar u mojem životu!“ Prečesto je upravo tako.

Sjećam se živahne gospođe oko osamdeset godina stare, koja mi je redovno dolazila na kontrolu krvnoga pritiska. Obično se kretao oko 200 mm, no jednoga dana popeo se na 230. U sebi sam se preplašio. Hladnokrvno sam, međutim, rekao: „Vaš pritisak je danas viši.“

Sa smješkom je odgovorila: „Znam otkuda je to. Upravo sam imala žučnu prepirku s drugim pacijentom u vašoj čekaonici.“

Pomislite samo: toj kulturnoj, inteligentnoj ženi mogao je lako „izgorjeti osigurač“ u mozgu i ona pasti udarena fatalnom kapi samo zato što se htjela pravdati s čovjekom koji je bio poznat po tome što je uživao u provokacijama. Njezina dijagnoza očiglednog porasta pritiska bila je tačna. Prepirke i jezični dvoboji mogu prouzrokovati i pogoršati visoki krvni pritisak. Svakovrsne su metode koje upotrebljavamo u odmazdi. Moja jednogodišnja unuka, kada se rasrdi, pruža svoje male ruke i hvata kao pandžama zrak ispred sebe. Neka djeca, kada osjećaju da su osujećene njihove zamisli i planovi, udaraju glavom o pod. Budući da dijete ne vidi svoju glavu, ona je poslednji dio anatomije koji ono prepoznaje kao svoje.

Mnogi se ne sjećaju trenutka kada su se htjeli osvetiti roditeljima pa su udarali glavom o pod. Neki će se ipak prisjetiti kako su se durili na roditelje i osvećivali im se time što nisu htjeli jesti. Naši su nam roditelji često ponavljali da tim načinom ne štetimo njima već samo sebi, sve dok nije ta očigledna činjenica prodrla u našu malu lubanju.

Poslednjih nekoliko godina obrađivao sam tri mladića koji su se htjeli obračunati sa svojim školskim drugovima šakom u nos. Nijedan mladac s druge strane šake nije trebao ljekarske pomoći, ali mladići koji su udarali slomili su kosti u šakama.

Poznavao sam jednog studenta prije nekoliko godina - nazovimo ga Petar - koji je mnogo patio od nekog paljenja i nevoljkosti u gornjem dijelu trbuha. Dao sam mu najnovije i najbolje ljekove što mu je donijelo prolazno olakšanje. Odlazak nekim specijalistima nije donio nekih konkretnijih rezultata kao što ni opsežno rentgensko snimanje nije pokazalo nikakvih patoloških nalaza. Nakon posmatranja njegova prilično krutog ličnog načina života kroz nekoliko mjeseci, primijetio sam da mora postojati neki duševni pritisak kao uzrok njegovih nevolja. On je, svakako, poricao bilo kakvu duševnu brigu i napetost.

Petar mi je ostao zagonetka sve dok mi nije drugi student rekao o njemu nakon što ga je čuo govoriti u obližnjem gradu. Glavni sadržaj njegova pričanja bio je usmjeren na opisivanje kako je njegov djed bio oštećen i oklevetan od ljudi prije mnogo godina. Tražio je načina da se osveti tim kleveticima učestalom vatrenim prijetnjama. Student koji je bio među slušateljstvom, opisao je kako je Petar stajao, ukrućen, napet kao daska i govorio preko jedan sat, znoj mu je tekao potocima niz obraz. Ni jednom se nije zaustavio da obriše znoj. Kada je završio, ovratnik mu je bio izgužvan, a košulja mokra.

Kada je Petar došao ponovno u moju ordinaciju, upitao sam ga da li proživljava neke duševne poteškoće ili osjeća prema drugim ljudima mržnju. Sve je ponovno porekao. Podsjetio sam ga tada na govor koji je održao a za koji sam i ja čuo. Rekao sam mu da je njegova intenzivna želja za osvetom nad ljudima koji su oklevetali njegova djeda uzrok njegovim bolovima u trbuhu.

Slikovito sam mu prikazao kako moždani stres može zategnuti mišiće izlaznog dijela želuca

i prouzrokovati probavne smetnje. Petrova želja za osvetom bila je toliko jaka da je odbio odreći se svog negodovanja prema tim ljudima. Plaćao je cijenu mučnim danima i neprospavanim noćima, ojačavao je svoju mrzovlju ponovljenim govorancijama svakom mogućem slušaocu. Jedina mu je briga postala saznati za ime studenta koji mi je odao njegovu tajnu. Zaklinjao me da mu kažem ime jer je želio tog momka izgrditi na pasja kola.

Konačno su Petrove trbušne tjeskobe postale toliko neugodne da je sustao u učenju, ocjene su mu oslabile a njegova ličnost bila toliko unakažena da se više nije vratio na koledž.

Posmatrajmo ljude u srednjoj dobi, sjećam se poslovna čovjeka koji je uvijek škripao zubima kad god se prepirao sa svojom ženom, dokazujući joj da ima krivo. Još uvijek mi je nerazjašnjivo kako je mogao pomisliti da će je uvjeriti u svoje mišljenje time što melje i drobi plombe u vlastitim zubima. To čak nije bila osveta zub za zub.

Mnoge godine dijele tog čovjeka od dobi pelena a ipak u odnosima s ljudima nije pametniji od malog djeteta koje udara glavom o pod. Vjerujem da se sličnost tih dvaju slučajeva može rastumačiti jedino činjenicom što oboje posjeduju prirodnu tjelesnu narav.

Većina nas ne suprotstavlja se drugima udaranjem glave o pod ili škripanjem zubima. Ne pucamo u bližnjega niti mu dajemo otrov za štakore. To nije po Bibliji - ili po zakonu dopustivo! Češći je način osvećivanja u tome šta o njima govorimo drugima. Ni to nije po Bibliji, ali nas bar ne dovodi na električnu stolicu.

Ogovaranjem ljudi navlačimo na sebe mnoštvo bolesti koje pogađaju tijelo i um. Izražaj neprijateljstva govorom prema drugima potiče na akciju određene hormone iz hipofize, nadbubrežne, štitne i drugih žlijezda s unutrašnjim izlučivanjem, kojih višak u krvi može prouzrokovati bolest u pojedinim djelovima tijela. Mnoge se bolesti mogu razviti kada podgrijavamo svoje nezadovoljstvo u prisutnosti drugih.

Onoga trenutka kada počinjem mrziti čovjeka, postajem njegovim robom. U svom radu više ne mogu uživati jer on kontroliše i moje misli. Moje nezadovoljstvo potiče proizvodnju mnogih hormona koji razvijaju stres u mojem tijelu te se umorim već i nakon nekoliko sati posla. Onaj posao u kojem sam prije uživao sada mi je patnja, čak mi i praznici više ne pružaju zadovoljstvo. Mogu voziti luksuzni automobil uz obalu jezera okružen jesenjim bojama lišća topole, breze ili hrasta. Što se tiče mog uživanja, svejedno mi je da li vozim kola s konjima ili Rolls Roys.

Čovjek kojega mrzim progoni me kuda god idem. Ne mogu pobjeći njegovoj tiranskoj ruci. Dok mi konobar servira kavijar, biftek u najboljem umaku s prženim krumpirima i donosi vrsne kolače sa sladoledom, što se tiče mog užitka mogao bi to biti i pljesnivi kruh i ustajala voda. Zubi mi grizu hranu i ja je gutam, ali čovjek kojega mrzim ne da mi da u tome uživam.

Kralj Salomon je vjerovatno imao slično iskustvo, jer je napisao: „Bolji je obrok od povrća gdje je ljubav nego od utovljenog vola gdje je mržnja.“<sup>5</sup>

Čovjek kojega mrzim može biti kilometre udaljen od moje spavaće sobe; no bičuje moje misli okrutnije od najgoreg robovlasnika, tako da moji jogi madraci postaju mučeničkom klupom. Najniži kmet udobnije spava nego ja. Moram doista priznati činjenicu da sam rob svakom onome kome izlijem otrov svoga gnjeva.

Je li to stoga što su ljudska bića gluplja od grizlija pa ispunjavaju svaki trenutak u danu mislima koje se puše poput dušične kiseline što tako duboko ujeda? Ili je pak čovjek, i više nego što misli, pod kontrolom neke unutrašnje sile koju prepoznaje kao staroga vruga?

Mislim da je Isus dao pravilan odgovor Jakovu i Jovanu, kada su ovi zahtijevali da sazove oganj s neba na Samaritanca koji bi spalio selo jer mu nisu pružili mjesto za boravak. Ti su ljudi bili njegovi vjerni učenici. A, ipak, pogledajte, ti hrišćani, zaoštreni zbog rasne diskriminacije, bijahu



toliko opsjednuti tjelesnošću da su zahtijevali od Isusa da spali selo. Hrist ih je ukorio riječima: „Ne znate vi kakvoga ste duha!“

Prije Duhova i Petar je imao prirodni duh zla. U Getsemanskom vrtu, Petar je, zahvaćen grčevom osvete, pokušao odsjeći glavu neprijatelju. Nije on ni prvi ni posljednji takvim duhom zadojen teolog koji se osvećuje siječenjem glave.

Kakva li se promjena dogodila u Jakovu, Jovanu i Petru pošto su proživjeli raspeće i primili Svetoga Duha. Stari duh odmazde nadomjestio je Sveti Duh Isusa Hrista, koji se nije osvećivao kad su ga napadali.

Sedmo poglavlje Djela apostolskih opisuje kako je Stefan „pun Svetoga Duha“ reagovao kada su ga kamenovali. Kamenovanje je bio strašan način ubijanja, ali Stefan nije imao u sebi osvetničkog duha. Krvareći, izranjen, sakupio je poslednju energiju da se spusti na koljena i moli: „Gospode, ne uzmi im ovo za grijeh.“<sup>7</sup> Ko bi od nas, kamenovan od uskiptjele svjetine bio prvenstveno zainteresiran da se moli poslednjim dahom života za njihovo duhovno blagostanje?

Na to pitanje možemo djelimično odgovoriti ako pribilježimo tok raznih događaja u životu. Jesmo li uzvraćali kamenje koje su drugi bacali na nas? Jesmo li u svojim razgovorima pokušavali odsjeći glave ili zazvati oganj s neba na one koji su s nama grubo postupali? Kako smo reagovali prema svojim saradnicima koji su namjerno ili u neznanju učinili nešto što nam se nije svidjelo? Jesmo li zalupili vratima, odbili poći ina objed, sjedili i prkosili cijelu večer ili pak pobjegli? Poštena ocjena razjasnit će da li posjedujemo Hristov Duh ili ne.

Ako nismo pod kontrolom Hristova Duha, bit ćemo podložni mnogim bolestima tijela i uma, jer ako nam je nanio neku besramnu štetu, ne možemo se oduprijeti iskušenju da mu se osvetimo iako to znači platiti visoku cijenu svojim vlastitim tijelom. Hrist može razapeti tjelesni, zao duh ako zabodemo čavle u sve ono u svom životu što on označi da treba uništiti. Tada postajemo kandidati za ispunjenje svojega života njegovim Duhom.

Pavle, svjedok Stefanova kamenovanja, bio je tako pokaran čuvši njegovu molitvu, te iznosi put oslobađanja od osvetničkog duha koji donosi bolesti.<sup>8</sup>

„Ni jedna od tih bolesti“ jer obećanje koje nam je dostupno samo ako „svučemo staroga čovjeka s njegovim djelima“ u osvećivanju.

## 12. poglavlje

### JAJA – OBIČNA JAJA

„Doktore, žena i ja prešli smo pedeset kilometara da bismo s vama govorili. Oboje nismo znali za bolest sve do prije nekih mjesec dana kada smo počeli patiti od nesаницe. Uzimamo sada tablete za spavanje, ponekad i dvije na noć; ipak smatramo da to nije rješenje. Počeo sam osjećati boli u području želuca no rentgenska pretraga pokazala se normalnom. Moja supruga počela se tužiti na probadanje oko srca, pregledao ju je specijalista, no nije našao ništa bolesno. Došli smo, eto, i do vas da vidimo ako nam vi možete pomoći.“

Bio je to privlačan par u sedamdesetim godinama života, umirovljen nakon učiteljavanja u školi. Nikada ih prije nisam vidio. To sam popodne bio veoma zaposlen i u vremenskom škripcu pa sam im pomogao u krakom vremenu koje mi je ostalo na raspolaganju.

Pošto sam ženi postavio nekoliko pitanja i letimično je pregledao te ustanovio da nema ničeg bolesnoga, ona je izvukla iz džepa meko pismo. „Doktore, pomislćete da sam luda, ali izgleda mi da su naše nevolje počele s tim pismom. Evo, pročitajte ga.“

Dragi George,

Saznao sam da prodaješ neka jaja Harryju Bickerstaffu. Vi biste morali znati da sam ja uložio određenu svotu novca u peradarstvu i mogu sam opskrbiti ljude u ovom selu s više jaja nego što mogu pojesti. Moraš znati da mi posao trpi tim prćkanjem s nekoliko kokoši i prodajom jaja Harryju. Smatram da bi trebao to prekinuti.

Manning Caspar

Njene oči se ovlažiše suzama kada sam je pogledao. Nastavila je: „Osjećali smo da imamo pravo prodavati jaja Harryju jer je više volio naša smeđa jaja Rhode Island sorte negoli bijela. No od toga dana Manning Caspar s nama više ne govori kad ga sretnemo na ulici. Strašno se osjećamo jer nismo nikada tako nešto proživjeli. Sve nas je to vrlo uznemirilo. Mislim da su naši problemi proizašli iz jaja - obićnih jaja.“

Kada je predložila da se vrate kući i da napuste posao oko jaja, rekao sam joj kako i ja smatram da bi to bio dobar pokušaj. Nekoliko mjeseci kasnije njihova mi je kći saopštila da su i učinili to što su tada zaključili i rekla je kako se nisu nikada bolje osjećali: prestali su upotrebljavati tablete za spavanje i nisu više osjećali probadanje i boli.

Oni su, naravno, imali puno pravo i nadalje prodavati jaja. Možda je bilo glupo popustiti Manningu Casparu. Zar doista? Do tada su već potrošili preko 200 dolara na rentgenske pretrage i druge preglede, dok im je zarada na jajima iznosila svega nekoliko dolara. U tom nije bilo prave računice. Uz to gubiti svoj unutrašnji mir, neprocjenjivu vrijednost.

Isprićaću vam sledeću priču koja se možda nije dogodila, ali je neobično poučna. Neki se prijatelj iznenadio kada je otkrio da je njegov prijatelj propovjednik napustio tu dužnost i posvetio se medicinskoj praksi. Ovaj ga je upitao zašto je to učinio.

„Počeo sam medicinsku praksu jer sam ustanovio da će ljudi više platiti za zaštitu zdravlja i za brigu tijela negoli za svoje duše“, odgovorio je.

Nakon nekoliko godina ćovjek je napustio i medicinsku praksu i postao odvjetnik. Njegov prijatelj sav zbuñjen upitao je za razlog njegove promjene. „Počeo sam se baviti odvjetništvom jer sam ustanovio da će ljudi više platiti kalko bi tjerali svoju pravicu negoli za dušu i tijelo.“ Koliko je samo bio u pravu.

Bezbroj ljudi danas uništava svoje tijelo, um i dušu jer su skloni da tjeraju stvari svojim sebićnim putem. Vrijedna je uzrećica koja kaže da je lud ćovjek koji se nije u stanju rasrditi, no

mudar je onaj koji ne želi biti srdit.

Muškarac i njegova žena izbjegli su nesreću, nesanicu i razne bolesti jer su ispred svog prava na prodaju jaja stavili nadahnutu opomenu iz Božje Biblije: „Ako te ko prisili da ideš s njime jednu milju, hajde dvije!“<sup>1</sup> Ludost? Hodati još jednu milju i osigurati unutrašnji mir i neprekinuti san svake noći? Svako ko je to učinio može posvjedočiti kako je proživio korisno osvježenje u svojem tijelu. Kada je Isus izrekao tu zapovijest, mislio je, sigurno, na naše tijelo, um i dušu. „Ko bi te htio lišiti da se domogne tvoje košulje, podaj mu i ogrtač.“<sup>2</sup>

Takav tok života teško pogađa našu oholost, no uveliko je koristan za naše zdravlje i sreću. Svako mora odlučiti da li će se brinuti za svoj ponos ili za svoje zdravlje.

### 13. poglavlje „LJUBI ILI IZGINI“

Spomenuo sam već u jednom poglavlju knjigu dr. Englisha. U njoj je naveo listu osjećaja koji mogu dovesti do bolesti: ljubomora, zavist, samodopadnost, ambicije, gnjev, frustracije, zlovolja i mržnja. Hiljadu devetsto godina ranije apostol Pavle ne samo što je opomenuo na takve osjećaje, već je za njih dao i protulijek - ljubav. Začudo, dr. English navodi te osjećaje gotovo istim redom kao i Pavle prije mnogo stoljeća:

Dr. English:

...ljubomora i zavist, samoljublje, ambicije, frustracije, gnjev, zlovolja, mržnja.

Apostol Pavle<sup>1</sup>

„Ljubav ne zavidi

Ljubav se ne hvališe, ne oholi se

Ljubav nije nepristojna, ne traži svoje

Ljubav se ne razdražuje, zaboravlja i prašta zlo.“

Ljubav je jedini lijek koji može čovjeka spasiti od mnogih bolesti što dolaze preko osjećaja naše zle naravi. Psihijatar Smilev Blanton naglašava tu činjenicu u naslovu svoje knjige „**Ljubi ili izgini**“. Bez ljubavi - te brižljivosti i duboke brige i zainteresiranosti za druge - čovjek može umrijeti od raznih bolesti uma i tijela.

U cijelom svijetu poznati psihijatar Alfred Adler piše: „Najvažniji zadatak koji je najavljevala religija uvijek je bio 'Ljubi bližnjega svoga ...' Čovjek koji se ne zanima i ne brine za svoga bližnjega proživljava najveće poteškoće u životu i pozljeđuje druge.“<sup>2</sup> Dr. Adler temelji ove zapanjujuće zaključke na pažljivoj analizi hiljadu pacijenata. Primijetio je kako se manjak ljubavi nalazi u svim „ljudskim promašajima“.

To je u skladu s biblijskim naučavanjem. Ljubav je kamen temeljac Staroga zavjeta. Isus nije uklonio taj temeljni kamen, već je od njega učinio ugaoni kamen, kada je izjavio: „Ljubi Gospoda Boga svojega svim srcem svojim, svom dušom svojom i svom pameti svojom! To je najveća i prva zapovijest. Druga je toj jednaka: Ljubi bližnjega svoga kao samoga sebe! O tim dvjema zapovijestima zavisi Zakon i Proroci.“<sup>3</sup>

Kada citiram Bibliju i riječi dr. Adlera pacijentima koji trpe tjelesno i duševno zbog manjka ljubavi, neki odgovaraju da je vrlo teško promijeniti čovjekove osjećaje - iz mržnje u ljubav. To je istina. Psiholozi podržavaju takvo shvatanje tvrdeći kako volja nema potpunu kontrolu nad osjećajima. Ti psiholozi, međutim, tvrde takođe da volja ima prilično snažnu kontrolu nad

čovjekovom aktivnošću. Naša volja, po tome, uvelike može odlučiti što će činiti a što neće. To je sretno rješenje jer naše aktivnosti nad kojima imamo moć mogu promijeniti i naše osjećaje. Isus je rekao: „Ljubite svoje neprijatelje i blagosiljajte one koji vas mrze.“<sup>4</sup> Učinite neko dobro svojem neprijatelju pa ćete vidjeti koliko će vam biti lakše ljubiti ga. To je zdrava metoda i po Bibliji; psihološki, ona mijenja naše osjećaje. Postići će mnoga čuda poput onih koja se pripisuju Aladinovoj svjetiljci.

„Čini dobro onima koji te mrze.“ Nemoguće? Nije ako slijedite određene upute. Prvi korak u tom nemogućem pothvatu jest korak u vašu kuhinju. To sigurno možete učiniti. Neprekidno ulazite u nju pa vam to neće biti teško učiniti i ovaj put.

Korak broj dva! Napravite tortu od oraha i prelijte je kremom da izgleda kao ona u slastičarnici. Ili pak napravite pitu od jabuka ako vam to bolje uspijeva. Nije, stvarno, važno kakav ćete kolač napraviti, glavno je da izgleda kao za izložbu. I tako ste ispekli kolač. Eto, do sada je sve išlo izvrsno. Već se osjećate bolje.

Pogledajte u svoje noge kao nikada dosada i objavite im autoritativnim glasom: „Noge, odvešćete mene i ovaj kolač do gospođe Ljutić. Da, znam da tamo niste zalazili godinama, ali danas idete!“

I pođoste! Dok počinje vaša pustolovina za traženjem zlatnog runa ljubavi, čudno se osjećate. Toplina vas obuzima, čini vam se da skrećete od svoje osnovne želje. Osjećate kako se događa s vama nešto izvanredno. Osjećate isti žar očekivanja kao i u proljeće kada čekate da se otopi ledena kora na jezeru na aprilskom suncu.

Prelazite željezničku prugu i zalazite u malu, prljavu i zabačenu Magazinsku ulicu. Počinjete bolje shvatati stav gdje Ljutić kada projuri teški i bučni teretni vlak, koji drma kuće, od kojega i pločnik podrhtava, dok crna čađa prlja vaše bijele rukavice i dok prljava bezobzirna dječurlija svojim dobacivanjem i užasnim izrazima prati vaše kretnje.

„Da“, kažete samoj sebi, „kad bih morala ovdje živjeti, i ja bih bila tako razdražljiva.“ Dok se penjete uza stube, morate se nasmiješiti pri pomisli na novu ulogu koju igrate. Pokucate na vrata i čekate. Na začuđenje gospođe Ljutić, poklanjate joj poinirdbenu žrtvu s lijepim smiješkom, koji dijelite u izobilju.

Kratak razgovor u dnevnoj sobi, srdačan poziv da vas posjeti, na rastanku obostrani zagrljaj i poljubac - iskrenost i spontanost takvog razvoja događaja iznenađuje i vas i nju. Osjećate da se odigralo božansko čudo u vama jer vas doista prolazi i prožima Božja ljubav. Ono nemoguće se ipak ostvarilo. Na putu kući poželjeli biste skakati ulicom, kao što ste nekoć činili kao bezbrižna djevojčica. U vama se nalazi duh pjesme i proljeća kojega nije bilo već godinama.

Osjećate se tako dobro da ste odlučili kako vam ne treba ona „injekcija za živce“ od ljekara. Živci vam više nisu napeti. Nikada se niste osjećali bolje - čak je i bol u leđima nestala.

„Ljubi svoje neprijatelje,

Čini dobro onima koji te mrze!“

Možda je to vrlo gorak tonik, no otkrit ćete: kada on dohvati vaše srce, začudit ćete se djelovanju od kojega ćete živnuti i uzbuditi se. I vi možete ljubiti, ne morate izginuti. Ako činite dobro drugima, moći ćete mržnju pretvoriti u ljubav. Poslušnost Bogu u ljubavi prema drugima, čak i onima koji su prezira vrijedni, spasit će vas od mnogih ozbiljnijih bolesti i slabosti. Jedino kada takva ljubav postoji među pojedincima, među rasama i među narodima, postoji nada za cio svijet.

## 14. poglavlje MAČKE I KROKODILI

Kada se mačka neočekivano suoči s psom, dlake na njezinu hrptu se nakostriješe. Srce joj počne kucati mnogo brže, podiže se krvni pritisak i ubrza se disanje. Adrenalin i drugi proizvodi žlijezda ubrizgavaju se trenutno u optok, jer emotivni centar, podražen strahom, šalje bljeskovite poruke uzbune u sve djelove tijela. Odgovor na takve poruke naziva se *alarmna reakcija*.

Blizak rod mački je lav, kojega smo često vidjeli u zoološkom vrtu. U svom kavezu nemirno korača amo-tamo po stotinu puta na dan. Preplašen je, mrzovoljan i nervozan. Kada se za trenutak zaustavi i proviri kroz rešetke kaveza, izraz njegova lica izražava brigu i strah, na čelu su mu duboke okomite bore - kao u čovjeka koji treba platiti godišnji porez na dohodak.

Na drugom kraju zoološkog vrta nalazi se krokodil, posve suprotan tip lavu. Gosp. Krokodil tu leži nepomičan kao stari panj; jedva da ponekad žmigne okom. On je utjelovljenje mira. Sigurno se ne brine što o njemu misle lavovi: ne pokušava se upoređivati s medvjedima. Na svom licu ima modrica i ožiljaka, ali zbog njih ne prolijeva krokodilske suze.

Koliko dugo žive te dvije vrste životinja? U jednom zoološkom vrtu vidio sam lava staroga dvadeset i pet godina. Njegove oči bile su mutne i njegov hod je bio nesiguran. Bio je posve bezživotan i strahovito su mu trebali novi zubi. S dvadeset i pet godina bio je spreman za groblje kostiju.

Je li krokodil star dvadeset i pet? Nikako! Živio je još dugo kad su se kosti lava već osušile i pobijeljale. Zaista je životna dob tih dviju životinja toliko različita? Dr George Crile dao je odgovor skupini ljekara u svom kliničkom muzeju u Clevelandu. Prikupio je mnoge životinje iz cijeloga svijeta i prepario ih, i pokraj svake životinje postavio je tačan model njihovih nadbubrežnih i štitnih žlijezda.

Lav je imao veliku adrenalnu (nadbubrežnu) žlijezdu. Živio je životom punim ogromnog napora i stresa i alarmne reakcije su bile vrlo česte. Emotivni centar lava uvijek je zahtijevao obilje adrenalina zbog njegovih dugih i teških trka za antilopama ili žestokih borbi s drugim lavovima i afričkim bizonima. Lav je imao veliku štitnu žlijezdu, što upućuje na to da je provodio sate u napetoj aktivnosti.

U krokodila su te žlijezde bile vrlo sitne. Njegov emotivni centar nije morao slati hitre zahtjeve žlijezdama tražeći njihov proizvod te adrenalin nije neprekidno podražavao njegovo srce da kuca „do daske“. Adrenalin nije podizao krvni pritisak te na taj način preuranjeno otvrdnjavao arterije.

U ljudskom organizmu broj alarma koji dolazi iz emotivnog središta određuje veličinu žlijezda koje su odgovorne za stres, kao što su to nadbubrežna i štitna žlijezda. Zdravstveni odsjek države New York objavio je fotografije dviju ljudskih nadbubrežnih žlijezda. Jedna je bila normalne veličine, dok je druga bila hipertrofirana, tj. vrlo povećana, kao „rezultat stresa“.<sup>1</sup> Čovjek iz kojega je izvađena povećana žlijezda umro je vjerovatno mnogo godina prije vremena zbog preobilnog izlučivanja adrenalina, koji je povezan s jednom ili više tjelesnih funkcija. Ne samo da mu je život bio skraćen, već su njegovi dani bili, vjerovatno, ispunjeni emotivnom zabrinutošću.

Mora se, svakako, imati na umu da su nadbubrežna i štitna žlijezda u normalnim okolnostima vrlo korisne i neophodne. Ako se neko probudi u noći zbog ulaska lopova u kuću, strah podbuđuje emotivni centar koji šalje poruke tim žlijezdama da opskrbe tijelo povećanom količinom hormona, kako bi čovjekovo srce brže udaralo i dalo mu više energije za borbu ili bijeg. Ta rezerva energije koju drže žlijezde može spasiti život ako neko bježi od lava ili prelazi vrlo prometnu cestu.

Ako, međutim, čovjek sjedi usred podneva u sigurnosti svoga doma i dopušta svom umu da pomišlja na lopove i bijesne bivole, njegov emotivni centar slat će iste alarmne poruke žlijezdama, srcu i centrima za krvni pritisak, kao da je čovjek doista napadnut. Iako tijelo treba više hormona za stvarne hitne situacije, ekscesivno, preobilno i često izlučivanje hormona sedmicama i mjesecima dovodi do ubitačnih posljedica.

Životni stresovi nisu toliko odgovorni za obilne oslabljujuće bolesti kao što su lažne reakcije na takve stresove. Ljekarska ordinarija puna je ljudi koji pate od gotovo svake bolesti koja je opisana u udžbenicima jer je njihov um napadnut od hiljada briga za novčane probleme, za zdravlje, ili za djecu.

#### UZROCI STRESA I BOLESTI

Ponekad i ljekar trpi. Nedavno sam se našao u novčanoj krizi. Taj mi je gubitak bio na pameti kada sam pošao u krevet i probudio me u 4 ujutro. Sledeće noći nisam spavao jer sam bio potišten. Siguran sam da su moje nadbubrežne i druge žlijezde ubrizgavale obilne količine ubitačnih hormona u moj optok. Znam da bi se moje brige nastavile i dulje vrijeme, no drugoga sam jutro doživio trenutno oslobođenje svoje potištenosti kada sam počeo provoditi u praksu ovaj stih iz Biblije: „U svakoj prilici zahvaljujte!“<sup>2</sup> Prije nego što sam pročitao taj stih bio sam žrtva okolnosti; nakon čitanja ja sam bio gospodar situacije.

Iskusio sam mnogo veće olakšanje nego što bih ga postigao nekim sredstvom za umirenje, koje ne može donijeti unutrašnji mir, već samo koči neke impulse koji dolaze iz emotivnog centra. Još bolji i trajniji recept dolazi takođe iz Biblije, knjige nad knjigama: „Ne brinite se ni za što, već u svemu iznesite svoje potrebe Bogu molitvom i moljenjem, sve u zahvalnosti. I mir će Božji, koji nadilazi svaki razum, čuvati srca vaša i misli vaše u Hristu Isusu.“<sup>3</sup>

Znam za neke riječi koje kao recept više vrijede od hiljada dolara, propisao sam ih vrlo često bolesnim ljudima. Te su riječi mnogo vrednije svakome ko ih čak nauči napamet i odluči da mu budu mjerilo za misli i riječi: „Uostalom, braćo, sve što je čestito, što je dično, što je pravedno, što je nevino, što je ljubazno, što je na dobru glasu, i sve što je kreposno i hvale vrijedno, to neka bude sadržaj vaših misli.“

### 15. poglavlje

#### VAŠA STAROST ZAVISI O STANJU VAŠIH KRVNIH ŽILA

Dok prolazi kroz razne smrtonosne opasnosti, život čovjeka uspijeva pobjeći mnogim napadačima. U tom mu bijegu pomaže medicinska nauka. Sa sigurnošću može proći pokraj gosp. Dijabetesa a da ga ovaj ne zakači, time što će upotrijebiti nekoliko injekcija inzulina. Čak i gosp. Rak može biti spriječen u svojim napadima pravodobnom upotrebom hirurgove vještine. I gospođa Pneumonija uklanja se s našega puta s nekoliko uboda iglom spasonosnog penicilina.

No, na tom putu, uspješno se suprostavljajući medicinskom naoružanju, mašući još većom sabljom svake godine stoji gospođa Arterioskleroza. Poslednje statistike pokazuju da ta pošast tamani pedeset četiri posto svih života koji bježe kroz smrtonosne šibe.

Lako je razumjeti kako su bolesne arterije odgovorne za mnoge smrtne ishode kada se zna da su oštećene arterije osnovni uzrok moždane kapi, koronarnih srčanih napada, angine pektoris, gangrene u trbušnoj šupljini i na nogama, nekih bubrežnih bolesti kao i drugih bolesti s fatalnim

ishodom. Bolesne arterije uzrokuju mnoge nevolje jer se njihova šupljina sužava, zatvara te se u njima zgrušava krv. Živo tkivo traži prehranu krvlju, a kada se dovod krvi smanji ili zapriječi, dolazi do užasnih i smrtonosnih ishoda. Kada bi arterije koje opskrbljuju krvlju životne organe tijela ostale otvorene i prolazne, polovica ljudi koji danas umiru i dalje bi živjela.

Doista, čovjek je star onoliko koliko su mu oštećene arterije. Arterioskleroza se može s pravom nazvati „svačijom bolesti“.

Što da učinimo kako bismo pobjegli tom najokrutnijem ubici? Medicinska literatura obiluje studijama koje upozoravaju na važnost smanjenja masne tvari koja se zove kolesterol. Grudice kolesterola stvaraju se u zidovima krvnih vena i zatvaraju otvor arterija. Te se grudice nazivaju ateromi a otuda dolazi i naziv za aterosklerozu koja čini najvažniji tip arterioskleroze.

I upravo se sada vodi glavna bitka za smanjivanje kolesterola u krvi jer, izgleda, postoji uska veza između visokog postotka kolesterola u krvi i ateroskleroze. Nedavne mukotrpne studije pokazuju da su važni posrednici u povišenju opasnog kolesterola ovi:

1. Uživanje masnoća životinjskog porijekla
2. Prekomjerna tjelesna težina
3. Pušenje
4. Prekomjerna uzbuđivanja i stresovi

U proteklih nekoliko godina medicinska je nauka postala svjesna da prehrana životinjskim masnoćama igra važnu ulogu u razvoju arterioskleroze. Ta masnoća stvara sitne, masne grudice kolesterola u zidu arterije koje sprečavaju protok krvi. Koliko god bili sretni što je medicinska nauka stigla do tih zaključaka, začudit ćemo se kada otkrijemo da su naša najnovija otkrića stigla 3500 godina nakon uputa iznesenih u Knjizi nad knjigama: „Reče Gospod Mojsiju: 'Ovako kaži Izraelcima: Ne jedite loja ni volujskoga, ni ovčjega, ni kozjega. Loj za životinje... može se upotrijebiti za bilo što, ali ga ne smijete jesti.'“<sup>2</sup> Zato što je Bog htio naglasiti strahovitu opasnost od arterioskleroze, ponavljao je upozorenje da ne jedu životinjsku masnoću.<sup>3</sup>

Prekomjerna težina drugi je važan činitelj u stvaranju kolesterolskih pločica u arterijama. Kako je višak tjelesne težine sastavljen uglavnom od masnoće, debeli ljudi imaju ogromna skladišta životinjske masti pod svojom kožom. U jednom udžbeniku čitamo: „Nije to novina da proždrljivci u visokom postotku oboljevaju i umiru od bolesti krvožilnog sistema... Novi dokazi su potvrdili tu staru tvrdnju. Statistički je dokazano da debeli ljudi češće boluju od hipertenzije (visoki krvni pritisak) i mnogo se prije i obilnije razvijaju aterosklerotične pločice u arterijama.“<sup>4</sup>

Mnogo stoljeća prije toga apostol Pavle je napisao Titu, koji je propovijedao na Kritu: „Reče jedan od njih, njihov vlastiti prorok: 'Krićani su uvijek... besposleni proždrljivci.' Ovo je svjedočanstvo istinito. Zato ih karaj da budu zdravi u vjeri...“<sup>5</sup>

Biblija spominje i na drugim mjestima, direktno ili u priči, opomene protiv neumjernog uživanja hrane. Poslušnost tim opomenama učinit će čovjeka da bude sposobniji, ljepšega izgleda, čvršćeg karaktera, sretan i duže živ.

Pušenje takođe povećava postotak kolesterola u krvi. Ta činjenica može lako protumačiti zašto je u proučavanju 187.000 osoba kroz 44 mjeseca otkriveno da trećina smrtnih slučajeva od koronarnih bolesti pripada pušenju.<sup>6</sup> Statistički podaci o životu u Sjedinjenim Državama za 1957. pokazuju da su srčane bolesti, uzrokovane arteriosklerozom ubile 452.507 ljudi i lako je pretpostaviti da je samo pušenje odgovorno za prosječno 150.000 smrtnih slučajeva.

Kako pušenje povisuje kolesterol u krvi? Istraživači u Filadelfiji su ustanovili da nikotin utiče na stvaranje sledećih tvari ovim redosledom: adrenalin, slobodne masne kiseline, kolesterol. Izvještaji govore da pušenje i duševni stresovi proizvode adrenalin, a adrenalin mobilizira iz

masnog skladišta tijela polaganog ali sigurnog ubicu - holesterol.<sup>8</sup> Kako pušenje i duševni stresovi potiču na stvaranje adrenalina, koji opet stvara holesterol, shvatamo proces kojim pušenje i duševni stresovi ubijaju ljudska bića.

Još nekoliko riječi o duševnim stresovima. Iako medicinska nauka danas zna koje se hemijske supstancije oslobađaju u tijelu za vrijeme stresa, a koje dovode do polagane ali konačne smrti, ona ipak nema mnogo toga ponuditi da spriječi stres i strah u ljudi.

Politička je nauka ustvrdila 1941. godine da će ukloniti moćnog čovjekova neprijatelja - strah. Bivši predsjednik Franklin D. Roosevelt sastao se s velikim vođama svijeta i Atlantskoj povelji priključio Četiri slobode. Ta povelja trebala bi biti uključena u najveće nauke svih vremena jer je svim narodima obećala Četiri slobode, od kojih je jedna sloboda od straha.

Četiri kratke godine nakon takvog obećanja hiljadugodišnjeg blaženstva, bačena je prva atomska bomba. Ubila je hiljade ljudi a deseci hiljada postali su žrtve polagane ali mučne smrti. Kada su ljudi shvatili da su žene, djeca i starci isto tako ranjivi kao i vojnici u borbenim redovima, svijet je zahvatio neizmjeran panični strah, kakav još nikada nije zahvatio čovječanstvo. H. G. Wells, opisujući strah takvoga trenutka rekao je: „Taj svijet se nalazi na kraju svojih snaga. Sve što nazivamo životom nalazi se pri kraju.“

Od tada, kada je bačena prva atomska bomba, napravljene su mnogo jače bombe. Stresovi i bolesti od straha su u porastu. Neki uvaženi čovjek rekao je da postoje izgledi tek jedan naprema pet da bi ovaj svijet mogao završiti ovo stoljeće bez sveopšteg uništenja.

Predsjednik John F. Kennedy, u govoru pred Ujedinjenim narodima, 26. septembra 1961. rekao je: „Svaki muškarac, žena i dijete živi pod nuklearnim Damoklovim mačem što visi na najtanjoj niti koja se može prekinuti svakoga trenutka bilo nesretnim slučajem, krivim računanjem ili nečijim ludilom.“

Jedna knjiga nudi oslobođenje od straha i stresa u ovo atomsko doba. Jedna knjiga može izjaviti s pouzdanjem jer je dokazala svoju vrijednost milionima koji su bili podložni svim vrstama straha. Knjiga nad knjigama obiluje sigurnošću koja je utješila ljude u svakoj dobi:

„Jer on će te osloboditi od zamke ptičarske,  
od kuge pogubne.  
Svojim će te krilima zaštititi,  
i pod njegova ćeš se krila skloniti:  
Vjernost je njegova štit i obrana!  
Nećeš se bojati strašila noćnoga ni strelice što leti danju,  
ni kuge što se šulja kroz tmine, ni pošasti što hara u podne.  
Pa nek padaju hiljade kraj tebe, deseci hiljada s desne tvoje,  
tebi se neće primaći!<sup>10</sup>

Rugači će odgovoriti: „Ne znate li da je atomska bomba toliko snažna da može raznijeti mali otok u Tihom oceanu?“ Možda je Bog nadahnuo pisca da zapiše u 46. psalmu za današnje atomsko doba:

„Bog nam je zakon i utvrda, pomoćnik spreman u nevolji. Stoga, ne bojmo se kad se ljulja zemlja, kad se bregovi ruše u more.“

„Do nakraj zemlje on ratove prekida,  
lukove krši i lomi koplja, štitove ognjem sažiže.  
Prestanite i znajte da sam ja Bog,  
uzvišen nad pucima, nad svom zemljom uzvišen!“<sup>12</sup>

Danas je situacija u svijetu mračnija nego ikada prije u istoriji. A ipak, hrišćaninu je ta tama



samo znak skorog i slavnog povratka Isusa Hrista. Vjernik se ne treba plašiti. Što se situacija više pogoršava, on ima više razloga da gleda gore, jer se njegovo izbavljenje približava.

## **16. poglavlje**

### **DAVID I GOLIJAT – BRIGA**

„Doktore, došao sam do vas jer sam strahovito izmoren. Prije sam mogao cijeli dan raditi bez umora. Sada, pak, kad krenem traktorom preko polja, toliko se osjećam slab da moram stati na pola puta. Siđem s traktora i legnem uz živicu pa nakon nekoliko minuta mogu krenuti dalje. Nisam je takav bio prije. Ovih prošlih mjesec dana isav sam prebijen. Čak sam izgubio na težini.“

Buljio sam s čuđenjem u kršnog dvadesetogodišnjeg seljaka. Bio je od one vrste ljudi koji rijeko obole, a ipak je stajao preda mnom posve nesposoban za posao. Prvo sam pomislio na anemiju, leukemiju pa čak i na unutrašnje krvarenje. Čak i rak i tuberkuloza padoše mi na pamet. Fizikalni pregled i laboratorijski nalazi su, međutim, pokazali potpuno odsustvo organskih bolesti.

Ispitao sam pažljivije toga mladića. Otkrio sam da se njegova zaručnica sastaje s nekim drugim mladićem. I još nešto, čovjek koji mu je obećao prodati rabljeni auto po niskoj cijeni, povisio je za 200 dolara. Strah da ne izgubi djevojku i auto oduzeo mu je apetit, san i snagu.

Ipak je taj umor bio potpuno vezan za brigu i tjeskobu. Dr Hans Selye, svjetski stručnjak za stresove, pokazao je da dugotrajni stresovi iscrpljuju organizam. Briga a ne rad iscrpljuje nas. Svojem sam bolesniku rastumačio situaciju, dao mu nekoliko tableta za umirenje i riješio njegov problem. Vratila mu se moralna snaga, čak mu se i izgled popravio te se oženio djevojkom po svom izboru.

Možda ste i vi imali slična iskustva. Ponekad naporno radite od rana jutra do kasne noći a da ne osjećate umor. Ponekad ste, opet, iscrpljeni usred bijela dana. Kada drugi put osjetite takav neobični umor, zaustavite se na trenutak i razmislite, često ćete se prisjetiti nekog emocionalnog nemira. Možda to nije bilo ništa ozbiljno, tek vas je šef za vrijeme radnog vremena nekako poprijeko pogledao, kao da ste ukrali dio radnog vremena. Ili ste obukli novu haljinu koju ste sami sašili a ni živa duša u uredu to nije opazila.

Pacijenti mi često kažu da su ujutro umorni kao i navečer kada odlaze na počinak. Spavanje nas osvježava, uklanja umor koji nastaje radom, ali ne i tjeskobu koja nastaje od prekomjerne brige. Mnogi ponesu svoje anksiozne brige sa sobom u krevet. Najbolji lijek je tada brojiti Božje blagoslave i zahvaliti mu za darove i milosrđe.

Zabrinutost se može odraziti i na druge načine. Neka majka dovede mi svojega petogodišnjeg sina koji je bio sav u osipu. „Doktore, što se to dogodilo s mojim Tonyjem da se tako sav zašarenio? Nikada još nije imao osip, a evo već nekoliko mjeseci ga ovo prati. Njegova prehrana je uvijek ista“, izrecitira uzbuđena majka.

Malo je oklijevala. Kada sam je zamolio da nastavi opisom cijeloga slučaja, nasmijala se i rekla: „Pomislićete da sam luda, ali Tony dobiva osip samo onda kada je cio dan kod tetke. Ovamo se doselila tek nedavno, a spremanje kuće uvijek joj je bila glavna briga, toliko da joj je to postalo kao neki bog. Istina je da Tony baš ne pazi na red i čistoću, no njegova ga tetka neprekidno grdi i prijeti kaznama. Ne bi valjda strah od nje...?“

„Svakako“, odgovorih. „Osip često dolazi nakon duševnih ili osjećajnih uzbuđenja i nemira.“ Savjetovao sam joj da Tonyja odvodi na druga mjesta dok je ona zaposlena. Od tada Tony

više nikada nije imao osip.

G-đa Shirley Johnson došla bi u moju ordinaciju otečenih kapaka koji bi joj ponekad gotovo zatvorili oči. Usne su joj oticale i bile do tri puta veće od normalnih. Imala je takozvani angioneurotski edem, i znala je od čega dolazi: emocionalni stresovi, uzbuđenje i strahovanje dok je npr. vozila auto kroz gusti gradski promet, ili je strahovala zbog bojazni da neće znati zabavljati društvo u kojem se nalazi.

Naziv takvog stanja, angioneurotski edem, govori nam da ima veze sa živčanim stanjem koje je poremećeno stresom.

I astma može nastati zbog stresa. Otežano disanje u astmatičnom napadaju povećava strah i napetost što opet pogoršava stanje time što se stvara zatvoreni krug.

Neki je psihijatar pričao o bolesniku koji bi dobio astmatični napad uvijek kada bi čuo crkvena zvona. Uzrok je vrlo čudan. Njegove su nevolje počele prije nekoliko godina dok je jednom prilikom čekao na svoju zaručnicu da dođe u crkvu. Dok su crkvena zvona zvonila najavljujući vjenčanje, dotrčao je neko s porukom da se ona predomisli, a emocionalni šok koji je mladić proživio toga trenutka proizveo je žestoki napad astme. Od tada je svaki put kada bi zvonila crkvena zvona, dobio snažan napad astme.

David, pisac psalma, imao je mnogo više razloga za opravdani strah. Sjetite se njegova susreta s lavom, medvjedom, Golijatom, i mnogih trenutaka kada je za dlaku izbjegao smrti od ruku kralja Saula. David se obranio od mnogih psihosomatskih bolesti jer se pouzdao u Boga: „Gospod mi je svjetlost i spas: koga da se bojim? Gospod je štit života moga: pred kim da strepim? ... Nek' se vojska protiv mene utabori, srce se moje ne boji; nek' i rat plane protiv mene, i tad sam pun pouzdanja.“<sup>1</sup>

Povišeni krvni pritisak nastaje ne samo zbog mržnje, kao što sam to prije naglasio, već i zbog briga. Zbog toga ljekari ne govore svojim bolesnicima o porastu pritiska, kada to ustanove. To saznanje moglo bi potaknuti strah u njima i još više povisiti pritisak s ozbiljnim posledicama. Neki su stručnjaci savjetovali ljekarima da tada „opravdano malo slažu“, jer smatraju da je takva mala laž zapravo dio terapijskog programa. „Taj manevar (laganje) može djelotvorno spriječiti da se u bolesnika ne razvije neuroza straha i svijest o bolesti srca. Naše je uvjerenje i iskustvo da većina subjektivnih simptoma udruženih s esencijalnom hipertenzijom (povišeni krvni pritisak) nastaje kao posledica psihogenih (emocionalnih) reakcija.“<sup>2</sup>

Taj navod upozorava na važnost postojanja diva nazvanog Briga, koji uzrokuje i pogoršava povišeni krvni pritisak i na pothvate koje ljekari poduzimaju da bi spasili svoje pacijente. Laganje, međutim, uvijek stvara više problema nego što ih rješava i prije ili poslije pacijent će ionako otkriti istinu. Tada je ljekar izgubio važnu vezu s pacijentom - povjerenje.

Svi smo se mi sreli, a i susrest ćemo se s velikim divom Brigom, i dobro će nam doći ako obnovimo svoje znanje iz istorije. Kada je moćni kralj Saul sa svojom vojskom drhtio i skrivao lice pred divom Golijatom, goluzdravi mladač David bio je uznemiren manjkom vjere u Boga u Izraelaca. Ne prihvativši metode tadašnjeg bojevanja, David je pošao u borbu s moćnom vjerom u Boga i posvećenom praćkom. Je li se bojao? „Kad me strah spopadne, u Te ću se uzdati. Božje obećanje slavim, u Boga ja se uzdam i neću se bojati: što mi može učiniti smrtnik?“<sup>3</sup>

Davidova se vjera okomila na pobjedu i pobijedio je. U našem svakodnevnom suočavanju s velikim i malim brigama provođenje naše vjere u praksu odlučit će o pobjedi. David je bio u stanju pobijediti ne samo Golijata nego i brige koje su se pojavljivale u mnogim okolnostima. Možda je to jedan od razloga zašto nam njegovi psalmi pomažu kada se mučimo brigama.

Onima koji sumnjaju u sposobnost Božje riječi i u Svetoga Duha koji pomaže ljudima u

njihovim problemima, dr Howard Kelly je napisao: „Svjedočim da je Biblija riječ Božja jer je ona hrana za naš duh kao što su kruh i meso hrana za naše tijelo. Meni kao ljekaru Biblija mnogo znači, jer je ona izvanredan lijek. Nikada nije promašila cilj i uvijek je pomogla svakom pacijentu, samo ako se držao njezina recepta.“<sup>4</sup>

Ni jedan recept nije toliko pomogao kao dvadeset i treći psalam. Možemo ga uzeti za vrijeme jela, prije spavanja, i često onoliko puta koliko nam treba. Čovjeku će dati energiju da postane slavan pobjednik nad brigama i svim bolestima koje one uzrokuju.

„Gospod je pastir moj: ni u čemu ja ne oskudjevam; na poljima zelenim on mi daje odmora. Na izvore me tihane vodi i krijepi dušu moju. Stazama pravim on me upravlja radi imena svojega. Pa da mi je i dolinom smrti poći, zla se ne bojim jer si ti sa mnom. Tvoj štap i palica tvoja utjeha su meni.“<sup>5</sup>

## 17. poglavlje

### UPALA ZGLOBOVA UZROKOVANA STRAHOM OD PANTERE

U ordinaciju je ušao seljak u dobi od 45 godina zbog boli u truhu. Primijetio sam da su mu prsti na obim rukama teško deformisani od reumatoidne upale zglobova. „Koliko već dugo imate tako iskrivljene zglobove?“

„Još od djetinjstva, kad mi je bilo devet godina“, odgovorio je. „Znate, u susjedstvu je u to vrijeme vladao strah od pantere. U odlasku i povratku iz škole morao sam prolaziti kroz dio šume, svaki put sam trčao kroz tu šumu, ukočen od straha pri pomisli da bi pantera mogla skočiti na mene. Nakon nekoliko sedmica moje su ruke postale ovako unakažene“, zaključio čovjek pokazujući mi svoje izobličene prste.

Pojava artritisa uzrokovanog strahom i drugim emocionalnim poremećajima nije rijetka. Ne zna se točno mehanizam nastajanja, ali su činjenice te pojave dobro poznate. Neki sakati ljudi kojima su zglobovi upropašteni spominju u svojoj istoriji bolesti vrlo jasne emocionalne stresove. Nakon prvobitne pojave bolesti, svaka emocionalna kriza i dugotrajni duševni naponi razbuktavaju i razvijaju osnovnu bolest. Duševni udarci kao, na primjer, prekid zaruka, rastava braka, finansijske poteškoće, raspirivanje nezadovoljstva, smrt voljene osobe samo su nfiki uzročni činiooci.

Artritis naravno može nastati zbog premorenosti nakon ozljede ili izlaganjem hladnoći i vlazi, koji su takođe faktori stresa. Samo u SAD ima dva miliona žrtava koje pate od te bolesti.

Čovjek se boji da ne izgubi hvat zemlje svojega posjeda na selu ili nekoliko centimetara stambenog prostora ako živi u gradu zbog nepravednog zahtjeva susjeda. Procjenitelji ili mjeritelji daju naime, oprečna mišljenja. Čovjeku koji se nađe u takvoj situaciji Isusove riječi zvuče vrlo nepraktično: „... ko bi te htio tužiti da se domogne tvoje košulje, podaj mu i ogrtač!“<sup>1</sup>

Uznemiren čovjek smatra Hristov savjet suviše idealističnim i neprikladnim za probleme dvadesetoga stoljeća. Umjesto da ga prihvati on poseže za borbom u sudnici i troši na odvjetnike.

Za vrijeme dugotrajnih mjeseci dok čeka da njegov slučaj dođe na red i dok traje napeto suđenje, kao i mjesecima nakon suđenja, njegove žlijezde s unutrašnjim izlučivanjem kao npr. hipofiza, nadbubrežne i štitna žlijezda rade prekovremeno opskrbljujući organizam svojim proizvodima. Kada sudija izriče odluku, zadovoljni pobjednik susjed, odnosi čovjekovu košulju, advokat mu odnosi ogrtač a sudski troškovi pantalone. Prilično često takav čovjek završava u invalidskim kolicima kroz ostatak života zbog artritisa koji od njega stvara bogalja - skupa cijena

koju treba platiti jer je odbio Hristov savjet.

Daljna diskusija o učinku straha na tijelo ne bi bila potpuna a da ne spomenem djelovanje straha na srce. Sjećam se slučaja čuvenog jevrejskog ljekara koji je za vrijeme rata čitao novinske izvještaje o teškim progonima Jevreja u Evropi gdje su živjeli njegovi mnogobrojni rođaci. Svom prijatelju koji se nalazio u sobi spomenuo je kako osjeća velik strah za sigurnost svojih voljenih bića. Trenutak kasnije srušio se mrtav u stolcu u kojem je sjedio, kao žrtva ugruška u koronarnoj arteriji (krvna vena koja snabdijeva srce krvlju).

Može li strah doista dovesti do zgrušavanja krvi kao što se događa u slučajevima najokrutnijeg ubice koji gađa srce - kod koronarne tromboze? Dr. David Macht dao je na to pitanje odgovor 1951. godine na godišnjem sastanku Američkog medicinskog udruženja u Atlantic City. U svom laboratoriju mjerio je koliko je minuta potrebno da se kap krvi od 50 normalnih osoba zgruša što je upoređivao s vremenom zgrušavanja krvi u 100 nervoznih osoba.

Evo tablice njegovih nalaza:

#### VRIJEME ZGRUŠAVANJA

50 normalnih osoba	8-12 minuta
50 zabrinutih osoba	4-5 minuta
50 vrlo nervoznih osoba	1-3 minuta

Dr. Macht je zaključio: „Zanimljivo je primijetiti da su tako duboke promjene nastale nakon obične, trenutne i prolazne emocionalne krize u inače zdravih ljudi.“<sup>2</sup>

U prijašnjem smo poglavlju vidjeli kako se u arterijama usporava protok krvi zbog stvaranja malih pločica hosterola, koje sužavaju djelimično krvne vene, i na taj se način vrlo lako stvaraju grudice zgrušane krvi, što može potpuno prekinuti optok. Dr. Macht je upozorio kako je stres još jedan vrlo važan činilac u oblikovanju nepoželjnog ugruška krvi.

Drugim riječima, stres ne samo što suzuje arterije već uvelike usporava protok krvi i na taj način olakšava zgrušavanje. U tome se vidi gotovo nevjerovatna važnost duševnog raspoloženja, tj. stresa, u pripremanju situacije za zgrušavanje krvi, i stvaranju samog ugruška. Mnogobrojni medicinski članci, nedavno objavljeni, naglašavaju važnost stresa u takvoj situaciji.<sup>3</sup> Ne smijemo, međutim, oslikati jednostranu sliku važnosti stresa zanemarujući druge činioce koji igraju takođe značajnu ulogu u pripremi scene za zgrušavanje, kao što je prehrana životinjskom masnoćom, preobilna prehrana i pušenje.

Definicija stresa dr. Hansa Seleva obuhvaća ne samo osjećaje mržnje, straha i jada, već i vanjske činioce kao hladnoću, svjetlost i buku. Mnogi pojedinci su pripremili situaciju za sudbonosni srčani napad premasnom i drugom štetnom hranom, pušenjem, prekomjernom brigom, te su podlegli kada su se sukobili s hladnim vjetrom ili čistili snijeg.

Pogledajte kakav je stres moja supruga doživjela na jednom izletu u Kanadu. Supruga, kći i ja stigli smo u Matawan u Ontariju, oko pet sati u subotnju večer. Morali smo uloviti ribu za nedjeljni ručak te smo kći Linda i ja veslali po opasnim brzacima rijeke Matavvan što je za nas bilo novo područje. Moja je supruga ostala u kolibi da raspredi stvari i pripremi nam mjesto za spavanje. Sjela je i čekala na naš povratak. Osam sati je otkucalo, ali se još nije pojavio čamac niz rijeku. Ni u devet, pa pola deset - još uvijek nema supruga ni kćerke.

Da se moja supruga uznemirila ili postala histerična, mogla je zaraditi nekoliko opasnih zdravstvenih poremećaja. No, sjetila se stiha u 34. psalmu koji smo naučili napamet prilikom ljetovanja: „Tražio sam Gospoda, i on me usliši, izbavi me od straha svakoga.“<sup>4</sup> Moja je žena potražila Boga u molitvi i pružio joj izvanredno oslobođenje od svakoga straha dok je sjedila sama na obali rijeke u tami, držeći svjetiljku.

U deset sati čula je glas Linde iza sebe na obali: „Tata me je poslao ovamo po suhom, nije me htio povesti niz opasne brzace u mraku. Ribe su u početku polako grizle, no kada su počele gristi, tata ih je lovio na desetine.“

Još čekanja. Pola jedanaest i nema čamca. Na njezin poziv u mrak nikakav odgovor iz nabujale rijeke. Znala je da je učinila sve moguće time što je na malom doku držala svjetiljku. Imala je dovoljno razloga za strah i brigu, no Bog joj je dao onaj mir koji prelazi svako ljudsko shvatanje. Nije paničarila, niti je mahala svjetiljkom tražeći pomoć. Umjesto toga, njezina vjera u biblijska obećanja koja je Bog pripremio za takve naročite potrebe, pružila joj je smirujuću sigurnost. Trebala joj je božanska snaga, jer je tek u jedanaest sati predmet njezina pouzdanja stigao sigurno na obalu.

## **18. poglavlje**

### **SMANJITI ČOVJEKOV STRAH NA NORMALU**

Gotovo svako zna za dućane J. C. Penneya, najveću tvrtku u svijetu koja ima niz dućana skoro u svakoj zemlji, s hiljadu sedamsto trgovina u SAD. Malo ih je, međutim koji znaju za, mogli bismo reći, najznačajniji događaj u životu J. C. Penneya, osnivača.

U ekonomskoj krizi 1929. godine Penneyevi poslovi su bili prilično solidni ali je on prihvatio nekoliko nesmotrenih osobnih obaveza. Toliko se zabrinuo za njihov ishod da više nije mogao spavati. Dobio je kožnu bolest koja ga je mnogo smetala i uzrokovala jake boli. Smješten je u bolnicu, davali su mu sredstva za umirenje, no bez učinka, cijele se noći vrtio po krevetu. Različite okolnosti toliko su ga shrvale, tjelesno i duševno, da ga je prevladao strah od smrti. Napisao je oprostajno pismo ženi i sinu, jer nije očekivao da će živjeti do sledećeg jutra.

Sledećeg jutra, veliki je biznismen čuo pjevanje koje je dolazilo iz bolničke crkve. Poslednjim snagama ušao je u dvoranu dok je grupa ljudi pjevala: „Bog se brine za te...“ Tada je neko pročitao odlomak iz Biblije nakon čega je slijedila molitva. „Nešto se odjednom dogodilo“, pričao je gosp. Penney. „Ne mogu to objasniti. Za mene je to čudo. Osjetio sam kao da me nešto podiglo iz tamne ćelije u toplo, jasno sunčamo svjetlo. Kao da sam bio prenesen iz pakla u raj. Osjetio sam Božju moć kao nikada do sada. Tada sam shvatio da sam ja odgovoran za svoje probleme. Znao sam da postoji Bog ljubavi spreman da mi pomogne. Od toga dana moj je život bio bez brige. Star sam sedamdeset i jednu godinu, a najdramatičniji trenuci u mom životu bili su oni u maloj crkvi onoga jutra kada sam čuo: Bog se brine za te.“<sup>1</sup>

Tako je čovjek smanjio svaki strah jer je upoznao nebeskoga Oca, puna ljubavi - svoga Oca - koji je bio spreman pobrinuti se za nj u njegovim životnim problemima.

Kada su upitali Williama Ewarta Gladstonea za tajnu njegove neobične vedrine, koju pokazuje unatoč teškim situacijama odgovorio je: „U podnožju mojega kreveta nalaze se riječi koje mogu vidjeti kada lijem na počinak i kada ustajem: „Svakome koji se pouzda u njega Bog će dati savršen mir, jer su mu misli usmjerene na Gospoda.“<sup>2</sup>

Neki su psihijatri dali u medicinskim udžbenicima vrlo korisne savjete. Tako William Sadler savjetuje ljekarima kako da riješe čovjekove nevolje: „Molitva je snažno i uspješno sredstvo za otklanjanje briga. Ljudi koji su molitvu prihvatili s djetinjom iskrenošću, koji su doslovno razgovarali s nebeskim Ocem, posjeduju veliku tajnu koja im omogućuje da svoje brige prenesu na Boga, jer znaju da se on brine za njih. Čista savjest velik je korak u obrani čovjekova uma protiv neuroza.

Mnogi postaju žrtve straha i briga jer se slabo duhovno hrane. Većina ljudi izobilno hrani svoje tijelo i dobrano se opskrbljuju duševnom hranom, no golema većina prepušta svoje duše da umiru od gladi, ne mareći za duhovnom hranom, zbog toga duhovni dio čovjekove naravi postaje toliko slab da više nije u stanju obuzdavati um, koji bi trebao svladati poteškoće i podržati atmosferu uravnoteženosti između sukoba i očaja.<sup>3</sup>

Nadalje savjetuje ljekarima da ohrabruju pacijente, nukajući ih da svakodnevno, sistematski čitaju Bibliju. U udžbeniku za ljekare dr. Sadler navodi četrdeset i tri različita odlomka kao primjer terapijske vrijednosti Biblije. Navest ćemo samo osam takvih navoda. Kada se utisnu u svijest, pružaju više smirenja nego bilo koji sedativ ili trankvilizator:

„Ako priznajemo svoje grijehе, vjeran je on i pravedan: oprostit će nam grijehе i očistiti nas od svake nepravедnosti.“ 1. Jovanova 1,9

„Dođite k meni svi koji ste umorni i opterećeni, i ja ću vas okrijepiti. Uzmite jaram moj na se i učite od mene, jer sam krotka i ponizna srca. Tako ćete naći pokoj svojim dušama, jer jaram je moj sladak, a moje breme lako.“ Matej 11,28-29

„Ako ko čuje moj glas i otvori vrata, ući ću k njemu i večerati s njim, i on sa mnom.“ Otkrivenje 3,20

„Objavi mi radost i veselje, nek se obraduju kosti satrvеne!“ Psalam 51,10

„Ostavljам vam mir; mir, i to svoj dajem vam. Ja vam ga ne dajem kakav svijet daje. Neka se ne uznemiruje i ne plaši vaše srce!“ Jovan 14,27

„Evo, Bog je spas moj, uzdam se, ne bojim se više, jer je Gospod snaga moja i pjesma, on je moj spas.“ Isaija 12,2

„A moj će Bog ispuniti u Hristu Isusu svaku vašu potrebu raskošno prema svom bogatstvu.“ Filipljanima 4,19

„Sve mogu u onome koji mi daje snagu.“ Filipljanima 4,13

„Jer anđelima svojim zapovijeda da te čuvaju na svim putima tvojim. Na rukama će te nositi da se ne spotakneš o kamen.“ Psalam 91,11-12

Ti nam stihovi postaju vrijedni tek kada ih primijenimo. One noći kada sam zatražio Boga da mi u Hristovo ime oprosti grijehе, osjećao sam se opterećen osjećajem krivnje i straha. Nakon nekoliko trenutaka, koje sam proveo u priznavanju grijehа, odbacujući ih, osjećaj krivnje i straha je nestajao i ispunila me kao od neba poslana radost. Umjesto dugotrajnih i skupih posjeta u psihijatrijsku ordinaciju, da bih se oslobodio *kompleksа krivnje* koji uzrokuje bolesti, posjetio sam Božje prijestolje milosti i oslobodio se *same krivnje*.

Biblija iznosi da Bog odstranjuje krivnju: „Kako je istok daleko od zapada, tako On udaljuje od nas bezakonja našа.“<sup>4</sup> Od toga sam se trenutka osjetio vrlo zahvalan Bogu, ljubav je iznikla između nas. Iskusio sam ono što je Isus zapisao: „U ljubavi nema straha. Savršena ljubav isključuje strah.“ Kad raste ljubav, strah se umanjuje.

Dok sam prošlogа ljeta sjedio u vrtu, ugledao sam malena hrčka kako se približio rupi u zemlji svega metar udaljenoj od mene. Obrazi su mu bili puni hrane za mladunčad dolje u rupi. Moja blizina ga je plašila, oklijevao je za trenutak, ali ne dugo. Ljubav prema njegovoj mladunčadi pobijedila je strah i uvukao se s hranom u rupu.

Ljubav prema Hristu i za Bibliju pomogla je Jimu Vausu kada je trebao pomoć da se oslobodi straha. Prije svoga obraćenja Jim je bio prislušivač pomoću raznih tehničkih pomagala za ozloglašeno banditsko podzemlje Mickeyа Cohena u Los Angelesu. Ujutro nakon svog obraćenja za vrijeme sastanka koji je održavao Billy Graham, novine su opširno pisale o njemu.

Kada je Jim Vaus pročitao jutarnje novine, počeo je ozbiljno razmišljati. Šta će preduzeti

gangsteri zbog njegova obraćenja? Jer, Jim je znao za mnoštvo tajni koje bi mogle poslati neke članove bande u zatvor, ako ne i u plinsku komoru. S gangsterskog stanovišta, Jimovo obraćenje značilo je izdaju, a znao je da napuštanje bande s njezinim tajnama donosi brzu likvidaciju.

Kada je odložio novine, nije trebao dugo čekati. Pogledavši kroz prozor ugledao je kako se pred njegovom kućom zaustavlja velika limuzina. Jim je prepoznao ljude koji su krenuli prema njegovoj kući, poznate kao naj bezosjećajni je ubice cijelog podzemlja. Osmotrivši ulicu lijevo i desno upali su na njegova ulazna vrata. Je li Jima uhvatila panika i strah pa je bježao kroz sporedna vrata?

Ako je ikada čovjek imao razlog da bježi od straha za život, on ga je doista imao. Da se našao u takvoj opasnosti prije dvadeset četiri sata, sigurno bi pobjegao - još bi uvijek bio u bijegu. On, međutim, nije bježao, jer ga je ispunila Božja ljubav, ojačala ga riječima iz Biblije koje je toga jutra pročitao: „Kada su Gospodu mili putovi čovječji, i neprijatelje njegove miri s njima.“

Jim je otvorio vrata ubicama. Ovi mu rekoše da treba preuzeti novi zadatak specijalnog prisluškivanja. Smjesta mora poći u St. Louis, inače... Jim im reče kako ne može ići jer ga je Bog izmijenio. Kada im je opisao svoje obraćenje, njegovi posjetioци ga zbunjeno pogledaše i odoše. Jim je znao da je Bog ispunio obećanje izrečeno u spomenutom odlomku iz Biblije.

Strah od smrti svakako je najsnažniji osjećaj u čovjeku. Međutim, milioni muškaraca i žena prošli su kroz dolinu smrtnе sjene bez strepnje. John Bunvan je izrazio mišljenje mnogih hrišćana kada je zapisao: „Nek smrtnе strahote dođu kad im drago, hrišćaninu ne mogu nauditi, jer su one samo prijelaz iz zatvora u palaču, iz mora nevolja u luku odmora, iz mnoštva neprijatelja u nebrojena društva iskrenih i vjernih prijatelja, iz srama, očaja i muke u neizmјerno veliku i vječnu slavu.“

Apostol Pavle mogao je umanjiti najveći strah koji uopšte može čovjeka snaći kada se suoči sa smrtnoшću: „A kad se ovo raspadljivo tijelo obuče neraspadljivoшću i ovo smrtno tijelo besmrtnoшću, tada će se ispuniti pisana riječ: 'Pobjeda proguta smrt. Gdje je, smrti, tvoja pobjeda? Gdje je, smrti, tvoj žalac?'“<sup>7</sup>

Doista, u svakom razdoblju Duh i Božja riječ priskrbili su izobilno izbavljenje za svakog hrišćanina od strahovanja i dugotrajnih bolesti. Čak i najveći strah - smrt - ne plaši onoga koji je usmjerio svoj pogled na uskrsnuće i radostan vјečni život. Jedino je hrišćanin u stanju saslušati savjet Williama Cullena Bryanta:

„Tako živi dok ti sudba ne poruči  
da se s mnoштvom smrtnika udružiš,  
u tajanstveni svijet, što kreće se gdje će svaki poći u sobu svoju,  
u šutljive dvorane smrti,  
Al' ti ne ideš poput progonjena roba u noći, osuđena na tamnicu,  
već podržan i nošen nepokolebljivim  
pouzdanjem pristupaš svom grobu,  
poput onoga koji kiti čipkama  
svoj ležaj, umata se u njih i  
liježe usnuo u ugodan san.“<sup>8</sup>

## 19. poglavlje

## „DALJE SE VIDI KROZ SUZU NEGO KROZ TELESKOP“

Jednog kasnog poslijepodneva mlada žena primi vijest da je njezin muž iznenada smrtno nastradao. Svako može suosjećati s njom u njezinoj boli, žalosti i suzama, i shvatiti sve ono što je proživjela u besanim noćima. Onaj koji joj je značio sve na svijetu odjednom je bio odsječen iz njezina života. Toliko je bila zahvaćena žalošću da nije mogla saslušati bilo koju riječ saučešća svojih prijatelja.

Da se mogla hemijski ispitati njezina krv, otkrila bi se prisutnost povećane količine hormona i toksina iz hipofizne, štitne i nadbubrežne žlijezde. Da je u krvi bilo štetnih sastojaka u opasnim količinama, dokazuje činjenica što se drugo jutro probudila otečenih, bolnih i ukrućenih zglobova na prstima. To je bio početak artritisa koji je napokon od mlade žene načinio invalida.

To nas upozorava da nisu samo osjećaji straha i mržnje uzročnici raznih ozbiljnih i fatalnih bolesti. I osjećaj žalosti može oštetiti tijelo. Žalost može biti odskočna daska za početak ulcerativnog kolitisa, reumatoidnog artritisa, astme i mnogih drugih bolesti.

Za sprečavanje lakših bolesti koje nastaju kao rezultat duboke žalosti zbog smrti najbližih i najdražih, Biblija pruža najbolje moguće sredstvo. Jedanaesta glava Jovanova evanđelja ne daje samo osnovno učenje o tim stvarima, već javno dokazuje istinite tvrdnje koje i teoretski iznosi u vezi sa smrću. U selu Betaniji živio je Lazar s dvije sestre, Marijom i Martom. Kad se Lazar razbolio, Isusu je poslana poruka da pomogne. Isus je, međutim, namjerno odugovlačio svoj dolazak jer je želio podučiti narod o prolaznosti stanja koje se zove smrt.

Kada je krenuo u Betaniju, rekao je svojim učenicima da ide podići Lazara iz njegova *sna*. Učenici su mislili da je prilično smiješno poduzeti opasan put da bi probudio bolesna čovjeka iz njegova *sna*. Tada im je progovorio u jedinom jeziku koji su oni u svojoj nezrelosti razumjeli: „Lazar je umro.“

Stigavši u Betaniju, Isus je otkrio sestri koja je žalila za svojim umrlim bratom još jedan važan uvid u stanje koje pogrešno nazivamo smrt: „... onaj koji u mene vjeruje živjet će i ako umre, i svako koji živi i vjeruje u mene neće nikada umrijeti. Vjeruješ li u to?“<sup>1</sup>

Kako bi neko mogao vjerovati da hrišćani neće stvarno nikada umrijeti - da samo spavaju? Isus je znao da ni njegovi učenici a ni ostali u Betaniji neće vjerovati u takvu tvrdnju bez dokaza. Milioni praznih ljudskih riječi nikada ne bi nikoga uvjerali, ali dvije Učiteljeve riječi učinile su to: „Lazare, iziđi!“ I iziđe Lazar, živi dokaz za hrišćane da za njih ne postoji strašno iskustvo koje povezujemo s riječju *smrt*. Ona je poput *sna* koji se prekida na njegov poziv. Za hrišćane, groblja su zapravo spavaonice što i u doslovnom prevodu znači grčka riječ *koimeterion*.

Kada je Isus progovorio žalosnicima koji su naricali nad mrtvim tijelom Jairove kćerke „...ona nije mrtva već spava“<sup>2</sup> ismijali su ga ružnim riječima. I tom je prilikom želio dokazati koliko je pogrešan potpuno bespomoćan stav koji imamo o smrću. Jednostavno je uzeo za ruku hladno i ukočeno tijelo djevojke i probudio je iz stanja koje je nazvao *spavanje*.

Apostol je Pavle dobro razumio to novo shvatanje koje je Isus usadio u svoje učenike. U 1. posl. Korničanima, 15. poglavlje, Pavle razrađuje sve to da bi pokazao kako će se svi koji su „zaspali“ probuditi na zov Učiteljeve trube kad se bude vraćao na Zemlju. Pavle je pisao i drugim hrišćanima u raznim crkvama koji su trpjeli zbog privremenih gubitaka svojih bližnjih: „Ne želimo, braćo, da budete u neznanju o onima koji su zaspali (umrli), da se ne žalostite kao oni koji nemaju nade.“<sup>3</sup>

Ni mi ne trebamo žaliti nad svojom djecom i bližnjima koji „spavaju“ u svojim odajama. Naravno, svako će razumjeti suzu koju prolijemo zbog tog razdvajanja. Ali hrišćanin koji doista



vjeruje da je Isus dokazao svoje obećanje za njihovo uskrsnuće zacijelo neće žaliti s takvim ogorčenjem i tugom da poremećaj dovede do artritisa i drugih bolesti koje mogu primjeri u Bibliji spriječiti. Divna je to prednost a istovremeno i dužnost za svakog hrišćanina da se okani očajne tuge i žalosti koje dovode do bolesti kada zna da njegovi najbliži, iako udaljeni od njih za određeno vrijeme, spavaju.

Neki pisac je ovako izrazio tu privremenu odvojenost: „Volim razmišljati o svojoj djeci koju je Bog pozvao k sebi kao da su u školi - u najboljoj školi u cijelom svemiru, s najboljim učiteljem, gdje uče najbolje stvari na najbolji mogući način.“

Neki se pitaju zašto Bog dopušta svojoj djeci da prolaze kroz razdoblja žalosti. Smrt nije Božji dar, već rezultat Adamova grijeha - „... smrt dođe kroz čovjeka“.<sup>4</sup> Kroz cijelu ovu knjigu opetovano smo vidjeli da su bolest i smrt proizvodi grijeha, ne možemo Boga okriviti za to. Trebali bismo Bogu izraziti zahvalnost što nas izbavi ja od tragedije smrti: „Jer kao što u Adamu svi umiru, tako će u Hristu svi živjeti.“<sup>5</sup> Nije Bog začetnik smrti, već darovatelj vječnoga života.

Božanski kemičar može već sada, a ne tek u dalekoj budućnosti, čudesno promijeniti tužno olovno srce u zlatne strune koje odjekuju pjesmom slave kroz suze. Neki pjesnik je rekao: „Žalost je naš najbolji odgajivač. Čovjek je u stanju vidjeti dalje kroz suze nego kroz teleskop.“

Zar nije zanimljivo da žalost, koja u nekima proizvodi uništavajuće bolesti, u drugima razvija jači karakter i dovodi do zrelosti? Poliranje nije baš ugodan proces za predmet koji treba polirati, ali je neophodan postupak za svaki kamen koji postaje dragulj. Divimo se konačnom proizvodu, ali se ustručavamo procesa.

U decembru 1961. godine jedno je pismo donijelo tugu u našu porodicu. Tri sedmice nismo čuli ništa o svojoj kćerci koja je sa svojim suprugom radila kao misionarka u Južnoj Rodeziji. Tada je od nje stiglo pismo, koje je pisala u bolnici gdje je ležala nekoliko sedmica. Ispitivanja moždane tekućine pokazala su prisutnost smrtonosne gljivice, Monilije. Engleski ljekari, vrhunski obrazovani počeli su liječenje, tek reda radi, jer su bili vrlo svjesni da se takvo liječenje pokazalo potpuno beskorisno u takvim slučajevima meningitisa. Ustručavali su se upotrijebiti novi i toksični lijek zbog njegovih ozbiljnih nuspojava.

Takve vijesti od našeg jedinog dijete, udaljenog petnaest hiljada kilometara, pogođenog, kako je izgledalo beznadnom infekcijom moždanog tkiva, donijele su duboku žalost mojoj supruzi i meni. Nikada prije nismo mogli dovoljno suosjećati s onima koji su izgubili svoju djecu.

Ta nas je žalost mogla posvema uništiti da nismo primili utjehu od Božjeg Duha i u Bibliji. Pitali smo se kako mogu ljudi živjeti bez Hrista u takvoj velikoj tuzi. U hiljade slučajeva mnogo djelotvorniji nego bilo koji trankvilizator, Bog nam je dao ovaj lijek iz Pisma: „Uistinu, naša nam sadašnja ali kratkotrajna i mala nevolja donosi izvanredno veliku i vječnu slavu, nama koji ne smjeramo na vidljivo, nego na nevidljivo, jer je vidljivo prolazno a nevidljivo vječno.“<sup>6</sup>

Shvatio sam da moj teret koji satire ne mora završiti bolešću. Umjesto toga on mi je dao „vječnu slavu, izvanredno veliku...“ Moj stav bi odredio da li će moja žalost prouzrokovati bolest ili mi donijeti slavnu i vječnu nepravdu. Prednost mi je bila da posmatram kroz suze i da vidim dalje nego s pomoću teleskopa, slavu vječnih vrijednosti.

Pogledajte uslove: „... nama koji ne smjeramo na vidljivo, nego na nevidljivo ...“ Nerazuman uslov? Ako hrišćanin doista ima pravi osjećaj mjere između prolaznih stvari ovoga života u poređenju s vječnim vrijednostima vanzemaljskoga života, zar nije onda tugovanje za umrlim bližnjim izraz sumnji? Zar će vidljive stvari i ljudi ovoga svijeta privući više pažnje nego vječne stvarnosti? Tuga uzrokuje u nama bolesti jer *tugujemo nad prošlošću*. Biblija briše nepomirljivu žalost i sprečava bolesti time što nam govori da *gledamo naprijed u budućnost*.

U sedmicama nakon primitka onoga pisma naše kćerke, Božja riječ i Njegov Duh pomogli su nam da nam život bude snošljiv. Imali smo mir uma jer smo sve predali njemu.

Moja kći, njezin suprug i dvoje dječice doletjeli su kući i ona je bila na temeljnom proučavanju u Filadelfijskoj bolnici. Nakon ponovljenih ispitivanja moždane tekućine, nisu nađene bakterije ni gljivice osim gnojnih stanica. Iako je Linda i dalje imala povišenu temperaturu, glavobolje i ukočen vrat uz povraćanje, specijalisti su se ustručavali davati antibiotike. Ipak nakon dva mjeseca davanje nekoliko vrsta antibiotika pokušali su s jednom vrstom u velikim dozama koja ju je oslobodila povišene temperature i drugih neugodnih simptoma. Nakon mjesec dana visokih doza, moždana tekućina je postala potpuno normalna.

Hoće li se Lindin meningitis vratiti kada se prekinu visoke doze antibiotika? Neko je rekao da ne znamo što budućnost donosi, ali znamo ko njom upravlja. Vjera u ljubljenog Svemogućeg pomaže čovjeku da kaže zajedno s Pavlom: „Ne brinite se ni za što, već u svemu iznesite svoje potrebe Bogu molitvom i moljenjem, sve u zahvalnosti! I mir će Božji koji nadilazi svaki razum, čuvati srca vaša i misli vaše u Hristu Isusu.“

Linda, njezin suprug i svi zajedno zahvaljujemo Bogu ne za tugu, već zato što nas je preko našeg iskustva kroz dolinu smrtne sjene učinio zrelijima i dao nam „izvanredno veliku vječnu slavu...“ Dok usmjerujemo svoj pogled s vidljivog i prolaznog na ono što je vječno, otkrivamo da vjera može vidjeti dalje kroz suzu nego kroz teleskop.

## 20. poglavlje BLATO ILI ZVIJEZDE?

*Dvojica gledaju kroz rešetke. Jedan vidi blato, a drugi zvijezde.<sup>1</sup>*

Ovaj navod napisan je davno prije nego smo se mi koprcali u kolijevci. Medicinsko značenje tog citata nije shvaćeno tek do prije deset godina. Dvojica što gledaju kroz iste zatvorske rešetke reaguju vrlo različito na stres u zatvoru: jedan je frustriran i potišten zbog rešetaka, dok drugi, pod istim uslovima, nadahnut je zvijezdama. Razočaran i očajan čovjek u svom tijelu razvija napeto stanje, stres, i na taj se način izlaže mnogim ozbiljnim, čak fatalnim bolestima.

Danas ljekari shvataju veliku važnost unutrašnjih sukoba i stresova koji uzrokuju i razbuktavaju mnoge bolesti. Budući da smo svi izvrgnuti mnogim stresovima, potiče nas to da pomno ispitamo cijeli predmet.

Oba su zatvorenika bila podređena istim činionicima stresa, no u jednog se razvio unutrašnji sukob i time se izložio bolesti. Ispitivanje njegove krvi pokazalo bi prisutnost abnormalnih hemijskih supstancija, koje su nastale kao rezultat njegovih osjećaja zbog oduzete slobode, očaja, gnjeva, mržnje, brige i straha - isti skup tjelesnih osjećaja koja smo već spomenuli u prijašnjim poglavljima.

Potrebno je razlikovati *unutrašnji stres*, koji čovjek proživljava u svom tijelu i *vanjske faktore stresa*. Svi smo podložni mnogim faktorima stresa u duševnom životu, ali to ne znači da smo stvorili unutrašnje stresove koji dovode do stvaranja otrovnih hemijskih supstancija i bolesti. Jedan od dvojice zatvorenika, podređen vanjskim faktorima stresa koji su nastali u zatvoru, bio je nadahnut zvijezdama - zvijezdama koje možda nikada prije nije primijetio.

Postoje velike razlike u načinu na koji ljudi reaguju na uzročnike stresa kao npr. iskustvo koje čovjek proživi za vrijeme prometne nesreće, zatim kad javno govori, kažnjava dijete, odlučuje

o kupnji hladnjaka ili automobila, tjera susjedova psa iz cvijetnjaka ili ga probudi u dva sata ujutro ljubljani mačak. Ljekari imaju mnogo posla pomažući ljudima koji loše reaguju na takve ili slične situacije stresa. Neki pacijenti dobiju bolne trbušne smetnje koje traju tri ili četiri sedmice i zahtijevaju obilne lijekove. Drugi trpe od nesnosne migrenske glavobolje, s povraćanjem, koje im onemogućuje da se normalno kreću dan ili dva. Neki čak postanu žrtve srčanog napada.

S druge strane, ima ljudi podređenih istim faktorima stresa koji se tako dobro prilagode da uopšte ne trpe nikakvo zlo. Budući da nemamo dovoljno kontrole nad faktorima stresa koji nas svakodnevno bombarduju, najvažnije je da se naučimo prilagoditi im ako želimo spasiti svoje tijelo i um od uništavanja i bolesti.

Tri stvari treba poduzeti ako se želimo uspješno prilagoditi činiocima koji izazivaju bolesti:

1. Razlučiti uzročnike stresa
2. Izbjegavati dugotrajno izlaganje takvim napadima odmorom
3. Zauzeti pravi stav.

Prvo, važno je zapamtiti da čovjek ne smije biti izložen dugo ili neprekidno bilo kojem faktoru stresa. Stolar koji cijeli dan zabija čavle i pili ne bi trebao provoditi slobodne večeri u kopanju gredica u vrtu ili kositi travu ili pak raditi prekovremeno u svojoj radionici. Takve aktivnosti potrebne su i idealne za činovnika ili nekoga koji cio dan sjedi.

Ne razlučimo li uzročnike stresa dovest će to prije ili poslije do *umora*, najvažnijeg simptoma stresa tijela. Prije nekoliko godina vidio sam dijagram u medicinskom časopisu koji je nastojao pokazati kako se može izbjeći umor. Članak je upozorio kako treba svratiti naročitu pažnju na tri životna ugla:

Sjećam se vlastitog iskustva kada sam toliko teško radio tokom dana da sam dolazio u napast da ne idem na molitveni sastanak jer sam bio umoran. I prije svršetka sastanka bio sam međutim iznenađen kada sam ustanovio da nije nestalo samo mog omora, već sam bio potpuno odmoren i osvježen. Svakodnevno čitanje Biblije, molitva i prisustvovanje crkvenim sastancima i medicinski su izvanredno vrijedni. Nadalje, stav našega uma najvažniji je činilac u odlučivanju da li ćemo trpjeti od izlaganja dnevnim životnim udarcima. Nekoć smo bili skloni okriviti ljude koji žive oko nas za bolesti koje su nas snašle, umjesto da okrivimo sebe zbog pogrešnog stava prema njima. Poteškoće i napadi dnevnog života ne moraju nam naškoditi ako ih uzmemo u pravom odnosu našeg uma i mišljenja. Dugotrajno tugovanje zbog poteškoća i nevolja pokazuje kako smo se loše prilagodili, što može dovesti do neugodnih stanja, od svrbeža do nesаницe. *Najčešći oblik krivog ponašanja jest sažaljivanje samoga sebe.*

Zapravo, ne bismo smjeli kriviti neugodnog šefa, učitelja ili bračnog druga ako smo dobili čir na želucu. Takva bolest kao i visoki krvni pritisak nastaje zbog unutrašnjeg sukoba koji proizvodi otrovne reakcije u tijelu. Uzmite, npr. moj telefon, koji neprestano zvoni dok pokušavam obaviti posao. Nakon desetak zvonjava i poziva osjećam da bih u bijesu razbio telefon. A ipak znam da ako dopustim takav ispad, ponovljena zvonjava telefona razbuktati će moj čir na želucu. Stresovi koji me napadaju nisu toliko krivi koliko moja reakcija na njih. *Mnogi su krivi što u sebi stvore adrenalina u vrijednosti od deset dolara zbog nezgode koja košta deset centi.*

Dok sam pisao ovu posljednju rečenicu, zazvonio je telefon. Čuo sam glas bolničarke u koledžu: „Dr. McMillen, poslala sam u vašu ordinaciju djevojku sa psom. Pas ima udicu u uhu. Ne znam kako da je izvadim pa sam je poslala k vama.“

Sjećam se da sam nekada pritom odgovarao na takve poruke da bi se telefonske žice užarile i izgorjele. Znao sam takođe da sam reagovao neprijateljski na takve napade, iskusio bih jezivu glavobolju, ne zbog telefonske poruke već zbog svog glupog reagovanja na takav beznačajan napad

- jednostavan humani zahtjev. Krivo reagovanje s moje strane moglo je dovesti ne do jezive glavobolje, već do moždanog udara ili do fatalnog srčanog napada. Prije nekoliko godina moje loše prilagođivanje stresu gotovo me ubilo zbog krvarenja iz želučanog čira.

Moramo zapamtiti da stres sam po sebi ne uzrokuje bolesti. Čak je dokazano da stres može pomoći pri liječenju nekih lakših bolesti. Dr. Hans Selye ubrizgao je nadražujuće krotonovo ulje pod kožu velikog broja štakora. To je ulje prouzrokovalo meke, upalne otekline. Selye je otkrio da se izlaganjem nekih štakora blagim stresovima iscjeljenje upalih oteklina ubrzalo.<sup>2</sup>

Sjećam se kako sam morao otići u mnoge posjete bolesnicima premda se nisam osjećao zdravim. Ustanovio sam da mi je napor pri odlasku na takav posao pomogao u izlječenju mojih boli. Da sam, međutim, pošao na takav posao neraspoložen, maj pogrešni stav i reagovanje bacilo bi me u bolnički krevet bar za nedjelju dana.

Zar nije značajno da naše reagovanje na stres odlučuje da li će nas on izliječiti ili učiniti bolesnim? Evo važna ključa za dulji i sretniji život. Držimo ključ u ruci i možemo odlučiti da li će on djelovati *za nas* ili *protiv nas*. Naš stav određuje da li će nas stres učiniti boljim ili bolnim.

Biblija je očekivala takve nalaze već stoljećima. Svakako, uznemireni smo kada moramo živjeti s neugodnim ljudima ili u neprikladnoj okolini ili ako nas u tijelu boli i probada. Ako zauzmemo pogrešan stav prema neugodnim ljudima, u našem se tijelu mogu pojaviti razne bolesti, od čira do žučnog kamenca. Ako prema njima zauzmemo ispravan stav, tada ćemo se osloboditi nekih štetnih hemijskih supstancija i na taj način izliječiti bolest.

Pavle je imao „trn u tijelu“ koji mu je stvarao stres. „Tri puta sam molio Gospoda da mi ga odstrani a on mi je odgovorio: 'Dovoljna ti je moja blagodati, jer se moja snaga savršeno pokazuje u slabosti.' Prema tome, vrlo ću se rado - radije nego da tražim oslobođenje - hvaliti svojim slabostima da se na meni nastani snaga Hristova. Zato uživam u slabostima, u uvredama, u nevoljama, u progonstvima, u tjeskobama koje podnosim za Hrista. Jer kad god sam slab, onda sam jak.“<sup>3</sup>

Postoji treći činilac koji valja zapamtiti ako se želimo uspješno prilagoditi napadima dnevnog života: izbjegavaj dugo i neprekidno izlaganje žestokim stresovima bez odmora. Postoji granica do koje čovjek može odoljevati napadima stresa, što svaki ljekar uočava u muškarca i žena koji skupo plaćaju svojim tijelima i umom zbog nekontrolisanog i suvišnog rada bez odmora. Mnogi bi ljudi još i danas bili na životu da su prihvatili opomenu koju je Isus uputio svojim učenicima: „Dođite vi sami napose na samotno mjesto te se malo odmorite.“ Tu je, naime, tako mnogo ljudi dolazilo i odlazilo da apostoli nisu imali vremena ni za jelo.<sup>4</sup>

Mnogi od 31.000 savezničkih vojnika koji su bili zarobljeni u Japanu i u Koreji u 40-tim godinama nisu vidjeli ništa drugo osim blata. Dr. Harold Wolff iznosi da su ti ratni zarobljenici, iako su imali dovoljno hrane, „postali apatični, ravnodušni, nisu jeli ni pili, nisu činili ništa da si sami pomognu, buljili u nebo i konačno umirali“. Od 31.000 zarobljenika više od 8000 ih je umrlo. Dr. Wolff tvrdi da su mnogi umrli zbog „očaja i uskraćivanja ljudske simpatije i pomoći“. Dr. Wolff, koji je glavni urednik časopisa *Arhiva za neurologiju i psihijatriju*, izjavljuje: „Nada poput vjere i svrhe života je ljekovita. Nije to izjava vjere, već zaključak, dokazan detaljno kontrolisanim naučnim istraživanjima.“<sup>5</sup>

Drugi zarobljenik gledao je zvijezde. Takav je bio moj poštovani prijatelj Japanac, dr. David Tsutada. Kada je Japan ušao u drugi svjetski rat, japanska vlast ga je zatvorila zbog njegova hrišćanskog uvjerenja u povratak Isusa Hrista kao vladara na Zemlji. Vlasti su ga pokušale uništiti gladovanjem tako da mu je tjelesna težina pala na svega 35 kilograma. Bio je čak bačen u hladnu, vlažnu i vrlo prljavu jamu zatvora. Dok je sjedio na podu, ipitao se da li je to način na koji ga Bog uzima „sebi u nebo“. Ako jest, onda je bio s tim savršeno pomiren. Nisu ga smetale rešetke na tam-

ničkom prozoru ni blato ili pak očigledan Gospodnji nemar za njega. Da se dr. Tsutada nije prilagodio i izmirio sa situacijom, uvjeren sam da bi ga stres samosažaljenja, dodan žestokom stresu gladovanja ubio.

Dok je bio u zatvoru, Gospod Bog mu je počeo otkrivati plan za otvaranje Biblijske škole. Dr. Tsutada je razradio mnoge detaljne planove za takvu školu dok je sjedio u mračnoj i smrdljivoj ćeliji smrti. Kad se rat završio, oslobodili su ga i odmah je počeo ostvarivati svoje planove. Danas taj čovjek vodi jednu od najboljih biblijskih škola u Japanu. Sve se to obistinilo jer se nije uzrujavao zbog onih koji su mu činili zlo (Psalam 37), već se pouzdao i predao Bogu, uživajući u njegovoj riječi. Tako je dr. Tsutada preuredio okolnosti na svoj način.

Bilo je i drugih koji su vidjeli zvijezde kroz tamničke rešetke. Gđa Guyon je tako dobro reagovala na poteškoće zatvora da je iz toga proisteklo literarno djelo koje je nadahnulo cijelo hrišćanstvo.

Malo ih je bilo iza takvih rešetaka kao Helen Keller - slijepa, gluha, i nijema - a ipak je postala besmrtna u analima slavnih ljudi jer je svladala svoje probleme kao da je išla stepenicama iz tamnice mraka i tišine, da blagoslovi svijet svojim duhom i ljubavlju.

Ne trebamo se bezrazložno plašiti životnih poteškoća ili se odviše truditi da ih izbjegnemo. Snažni suprotni vjetrovi ne moraju nas otpuhati u uništenje. Zapravo, spretni i inteligentan pomorac podesit će jedra tako da će mu čak i suprotni vjetar pomoći da postigne svoj cilj. Neprijateljski raspoloženi ljudi mogu nam pomoći ako se pravilno prilagodimo u svojoj duševnoj sferi.

Pomorci to nazivaju „vrludanje brodom“, dok na kopnu to zovemo „taktičnošću“.

John Bunyan zaboravio je na tamnične rešetke, toliko je bio zanesen stvarima izvan ovoga svijeta. Nije time blagoslovio samo svoju dušu već i milione drugih čuvenim i velikim djelom, koje se prodaje već stoljećima, *Put hrišćana*. U jednoj drugoj svojoj knjizi Bunyan je dao izvrstan savjet za pripremu čovjekova uma za stresove, čak i prije nego napadnu. Kako je taj savjet pisan prije tri stotine godina, ni jedan sličan ga danas ne može nadmašiti:

„Nadalje, mudrost je naša da dok je još lijepo, dok smo okruženi raskoši, očekujemo nevolje; nevolje od Boga kao i one za Boga dio su našega krsta koji moramo nositi svakodnevno. Bolest, prijateljstva smrt, gubitak imanjanja itd., sve to moramo očekivati da nas ne bi iznenadilo.

Prema tome mora to biti našom brigom da se opskrbimo za nevolje; posvema ih pak ne možemo spriječiti; no za njih se pripraviti možemo, i moramo, kao što je već naglašeno, da cijenimo Božja obećanja i opskrbimo svoje duše milošću i duhovnom utjehom i čvrstim odlukama u Božjoj snazi, da bismo mogli izdržati i ići naprijed: dobro trebamo biti „obuveni spremnošću za radosnu vijest – mir.“ (Ef. 6:15)

Mnogi hrišćani nisu umrli, niti su razapeti za ovaj svijet niti upoznati s Bogom i njegovim obećanjima kako bi trebali niti toliko odlučni da slijede Boga potpuno kako bi trebali, i zato su dotučeni i obeshrabreni kada nevolje dođu.“

Tu je čvrsta istina. Budući da smo pokazali kako je važniji stav našega uma negoli svakodnevni napadi na život, važno je da prilagodimo misli i umove i prije nego nas udare velike životne nesreće. Vojska zna za tu temeljnu istinu i svoje čete podvrgava oštrom uvježbavanju. Kada bi hrišćani prakticirali biblijske upute kao što su suzdržavanje i discipliniranje tjelesnih požuda, možda bi bilo manje takvih »čokoladnih vojnika« koji se rastope kada moraju proći kroz vruća i žestoka iskustva neočekivanih udaraca kao što su tugovanje za umrlim, napuštanje bračnog druga ili financijski gubici.

Jakov je gledao u blato i zagrabio je za blatom čak i prilikom svoga rađanja. Došao je na svijet sa svojim bratom držeći ga svojom malom ručicom za petu. Čim je postao sposoban da trguje,

stvorio je crnu burzu kašom i prodao tanjur te kaše za prvorođstvo koje je po pravu pripadalo njegovu bratu. Čak je prevario i majstora u varanju - svoga tasta.

Kako biste očekivali da će čovjek Jakovljeva karaktera reagovati na stres? Kada su mu javili da mu je najmiliji sin ubijen, ništa nije bilo pogrešno u prirodnom osjećaju žaljenja, ali njegovo prilagođivanje, tom stresu bilo je toliko loše - jer je plakao za njim i više nego što je bilo normalno. Onima koji su ga pokušavali utješiti rekao je: „Sići ću svome sinu u grob tugujući.“<sup>7</sup> Više je volio toplo samosažaljenje nego da se suoči sa stvarnošću života. Čovjek koji se nije naučio pravilno prilagoditi stresu nikad neće postati zreo.

Jakov je neprestano gledao u blato umjesto da vjeruje kako i nesretni slučaj može biti važan dio u Božjim nacrtima, što je i bio slučaj s njime. Jakovljevo inzistiranje na dugotrajnom tugovanju bilo je potpuno nepotrebno jer je Bog zapravo sačuvao Josipa. Izgleda kao da je Jakov mislio da je i Bog umro jer mu je vjera bila toliko manjkava da je mogao jedino jadikovati: „...sve se to na me svaljuje!“<sup>8</sup>

Očigledno je da je na svom tijelu trpio zbog svoje slabe prilagođenosti, jer se pri kraju svoga života tužio: „...malo dh je i nesretne su bile godine moga života, ne dostižu brojem godine življenja na zemlji mojih otaca...“

Pavle je imao mnogo više nevolja i sukoba s kojima se morao suočiti nego Jakov, ali je ipak gledao na zvijezde: „Od Jevreja sam primio pet puta po trideset i devet udaraca. Tripot sam bio šiban, jedanput kamenovan, tripot brodolom doživio, jednu noć i jedan dan proveo na dubokom moru. Bio sam na čestim putovanjima u pogiblima od rijeke, u pogiblima od razbojnika, u pogiblima od sunarodnjaka, u pogiblima od pogana, u pogiblima u gradu, u pogiblima u pustinji, u pogiblima na moru, u pogiblima od lažne braće, u trudu i mucu, u čestom nespavanju, u gladi i žeđi, u zimi i golotinji.“<sup>10</sup> U tim teškim situacijama da li je Pavle ikada jadikovao: „Sve se to na mene svaljuje?“ Umjesto toga je povikao „Ništa me ne može pomaknuti!“ Nije dopustio da ga prevlada samosažaljenje koje bi napunilo njegovo tijelo hormonima koji mogu prouzrokovati bolesti. U čemu je bila tajna Pavlova uspješnog prilagođavanja takvim mnogim uzročnicima stresa? Kako se prilagoditi na bičevanje, kamenovanje i često gladovanje?

Već smo uočili da će naša reagovanja na neizbježne stresove života odlučiti da li će nas taj stres iscijeliti ili dotući. Zato će biti veoma korisno ako proučimo način koje je primjenjivao apostol i druge u tome poučavao.

Nakon što je spomenuo niz različitih stresova koji pogađaju čovječanstvo, daje nam božanski otkrivenu tajnu za uspješno prilagođivanje: „Ko će nas rastaviti od ljubavi Hristove? Nevolje? Tjeskoba? Progonstvo? Glad? Golotinja? Pogibao? Mač? 'Zbog tebe - stoji pisano - ubijaju nas cijeli dan; drže nas kao ovce određene za klanje'. Ali u svemu tome sjajno pobjeđujemo po onome koji nas je ljubio.“<sup>11</sup>

Tu se nalazi, opisana u Bibliji, tajna za pobjedonosno prilagođivanje na životne inzulte. Na početku dana smatraju da si poput ovce s kojom će drugi loše postupati, a možda te čak i ubiti. Ako s takvim stavom kreneš, sve što naiđe neće te uznemiriti.

Čovjeka koji očekuje smrt neće uznemiriti neki faktori stresa, koji inače uzdrmajaju ljude. Neće se ljutiti ako vidi susjedove kokoši da čeprkaju po njegovu cvjetnjaku; njegova se upala zglobova neće pogoršati jer su povišili poreznu stopu na njegovu kuću; njegov krvni pritisak neće se podići samo zbog toga što ga je gazda otpustio; neće ga mučiti migrena jer je žena prepekla kruh; niti će se njegov ulcerozni kolitis razbuktati zbog pada tečajne liste. Razapeta osoba ne trpi od frustracije, razočaranja. Čovjek koji svakodnevno, dobrovoljno i radosno daje sebe za „živu žrtvu“ može se izvrsno prilagoditi i najtežim situacijama i biti poput Pavla sjajan pobjednik.

„Ali“, neko će reći, „zar nije ludo odricati se prava na život?“ Možda nije ludo, jer odricanje nekih svojih prava osiguravamo si zdravlje i sreću. Ako drugom čovjeku damo „komadić svoga uma“ u prepirci, zahtijevajući svoje pravo, gubimo mir u srcu. Običnom čovjeku, nehrišćaninu besmisleno je predavati se ako je u pravu. Ne želi žrtvovati svoj ponos, ali time žrtvuje svoje zdravlje. Nije baš pametna trgovina!

Duh osvete poziva u boj žljezdane toksine i zato čovjek trpi od snažnog osjećaja vlastitog izražavanja obrane i samosažaljenja. Ako bi neko analizirao uzroke lošeg prilagođivanja životnim poteškoćama, često bi otkrio da iza svega stoje dva velika slova: JA. Stres i bolesti dolaze zbog toga što nismo voljni žrtvovati svoje JA!

## **21. poglavlje**

### **NAJVEĆI ZDRAVSTVENI PROBLEM U NARODU**

Oko 9 miliona Amerikanaca boluje od emocionalnih i duševnih bolesti. Bolnički kreveti puni su duševno poremećenih bolesnika u jednakom broju kao i onih koji boluju od unutrašnjih i hirurških bolesti zajedno. Zapravo, svaki dvadeseti Amerikanac imat će duševne poteškoće dovoljno teške da ga smjeste u bolnicu za duševne bolesti. Duševne su bolesti, doista, najveći nacionalni zdravstveni problem.

Koliko košta briga za pacijente u našim duševnim bolnicama? Godišnji troškovi penju se do milijardu dolara. Uz to, ima ogroman broj onih koji nisu smješteni u zavode, a koji nisu u stanju da se sami uzdržavaju. Malo rade u proizvodnji ili gotovo ništa i time su velik teret državi.

Koji je uzrok duševnih bolesti? U ovom poglavlju željeli bismo ukrako opisati one smetnje koje nastaju kao posljedica vidljivih oštećenja u mozgu.

Prvo, mali postotak, gotovo beznačajan, dolazi nakon izravnih ozljeda mozga pri nesrećama raznih oblika. Drugo, moždano oštećenje može nastati kao rezultat infekcije mozga ili otrovanja nekim otrovima. Najčešća infekcija nakon koje dolazi do duševnih poremećaja jest sifilis. Prije dvadesetak godina, deset posto bolesnika smještavano je u institucijama za duševno oboljele zbog sifilisa.

No još češći otrov odgovoran za duševne poremećaje jest alkohol. U medicinskim udžbenicima iz 1959. godine čitamo: „Oko 10% primljenih u duševne bolnice službeno su označeni kao alkoholičari, dok je kod sledećih 10% alkoholizam naveden kao značajan faktor u stvaranju bolesnog stanja. Uz to, opšte bolnice tretiraju mnogo akutnih trovanja alkoholom, a nepoznat je ogroman broj onih koji uništavaju svoju karijeru i prolaze kroz neku vrstu samoubistva ličnosti zbog uživanja alkohola.“<sup>1</sup>

Treća česta vrsta duševne poremećenosti, kod koje dolazi do vidljivih promjena na mozgu jest arterioskleroza moždanih arterija. U prijašnjem poglavlju vidjeli smo koji su važni činioci odgovorni za nastajanje arterioskleroze, kao nasljeđe, uživanje životinjske masnoće, prekomjerno uživanje hrane, pušenje i stres. Međutim, umni poremećaji u starijih ljudi često su rezultat kombinacije arterioskleroze i faktora ličnosti. Neki stariji ljudi pate od lagane duševne poremećenosti, no radije kažemo da su „nemogući“. Ta neljubazna ličnost koja se razvija u nekih starijih osoba nije iznenadni događaj. To je nastavak bijesnog temperamenta iz djetinjstva, razvoja, tvrdoglavosti u mladenačkoj dobi te daljnjeg razrađivanja uskogrudnosti u zrelijoj dobi koje je došlo do potpunog izražaja u trnovitim, kiselim i odurnim frustracijama starosti.

Prije nego je arterioskleroza dovela do stvaranja ugruška u moždanim arterijama, teški ispadi takvog individuma bili su nekako podnošljivi jer su bili rašireni na raznim frontama s mnogim ljudima i trajali su krako vrijeme. Nakon što je arterioskleroza bitno smanjila duševne aktivnosti, bučno hvalisanje pretvorilo se u šutljivu tvrdoglavost, koja se, sada zatvorena u četiri zida, jedva podnosi i takvu osobu nazivamo „nemogućom“.

Ako smo ćudljivo živjeli, uvijek mrmljali, kritizirali godinama, jao našoj djeci kada se ružnoća naše ličnosti pomnoži i uveća začepljenjem naših moždanih arterija. Možda je teško promijeniti stavove, kao što je nemoguće izmijeniti brazdu na gramofonskoj ploči, i ako nismo sada dovoljno oprezni, završit ćemo kao gnjavator.

Dr. Bess Fancher, temeljit proučavatelj ljudi, jednom mi je rekao: „Doktore, ne možemo mnogo reći o tome kako izgledamo sa šesnaest godina, ali mi smo ti koji već tada odlučujemo kako ćemo izgledati sa šezdeset.“

William Wordsworth izrazio je istu misao drugim riječima: „Dijete je otac odraslog čovjeka.“<sup>1</sup>

Tipičan stav onih koji se moraju brinuti za svoje stare roditelje izražen je u riječima gospođe Sabine: „Doktore, morate mi reći što da radim s mamom. Ja više ne mogu izdržati. Drži nas budnima cijelu noć. Moj suprug mora na posao nakon svega pola sata sna. Ja se pak derem na djecu i ona su nervozna. Već sam potpuno iscrpljena nakon tih godina što je majka s nama. Njoj čak i tablete za spavanje više ne pomažu. Doktore, ja sam gotova. Sa mnom je svršeno! Morate nešto poduzeti!“

Ljekari bez svake sumnje ne nalaze lako rješenje za takve probleme. Bolnice ne žele takve mukotrpne pacijente koji uznemiruju i druge, a rođaci nevoljko šalju svoje bližnje u duševne bolnice. Zapravo, ti slučajevi nisu dovoljno ozbiljni za izolaciju u azilu, no preteški su za bilo koje drugo mjesto. Ako dozive veću starost, ipak tamo pripadaju. Neki pak istroše sve zalihe strpljivosti s takvim bolesnicima i skrate si život mučnim službovanjem.

Htio bih opisati čovjeka koji je živio devedeset godina; ne bih pak želio izazvati pogrešan dojam spomenuvši te godine, ali bio je to najstariji čovjek kojega sam poznao. Kroz mnoge godine našega prijateljstva uvijek je iskazivao ljubaznost, svježinu duha i brigu za druge. Kada se pastor D. B. Hampe povukao iz aktivne i uspješne službe u mirovinu u Akronu, Ohio, bio je kako reče „devedeset i dvije godine mlad“. Godinama nije htio naglašavati svoju starost jer je bio duhovno mlad. Imao je mnogo veću energiju i ideje nego mnogi trideset godina mlađi.

Nakon odlaska u mirovinu, pastor Hampe se sa svojom hromom suprugom smjestio kod svoje udate kćeri. Nakon određenog vremena proživio je nekoliko malih moždanih udara s nesvjesticama koje su trajale od nekoliko minuta do nekoliko sati. Tada ga je pogodio snažniji udar.

Koma je trajala nekoliko dana i produbljivala se. Nije mogao gutati. Da bi se produžili dani njegova života, on je, iako bolestan, nekako zračio iz sebe blagoslov na one koji su bili oko njega. Stavio sam želučanu sondu da bih ga time hranio. Ponovno je djelimično došao svijesti. Osjetio je da činimo nešto da bismo ga održali na životu, nasmiješio se lagano i rekao: „Mislim da bi bilo bolje da me pustite kako bih što prije otišao kući, svom Gospodu.“

Nakon dan ili dva pokušali smio s njime razgovarati u njegovoj polusvijesti. Izgledalo je da nas čuje, iako nije mogao otvoriti oči niti govoriti, ali je uspio posljednjim djelićem snage podići slabašnu ruku da nam mahne zbogom.

Prošlo je od tada šest godina i njegova supruga još uvijek živi s kćerkom. Gospođa Hampe uskoro će navršiti devedeset četiri godine. Iako je hroma i uglavnom vezana za stolac, uvijek je sretna i radosna. Kada joj donesu hranu na poslužavniku, uvijek kaže: „Oh, kako je to fino!“ ili pak



daje neke druge komplimente. Osjeća mnogo boli, ali ih nikada ne spominje.

U čemu je razlog za takav kontrast između ovog bračnog para i drugih mnogo mlađih ljudi? Meni je odgovor jasan. Slušali su biblijske upute za život i izbacili se od mnogih faktora koji stvaraju arteriosklerozu. Ne samo da su dugo poživjeli, već su postali vrsne ličnosti jer im je Biblija bila vodič života, četrdeset i pet godina služili su Bogu nesebičnom požrtvovnosti, pomažući drugima, često su u svojoj skromnoj službi skrili nešto da prežive sa svoje četvero djece. Nikakva arterioskleroza nije mogla naći pogodno tlo za razvoj zbog suvišne prehrane, uvijek su uzimali ono što im je Bog davao sa sretnim, zahvalnim stavom.

Nije ni čudo što svi vole tu malu, hromu udovicu. Njezina kći i zetovi s kojima je živjela nisu nikada osjetili teret s njom, već su zahvaljivali Bogu što ju je držao na životu i time osvježavao njihove duše.

Biblija sadrži mnoge korisne savjete za dug, radostan i zdrav život. Evo jednog takvog odlomka:

„Dođite, djeco, i poslušajte me, učit ću vas strahu Gospodnjem. O, čovječe, ljubiš li život? Želiš li dane mnoge uživati dobro? Jezik svoj oda zla suspreži i usne od riječi prijekarnih! Zla se kloni a čini dobro, traži mir i za njim idi!“<sup>3</sup>

U tih nekoliko riječi nalazi se medicinska terapija koja može spriječiti milione slučajeva duševnih poremećenosti. „...kloni se zla...“ - savršena profilaksa protiv sifilisa, koji je još nedavno trpao u duševne bolnice svakog desetog duševnog bolesnika. „...kloni se zla...“ - izbjegavaj alkoholne psihoze, koje trenutno vode na listi pri primanju u bolnice za duševne bolesti.

„Tada jezik svoj oda zla suspreži, i usne od riječi prijekarnih, ... čini dobro, traži mir i za njim idi!“ - tu je savjet, ako ga poslušate, nećete postati notorni cmizdravac. Činidba dobrih djela razvija u čovjeku ljubaznu i ugodnu ličnost. Kada bi deseci hiljada smještenih u psihijatrijske institucije prihvatili ove biblijske upute, ne bi iskaljivali svoj bijes u bolnicama i prihvatilištima za nemoćne.

## **22. poglavlje** **PUŽEVI I SHIZOFRENIJA**

Rosemary je bila sramežljiva, rezervirana, cjepidlačila je svojim oblačenjem i izgledom. Slijedila je uzor svoje majke, koja je bila „zanosno ženstvena“. Ljeti ste mogli zateći Rosemarv kako sjedi u vrtu, pletući vjenčiće od cvijeća. Nije izlazila iz svojega svijeta niti se družila s drugima. Kao djevojčica mnogo je čitala, prinčevi kralja Arthura bili su joj stvarniji nego bilo ko drugi. Kako je starila, njezini su ideali bili uvijek zamišljene ličnosti, ljudi bez mane i mnogo privlačniji od običnih ljudi, koji bi ponekad rekli nešto vrlo grubo.

Kad je Rosemarv pošla u koledž, postala je vrlo nesretna. Kod kuće je spavala sama u svojoj sobi, dok je na koledžu dijelila sobu s još dvije djevojke - djevojke koje nisu nimalo nalikovale na heroine iz romana Jane Austin. Njezine sobne i ostale kolegice uočile su nesvjesno Rosemaryno povlačenje u sebe i smatrale je nenormalnom. Slabo je spavala, imala neurednu stolicu, nije vježbala niti se uopšte zanimala za svoju okolinu.

Jednog jutra Rosemary nije ustala iz kreveta. I nakon podneva je još ležala, dok su poslužavnici s doručkom i ručkom ostali neditnuti. Na pitanje nadstojnice internata samo je tupo buljila u nju bez odgovora. Bila je nepokretna i uokočena poput voštane figure.

Odvedena je u ambulantu koledža, gdje je trebala veću pažnju nego dojenče. Hrana koju su

joj stavili u usta ostala je netaknuta, a tekuću hranu morali su joj davati s pomoru želučane sonde. Dok se prije veoma brinula za svoju osobnu higijenu, sada su je drugi morali prati a posteljinu su joj morali mijenjati vrlo često. Kad je stigla njezina majka, Rosemary je nije prepoznala.

Najzanimljivija karakteristika Rosemarvne bolesti bila je u tome što su joj udovi bili poput voska; ako bi joj neko podigao ruku ili nogu, ona bi ostala u tom položaju ukočena. U roku od nekoliko sati, inteligentna djevojka s dobrim ocjenama postala je nepomična, voštana ukočena figura koja si nije nikako mogla pomoći. Dr. Melvin Thoner prikazuje taj slučaj kao tipičan prikaz shizofrenije.<sup>1</sup>

Shizofrenija je najčešća formula ludila, koja broji 23% primljenih prvi put u državne duševne bolnice. Ti pacijenti zahtijevaju dulje bolničko liječenje od drugih duševnih poremećenosti, dakle pedeset posto od pola miliona pacijenata u našim duševnim bolnicama jesu oboljeli od shizofrenije. Bolest se očituje obično između osamnaeste i trideset pete godine života.

Ne dolaze svi pacijenti s tom dijagnozom u takvom stanju kao Rosemary. Psihijatri dijele shizofreniju u četiri ili više različitih tipova. Budući da je to duševni poremećaj koji se najteže liječi nakon što se potpuno razvije, i budući da postoji mnogo načina na koji se ta bolest može spriječiti, pogledat ćemo поближе tu opasnu bolest.

Zapravo, i prije nego je Rosemary postala doslovce luda, njezin um je bio podvojen između zamišljenoga svijeta prekrasnih i dobrih ljudi i neugodna svijeta stvarnosti. Zbog ta dva svijeta u kojima je živjela, nazivamo takvo stanje shizofrenija (*shizo* - podvojiti, *phrenia* - um).

Posmatranjem puža pomoći će nam da razumijemo taj žalosni oblik ludila. Puž je tako plašljiv, da nikada ne izlazi potpuno iz svoje kućice. Čak i kada proviri, osjeća se plašljivo i nesretno. Polako podiže svoja dva periskopa, na kojima se nalaze oči i posmatra oko sebe vrlo stidljivo. Ako mu situacija izgleda naklona, izlazi pomalo u taj strašni svijet i onda marljivo za sobom vuče svoj kameni, spiralni dvorac. Ako mu svijet stvarnosti zaprijeti nečim opasnim u bilo kojem stepenu, povlači se potpuno u svoju kućicu. Tu može ostati neodređeno dugo vrijeme, čak i onda kada je opasnost već davno prošla.

I mi ostali, naravno, koji se hvalimo da smo normalni, moramo priznati kako se često povlačimo u svoje dvorce - kućice, to je posve zaštitna reakcija. Moramo, međutim, paziti da naše povlačenje u sebe ne postane izvor uživanja u samosažalnosti, te da ne postane prečesta pojava. Ako nismo dovoljno oprezni, provodit ćemo odviše vremena u sanjarenju i uljuljavanju u predivnim labirintima fantazije. I, naravno, ako i dalje nastavimo lutati i lizati rane svoga ranijeg ponosa umjesto da se ubacimo u tok borbe i suočimo sa stvarnostima hladnog činjeničnog svijeta, te da razvijamo naviku povlačenja svaki put kada stvari krenu nešto težim putem, naša se ličnost može iskriviti kao spirale puževe kućice.

Prema veličini sklonosti da se povlačimo u sebe ljudi će nas smatrati sanjalicom, introvertom, zatvorenim karakterom, čudesnom osobom ili konačno ishizofreničarom.

Shizofrenija je naročita reakcija žestoke anksioznosti koja se stvara zbog nemogućnosti da se bolesnik suoči sa zahtjevima prilagođavanja odrasle osobe.<sup>2</sup> Tjeskoba u emocionalnom centru može pokrenuti različite žlijezde da stvaraju abnormalnu količinu supstancija. Te tvari djeluju na mozak i mogu biti odgovorne za abnormalne duševne poremećaje. U prilog takvoj tvrdnji idu promjene koje nastaju ako se psu ubrizga hemijska supstancija bulbocapnina. Te su promjene iznenađujuće slične onima koje su nastale kod Rosemary. Pas koji je dobio takvu injekciju odbija hranu i piće, ne prepoznaje više stare prijatelje i postaje ukočen poput voštane figure. Nadalje, kemičari su dokazali da injekcije nekih drugih tvari mogu dovesti do psiholoških halucinacija ili do slaboumnosti. Dr. Carl Jung prije je naučavao da je uzrok shizofrenije toksin, otrov koji je štetan za

mozaik - toksin koji se stvara zbog emocionalnih poremećaja, naročito anksioznosti.

U nekim slučajevima, nasljeđe izgleda da u nekih ljudi stvara veću sklonost za razvoj shizofrenije. Međutim, čovjek koji ima među svojim precima mnogo shizofreničara ne mora biti prekomjerno uznemiren. Svako ko je naslijedio mnogo dinamita u svom mozgovnom tavanu treba znati da je taj dinamit opasan samo onda ako bljesne kakva veća iskra emocionalne vatre. Takva osoba treba znati da nasljeđe ne uzrokuje shizofreniju već joj samo pogoduje (predisponirajući faktor). Zato je mudro da onaj koji ima shizofreničnih među rodbinom i precima bude oprezniji u izbjegavanju brige i situacije stresa.

Takođe je vrlo važan predisponirajući faktor okolina. Čovjek, čija je porodica, društvo ili zanimanje opterećeno šokantnim situacijama treba nadasve biti pažljiv. Tu tvrdnju potvrđuje proučavanje 236 shizofreničara koji su zaliječeni i otpušteni iz bolnice. Analiza pacijenata kod kojih se ponovila bolest otkriva da je najčešći uzrok povratka bolesti emocionalni sukob s okolinom.

Roditelji su važan faktor u pomaganju svojoj djeci da se lako prilagode vanjskome svijetu i očigledno je da i oni igraju neku ulogu u razvitku shizofrenije. Rosemaryni roditelji nisu učinili gotovo ništa da je pripreme za ulazak u koledž. Njezin je život bio usredotočen na snove i romane. I zato što joj druga djeca nisu ugađala niti joj dopuštala da čini ono što je po njezinu mišljenju ispravno, izbjegavala je njih i svoje roditelje umjesto da im se pridruži i suoči sa sukobima i suprotnostima. Možda su njezini roditelji čitali kako su osujećenja, frustracije loše i ispunjavali su joj svaki hir. Nikada nije radila tako da su joj fizičke aktivnosti bile jednake nuli.

Ne znamo još kakav je kemizam uključen u toj bolesti, ali je opšte poznata činjenica da tjelesni rad sprečava i liječi mnoge duševne poremećaje. Mnoga majka pere suđe s isprikom: „Radije sama sve to radim nego da se uzrujavam gledajući kako Milka brlja po sudu.“ Takva primjedba pokazuje majčinu pogrešku i može biti progonistički znak za poremećaje Milkine ličnosti.

Pretpostavimo da je Darlenu napustio njezin momak. Najbolji način da se oslobodi od opasnih učinaka otrovnih sokova jest tjelesna aktivnost. Nema bolje psihoterapije od najobičnije metle ili četke.

Teško mladome od kojega se ne traži rad. Popustljivi otac čisti snijeg s pločnika i ispred garaže jer se sin vratio kući noćas vrlo kasno. Zbog toga se otac izlaže opasnosti da dobije srčani napad zbog koronarnih smetnji, dok sto osamdeset centimetara visoki sin provodi cijelo jutro u krevetu. Njemu se poklanja sva pažnja i vrijeme koje mu je potrebno da gradi kule u zraku, jer ga nikada nisu podučili da napravi drvenu šupu u vrtu.

Psihijatrija prihvata da je lijenost vrlo često značajka shizofreničara. D. William S. Sadler piše: „Mnogi takvi bolesnici su mladi ljudi koji nisu odgojeni da prihvate društvene obveze, ograničenja i kulturne zahtjeve svoje okoline.“<sup>3</sup> Nisu se voljni konstruktivno pokrenuti u nastojanju da se prilagode jer im je mnogo lakše pobjeći od rada i stvarnih ljudi, povlačeći se u sebe i u spiralne hodnike svoje mašte.

Dječaku kojemu je raspoređen dnevni rad neće tako lako postati huligan koji juri okolo razbijajući izloge, klavire i pokućstvo iz rasonode. Niti će osakatiti porodični budžet kako bi se naplatilo njegovo liječenje kod psihijatra. Mnogo bi bolji postupak bio ako nije prestar, da odšeta u porodični podrum i da tamo na njemu vruće primjeni ovu biblijsku mudrost: „Ludost prijanja uza srce djetinje: šiba pouke otklanja je od njega.“

Ljudi još uvijek pričaju o govoru dr. Jamesa S. Luckeya, što ga je održao prije mnogo godina prilikom otvaranja Houghtonova koledža, na temu zanemarene zapovijesti: „Šest dana radi...“<sup>5</sup> Pretpostavljam da se kod Johna Smitha smanjila opasnost da oboli od shizofrenije u ranim

godinama kolonije Jamestowna zato što je ozbiljno shvatio biblijsku naredbu „... naredili smo vam: ako ko neće da radi, neka i ne jede!“<sup>6</sup>

Strah roditelja da ne bi nešto uskratili djetetu često proizvodi neposlušno derište koje postaje lak plijen za životne probleme. Prije nekih deset godina pozvali su me u stacionar koledža da pregledam dvanaestogodišnju djevojku koju bih nazvao Lorna Henderson. Bila je prilično povučena u sebe, slabo je odgovarala na pitanja i bojažljivo je neprekidno uzvikivala: „U meni su dvije osobe, ne znam koju da slušam!“

Od njezinih sam kolegica saznao da je vrlo malo spavala jer je učila za semestarske ispite: htjela je sudjelovati u mnogobrojnim društvenim akcijama. Imala je izvrsnu stipendiju što je značilo da joj ocjene moraju biti u gornjoj klasi.

Lorna se svadila sa svojom sobnom kolegicom. I tada, tri dana prije živčanog sloma posvadila se sa svojim zaručnikom. Nagomilana briga u njoj učinila je svoje i povukla se u sebe od okrutne stvarnosti.

Sledećeg dana stigli su njezini roditelji i posjetili me u ordinaciji. S njima je bilo još dvoje djece, negdje oko sedam i devet godina. U vrijeme našeg razgovora to dvoje djece pokrenulo je sve što se dalo pomicati. Profinjeni i obrazovani roditelji mnogo su im govorili, ali to je bilo sve. Za uzvrat dječak je ritnuo svoju majku u cjevanicu a djevojka je nekoliko puta pljunula na oca.

Sjetio sam se što je rekao dr. Douglas Kelly, profesor s Kalifornijskog univerziteta i glavni psihijatar na nirnberškom suđenju: „Poštedi Freuda i spasi dijete.“ Naglasio je kako je strah da ne bismo suviše obuzdavali djecu podivljao u savremenoj pedagogiji i odgoju. Rezultat je prema njegovim riječima: „To je naraštaj djece odgojene bez potrebne discipline koja bi ih naučila kako da se uklope u svarni svijet... Previše smo naglašavali da ih ne smijemo kontrolisati kako ih ne bismo povrijedili.“<sup>7</sup> Budući da se Lorna nije sukobila razočaranjima u dobi od pet, deset i petnaest godina dok je bila kod kuće, razumljivo je da se nije mogla uklopiti u novu i stranu okolinu, gdje se razočarala u svojim školskim drugaricama, zbog loših ocjena i napuštanja njezina zaručnika. Djeca koja se nikada nisu suočila s razočaranjima u prvih 15 godina života neće biti spremna da se prilagode zahtjevima odrasle dobi bez iskustva koja donose uobičajeni životni problemi, koji u organizmu stvaraju abnormalne i snažne hemijske supstancije.

Napokon i sam je pojedinac neobično važan činilac u odlučivanju da li će se razviti shizofrenija. Istina, on ne utiče na nasleđe, niti može uticati na okolinu, i na način na koji je odgojen. Ako su svi ti faktori bili izričito teški, imat će težak zadatak da promijeni kalup u koji je zaliven. Ipak do određene mjere on je kapetan svoga broda i može odrediti smjer. Poznavao sam mladu ženu prije četrdeset godina čije nasleđe, okolina i porodično vaspitanje bijahu očajno loši. Danas je to osoba predivne cjelovite ličnosti. Svako ko je poznaje potvrdiće da ima izvrsne kvalitete a promjena je došla zbog njenog prihvatanja Isusa Hrista i njegove nauke.

Onaj kome je Hrist uzor života i u ruci ima Bibliju, posjeduje izvrsnu tvrđavu protiv navale čovjekova najopasnijeg neprijatelja - shizofrenije. Zašto tako tvrdimo? Medicinski je dokazano da je shizofrenija rezultat brige koja dolazi zbog nesposobnosti da se čovjek prilagodi zahtjevima odrasle dobi. Kod osoba koje su visoko sklone čak i mala briga može poremetiti ravnotežu. Svaki pojedinac, pomišlja se, ako je izložen dovoljno jakim stresovima, može iskusiti shizofrenu reakciju.

Naravno, sve što umanjuje brigu važno je sredstvo za sprečavanje shizofrenije. Za smanjenje brige ništa nije važnije od duhovnog obraćenja i hrišćanskog života. Svaki koji se istinski pokajao zbog svojih grijeha i zatražio Boga da mu oprost neće moći zaboraviti čudesno iskustvo kojim je njegov um bio trenutno oslobođen kompleksa krivnje. Bez obzira ma to da li je grijeh običan, malen ili ogroman, Hrist odmah oprašta i donosi mir „koji nadilazi svaki ljudski um.“ Milioni mogu

posvjedočiti istinitost njegova obećanja: „Ostavljam vam mir, i to svoj, dajem vam. Ja vam ga ne dajem kakav svijet daje. Neka se ne uznemiruje i ne plaši vaše srce.“<sup>9</sup>

Budući da pacijent koji boluje od shizofrenije pati od toga što su njegovi interesi i energija usmjereni samo na njega, prema unutra, nije čudo što čitamo: „Cilj liječenja je da se odstrane emocije od subjektivnih stvari, da mu se interesi usmjere na stvari koje su izvan njega, te da se navikne na zdrave društvene navike.“<sup>10</sup> Biblija je dala isti savjet već prije mnogo stoljeća: „Ne gledajte samo na svoju vlastitu korist nego i na korist drugih.“

Lorna sigurno nije bila poučena niti je prihvatila samodisciplinu koja je potrebna da bismo živjeli u slozi s ljudima. Budući da se nije mogla složiti sa svojim zaručnikom, on je prekinuo zaruke. Posvećene hrišćane svako razočaranje približava Hristu. Lorna je zapravo bila djelimično i sama kriva, jer je podigla prejak orkan koji ju je progutao. Nije bila voljna pomiriti se s razočaranjima u drugima, toliko je bila usredotočena na samu sebe. Zasigurno bi situacija bila posve drugačija da je živjela prema ovim biblijskim uputama: „Neka se ukloni od vas svaka vrsta gorčine, gnjeva, bijesa, vike i psovke, sa svakom vrstom zloće! Mjesto toga budite jedan prema drugome prijazni, puni milosrđa. Opraštajte jedan drugome, kao što je i Bog vama oprostio u Hristu!“<sup>12</sup>

„Ljubite srdačno jedan drugoga iskrenom ljubavi! U davanju časti prednjačite jedan drugome!“

„Prema tome, usredotočite se na one stvari koje dovode do skladnih odnosa, i pazite na razvoj karaktera svoga bližnjeg!“<sup>14</sup>

Upoznao sam hrišćane koji su u svojoj revnosti za Boga pogriješili zbog jedne druge greške - pokušali su činiti previše, čovjek mora naći vrijeme za odmor i opuštanje. „Tada im Isus reče: Dođite vi sami najposle na usamljeno mjesto, te se malo odmorite! Tamo je, naime, tako mnogo ljudi dolazilo i odlazilo da apostoli nisu imali vremena ni za jelo.“<sup>15</sup>

Lorna je u svojoj potištenosti i anksioznosti učila svih sedam dana u sedmici. Smatrala je da se biblijska zapovijest o jednodnevnom odmoru u sedam dana ne odnosi na nju niti na njezin naraštaj. Nije ni znala da je vrijednost tih uputa nedvosmisleno potvrđena savremenim istraživanjima stručnjaka koji se bave stresom. Poput hiljada drugih Lorna nije shvatila da je Otac ljubi i da je dao takve upute kako bi spasio svoju djecu od tjelesnih i duševnih poremećaja.

Od trenutka kada je čovjek sagriješio i nanio na sebe tjelesne i duševne bolesti, Bog je nastojao pomoći čovjeku i umanjiti posledice bolesti. Čovjek, međutim, sa svojim izopačenim umom često je odstranio kao bezvrijedne opomene koje su ga mogle spasiti. U vezi sa spomenutim faktorima za sprečavanje shizofrenije, možemo jasno vidjeti Očevu ljubav, koja zrači kao zapovijest za rad, odmor, da posmatramo stvari i s tuđeg stanovišta, da pazimo kako ne bi bilo u nas svake vrste gorčine, gnjeva, bijesa, vike i psovke, te da otvorimo svoja srca kako bi u njih ušao Sveti Utješitelj. Shvativši da je shizofrenija „naročita reakcija na tešku anksioznost“, razumjećemo zašto su Isus i apostoli naglašavali vrijednost ispunjenja čovjekova bića Svetim Duhom koji je utjelovljenje mira.

„Ostavljam vam mir; mir, i to svoj, dajem vam.“

## 23. poglavlje

### LEKCIJA JOHNA D. ROCKFELLERA

Još kao mladić, John D. Rockefeller st., bio je snažan i kršan momak s farme. Kada je ušao u poslovni svijet, radio je više nego ijedan rob pod bičem zadatka koji si je sam zadao. U dobi od 33 godine zaradio je svoj prvi milion dolara. Posvećujući svaku minutu budnosti svom poslu, dotjerao je dotle da je u četrdeset trećoj vodio najveće poslovne transakcije na svijetu. Kada je navršio pedeset i tri godine, postao je najbogatiji čovjek na svijetu i jedini dolarski milijarder. Da bi to postigao, unakazio je svoju sreću i zdravlje. Potpuno je očelavio, i to ne samo da mu je otpala sva kosa s glave već su mu otpale i gotovo sve trepavice i obrve. Jedan njegov biograf napisao je da je izgledao poput mumije. Njegov sedmični prihod bio je milion dolara, ali je njegova probava bila tako loša da je mogao jesti samo krekeri i mlijeko.

Poput škrca Scroogea iz Dickensove priče, John D. bio je osamljen poput raka. Jednom je priznao da je „težio da bude voljen“, ali nije shvatio da ljudi vole samo one ljude iz kojih zrači ljubaznost. Nedostajao mu je osjećaj za druge te je često bespomoćno gazio u blatu svoje strasti da zaradi što veće profite. Toliko je bio omražen na naftonosnim poljima u Pennsvlaniji da su ga ljudi koje je osiromašio vješali kao lutku te je od straha da mu se to ne dogodi u stvarnosti bio okružen tjelohraniteljima dan i noć. Veliko bogatstvo koje je sakupio nije mu pružilo ni mir ni sreću. Kad je, naime, pokušao zaštititi i kontrolisati taj svoj neuspjeli dio života, otkrio je da se time samo guši. Nije mogao spavati niti u bilo čemu uživati.

Kada su mu bile svega pedeset i tri godine, Ida Torbell je pisala o njemu: „Na njegovu licu održavala se jeziva starost. Izgledao je kao najstariji čovjek kojega sam ikada vidjela.“ Sui krekeri i mlijeko koje je tužno gutao nisu mogli držati u skladu njegovo mršavo tijelo i nemirnu dušu. Svi su uglavnom smatrali da neće preživjeti godinu, a novinari su imali spremne posmrtno govore u svojim ladicama.

Tada je John D. počeo razmišljati u dugim besanim noćima. Jedne je noći otkrio nešto strašno: **neće moći ponijeti sa sobom ni jedne pare u onaj drugi svijet!** Zahvatio ga je očaj i bespomoćnost kao i onog dječaka koji je posmatrao neumoljivu plimu kako nailazi da mu razori sve kule koje je sagradio u pijesku.

Prvi put u životu shvatio je da novac nije trgovačka roba koja se može zgrtati, već nešto što treba dijeliti za dobrobit drugih. Ujutro, poput spomenutog Scroogea, nije gubio vrijeme u preobražavanju svojega novca za blagoslov drugih. Počeo je pomagati vrijedne pothvate. Osnovao je svoju fondaciju tako da se jedan dio njegova bogatstva može dijeliti u siromašnim krajevima. Trebala bi nam cijela knjiga da opišemo blagostanje koje je proisteklo od mnogih stotina miliona dolara koje je slao univerzitetima, bolnicama, misijskom radu i milionima siromašnih ljudi. On je pomagao da se južne države oslobode svoje najveće ekonomske i zdravstvene pošasti - trakavice.

Kad god naša djeca ili mi sami primamo injekciju penicilina, moramo zahvaliti Johnu D. što su nam životi spašeni, jer je on pomogao svojim novčanim prilogom istraživanju tog čudesnog lijeka. Njegov je novac potakao mnoga istraživanja koja su spasila i još spašavaju milione ljudi od preuranjene smrti zbog malarije, tuberkuloze, difterije i mnogih drugih bolesti.

Nije mi cilj da iznosim u detalje blagoslove koje je svijet primio kada je John D. Rockefeller izmijenio tok svojih misli od želje za stjecanjem u želju za davanjem. Moja je svrha da vam kažem kako je promjena njegova mišljenja u odnosu na potrebe drugih, učinila čuda. Počeo je normalno spavati, pakost i mrtvačka ukočenost sebičnoga života nestali su iz njegova života a u dušu Johna D. ušli su izvori ljubavi i zahvalnosti od onih koje je pomogao, čovjek koji je bio odbojan i beživotan

vrvio je sada od pozitivne djelatnosti i živahnosti.

U dobi od pedeset tri godine izgledao je kao da neće proslaviti sledeći rođendan, no počeo je provoditi u život vječne Božje zakone te je požnjeo obećane blagodati. „Dajte, pa će vam se davati; dobra, zbijena, stresna i preobilna mjera iskrenuće vam se u skut...“

Iskusio je valjanost toga obećanja jer ne samo da je doživio svoj pedeset i četvrti rođendan, već je doživio i „dobru mjeru, preobilnu“ - doživio je, naime, devedeset osam godina.

Savremena psihijatrija takođe nailazi na mnogobrojne i valjane biblijske upute, koje govore da se treba okrenuti prema drugima, pomažući onima koji trebaju našu pomoć. Neki psihijatar piše: „Bez ljubavi gubimo volju za životom. Naša duševna i tjelesna vitalnost je oštećena, otpornost nam pada i podliježemo bolestima koje često završavaju fatalno. Možemo izbjeći smrti, ali ono što od nas ostaje ogoljelo je i otrcano životarenje, duhovno smo toliko osiromašeni da to jedva možemo nazvati poluživotom.“<sup>2</sup>

Poznati istraživači čovjekove naravi, Harry i Bonaro Overstreet napisali su: „... jedna od osnovnih činjenica čovjekova života je u tome da škrtost dovodi do praznog života.“<sup>3</sup>

Kao ljudska bića obraćamo vrlo veliku pažnju na svoje tijelo kroz medicinska istraživanja, gutajući mnoge vitamine uz tucet drugih pomagala, no vrlo smo slabo upoznati s nekim duševnim vježbama koje su nam potrebne za potpuno sretan i uspješan život. Idealno bi bilo kada bi takve vježbe počele već pri rođenju. Na nesreću, malo dijete se podučava da misli samo na sebe te u njemu raste osjećaj vlastite vrijednosti kada roditelji, baka ili djed trče do kolijevke svaki put kada ono zakrešti. Uzimaju ga u naručja, guraju mu u usta bočicu, varalicu, hodaju s njime po sobi, čine sve moguće kako bi ono shvatilo da mu Sunce, Mjesec i zvijezde stoje na raspolaganju da mu dadu odgovor na svaki njegov povik ili viku. Dijete se toliko pri vikne na to da se sve podvrgava njegovu plaču tako da s vremenom vrlo bistro usavršava svoju tehniku da održi sitniju interesa usmjerenu samo na njega, sve do mučnine.

Kao prvoškolac izjavljuje roditeljima da ga je neki manji dječak nazvao mekušcem. Kada ga zbog toga udari u lice i sruši na zemlju, otac „mekušca“ plješće i čestita mu: „Dobro si učinio, momče!“ Kada opet šestoškolac prigovara: „Taj me stari direktor škole kažnjava zbog sitnica!“ da li prosječan roditelj procjenjuje slučaj na temelju prigovora mladoga tužitelja? Moj otac nije nikada morao procijeniti moje prigovore, jer sam znao: ako sazna da sam bio kažnjen u školi, automatski ću dobiti batina i kod kuće. Možda bismo mogli nazvati mojega oca nerazumnim, no njegove isu metode mnogo pomogle da se spriječi moja uobraženost i sebičnost. Oni roditelji koji vječno bacaju blato na susjedov prag da bi svoj očistili, postavljaju opasan primjer koji će obavezno slijediti njihova djeca. Roditelji ne bi trebali kriviti svoju djecu što u sebi razvijaju neprijateljski stav i neljubaznu ličnost ako sto za ručanje postane sto za seciranje susjeda.

Naši naponi i novac prečesto su usmjereni prema unutra, da bi se razvio egoizam u našoj djeci. Kupujemo osmogodišnjoj Suzani skupe haljine koje ne može pokrivati porodični budžet, kako bi izgledala „ženstveno“, te kao i u Rosemarynu slučaju, razvijamo u njoj sebičan duh, kupujemo joj klavir i druge instrumente, plaćamo za učitelje muzike ali nikada se ne potrudimo da je podstaknemo kako bi trebala misliti na druge.

Moguće je pozitivno mišljenje prema vani - za druge. Možemo kupiti Suzani napola gotov kolač i podstaći je da ga ispeče za baku ili za umornu i bolesnu majku, njezine prijateljice. Ima li bolje investicije s tako malo novca što pruža Suzani toliko radosti koja će joj dati poleta kalko bi živjela radosnim životom - duševno zrela i zdrava? Najljupkije osobe 'koje sam upoznao jesu djeca koja daruju novac dobijen za bombone misionarima i siromašnima. Ako se djeca rano podučavaju da misle i na druge, neće, najvjerojatnije, u budućnosti skršiti srca roditelja i drugih.

Mudar je roditelj koji muka četrnaestogodišnjaka da ode nemoćnoj susjedi da joj pokosi travu, skupi lišće ili očisti snijeg. Nema boljega načina da bi se usadile vi mlada čovjeka društvene navike.

Otuda gdje se ja nalazim vidim da roditelji danas idu suprotnim pravcem kada kupe trogodišnjem Karlu pištolj i opasač s kapslima, koji puca na svakog prolaznika, time se privikava na ideju da će dobiti sve ono što želi nasiljem, čak i ubijanjem ljudi.

Budući da smo dopustili šestomjesečnom djetetu da se dere iz punih pluća, desetogodišnjaku da misli samo na igru, petnaestogodišnjaku da misli samo na sport, a djevojčici istih godina da pazi samo na modu i na ženstven izgled, tridesetpetgodišnjak misli samo na uspjeh u poslu, četrdesetpetogodišnjaci su pomalo umorni, pedesetpetogodišnjaci razočarani životom a šezdesetogodišnjaci su već potpuno dotučeni.

John D. Rockefeller dokazao je da uživati u zdravom životu može samo onaj koji daje a ne koji grabi samo za sebe. Kada su mu zahvalni građani Clevelanda čestitali, govorio im je iz vlastitog iskustva: „Obratite svoje misli na luzvišenije stvari života. Služite čovječanstvu. Okrenite svoje misli u kanale korisnosti; budite odlučni kako bi proizašlo nešto korisno iz vašega ličnog uspjeha. Neka vam pitanje uvijek glasi: 'Kakav će biti plod moje karijere? Hoće li ise time izgraditi bolnice, crkve, škole i sirotišta?! ...' Učinite sve što možete za blagostanje svojega bližnjeg i ako tako činite, uživat ćete u životu.“<sup>4</sup>

Rockfelleru je trebalo preko pola stoljeća bolesnog i bijednog životarenja da shvati, na mukotrpan način, jednu od osnovnih tajni stvarnoga života. Doista je žalosno što nije prije čitao i držao se zdravih opomena koje se nalaze u Knjizi nad knjigama:

„Onaj koji ne ljubi ostaje u smrti.“<sup>5</sup> „Svoje mišljenje uskladite s tuđim.“<sup>6</sup> „Nemojte biti snobovi već se stvarno zainteresirajte za obične ljude. Nemojte se držati samo vlastita mišljenja.“<sup>7</sup>

Nikome nije lako ostvariti takve upute vlastitom snagom. Savremena psihijatrija može biti vrlo bliska Bibliji u tome Sto ocjenjuje važnost usmjeravanja čovjekova mišljenja prema vani, ali sama psihijatrija ne može dati dostatnu snagu za ispravne motive iz kojih bi potekao tok koji tri mimoišao neugodne zapreke - kao npr. neugodan isnažan miris koji se Sirio iz čekaonice u novoj ordinaciji jedne noći. Širio se iz pelena koje nisu dugo vremena bile pošteno oprane prije nego su ponovo stavljene na dvomjesečno dijete. Majka djeteta, likom trideset godina stara, imala je već devet trudnoća i sedmero djece bilo je na životu. Bila je prljava, neuredna i sirota. U rukama je držala neke otrcane krpe koje je upotrebljavala kao pelene.

Sramota me priznati činjenicu, no da nije bilo Božje milosti u mojem biću, zamolio bih je, nakon pregleda djeteta da drugi put zatraži ljekarsku pomoć od nekog drugog a ne od mene. Da održavam u životu takvu porodicu u užasnim i prljavim okolnostima, bio je za mene prevelik duševni napor. Zašto da se onda ponovno vežem s njima?

No ipak sam se povezao. Kako bih inače shvatio da je fsus napustio nebesku slavu, sišao na zemlju jer sam ja trebao tjelesnu, duševnu i duhovnu pomoć? Došao je iako je zadah mojih grijeha bio neizdrživ za njega. Ne može se suditi vrijednosti cijene koju je platio da pomogne meni.

Da, psihijatrija me upozoruje na veliku važnost usmjeravanja mojega mišljenja prema drugim ljudima, no jedino mi Hrist može dati pravi poticaj za to. On me takođe opskrbljuje silom: „Ko hoće sačuvati svoj život, izgubit će ga, a ko izgubi zbog mene svoj život, naći će ga.“<sup>8</sup>

„... zbog mene...“ - u tome leži sila i tu je motiv koji nas može sačuvati od opasnog samoljublja i sebičnosti.



## 24. poglavlje

### NE TEŽI ZA MJESECOM

„Tata, hoću na Mjesec!“ Bile su to riječi moje trogodišnje Linde dok smo sjedili na otvorenoj terasi u Africi. Teško bismo je okrivili za takav zahtjev, jer je golem tropski mjesec izgledao vrlo blizu i podsjećao na začaranu zemlju. Oprezno sam i strpljivo objasnio Lindi da je Mjesec mnogo dalje nego što nam se čini. Zapravo, do tada još niko nije do njega stigao.

Lindina želja da ode gore bila je toliko snažna da joj je zatvorila vrata shvatanja bilo kakvim riječima razjašnjenja. Nastavila me je moliti s uzbuđenjem i posve je ignorirala moju bespomoćnost. Kada sam joj već dosadio dokazivanjima, briznula je u plač: „Tata, ti čak ne pokušavaš. Bodi, donesi sto ovamo. Na njega stavi drugi sto i onda na to sve stolice u kući.“

Konačno je dotjerala sebe i mene do zapanjene duševne mahnitosti. Moje posljednje riječi nisu bile ni slavne kao ni psihološki ispravne, no bile su vrlo djelotvorne: „Linda, ako me ne prestaneš gnjaviti radi tog svog mjeseca, dobro ću te izlupati!“

Kada se sada prisjećam njezinih napetih osjećaja, vrlo lako mogu razumjeti zašto je težnja za uzvišenijim položajem, zajedno s teškim razočaranjima, snažan faktor koji dovodi do mnogih duševnih poremećaja. Postoji Više nego mitološka povezanost između mjeseca i ludila.

Nazvat ćemo je Arlenom Traubel. Nije to jedna djevojka već spoj njih pet koje su bile moje pacijentice. Arlena je bila starija studentica te se nalazila na listi za predsjednika godine na univerzitetu, sve od vremena dok je bila još brucošica - težnja koja je bila identična onoj o odlasku na Mjesec. Potajno je uživala videći svoje ime u toj zavidnoj listi kandidata, ali je u starijim godinama počela osjećati kako lamamo opada. Pomisao da bi mogla biti izbrisana s liste kandidata nakon tolikih mučnih godina čekanja dovela ju je do zabrinutosti, panike i smanjila njezinu sposobnost da se koncentriše na učenje.

Tada je jednoga dana Arlena ušla u školsku ambulantu jer nije mogla više čitati. Mogla je izgovarati riječi ali nije bila u stanju da razumije njihovo značenje. Nakon nedjelju dana došlo je do malog poboljšanja. Svaki je dan povećavao njezinu brigu jer je smanjivao izgleda da postigne odlične ocjene.

Bila je uvjerena da nešto nije u redu s njezinim tijelom. Iako sam joj rekao da treba više opuštanja i igre kao i odustati od težnji za Mjesecom, vratila se kući gdje je bila temeljno pregledana u bolnici. Naoružala se ogromnim računima za bolnicu i dijagnozom „somatski konverzijski simptomi“, što riječima koje koštaju samo pet centi znači da je njezina nesposobnost za čitanje prouzrokovana duševnim uznemirošću i tjeskobom. Briga za ocjene odrazila se u simptomima povlačenja u sebe - i nesposobnošću čitanja.

Duševno uzbuđenje, koje nastaje zbog naših želja da se popnemo na Mjesec ili da postignemo nadmoćnost nad svojim bližnjim vrlo je često. Čuveni psihijatar, dr. Alfred Adler naučavao je da većina savremenih živčanih i emocionalnih poremećaja dolazi zbog težnje za moći.<sup>1</sup> Zato što se prosječan čovjek u svojoj ludoj želji za moći svakodnevno natječe s drugim za zemaljske ciljeve, njegov prosječni dan pun je promašaja, razočaranja, povrijeđenih osjećaja i često obrambenih zidova.

Kad sledeći put osjetite umor zato što je životna trka bila gruba i okrutna, zaustavite se i analizirajte događaje i razgovore proteklih sati. U devedeset i devet posto slučajeva otkrit ćete da je neko ispustio zrak iz vašeg napuhanog balona koji se zove JA. Trpimo od grubog postupka, duševnog umora, iscrpljenosti i bolesti, ne zbog posla već zbog toga što svjesno ili nesvjesno pokušavamo dokazati sebi i bližnjima kako su naše ideje superiornije, naša nauka najčišća, naša

crkva najbolja, naš grad najljepši, naša država najznačajnija, naša politička shvatanja jedino moguća da spase svijet od propasti, naša nogometna momčad mora pobijediti i naše, naše i naše... nazovite što hoćete i svadit ćemo se oko toga zaštićujući svoju stranu sve dok ne poplavimo i dokažemo svima kako smo mi jedini mudri na svijetu, a našim nestankom nestat će i mudrosti s lica Zemlje. Čudno je da već i prije nije izgorio osigurač u našem mozgu.

Prošle sedmice mladić je ušao u moju ordinaciju s krvarenjem u oku. Niko ga nije udario. Pukla je krvna venica u oku jer mu se previše podigao krvni pritisak dok je svirao visoke note na trubi. Sjetite se toga mladića kada drugi put poželite zatrubiti u svoju trubu.

Zar nije žalosno da smo prokleti zbog prirođenog poriva da se neprestano ludo utrkujemo kao sudionici u automobilskoj trci? U tom uzbuđenju da budemo prvi zaboravljamo na opasnost kojom izvrgavamo sebe i druge. Trkaći automobili, izlupani, oguljeni i oštećeni nisu ništa gori od osakaćenog čovječanstva koje je sikršeno mnogim bolestima Zbog životne trke za prestiž.

Evo tek nekoliko novozavjetnih opomena - ili savremenije ljekarskih recepata - koji mogu spasiti milione skršenih bića kada bi imala dovoljno vjere da ih progutaju i da postanu dio njihova organizma:

„Ne težite za pretjeranim idejama ili važnošću, već nastojte zdravo procijeniti svoje sposobnosti.“<sup>2</sup>

„Neka vaša ljubav bude savršeno iskrena ... dopustite jedan drugome da uživa u časti koju mu izražavate ... ne težite za uzvišenim mjestima već se dobrovoljno prilagodite poniznim situacijama; nemojte postati mudri u vlastitim očima!“<sup>3</sup>

„Ne težite za većim brojem učitelja... Molim vas! Zapamtite da ćemo mi učitelji biti mjereni mnogo oštrijim mjerama.“<sup>4</sup>

„Živite zajedno u skladu; živite zajedno u ljubavi, kao da svi imate jedan um i jedan duh. Nemojte činiti nešto iz motiva rivalstva ili osobne taštine već u poniznosti mislite više o drugome nego o sebi.“<sup>5</sup>

Prije nego su učenici razapeli svoj poziv za moći, koje dr. Adler naziva „ambicija ega“, njihov glavni cilj je bio za sticanjem vlasti i važnosti te da budu najveći u kraljevstvu. Govoreći o farizejima i zakonodavcima Isus je rekao:

„Sve što čine čine zato da ih vide ljudi. Zato raširuju svoje zapise i produbljuju svoje rese. Vole pročelje na gozbama, prva mjesta u sinagogama, pozdrave na javnim mjestima i da ih ljudi nazivaju 'rabbi'. Ne dopustite da vas nazivaju rabbi, jer imate samo jednog Učitelja, a svi ste braća! Nikoga na zemlji ne nazivajte svojim ocem, jer imate samo jednog Oca, onoga nebeskoga! Takođe ne dopustite da vas nazivaju vođama, jer imate samo jednog Vođu: Hrista! Ko je najveći među vama, neka vam bude sluga! Ko se uzvisi, bit će ponižen; a ko se ponizi, bit će uzvišen.“<sup>6</sup>

Naučavanje Isusa Hrista potpuno je suprotno svjetskoj filozofiji. On nas vrlo snažno opominje da ne težimo za vodstvom. Njegova poduka nam ne pruža izgovor za lijenost, već nas nuka da steknemo pravilne motive i da (korisno usmjerimo trošenje svoje energije. Isusovo učenje prevedeno na savremeni jezik glasi: „Nemojte žuditi da postanete glavni u društvu ili kandidat na listi predsjednika. Nemojte gubiti san jer čekate da vas izaberu za kraljicu ljepote, ne trudite se postati vođa u razredu, u nekom odboru ili bilo igdje drugdje. Važan je rad za sticanje obrazovanja, ali nemojte „produživati rese“ stavljajući titule pred svoje ime. U Božjoj knjizi jedini koji je veći od vas jest onaj koji služi drugima.“

Vratimo se natrag na medicinska razmatranja i možda ćete se upitati zašto bi čovjek koji se trudi za najboljim rezultatima trpio u svojem tijelu i umu, dok drugi, koji isto teško radi nema sličnih problema. Onaj koji teži za nedostiživim odličnim uspjehom i za prestižom zapravo kopa

kanal kojim bi usmjerio struju tuđe pažnje na sebe. Njegov egocentrični život iz kojega ne izlazi (korisna energija za druge bit će gorak i besmislen. Takav će trpjeti od trovanja vlastitim otrovima. Onaj koji ne sasluša biblijske opomene da se prilagodi „poniznim situacijama“, uskoro će otkriti kaiko se njegovi bližnji i oni koji oko njega žive i rade poduzimaju neophodna prilagođavanja prema njemu u takvom obliku koji može biti okrutan i nesmiljen. Stres koji će tada doživjeti prouzrokovaoće mu mnoge nevolje u umu i tijelu.

S druge strane, opet, čovjek koji provodi u život Božje upute, sačuvan je od mnogih tjelesnih inzulta. „Koji tvoj Zakon ljube, velik mir uživaju“, piše psalmista, „ni o što se oni ne spotiču.“<sup>7</sup> O ništa?! Ne mogu zamisliti veći šok od onoga kada čovjeka bace u vatru. A ipak znam ljude, a i vi ste za njih zasigurno čuli, koji su bili bačeni u vatru a iz nje izašli čak i bez mirisa od dima.

Svako se suočava s razočaranjima, ali hrišćanin ne bi smio biti nikada razočaran, često sam vidio kako se Stephen W. Paine suočava s razočaranjima i osobitim poteškoćama kao predsjednik koledža. Moja se duša osvježavala svaki put kada sam ga vidio kako govori: „Sve je u savršenom redu. Možda je Bog poslao nevolju da me drži poniznim.“ Čovjek koji tako shvata situacije neće olako posustati.

Postoji još jedna velika razlika između pojedinaca koji traže velike stvari samo za sebe i onoga koji svoju životnu energiju troši na Boga i širenje Hristova učenja. U poslovnom svijetu čovjek koji je sam sebi poslodavac ima samo vlastite izvore na koje se može osloniti kada se nađe u nevolji. Međutim, onaj koji je važan dio u velikoj korporaciji oslanja se na izvore poslovnog udruženja koje raspolaže milijardama dolara. Osjeća se sigurnim jer zna da se bez obzira na to što se dogodilo ne mora brinuti. Zar nije samo po sebi jasno da čovjek koji odano posvećuje svoju životnu energiju „preduzeću“ koje je vlasnik stoke na hiljadama brežuljaka, nafte iz miliona bušotina, posjeduje srebra, zlata i dragulja u milijardama sunčanih sistema, ima osjećaj sigurnosti i oslobođen je razočaranja i bolesti, što inače niko na ovom svijetu ne može učiniti.

Ne samo da je oslobođen briga, napada, suprotstavljanja i nezgoda koje dovode do razvoja bolesti, već mu je podarena ličnost koja ga čini zadovoljnim, a koju nemaju oni koji teže za „Mjesecom“. Prije određenog vremena čitao sam o mladoj ženi koja se željela upisati na fakultet. Njezino se srce sledilo kada je pročitala na upitnom arku: „Jeste li sposobni da budete vođa?“ Kako je bila vrlo savjesna, odgovorila je: „Ne“ i poslala upitnik teška srca. Nakon nekog vremena primila je službeno pismo koje je ovako glasilo: „Proučavanjem molbi za prijem na univerzitetu i upitnih aralka ustanovljeno je da će ove godine naš fakultet imati 1452 potencijalna vođe. Prema tome primamo vas jer smatramo potrebnim da takvi vođe imaju bar **jednog** sledbenika.“

Živimo u vrijeme kada nije teško naći osobe koje bi rado bile glavne kuharice, no malo ih je koje bi prale suđe. Uvijek se nađe nekoliko stotina djevojaka koje bi se htjele uočiti na paradi ljepotica, ali ih je tek desetak koje su voljne ukrasiti takvo vozilo. Preduzećima nikada nije nedostajalo stolarskih šefova, no moraju mučno tragati za ljudima koji bi zakucavali eksere i pilili daske.

Medicinske statistike upozoravaju da će grob mahnitog direktora preduzeća kopati jedan običan kanalski radnik zviždeći pritom veselu melodiju. Možda u težnji za dostignućima nismo dovoljno oštroumni. Priznajem, mora biti uzbudljivo juriti na Mjesec u tapeciranoj svemirskoj kapsuli. Ali ta kapsula podsjeća na tapeciranu ćeliju u duševnoj bolnici.

Isus je jednom rekao nešto što malo ljudi shvata ozbiljno jer je toliko daleko od našeg svjetovnog mišljenja kao što je nebo daleko od zemlje. „Blago krotkima jer će baštiniti zemlju!“<sup>8</sup> Lakše nam je vjerovati da će krotki nakon smrti naslijediti nebo, no Isus nas pokušava uvjeriti da će

krotki naslijediti zemlju, i to sada ovdje. Proučavajte živote krotkih ljudi koje poznajete i primijetite kako stvarno posjeduju sve što je vrijedno dok su na ovoj zemlji.

S malo analize shvatit ćete zašto krotki baštine zemlju. Bili su pažljivi i obazrivi prema vašim interesima, nerado govorili o nekim svojim velikim dostignućima a brzi su bili da vam čestitaju i na vašim manje uspješnim pothvatima. Godinama su se uvijek smiješili i klimali glavom na vaše dosjetke. Da, rado biste im dali i ono što sami posjedujete. Zemlja doista pripada njima.

Evo jednog uzroka njihovih molitava s nešto ironije: „Gospode, sačuvaj me da ne budem brbljav i da me ne drže ideje kako moram uvijek sebe isticati u bilo kojem predmetu razgovora. Oslobodi me želje da zabadam svoj nos u tuđe poslove i da ih ispravljam. Nauči me lekciju da sam ponekad i ja u krivu. Učini da mogu drugima pomoći, ali ne šefovati. S mojim ogromnim rezervoarom mudrosti i iskustva izgleda mi da je šteta ako to sve ne iskoristim. No, ti Gospode, znaš da ja želim na kraju imati i nekoliko prijatelja. Amin.“

Isus je rekao: „... krotki će baštiniti zemlju ...“ Benito Mussolini i Adolf Hitler nisu u to vjerovali jer su je pokušali uzeti silom. Niko nije živio nesretnijim životom od njih niti je umro gadnijom smrću.

Kako ćemo kontrolisati taj unutrašnji poriv za moći, tu „egoističnu ambiciju“? Dr. Adler je pokušao ukrotiti tu snažnu egoističnu silu kako bi se mogla upotrijebiti sa širokim osjećajem čovjekoljublja koju takođe posjedujemo.<sup>10</sup>

Nukao je svoje pacijente da se drže zlatnog pravila: „Ljubi bližnjega svoga kao samoga sebe.“<sup>11</sup>

Slabost Adlerova plana bila je u tome što je uočio samo poriv za moći, a to je tek jedan simptom naše tjelesne naravi, kao što je Freud usredotočio svoju pažnju na drugi značajni simptom - čovjekov snažan seksualni i požudni poriv.

Nevolja s Adlerom i Freudom je u tome što su se bavili samo simptomima tjelesne prirode mjesto da terapiju usmjere na uzrok. Kada čovjek umire od meningitisa, malo će pomoći liječenja simptoma glavobolje s nešto aspirina ako se ne napadne sama zlokobna infekcija.

Biblija usmjeruje terapiju na **uzrok** simptoma: na tjelesnu čovjekovu narav. „Oni koji pripadaju Hristu Isusu razapeli su svoje tijelo s njegovim strastima i požudama.“<sup>12</sup>

Umjesto skupih i čestih, ali i slabo uspješnih posjeta psihijatru, pozvani smo od Gospoda da dođemo do krsta na kojem bi se trebao razapeti uzročnik nevolja. Kada zabijemo čavle u svaki onaj detalj koji je Bog označio da treba uništiti, tada Bog, zbog Hrista, uništava u nama onu staru sebičnu narav koja podržava egoistične ambicije i pokvaren i požudan život. „I dok je Hrist doslovno uzeo na sebe grijeh svih ljudi, Bog je tada osudio tu grešnu narav.“<sup>13</sup>

„Zato je i Isus trpio izvan vrata da posveti narod svojom krvi. Iziđimo, dakle, k njemu izvan tabora noseći njegovu sramotu.“<sup>14</sup>

Ako pođete izvan vrata, iznad čovjekova mišljenja i njegovih doktrina, da razapnemo tog stvaraoca zla i bolesti, staru sebičnost, bit ćete u stanju reći zajedno s Pavlom: „S Hristom sam razapet na krst: živim - ali ne više ja, nego Hrist živi u meni.“<sup>15</sup>

## 25. poglavlje „DVIJE SU DUŠE U GRUDIMA MOJIM...“

Jezivo okrutno ubistvo dogodilo se jedne ljetne večeri prije nekoliko godina. Joseph Ransler pošao je kući svoga brata koji je radio u noćnoj smjeni. Posjetio je bratovu ženu koja je, kako je poslije izjavio, „bila u kratkim hlačicama i grudnjaku kao obično.“ Nekoliko sati kasnije Joseph ju je silovao, te da prikrije svoj zločin, zadavio nju i njezinu malu kćer. Žrtve okrutna zločina našao je Josephov brat kada se vratio kući s posla.

Nakon sedmosatnog preslušavanja u policijskoj stanici Joseph Ransler je priznao i izjavio: „Šta nagoni čovjeka da se tako ponaša? Želim se moliti Bogu i sve ostalo i u sebi osjećam kako bih želio biti najbolji hrišćanin na svijetu. Ali u stvarnosti sam manijak i ne mogu kontrolisati taj svoj vanjski dio života. Ne znam zašto je to tako?“ Nije mnogo napredovao slušajući onaj unutrašnji glas savjesti, jer ga je policija hapsila već nekoliko puta.

Njegovo priznanje, međutim, da u njemu postoje dvije sile, jedna ikoja ga nuka na dobro a druga na zlo, vrijedna je naše pažnje. Sigmund Freud je shvatio da postoji aktivan sukob u čovjekovom umu zbog prisutnosti tih dviju oprečnih sila. Freudova škola, psihoanaliza, naime, vjeruje da je taj sukob u čovjekovu mozgu uzrok većine njegovih duševnih poremećaja.

U jednom poglavlju spomenuli smo da je dr. Karl Menninger prihvatio postojanje tih dviju unutrašnjih sila i naziva ih „instinktom života“ i „instinktom smrti“. Instinkt života u čovjeku nastoji očuvati život, dok instinkt smrti teži da ga uništi kao i živote drugih ljudi. Menningerova knjiga o samoubistvima nosi prikladan naslov „Čovjek protiv sama sebe.“<sup>1</sup>

Ljudi koji stoje na rubu duhovne provalije često osjete neku unutrašnju silu koja ih želi baciti u dubinu. Obično su svjesni u isto vrijeme i druge sile koja ih zadržava da ne učine takav korak.

Zbog snažne sile zla koja se nalazi u čovjeku koja ga želi uništiti, nije čudo da se u Sjedinjenim državama počini devetnaest hiljada samoubistva, a da ne spomenemo mnoge koji uspiju prikazati samoubistvo kao nesretan slučaj i one hiljade koji pokušaju samoubistvo bez uspjeha.

Carla Junga, osnivača škole psihologije, iznenadila je činjenica da su uzroci neuroza borba između dvije zaraćene strane koja ise odigrava u mozgu: „Ono što tjera ljude da ratuju sami sa sobom jest intuicija ili spoznaja da se njihova svijest sastoji od dviju osoba koje su u oprečnosti jedna s drugom. Sukob može biti između senzualnog i duhovnog dijela čovjeka ... To je ono što je Faust mislio kada je rekao: 'Dvije su duše u grudima mojim!' Neuroza je razdvajanje ličnosti. Liječenje bi se moglo tretirati kao religiozan problem.“<sup>2</sup>

Robert Louis Stephenson u knjizi Dr. Jekyll i gosp. Hyde zapanjujuće je opisao čovjeka koji je u jednom trenutku bio opsjednut dobroćudnom naravi dr. Jekylla a sledećeg trenutka zahvatila bi ga zla i ubistvena narav gosp. Hydea.

Savremeni psiholozi i psihijatri mogu nam dati vrlo jasan odgovor na pitanje koje je postavio seksualni manijak i ubica Joseph Ransler: „Što čini čovjeka da se tako ponaša?“ I mnogi drugi ljudi osjećaju tu dvostrukost - prisutnost dviju unutrašnjih sila, jedna dobra a druga zla. Mnogi takođe priznaju da je u njima jača sila zla. Možda ne moraju visjeti zbog svojih nedjela, no često moraju objesiti svoj obraz postidi.

S malo analize svoje svijesti, svaki od nas može osjetiti prisutnost dviju oprečnih sila u sebi; posebice je lako uočiti tu dvojnost kada trebamo donijeti odluku moralnog karaktera. Nije ugodno imati dva bojovnika koja se tuku i stvaraju metež na našem umnom tavanu.

Četiri hiljade godina prije nego je psihijatrija uočila važnost dviju sila u čovjeku. Bog je

opisao taikav sukob u drami koja je opisana u prvoj knjizi Biblije.<sup>3</sup>

Avramu i njegovoj ženi Sari Bog je obećao sina preko kojega bi svi narodi na Zemlji bili blagoslovljeni. Kako su godine prolazile. Sara, je već toliko ostarjela da je mislila kako je Bog zaboravio na svoje obećanje. Odlučila je pomoći Bogu time što bi posudila svoju ropkinju Hagaru Avramu, kako bi mogli postići obećanje koje im je Bog dao o nasljedniku čiji bi potomci postali blagoslovom cijelome svijetu. Avram je pristao na tu ljudsku shemu bez savjetovanja s Bogom. U određeno vrijeme ropkinja je rodila sina kojega je nazvao Išmael.

Sada je Avram postao uzvišen jer je u kući imao sina i nasljednika. Bog je mogao upotrijebiti i Išmaela da ispuni svoje božanske ciljeve. Držeći Išmaela na svom krilu i brinući se s nježnošću za njega kroz cijelo djetinjstvo, stari je Avram osjetio snažnu naklonost prema svom jedinom djetetu. On je omotao konce svojega srca oko Išmaela.

Kad je Išmaelu bilo trinaest godina, Bog je zaprepastio sretnog oca javivši mu da Išmael, rođen od ropkinje, nije onaj preko kojeg će blagosloviti svijet. Poručio mu je da će mu njegova devedeset godina stara, izmoždena žena Sara roditi sina preko kojega će biti ispunjeno dano obećanje. Pomisao da bi trebao odbaciti Išmaela, ljubimca svoga srca, uvelike je uznemirila Avrama koji je zaklinjao Boga: „... oh, neka tvojom milošću Išmael poživi!“<sup>4</sup>

Kako je Bog poznao Išmaelovu narav i unaprijed videći ubistvene namjere u njemu i njegovu potomstvu, nije mu mogao uslišati molbu. Kada je Avram shvatio da Bog neće promijeniti svoju odluku, prihvatio je božanski plan. Vjerom je na čudesan način rođen sin Avramu i Sari, koji bijahu već ostarjeli i nazvahu ga Isak.

Godine su prolazile i sukob između ta dva u osnovi različita Avramova sina i njihovih majki postade žestok i opasan po život. Avramova duša je patila - kao što je i duša neobraćena čovjeka opterećena sukobom dviju zaraćenih strana koje vojuju u njegovu biću. Jednog bi trenutka Avramov um bio odvučen molbama dobroga sina Isaka. Tada hi se sledećeg trena njegova svijest trгла nad zahtjevima Išmaela, za koje je anđeo prorekao da će biti sin požude i mržnje. Avram je vrlo svjestan tih dviju oprečnih sila koje su djelovale pod istim krovom, kao što je i ubica Ransler osjetio djelovanje sile i dobra i zla u sebi.

Kako je Bog vidio da se u Išmaelovu srcu razvija takva mržnja koja bi mogla dovesti i do ubistva, pozvao je Avrama i rekao mu da mora Išmaela izbaciti iz kuće. Izbaciti svog prvorođenog sina, ljubimca svoga srca, sedamnaestogodišnjeg mladića? Bez sumnje je Avram gorko plakao nad zapovijesti, no ipak je vjerujući poslušao. Bilo je bolje proliti nekoliko suza na Išmaelovu odlasku nego mnogo više nad ubistvom Izaka, sina preko čijeg je potomstva treba doći Hrist. No trebali bismo se sjetiti da su Avramove suze nad Išmaelom bile rezultat njegova djelovanja protiv Božje volje.

Pavle nam govori da su ta dva Avramova sina simboli dviju naravi u tjelesnom čovjeku: „Vi, dakle, braćo, vi ste kao Izak djeca obećanja. Ali kao što je onda onaj koji je rođen po tijelu progonio onoga koji se rodio po duhu, tako biva i sada. A što veli Pismo? 'Izbaci ropkinju i njezina sina, jer sin ropkinje nipošto neće biti nasljednik sa sinom slobodne!' Tako, braćo, nismo djeca ropkinje, nego slobodne.“<sup>5</sup>

„Jer tijelo žudi protiv duha, a duh protiv tijela. Da, to se dvoje međusobno protivi tako da ne činite što biste htjeli.“<sup>6</sup>

U pismu Rimljanima Pavle opisuje dvije ratničke sile u njegovu umu prije nego ih se oslobodi posredstvom Svetoga Duha.

Dramatično opisuje veću silu tijela devetnaest stoljeća prije rođenja psihijatrije!

„Ne razumijem sam sebe, želio bih doista činiti dobro, ali ne mogu; činim pak ono što ne

želim, ono što mrzim. Ne mogu si pomoći, jer to zapravo ne činim ja, nego grijeh u meni, koji je jači od mene te me primorava da činim zlo. Znam da sam potpuno iskvaren, što se tiče moje stare grešne naravi. Što god počnem, nikako ne ispada dobro. Želio bih, ali ne mogu.

Kada pak *zaželim* učiniti dobro, ne mogu; a kada pokušam izbjeći zlo, ipak ga na kraju počinim. Ako činim ono što ne želim, jasno mi je odakle dolazi nevolja: grijeh me još uvijek drži u svojoj šaci. Čini mi se da je to kao neko pravilo života: kada hoću učiniti dobro, neizbježno činim zlo. Rado činim Božju volju, na šta me navodi moja narav. Ali nešto se drugo nalazi duboko u meni, u mojoj su naravi niske pobude, koje ratuju s mojim umom i pobjeđuju u borbi, zarobljuje me grijeh, koji je još uvijek u meni. U mislima želim biti poslušan Božji sluga, a umjesto toga još se uvijek nalazim u ropstvu grijeha.

Uviđate li kako je to: moj novi život me navodi da činim dobro, ali stara narav, koja je još uvijek u meni, ljubi grijeh.“<sup>7</sup>

Tu je navedeno najveće čovjekovo pitanje svih vremena. Avram, apostol Pavle i seksualni manijak, ubica Ransler suočili su se s njim. Svako će kad-tad postaviti neko važno pitanje, ali ni jedno neće biti toliko važno kao ovo: „Ko će me izbaviti od robovanja tim smrtnim, niskim pobudama?“ Ako tu pogriješimo u traženju odgovora, tada ćemo živjeti pogrešno cijeloga života.

Ne možemo reći da odgovora nema. Različna učenja pojedinih psihijatrijskih škola daju različit odgovor - što je prilično očevidan dokaz da ni jedan nije istinski djelotvoran. I još nešto, te različite škole bave se pretežno samo simptomima. Postoji, međutim, **lijek** za agoniju u kojoj se čovjek nalazi.

## 26. poglavlje OSLOBOĐENI OD SMRTNE AGONIJE

„Ko će me osloboditi od robovanja tim smrtnim, niskim pobudama?“ Pitanje koje je već davno postavio apostol Pavle postavljaju danas milioni ljudi. To je pitanje uznemiravalo i dva psihijatra - muža i ženu - dok su se savjetovali u svojoj ordinaciji u Chicagu. Raspravljali su na koji bi najbolji način mogli osloboditi pacijenta od vrlo ozbiljne situacije.

Dr. Lena Sadler zamolila je svoga supruga dr. Williama Sadlera da pregleda jednog njezinog pacijenta, „profinjenu i vrlo obrazovanu“ ženu. Pacijentkinja nije uopšte odgovarala ni nakon njihovog zajedničkog pokušaja i savjetovanja. Dr. William Sadler je rekao svojoj ženi kako ne može očekivati neko vrijeme poboljšanje „dok se duševni život njezine pacijentkinje ne sredi i ne odstrane mnogobrojne smetnje iz njezina života.“ Na pitanje koliko on misli da bi trebalo vremena da se ona na taj način sredi odgovorio je: „Vjerovatno godinu dana, ako ne i više.“

Neka dr. William Sadler svojim riječima ispriča što se dogodilo.

„Zamislite moje iznenađenje kada je ta pacijentica ušla u moju ordinaciju nakon nekoliko dana i obavijestila me kako su sve njezine tegobe nestale, i ono u što me prije nekoliko dana uvjeravala da se nikako ne može dogoditi, dogodilo se, te se sve ono što sam joj rekao da učini kao dio svoga liječenja pokrenulo - posve je preispitala svoj društven, porodični i lični život i dala mnogo „priznanja“, te je postigla nekoliko gotovo nemogućih duševnih i moralnih akrobacija.

Na moje pitanje 'Pa kako ste samo mogli sve to postići, tu promjenu u svom duševnom stavu prema samoj sebi i ostalima u svijetu u svega sedmicu dana?', odgovorila mi je sa smiješkom: 'Doktorica Lena me je naučila da se molim!'“<sup>1</sup>

Bez daljnih, dugih, iscrpljujućih i skupih seansi u ordinaciji psihijatra, žena je priznala svoje grijehе Bogu i ljudima. Tada je trenutno iskusila promjenu i osvježenje kao i ispunjenje Hristova obećanja: „Ostavljам vam mir; mir, i to svoj, dajem vam. Ja vam ga ne dajem kakav svijet daje. Neka se ne uznemiruje i ne plaši vaše srce!“<sup>2</sup>

Dr. Carl Jung takođe je shvatio važnost Boga u liječenju bolesnog čovječanstva.

„Želio bih svratiti vašu pažnju na sledeće činjenice. Kroz proteklih trideset godina ljudi iz svih civiliziranih naroda na zemlji tražili su savjet od mene. Liječio sam stotine pacijenata... Od svih mojih pacijenata, oni koji su već bili u drugoj polovini života - to znači preko trideset i pet godina - nije bilo ni jednoga čiji problem u krajnjem slučaju ne bi bio u traženju religioznog načina života...“

Čini mi se da je u korak s opadanjem vjerskog života rastao broj neuroza... Pacijent traži nešto što će ga posjedovati i dati mu smisao i oblik u zbrci neurotskog uma. Je li ljekar sposoban za takav zadatak? On će vjerojatno prepustiti pacijenta svećeniku ili filozofu ili ga posve napustiti što je osobito slučaj u današnje vrijeme... čovjekova misao ne može pojmiti neki sistem ili konačnu istinu koja bi pacijentu dala ono što mu treba da bi se održao u životu: a to je vjera, nada, ljubav i spoznaja...

Ima ih međutim, koji, iako su dovoljno svjesni duševne naravi svojih poteškoća, ipak odbijaju da se obrate svećeniku. Ne vjeruju da bi im on mogao pomoći. Takve osobe nemaju pouzdanja ni u ljekara iz istog razloga, pa se opravdavaju činjenicom što i ljekar i duhovnik stoje pred njima praznih ruku - i što je još gore - praznih riječi... Od duhovnika a ne od ljekara bolesnik treba očekivati takvu pomoć.“

Freud, Adler i Jung uglavnom se slažu da mnogi duševni poremećaji dolaze zbog sukoba između unutrašnjih sila dobra i zla. Freud je naglasio **seksualnu prirodu** takve sile, a Adler je istakao **okrutan poriv** tjelesne naravi za isticanjem, moći i vlasti, dok je Jung prisposodobio zlo u čovjeku **divljem, bijesnom vuku**.

Godine 1930. specijalisti psihosomatske medicine počeli su shvatati da su mnoge **bolesti tijela** uzrokovane zavišću, ljubomorom, egocentričnošću, zlovoljom, strahom i mržnjom. **Isti osjećaji koje i Biblija navodi kao attribute naše divlje naravi. Prema tome jasno nam je kako većina duševnih poremećaja i tjelesnih bolesti u čovjeka dolazi od djelovanja unutrašnje sile zla.** Razumljiva je nedjelotvornost ljudskih sredstava da oslobodi čovjeka od prirođene zle naravi koja je Inko čvrsto povezana s njime kao što je truplo bilo u drevna vremena povezano s osuđenim zločincem, koji ga je ubio.

Pavle je sam našao odgovor na svoje pitanje:

„Zahvaljujem Bogu što postoji izlaz iz te situacije preko Isusa Hrista, našega Gospoda.“<sup>4</sup>

„...dok je Hrist stvarno uzeo na sebe grijehе ljudi, Bog je tada osudio tu grešnu narav. Tako da ne živimo više po nalogima svoje griješne naravi, već u poslušnosti poticajima Duha.“<sup>5</sup>

„Ako Hrist doista živi u vama, njegova prisutnost upozorava da je vaša grešna narav mrtva...“

Svojom smrću i uskrsnućem Isus nije automatski izbavio svakoga čovjeka od robovanja njegovim niskim pobudama. Tu slobodu je stavio na raspolaganje onima koji ispune ove božanske uslove:

„Ako pomoću Duha Svetoga uništite svoju grešnu narav i njezina zla djela, živjećete...“

„Tako da ne živimo više po nalogima svoje grešne naravi, već u poslušnosti poticajima Duha.“

„I oni koji pripadaju Hristu Isusu razapeli su svoju grešnu narav sa svim požudama i



željama.“

„Usmrtite tada one djelove svojega bića koji pripadaju zemlji - bludnost, požudu, nečistotu, zle težnje, okrutnu gramzljivost koja nije drugo nego idolatrija.“

„No sada i vi odbacite gnjev, požudu, zlobu, kletve, prljave razgovore - prekinite s time! Prestanite lagati jedan drugome, jer ste likvidirali staru narav s njezinim djelima i obukli ste se u novu narav, koja se neprekidno obnavlja u obličje njezina Stvoritelja i proširuje joj se spoznaja o Bogu.“<sup>11</sup>

Billy Graham je izrazio naš udio u tom procesu: „Tek kada dođemo do volje, dolazimo zapravo do srži pokajanja. Mora postojati ta odluka da se odbaci grijeh - promijeniti odnos prema sebi samom, prema grijehu i Bogu; dakle potrebno je promijeniti osjećaje, volju, stav i cilj... Ne postoji ni jedan stih u Svetom pismu koji bi govorio da možeš biti hrišćanin i živjeti kako ti se sviđa.“<sup>12</sup>

Pavle nam govori da je Avram zajedno sa svoja dva sina pod istim krovom simbol dviju sila koje se nalaze u čovjekovom umu. Tu istinu Pavle primjenjuje i na nas: „A što veli Pismo? 'Izbaci... sina!'“ Boljelo bi nas rastati se od dijela naše naravi koja nam je pružila takozvane životne radosti. To bi značilo odreći se nekih navika, nekih prijatelja, svojeg načina rada i mišljenja. Sagledajmo to ozbiljno - žalosno je iskustvo pozdraviti se na rastanku sa svim svjetovnim užicima, prijateljima i navikama ikoje je Bog označio da se odbaci. Nije to, međutim, odbacivanje vrijednih radosti, već onih koje su rođene, poput Išmaela, izvan Božje volje za naš život.

„Obećajem vam“, odgovori Isus, „niko ne napušta dom, brata ili sestru, majku ili oca ili djecu, imovinu zbog mene ili evanđelja a da ne dobije nazad sto puta više već u ovom, sadašnjem životu... a u budućem vječni život.“<sup>15</sup>

Isus je znao da će nas boljeti kad se budemo odricali tjelesnog načina življenja, ali obećava da ćemo primiti već suda i ovdje sto puta veće vrijednosti. Njegova je izjava razumljiva kada shvatimo od kakvih smo svih mogućih duševnih i tjelesnih bolesti oslobođeni, što postizemo kada se s Božjom pomoći oslobodimo onog uznemiritelja koji je s nama rođen.

Možda ćemo proliti koju suzu dok se budemo opraštali sa svojim starim životom i njegovim privlačnostima, ali će nam ta žalost izgledati beznačajan trenutak kada jednom poslije iskusimo radost njegova uskrsna života i silu koja će nas obuzeti: „Postali ste, naime, dio njega te ste, tako reći, umrli s njim kada je i on umro; sada s njime dijelite nov život i uskrsnut ćete kao što je i on uskrsnuo. Vaše stare zle želje pribijene su na krst zajedno s njim, onaj dio vašega bića koji žudi za grijehom skršen je i smrtno ranjen, tako da vaše tijelo koje voli grijeh, nije više pod nadzorom grijeha, nije više rob grijehu.“<sup>10</sup>

Podrediti svoju volju božanskoj volji može izgledati kao neki negativni postupak, ali daje pozitivne rezultate. Psiholog Wallace Emerson piše: „Volja je ta koja nakon što se oslobodi gazde, postaje konačno nešto kao gazda u vlastitoj kući...“ Tek onda kada i mi učinimo svoj dio u razapinjanju onog unutrašnjeg uznemirivača, i kada otvorimo vrata da Hrist zauzme prijestolje našega bića, možemo iskusiti stvaran život, novu snagu i vitalnost, unutrašnji mir i ispunjeno obećanje ...,nijedna od tih bolesti...“