



FAKTET LAKURIQ

39

pyetje për seksin
që prindërit
shpresojnë të mos
ua bëni kurrë

XHOSH MEKDAUELL
dhe Erin Dejvis

**FAKTET
LAKURIQ**

FAKTET LAKURIQ

39

pyetje për Seksin
që prindërit shpresojnë
të mos ua bëni kurrë

XHOSH MEKDAUELL
dhe Erin Dejvis

Përkthyes: Florenc Mene
Redaktor letrar: Agesil Qiriazi

Vargjet biblike janë përkthyer direkt nga teksti në Anglisht. Thekset në disa prej vargjeve janë kryesisht nga autorët e librit.

Përgatiti për botim: Afrim Karoshi
Design: Botime M&B
Fotografia në kopertinë: © Gjergji dhe Marinela Çomo
Fotograf: Kukaphotography.

© Josh McDowell Ministry, a ministry of Campus Crusade for Christ, Inc., a California non-profit religious corporation. 2001 West Plano Parkway, Suite 2400, Plano, TX 75075, U.S.A.

Botuar në anglisht nga: Moody Publishers.
820 N. LaSalle Blvd., Chicago, IL 60610, U.S.A.

ISBN 978-99956-851-8-8

© *Botimet Jeta e Re - Për botimin në gjuhën shqipe.*

Asnjë pjesë e këtij materiali nuk duhet të riprodhohet, të vihet në një sistem ose të transmetohet në çdo formë apo mënyrë (elektronike, fotokopje, incizim apo ndonjë mënyrë tjetër) pa marrë më parë leje me shkrim nga botuesit. Për kontakt na shkruani në adresën:

BOTIMET
Jeta e Re



info@botimetejetes.com

www.botimetejetes.com

Rr: "Themistokli Gërmenji", Nr. 6, Tiranë.

Ia kushtoj

*Shonit, Stefanisë, Skotit, Shonës, Kellit, Majkëllit, Pipit, Kejtit,
Xherrit, Kunit, Beketit, Hethërit, Davidit, Brenës dhe Dotit.*

Familja ime

PËRMBAJTJA

NË VEND TË PARATHËNIES	9
LE TË IA FILLOJMË	11
1. A janë e njëjta gjë vetëpërmbytja dhe pastërtia?	15
2. Pse Perëndia dhe Bibla janë kaq kundër seksit?	17
3. Pse e krijoi Perëndia seksin, në fund të fundit?	19
4. Si mund ta përcaktojmë “dashurinë”?	24
5. Ku e ka fjalën Bibla, kur thotë: “Perëndia është dashuri”?	29
6. Cili është organi më i fuqishëm seksual i njeriut?	32
7. A mund të prekë seksi trurin?	36
8. A nuk i ka eliminuar shkenca e sotme SST-të dhe infeksionet?	41
9. Cila është SST-ja më e përhapur?	44
10. A marrin femrat më tepër SST se meshkujt?	49
11. A është e vërtetë se të rinjtë marrin më tepër SST se çdo grupmoshë tjetër?	51
12. Nuk është seks i sigurt kur përdorim prezervativ?	57
13. Edhe nëse asnjëri prej ne të dyve s’ka simptoma, mund të marrim gjithsesi SST?	62
14. Mund të marr injeksion ose antibiotik nëse infektohem me SST?	65
15. A është e vështirë të infektohesh me SST?	67
16. A mund të lidhen SST-të me sëmundje të rënda, si kanceri?	72
17. A nuk është seks i sigurt kur përdorim pilula kontraceptive?	74

18. Si mund të shmang infektimin me SST?	77
19. Ka ndonjë lidhje mes seksit paramartesor dhe shëndetit mendor?	80
20. A ka problem po të bësh seks anal?	84
21. A është seksi oral vërtet seks?	86
22. A mund të bëj seks oral dhe të ruaj virgjërinë?	88
23. A s'është më i sigurt seksi oral?	91
24. A s'është seksi një akt privat mes dy individësh?	93
25. A s'është më mirë po të bashkëjetojmë në fillim?	97
26. A s'është seksi paramartesor përgatitje shumë e mirë për seks të kënaqshëm në martesë?	102
27. Por seksi është i mahnitshëm! Si mund të jetë i gabuar?	105
28. Por hormonet i kam tepër të forta, apo jo? A është realiste të pres?	107
29. E kam humbur virgjërinë. Mos është tepër vonë për mua?	111
30. A është gabim të bësh sexting?	115
31. Si mund të falem dhe të ndihem i/e falur?	118
32. Si mund të di nëse dikush më do?	121
33. Si mund të njoh vullnetin e Perëndisë?	124
34. Si mund të them JO?	126
35. Kur është shumë larg?	132
36. Çfarë t'u them atyre që më detyrojnë për kompromis?	135
37. Si do të më ndikojë pornografia në jetën seksuale?	138
38. A është problem masturbimi?	143
39. Si t'ia bëj, nëse më duket se nuk e ndaloj dot sjelljen e mëkatshme?	146
 VAJZAVE, NGA ERIN DEJVIS	150
DJEMVE, NGA XHOXH MEKDAUELL	152
SHËNIM PËR DREJTUESIT E TË RINJVE	154
PYETJE PËR DISKUTIM	156
MIRËNJOHJE	163

NË VEND TË PARATHËNIES

PO PËRGATTËSHIM PËR TË FILLUAR NDESHJEN E FUTBOLLIT me miqtë e mi, te një fushë afër liqenit artificial të Tiranës. Kur na vjen një djalë, dukshëm në hall, dhe na kërkon ndihmë për të tërhequr makinën e tij nga gropa ku kishte ngecur. Na u deshën rreth 15 minuta për ta nxjerrë makinën nga balta, duke e shtyrë.

Nuk e pyetëm për arsyet përse kishte guxuar ta fuste makinën në atë copë rrugë të pashtuar, me gropa e llucë, por errësira, vajza e re që kishte me vete në makinë që rrinte e heshtur dhe e turpëruar, na e komunikuan arsyen. Djali na falënderoi. Më shumë sesa për ndihmën, m'u duk se na falënderoi që ia mundësuam një dalje nga "balta" pa përfshirë të njohur në histori. Një falënderim që e ndihmuam të mbulojë të vërtetën e gjecjes në baltë... të paktën për atë rast!

Shumë njerëz, shpesh për shkak të mungesës së njohurisë, e ngatërrojnë veten me skutat e errëta e pa dritë të marrëdhënieve fizike të pashëndetshme.

Perëndia e ka krijuar lidhjen intime për ta shijuar! Asnjë surprizë në këtë mes - përveç atyre që surprizohen se medemek Zoti s'paska lidhje me këtë temë. Por Perëndia gjithashtu ka dhënë sugjerime se si kjo fushë, në vend që të keqpërdoret dhe të krijojë probleme, mund të jetë një

mundësi për marrëdhënie të shëndetshme, marrëdhënie ku nuk është e nevojshme të fshihesh e të rrish në errësirë. Sepse pastaj, dalja nga “balta” - turpi, faji, marrëdhënie të dëmshme, sëmundje, shtatzëni të padëshiruara, nuk është e lehtë.

Ndaj vendosëm ta përkthejmë dhe ta botojmë këtë libër. Është i drejtpërdrejtë! Drejt e në temë. Disa prej nesh ndoshta do të “turpërohemi” nga temat. Disa të tjerë do ta konsiderojnë të vonuar trajtimin e kësaj teme. Por duket me vend të kemi informacionin e duhur. Të dimë të vërtetën! Dhe të mos ngelim në moçalin e turpit që nuk shlyhet as për një jetë të tërë.

Ndaj lexojeni, shpërndajeni dhe mos kini turp të jetoni me integritet - për të mirën e gjithsecilit prej nesh! Dhe të shoqërisë ku jetojmë!

LE T'IA FILLOJMË

RAKELA ËSHTË RRITUR NË KISHË. U bë e krishterë në moshën dhjetëvjeçare. Prindërit dhe pastori i kanë lënë gjithmonë përshtypjen se seksi është gjë e keqe. Tani, ajo është në vit të parë në kolegji dhe duket se seksi është e vetmja gjë për të cilën duan të flasin vajzat në konvikte. Madje dhe disa nga shoqet e konviktit të krishterë flasin për seksin sikur të mos ishte ndonjë gjë e madhe. Rakela po fillon të vrasë mendjen: “Ç’është gjithë kjo zhurmë kur bëhet fjalë për seksin?”

Niku ka dëgjuar shumë gjëra për seksin. Është një temë për të cilën pastori i të rinjve i mëson së tepërmi (madje, më shumë se ç’duhet, sipas mendimit të Nikut). Niku po bëhet burrë dhe hormonet duket sikur po i këlthasin që të bëjë seks. Ai ka arritur në përfundimin se, nëse Perëndia s’do të donte që Niku të bënte seks, nuk do t’i kishte dhënë dëshira kaq të forta seksuale. Ka arritur në përfundimin se s’është realiste të presë derisa të martohet.

Ana e do Jezusin. Deri para pak kohësh ishte aktive me grupin e besimtarëve që njeh dhe, një herë në javë, punonte vullnetare në një kopsht. Në një çast pasioni, Ana me të dashurin bënte seks. Më pas, dukej sikur vetëm ziheshin. Javën e kaluar, u ndanë. Tani, Ana është zemërthyer. Ka hequr dorë nga të gjitha veprimtaritë në kishë dhe ndihet larg Perëndisë. Dëshiron që të gjejë falje, por i vjen shumë turp t’i tregojë

ndokujt, e aq më pak Perëndisë, për mëkatin e vet. Ajo e di se çfarë thotë Bibla për faljen, por pyet veten nëse do t'ia falë dot ndonjëherë Perëndia mëkatin e saj seksual.

Arta nuk ia ka idenë se çfarë thotë Perëndia për seksin. Asaj nuk i intereson Perëndia tani për tani. Por ka vënë re, se përfshirja në marrëdhënie seksuale, me persona të ndryshëm, sikur ia trazon shpirtin. Pas çdo marrëdhënie, kënaqësia e përkohshme zëvendësohet me shqetësim, frikë e pasiguri. A është kjo dashuria – thjesht përfshirje seksuale me dikë për të cilin ke ndjenja pozitive? Në fund të fundit, çfarë thotë Zoti në lidhje me këtë situatë?¹

Po të kishim pyetur Rakelën, Nikun, Anën dhe Artën që të na tregonin të vërtetën e Perëndisë për seksin, do të hutoheshin. Në një kulturë ku seksi është gjithkund dhe ku pastërtia e ka humbur kuptimin, të rinjtë, përfshi dhe ata në kishë, detyrohen të përballen me tundime të jashtëzakonshme seksuale, pa kuptuar të vërtetën e Perëndisë për këtë çështje.

KËRKIM PËR PËRGJIGJE

Fjala “seks” ka 338 milion kërkime në Google në muaj. Kjo përbën më tepër se 4 miliardë kërkime në vit, që e bën seksin një nga pesë fjalët më të kërkuara në histori.^{2 *}

Meqë adoleshentët përbëjnë pjesën më të madhe të përdoruesve të internetit, kjo prirje zbulon dy gjëra: 1) kur vjen puna te seksi, adoleshentët kanë pyetje dhe 2) përgjigjet i kërkojnë në vendin e gabuar.

1 Përshkrimi i Artës nuk gjendet në tekstin original. I është shtuar tekstit nga botuesi. Personazhi i shtuar është më afër realitetit shqiptar dhe nuk ndryshon rrjedhën thelbësore të librit.

2 “What Are the Most Googled Words in the World?” /webUpon.com/search-engine.

* Shënimet më të përditësuara janë të disponueshme në internet në www.josh.org.

Hulumtuesi i krishterë Xhorxh Barna (George Barna) i etiketoi adoleshentët e sotëm si “Brezi mozaik”, për shkak të prirjes së tyre që të marrin copëza të vogla informacioni

Bibla nuk është e heshtur për temën e seksit.



nga shumë burime për të krijuar përkufizimin e tyre për të vërtetën.³ Kjo filozofi e tipit “çfarëdo gjë që funksionon” ka depërtuar në çdo përmasë të vendimmarrjes së këtij brezi, sidomos në vendimet e tij për seksin. Për shkak se mozaiket përziejnë elemente të shumë bindjeve të ndryshme, besimi duket se ka pak ose aspak ndikim në qasjen e tyre ndaj seksit.

Kur hulumtuesit pyetën këtë grup moshe nëse kopjojnë, shohin pornografi në internet, eksperimentojnë me drogat dhe alkoolin, ose bëjnë seks, 53 për qind e adoleshentëve, ndjekës të mësimave të Jezusit, pranuan të paktën një prej këtyre sjelljeve në tre muajt e fundit, krahasuar me 59 për qind të jobesimtarëve.⁴

LE TË FLASIM

Qartazi, seksi është një temë për të cilën duhet të flasim. Nga miliarda njerëz që kërkojnë përgjigje për seksin, shumë prej tyre bëjnë një pyetje të rëndësishme: “Pse të pres?” Ndoshta edhe ti po bën pikërisht të njëjtën pyetje. Ndoshta dëshiron të dish përse duhet ta ruash seksin deri në martesë dhe si mund të thuash jo ndërkohë.

³ George Barna, “The Church and the Mosaic Generation,” *Homiletics Online*. homileticsonline.com.

⁴ Dave Kinnaman, “The Mosaic Generation,” *Enrichment Journal* (vjeshtë 2006). enrichmentjournal.ag.org.

Ndoshta ti je prind, pastor, drejtues i të rinjve, ose mësues dhe ndihesh i papërgatitur për t'u përgjigjur pyetjeve të të rinjve për seksin dhe për t'u mësuar përse standardi i Perëndisë për pastërtinë seksuale ia vlen të zbatohet në një kulturë ku gjithçka është e pranueshme.

Asnjë pyetje nuk është e ndaluar.



Ke ardhur në vendin e duhur. Dua që të dish se çfarë thonë Perëndia, mjekësia dhe logjika e shëndoshë për seksin.

Ja pse synova që ky libër të ofrojë përgjigje të ndershme, të drejtpërdrejta dhe intime për pyetjet kryesore që bëjnë nxënësit për seksin, dashurinë dhe marrëdhëniet. Asnjë pyetje nuk është e ndaluar. Pas pesëdhjetë vitesh komunikimi me më tepër se 10 milionë të rinj, kam mësuar se çelësi që, në fund fare, çon në martesë dhe familje të lumtura, është njohuria, jo padija.

Përgjigjet e kulturës për pyetjet e tua për seksin, nuk do të përcjellin tek ju të vërtetën, por kjo nuk do të thotë se s'mund të gjenden përgjigje. Bibla nuk hesht për temën e seksit. Ja pse do të përdorim si udhërrëfyes Fjalën e Perëndisë në përpjekjen që t'u përgjigjem pyetjeve të tua më urgjente për dashurinë dhe intimitetin.

Prandaj, merr një karrige, dhe ulu. Porosit një makiato (unë do të marr një Koka-Kola dietike) dhe rehatohu. Le të flasim për seksin.



1 A janë e njëjta gjë vetëpërmbajtja dhe pastërtia?

“Vetëpërmbajtja” është bërë britma
e betejës së qasjes besimtare ndaj

seksit – madje dhe disa programe laike kanë filluar që të përfshijnë vetëpërmbajtjen si “alternativë”, si pjesë e një programi më të gjerë për seks më të sigurt. Por çfarë është saktësisht vetëpërmbajtja? Dhe ç’vend zë ajo në planin e Perëndisë për seksin?

Vetëpërmbajtja nënkupton thjesht shmangien e disa gjërave. Mund të zgjedhësh të mos hash disa ushqime të veçanta, ose të mos kryesh disa veprimtari ose aktivitete. Kur vjen puna te edukata seksuale, përkrahësit e mesazhit të vetëpërmbajtjes dëshirojnë që të rinjtë t’i thonë “jo” seksit.

Në mënyrë të habitshme, të krishterët s’janë të vetmit që të shtyjnë të ushtrosh vetëpërmbajtje. Anëtarët e grupit studentor të Harvardit, “Revolucioni i Dashurisë së Vërtetë”, nxisin bashkëstudentët që t’i thonë “jo” seksit, mbi baza argumentesh që lidhen me filozofinë, biologjinë dhe marrëdhëniet.⁵ Çdo vit, qeveria federale shpenzon miliona dollarë për programe që përkrahin vetëm vetëpërmbajtjen.⁶

5 Shih Revolucionin e Dashurisë së Vërtetë. truelovereolution.wordpress.com.

6 Sharon Jayson, “Abstinence Message Goes beyond Teens,” *USA Today* (October 31, 2006). usatoday.com/news.

Madje, edhe organizata Prindërimi i Planifikuar (Planned Parenthood) përkrah vetëpërmbytjen si sjellje që parandalon në mënyrë të efektshme shtatzëninë dhe sëmundjet seksualisht të transmetueshme (SST).⁷

Bota e pranon se ekzistojnë arsye të forta pse të ushtrosh vetëpërmbytje në lidhje me seksin, por Perëndia nuk na bën thirrje thjesht për vetëpërmbytje. Ai na bën thirrje për pastërti. Po atëherë, çfarë është pastërtia?

Kjo është një pyetje që ua kam bërë studentëve për vite me radhë. Mjerisht, asnjëherë s’kam gjetur ndonjë që të jetë në gjendje të përcaktojë pastërtinë. E merrni dot me mend?

As edhe një person të vetëm. Madje, as pastor. Pastërtia është një ndër konceptet më të bukura në Bibël, por duket sikur askush s’e di ç’kuptim ka.

Dua që të kuptosh pastërtinë, pasi nuk është ajo që mendon. Kur të kuptosh pastërtinë, kjo do të të ndryshojë rrënjësisht mënyrën se si mendon për seksin.

Pastërti do të thotë (... je gati për këtë?)... “të jetosh sipas synimit fillestar”.

Në çdo fushë të jetës, nëse po jeton ashtu siç ka modeluar Perëndia që të jetosh, je i pastër. Nëse nuk po jeton siç të ka modeluar Perëndia që të jetosh, je i papastër.

Pastërtia është

përkushtim për të

jetuar sipas synimit të

Perëndisë.



Vetëpërmbytja është zakon, por edhe rregull. Në parim: Mos bëj seks!

Ndërsa pastërtia është virtyt. Nuk është thjesht zgjedhja që të shmangësh seksin. Është përkushtim për të jetuar sipas

7 Prindërimi i planifikuar. plannedparenthood.org/health-topics.

synimit të Perëndisë. Pastërti do të thotë t'i thuash jo seksit, por vetëm në mënyrë që të jesh në gjendje të përjetosh seksin brenda marrëdhënies martesore plot dashuri që krijoi Perëndia.

PP **2 Përse Perëndia dhe Bibla kanë një qëndrim kaq negativ ndaj seksit?**

Meqë kultura jonë po përkrah gjithmonë e më shumë seksin pa kufij, pikëpamja e Perëndisë për seksin duket gjithnjë e më tepër radikale. Meqë mesazhi i kulturës po bëhet gjithmonë e më tepër pro seksit, shumë njerëz e interpretojnë mesazhin e Perëndisë për seksualitetin si antiseks. *E vërteta është krejt ndryshe.*

Kur vjen puna te pikëpamja e Perëndisë për seksin, shumë njerëz, përfshi dhe të krishterë, e kanë marrë qasjen serioze të Perëndisë ndaj kësaj teme si negativizëm ndaj saj. Në fakt, Perëndia e merr shumë seriozisht seksin. Por përshkrimi që na jep ai për seksualitetin është më i thellë, më i gjallë dhe... madje... më seksi.... se pikëpamja që na mëson kultura. Madje, besnikëria ndaj planit të Perëndisë për seksualitetin çon në seks shumë më të kënaqshëm, sesa përjetimet seksuale që përkrah bota.

Nga e dimë se Perëndia është pro seksit? Nga tabloja e gjallë e seksit që përshkruan ai në Fjalën e vet.

Në Fjalët e Urta, shkrimtari flet për një takim fizik që është i kënaqshëm dhe dehës (Fjalët e Urta 5:19). S'ka asnjë mesazh anti-seks këtu! Por s'mbaron me kaq.

Kënga e Këngëve është plot me përshkrime të nxehta skenash dashurie mes mashkullit dhe femrës. Libri rrëfen historinë e dy të dashuruarve të kredhur plotësisht në kënaqësinë për njëri-tjetrin. Poezia e bërjes së dashurisë është e gjallë dhe emocionuese, dhe Perëndia e përfshiu në Fjalën e vet të shenjtë.

Në Dhiatën e Re, apostulli Pal rekomandon seksin e shpeshtë për çiftet e martuara. Mesazhi i qartë është se Perëndia e krijoi seksin për kënaqësinë tonë dhe për lavdinë e vet.

Madje, *s'ekziston asnjë varg i vetëm në Bibël që e quan seksin "të mëkatsbëm" apo "të ndyrë"*. Vargjet që citohen shpesh për t'i dhënë seksit ngjyra negative nuk flasin aspak për seksin. Ato flasin për shpërdorimin e seksit jashtë modelit të Perëndisë.

Perëndia e krijoi seksin si dhuratë që duhet ndarë

Perëndia dëshiron që seksin ta përjetojmë në nivelin më të lartë.



mes bashkëshortit dhe bashkëshortes. Si modeluesi fillestar, Perëndia e krijoi këtë përjetim seksual që të ishte më emocionuesi dhe më i kënaqshmi. Mesazhi i Perëndisë për seksin nuk

është: “Mos e bëni, sepse është mëkat ose i gabuar”. Mesazhi i tij është: “Prisni deri në martesë – sepse seksi sipas këtij modeli është kaq i mrekullueshëm sa ia vlen të mbrohet.”

Për të krishterët që e kanë të vështirë të kuptojnë planin e Perëndisë për seksin, pyetja e vërtetë nuk është: “Pse Perëndia ka një qëndrim kaq negative ndaj seksit?”, por “A është vërtet i mirë Perëndia?”

Plani i Perëndisë për seksin përvijohet qartë në Shkrimet. Ai dëshiron që të shijojmë seksin, por na kërkon të presim derisa të martohejmë. Bota mëson se kërkesa e Perëndisë për

pritje përbën provë se ai dëshiron që të na mohojë atë që është e mirë për ne. Por kjo s'ka aspak lidhje me të vërtetën.

Jeremia 29:11 jep këtë premtim: “Sepse unë i di planet që kam për ty”, shpall Zoti, ‘plane për të të begatuar dhe jo për të bërë keq, plane për të të dhënë shpresë dhe një të ardhme’”.

Psalmi 31:19 thotë: “Sa të shumta janë gjërat e mira që ke rezervuar për ata që të druhen, dhe që ua jep në sy të të gjithëve atyre që gjejnë strehë te ti”.

Dëshira e Perëndisë është të na japë gjëra të mira. Kufinj të që i cakton ai seksit janë për mbrojtjen, jo për privimin, tonë. Bota mund t'i shohë kufinj të seksualitetit si negative, por e kundërta është e vërtetë. Perëndia nuk është kundër seksit. Ai është kaq pro tij, sa që dëshiron që çdo mashkull dhe femër ta përjetojë seksin sipas modelit origjinal të tij.

Nëse zgjedhim t'i besojmë Perëndisë, kur premtim se ka rezervuar gjëra të mira për ne, mund të përqafojmë lirisht planin e tij për seksin, duke ditur se ai dëshiron që seksin ta përjetojmë në nivelin më të lartë.



3

Pse e krijoi Perëndia seksin, në fund të fundit?

Bibla na jep tri arsye të veçanta për seksin. E para, mund të të duket e njohur, por vazhdo leximin. Plani i Perëndisë për seksin nuk është aq i mërzitshëm, sa mund të të duket.

#1: RIPRODHIMI

Ndoshta, e di tashmë arsyen e parë pse e krijoi Perëndia seksin. Quhet riprodhim, pra, lindje bebesh.

Në Zanafilla 1:28, Perëndia ua zbuloi këtë arsye për seksin Adamit dhe Evës, kur tha: “Jini të frytshëm dhe shumohuni; mbushni tokën dhe nënshtrojeni.”

Perëndia na ka dhënë një aftësi tejet në ngjasim me të për të krijuar jetë përmes aktit të seksit. Fillimi i këtij vargu na thotë se Perëndia synonte që rezultatet e seksit të ishin bekim. Kur fëmijët lindin nga përkushtimi për gjithë jetën që ka burri me gruan, ky bekim është i jashtëzakonshëm!

Sigurisht, është e mundur që bebet të lindin edhe jashtë martese. Por krijimi i jetës është një nga gjërat më të mahnitshme që do të bësh ndonjëherë. Ai meriton të kremtohet pa turpin dhe shpërqendrimet e momentit të gabuar, brenda kufinjve të një martese që nderon Perëndinë.

#2: UNITETI

Si qenie njerëzore, jemi krijuar me një dëshirë të thellë për intimitet. Dëshirojmë shumë që të lidhemi me njerëzit e tjerë dhe me Perëndinë. Perëndia e krijoi këtë dëshirë brenda nesh. Pjesë e synimit të tij për seksin është dhe përmbushja e kësaj nevoje për lidhje personale.

Është provuar shkencërisht se seksi krijon lidhje mes dy

*Perëndia dëshiron që
seksi të jetë gefff!*



njerëzish, por nivelet më të thella të lidhjes dhe intimitetit mund të arrihen vetëm duke ndjekur planin e Perëndisë për seksin.

Zanafilla 2:24 thotë: “Kjo shpjegon arsyen pse burri lë babanë dhe nënën e vet dhe bashkohet me të shogen, dhe të

dy bashkohen në një të vetëm” (New Living Translation).

Kjo pjesë thotë se lidhja mes burrit dhe gruas bëhet kaq e fortë, sa ata bëhen “të bashkuar në një”. Me fjalë të tjera, bashkohen kaq ngushtë së bashku, saqë nuk i shqit dot.

Shkrimtari i Zanafillës e dinte me intuitë atë që shkenca ka vërtetuar kohët e fundit. Hulumtuesit kanë zbuluar një hormon të quajtur oksitocinë, ose “hormoni i përqaftimit”.⁸ Oksitocina është një kimikat që lëshon truri gjatë seksit dhe gjatë veprimeve që çojnë drejt seksit. Kur lëshohet ky kimikat, shkakton ndjenja përkujdesjeje, besimi dhe dashurie të thellë. Ky kimikat lëshohet edhe kur nëna i jep gjë foshnjës së vet. Qëllimi i tij është të krijojë një lidhje ose dashuri të thellë njerëzore.

Sa herë që bën seks me dikë, trupi ka një reagim kimik që i thotë: “ngjitu”. Perëndia krijoi mjetin për të përmbushur dëshirën tënde për intimitet në nivelin biologjik; por ka dhe një kleçkë. Hulumtimet kanë provuar se synimi i Perëndisë për intimitetin arrihet në nivelin maksimal mes dy bashkëshortësh, pa partnerë të tjerë seksualë.

Një anketim i Universitetit të Çikagos zbuloi se çiftet e martuara monogamike shënojnë nivelet më të larta të kënaqësisë seksuale. Sipas anketimit, 87 për qind e gjithë çifteve të martuara monogamike raportojnë se janë “jashtëzakonisht” ose “shumë” të kënaqur fizikisht nga marrëdhënia e tyre seksuale dhe 85 për qind e tyre janë “jashtëzakonisht” ose “shumë” të kënaqur emocionalisht.⁹ Me fjalë të tjera, oksitocina po vërshton pa hesap në trurin e shumë çifteve të martuara! Vlen të shënohet se më pak

8 Susan E. Barker, “Cuddle Hormone.” oxytocin.org/cuddle-hormone/index.html.

9 Edward O. Laumann, e të tjerë. *The Organization of Sexuality: Sexual Practices in the United States* (Chicago: University of Chicago Press, 1994), 363–65.

të kënaqurit (si fizikisht, ashtu dhe emocionalisht) janë ata beqarë dhe të martuar që kanë shumë partnerë.

Një rishikim i punës së gjatë kërkimore të kryer nga Qendra Kombëtare për Statistikat Shëndetësore dhe Universiteti i Merilandit konstatoi se gratë që e ruajnë seksin për martesë përballen me një rrezik jashtëzakonisht më të ulët divorci se ato që janë seksualisht aktive përpara martesës.¹⁰ Kur ndjekim planin e Perëndisë për seksin, jemi në gjendje të formojmë një lidhje me bashkëshortin/en që është e vështirë të këputet (të kujtohet si tha Zanafilla se kjo ndodhte kur “të dy bashkohen në një?”).

Kur presim deri në martesë për të bërë seks, formojmë një nivel intimiteti të pashoq.

#3: ARGËTIMI

Kemi vërtetuar se Perëndia është pro seksit dhe se dëshiron gjëra të mira për ty. Ja prova: një nga arsyet pse e krijoi seksin Perëndia është për kënaqësinë tonë. Po, ashtu është! *Perëndia dëshiron që seksi të jetë qejf!*

Këtë e shohim qartë në Fjalët e Urta 5:18-19: “Gruaja

*Perëndia e krijoi seksin
për dobinë tonë dhe për
laudinë e vet.*



jote qoftë burim bekimi për ty. Gëzohu në gruan e rinisë sate. Ajo është dre i këndshëm, drenushë e hirshme. Kënaqu gjithmonë me gjinjtë e saj. Qofsh

gjithmonë i magjepsur nga dashuria e saj” (NLT). E nxehtë, apo jo? Kjo pjesë thotë se burri duhet të marrë kënaqësi

10 Joan R. Kahn dhe Kathryn London, “Premarital Sex and the Risk of Divorce,” *Journal of Marriage and the Family*, 53 (1991), 845–55.

nga trupi i së shoqes. Në origjinal, pjesa thotë pak a shumë kështu: “U dehsh nga seksi i saj”. Perëndia synonte që seksi të ishte emocionues dhe kënaqësindjellës.

Është e vërtetë se seksi jashtë martese mund të jetë qejf, por nuk mund të arrijë kurrë nivelin e kënaqësisë dhe qejfit që marrim kur i qëndrojmë besnikë planit të Perëndisë për seksin.

Sërish, hulumtimet provojnë se plani i Perëndisë çon në seksin më të shkëlqyer. Shumica e studimeve madhore tregojnë një lidhje të fortë mes martesës monogami dhe kënaqjes seksuale. Po këto studime vënë në dukje se gratë që kryejnë aktivitet të hershëm seksual dhe ato që kanë pasur shumë partnerë janë më pak të kënaqura me jetën e tyre seksuale, sesa gratë që kanë hyrë në martesë me pak ose aspak përvojë seksuale. *USA Today* e quajti këtë punë kërkimore “hakmarrja e zonjave të kishës”.¹¹

Bota mëson se seksi pa kufij është më i kënaqshmi, por puna kërkimore ka provuar atë që mëson gjithmonë Fjala e Perëndisë. Perëndia dëshiron që të kënaqemi me seksin. Kur i qëndrojmë besnikë planit të tij për seksualitetin, zbulojmë një nivel kënaqësie dhe qejfi të pashoq.

Atëherë, pse e krijoi Perëndia seksin? Qartazi, e krijoi për dobinë tonë dhe për lavdinë e vet. Kur seksi shijohet sipas planit të Perëndisë, rezultati është i mahnitshëm! Kur dalim jashtë kufinjve që ka caktuar Perëndia për jetën seksuale, kënaqësia dobësohet, intimiteti zhvlerësohet dhe bekimet që kishte ndërmend Perëndia si rezultat i takimeve tona seksuale mund të çohen dëm.

11 William R. Mattox, Jr., “Aha! Call It the Revenge of the Church Ladies,” *USA Today* (11 shkurt 1999). usatoday.com.



4 Si mund ta përcaktojmë “dashurinë”?

Shumica e të rinjve, djem apo vajza qofshin, pohojnë se rënia në dashuri është arsyeja për fillimin e marrëdhënies seksuale. Qartazi, dashuria është motivuese e fuqishme sjelljeje, por shumica prej nesh e kanë të vështirë të përcaktojnë se ç’është dashuria.

Dashuria mund të jetë tema më e përfolur, më e përmendur në libra dhe më e kënduar në gjithë historinë. Që nga filmat, e deri te muzika apo poezia, gjithkush duket se ofron një përcaktim të ndryshëm të dashurisë.

- “Dashuri është kur s’ke kurrë nevojë të thuash ‘më fal’” – nga filmi *Histori dashurie* [*Love Story*].
- “Dashuria është folje” – teksti i këngës së DC Talk.
- “Dashuria është pasion, fiksion, dikush pa të cilin s’jeton dot” – nga filmi *Takohuni me Xho Bllekun* [*Meet Joe Black*].
- “Dashuria është miqësi e zjarhtë” – nga filmi *Burri i përsosur* [*The Perfect Man*].

Shumica e përcaktimeve të dashurisë janë të dobishme për tekste këngësh të kapshme ose për skenarë filmash romantikë, por a pinë ujë në botën reale? Kur i zbatojmë në marrëdhëniet dhe përjetimet tona seksuale, a e dimë se ç’është vërtet dashuria?

Dashuria është një nga konceptet më të ndërlikuara dhe më të fuqishme në botë e, megjithatë, kam vënë re se shumë pak njerëz duket se e kuptojnë. Përcaktimi i dashurisë është

hap kyç për të kuptuar synimin dhe planin e Perëndisë për seksin. Tek e fundit, nëse s’përcakton dot dashurinë, nga ta dish nëse ke rënë *vërtet* në dashuri? Nëse s’përcakton dot dashurinë, si mund ta dish nëse po *dashurobesh*? Nëse s’përcakton dot dashurinë, si ta dish nëse ke *vërtet* një marrëdhënie intime dhe plot dashuri? Nëse s’përcakton dot dashurinë, si mund të *shprehësh* dashurinë përmes seksit? S’e bën dot.

Për të kuptuar plotësisht ç’është dashuria, le të shohim se çfarë s’është ajo.

DASHURIA NUK ËSHTË NDJENJË.

Kur ishe i vogël, mamaja mund të të urdhëronte të haje perimet (ky është veprim), por s’të urdhëronte dot që të të pëlqenin (kjo është ndjenjë). Kur u kërkoj njerëzve të përcaktojnë dashurinë, shumica më thonë se është ndjenjë. Por dashuria s’mund të jetë ndjenjë, pasi emocionin nuk e urdhëron dot. Mund të urdhërosh vetëm një veprim ose vendim.

Kush mund të na urdhërojë të duam? Perëndia; ai jo vetëm që mundet, por edhe e bën!

Gjoni 13:34 thotë: “Po ju jap një urdhërim të ri: duajeni njëri-tjetrin. Siç ju kam dashur unë, kështu duhet të doni dhe ju njëri-tjetrin”.

Efesianëve 5:25 shprehet: “Burra, t’i doni gratë tuaja, ashtu siç deshi Krishti kishën dhe dha veten për të.”

Qartazi, dashuria është më tepër se ndjenjë. Është një seri zgjedhjesh. Kur zgjedhim të dashurojmë, emocionet mund të na transformohen, por dashuria shprehet me vepra të vullnetit.

DASHURIA NUK ËSHTË SEKS.

Kultura na mëson se “dashuria” dhe “seksi” janë fjalë të ndërkëmbyeshme dhe se seksi është mjet matës që vlerëson nëse ke rënë ose s’ke rënë në dashuri. Më tej, ajo na mëson se seksi është përbërës i domosdoshëm për një marrëdhënie dashurie. Por Fjala e Perëndisë na jep një përcaktim të dashurisë që s’ka të bëjë fare me seksin. Në mënyrë të padiskutueshme, seksi dhe dashuria *nuk* janë e njëjta gjë.

Çfarë është ajo që e bën kaq të lehtë të ngatërrojmë seksin me dashurinë? Ju kujtohet, te përgjigjja ime në pyetjen 3, u shpreha se, gjatë aktivitetit seksual, truri lëshon oksitocinë, një “hormon përqaftimi”

*Seksi dhe dashuria
nuk janë e njëjta gjë.*



që ngjall ndjenja përkujdesjeje, besimi dhe dashurie të thellë. Ajo “ndjenjë” e kombinuar me përpjekjen e kulturës popullore për të shitur seksin dhe dashurinë si një paketë të vetme, mund të shtyjë shumë vetë që të mendojnë se seksi është baras me dashurinë. Meqë e dimë tashmë se dashuria nuk është ndjenjë dhe mund të arrijmë në përfundimin se përcaktimi i dashurisë nga bota është më së tepërmi kontradiktor, pa dyshim, seksi *nuk* është dashuri.

Meqë Perëndia e krijoi seksin që të na lidhte me njëri-tjetrin, kur zgjedhim të kryejmë seks jashtë martesës, kjo na i kthen marrëdhëniet përmbys dhe na i pëstjellon emocionet deri në atë pikë sa njeriu mund të keqinterpretojë seksin si dashuri. Kur ndjekim planin e Perëndisë, dashuria mes mashkullit dhe femrës është formuar tashmë *përpara* se të hyjë në ekuacion seksi.

Nuk është shprehje dashurie kur zgjedh të plotësosh nevojat e çastit tani, duke anashkaluar planin e Perëndisë

për seksin. Dashuria e vërtetë pret deri në martesë për të të mbrojtur ty dhe partnerin nga rreziqet e mundshme të seksit jashtëmartesor dhe të siguron një të ardhme ku seksi shijohet në nivelin maksimal.

PËRCAKTIMI I DASHURISË SIPAS PERËNDISË

Fjala e Perëndisë na ofron një përcaktim të qartë të dashurisë. Këtu, më ndiqni teksa gjurmojmë fjalën “dashuri” nëpër një sërë pjesësh biblike, për të gjetur një përcaktim aq të fuqishëm, sa të ndikojë rrënjësisht në mënyrën si jetojmë.

Në Mateu 22:39, Jezusi thotë: “Duaje të afërmin si vetveten”.

Si të duam të tjerët? Ashtu siç duam veten. Kjo pjesë nuk e ka fjalën për dashurinë narciziste dhe egoiste. Vetën e duam duke u siguruar vazhdimisht që të plotësojmë nevojat që kemi. Kështu, dashuria e vërtetë dëshiron të përmbushë nevojat e të dashurit të vet.

Efesianëve 5:28-29 (versioni ESV) ofron një tjetër të dhënë drejt përcaktimit hyjnor të dashurisë. Ajo thotë: “Në të njëjtën mënyrë, burrat duhet të duan bashkëshortet si trupin e vet. Ai që do gruan e vet, do vetveten. Sepse askush s’e urreu mishin e vet, por e ushqen dhe kujdeset për të, njësoj siç bën dhe Krishti me kishën.”

Si e duam saktësisht veten? Duke e ushqyer dhe duke u kujdesur me dashuri për të. Nëse e dua veten në mënyrë biblike, atëherë do ta ushqej veten që të arrijë pjekurinë nga ana fizike, shpirtërore, mendore dhe në marrëdhënie. Nëse e dua veten me të vërtetë, do të përkujdesem dhe do të mbroj veten nga çdo gjë që pengon këtë proces rritës.

Fjala e Perëndisë na siguron përcaktimin më të thjeshtë të dashurisë: të mbrojtë dhe të sigurojë. Gjithmonë, pa

përjashtim, dashuria e vërtetë kërkon më të mirën për të dashurin. Motivimi i saj është gjithmonë “të mbrojë dhe të sigurojë”.

Ku futet seksi në përcaktimin e dashurisë nga Perëndia? Kur seksi kryhet vetëm brenda martesës, përbën një mënyrë të mirë për të përmbushur nevojat fizike dhe emocionale

*Motivimi i dashurisë
është gjithmonë “të
mbrojë dhe të sigurojë”.*



të partnerit. Por, jashtë martesës, seksi të ekspozon ty dhe partnerin ndaj rrezikut.

Kur zgjedh të kryesh seks jashtë martese, nuk arrin të mbrosh partnerin (dhe veten) nga mundësia e pasojave

shkatërrimtare, si shtatzënia e paplanifikuar, SST-të, ndjenjat e fajit, zemërthyerja dhe mospërmbushja e synimeve.

Kur veprojmë jashtë planit të Perëndisë, vijat ndarëse mes dashurisë dhe seksit megjulohen. Mos i ngatërro ndjenjat e këndshme me dashurinë. Dhe mos e ha gënjeshtren se seksi është mënyra më e mirë për t'i shprehur dashurinë personit që do. Perëndia e planifikoi seksin për në martesë për mbrojtjen tonë. Kur lumturia, siguria, rritja shpirtërore dhe shëndeti i tjetrit janë po aq të rëndësishme për ty, sa dhe të tuat (madje, aq shumë sa dëshiron që ta mbrosh nga dëmtimi i mundshëm që mund të sjellë seksi jashtë martese), atëherë e di se ke gjetur dashurinë.



5 Ku e ka fjalën Bibla kur thotë: “Perëndia është dashuri”?

Aftësia jonë për të kuptuar dhe përqaftuar plotësisht planin e

Perëndisë për seksin varet tërësisht nga fakti nëse kuptojmë se cili është ai.

1 Gjonit 4:16 e përshkruan kështu Perëndinë: “Prandaj, ne e njohim dhe mbështetemi në dashurinë që ka Perëndia për ne. *Perëndia është dashuri*. Kushdo që jeton në dashuri, jeton në Perëndinë, dhe Perëndia në të” (theksi është i imi).

1 Gjonit 4:8 na thotë: “Kushdo që nuk do, nuk e njeh Perëndinë, sepse *Perëndia është dashuri*” (theksi është i imi).

Pohimi “Perëndia është dashuri” nuk do të thotë se Perëndia është një ndjenjë e mjegullt, e ngrohtë dhe e paqartë. Mos harro: kemi vërtetuar tashmë se dashuria nuk është ndjenjë. Po atëherë, ç’pamje ka vërtet dashuria e Perëndisë?

Te Gjoni 15:12-13, Jezusi tha: “Urdhërimi im është ky: të doni njëri-tjetrin, ashtu siç ju kam dashur unë. S’ka dashuri më të madhe se kjo: kur njeriu jep jetën e vet për miqtë”.

Perëndia është shembulli absolut i natyrës së dashurisë dhe i mënyrës se si sillet dashuria. Jezusi e demonstroi këtë duke bërë një jetë dashurie dhe dhembshurie këtu në tokë. Vdekja e tij në kryq na jep një pamje të dashurisë së Perëndisë në veprim. Dashuria e tij e fuqishme për ne është standardi me të cilin ai na kërkon të duam të tjerët.

Perëndia nuk thotë vetëm se na do. Ai nuk na dërgon një urim shën Valentini kozmik nga qielli dhe pastaj s’e vë dashurinë në veprim. Ai na e provon dashurinë e vet në mënyrë të përsëritur.

“Kush mëkaton nga ana seksuale, mëkaton kundër trupit të vet”. Marrëdhënia seksuale jashtë planit të Perëndisë do të të prekë vërtet trupin nga ana fizike. Kur vepron jashtë planit të Perëndisë për seksin, trupi yt mund të vuajë pasoja të rënda. Ja disa prova:

- Rreth një në katër të rinj seksualisht aktivë, të moshave 15-24 vjeç, infektohet me një SST në vit.¹²
- Në 2004, Qendra për Kontrollin e Sëmundjeve vlerësoi se më tepër se 18,000 të rinj, të moshave 13-24 vjeç, po jetonin me HIV/SIDA (në 35 zonat me raportim konfidencial për HIV me bazë emri); pothuajse 5,000 u diagnostikuan vetëm në vitin 2004, që përfaqësonin 3% të njerëzve të diagnostikuar atë vit.¹³
- Në 2009, një total prej 409,840 foshnjash u lindën nga nëna 15-19 vjeçare.¹⁴ Më tepër se gjysma e atyre shtatzënive ishin të padëshiruara.¹⁵

Pothuajse të gjitha këto rreziqe për shëndetin eliminohen kur dy partnerët presin deri në martesë për të kryer seks. Edhe sfidat që vijnë nga shtatzënia e paplanifikuar pakësohen kur foshnja ngjizet në kornizën e një marrëdhënieje martesore të përkushtuar dhe plot dashuri.

12 Child Trends, “Sexually Transmitted Diseases (STDs) among Adolescents and Young Adults,” *Facts at a Glance* 2006-03 (2006). childtrends.org.

13 Centers for Disease Control and Prevention, *HIV/AIDS Surveillance Report*, vëll. 16 (2005). cdc.gov.

14 B. E. Hamilton, e të tjerë., “Births: Preliminary Data for 2009,” *National Vital Statistics Reports* (2010), 59(3), table 2.

15 A. Chandra, e të tjerë., “Fertility, family planning, and reproductive health of U.S. Women: Data from the 2002 National Survey of Family Growth,” *National Vital Health Statistics* (2005), 23 (25), 12.

Qartazi, Perëndia nuk na kërkon të presim për seks, me qëllim që të na prishë qejfin, apo të na kufizojë në mënyrë të panevojshme. Porositë e tij për seksin janë provë e dashurisë së tij për ne, pasi ai përpiket të na mbrojë dhe të na sigurojë për të mirën tonë.

Për shkak se “Perëndia është dashuri”, ai kërkon mirëqenien tonë në çdo hap. Kur kuptojmë Biblën në këtë dritë, jemi të lirë të përqafojmë porositë e tij, duke ditur se ato u shkruan nga një Perëndi i dashur, i cili e di se ç’është më e mira për ne.



6 Cili është organi më i fuqishëm seksual i njeriut?

Organin më të fuqishëm seksual nuk ta mbulon kostumi i notit. Çelësin për seksin maksimal nuk e gjen mes këmbëve. E ke midis veshëve. Kur vjen puna te seksi, truri është vendi ku ndodh magia e vërtetë.

Ja, një kurs i shpejtë në shkencën e trurit. Ndonëse peshon vetëm 1.4 kilogramë, truri yt përmban 10 miliardë neurone, 100 miliardë qeliza mbështetëse dhe 100 trilionë lidhëse që lidhin ato qeliza me neuronet.¹⁶ Çdo sekondë krijohen një milion lidhëse të reja.¹⁷

16 Daniel R. Weinberger, M.D., Brita Elvevag, Ph.D., dhe Jay N. Giedd, M.D., “The Adolescent Brain: A Work in Progress,” *The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy* (qershor 2005), 5.

17 Helen Phillips, “Instant Expert: The Human Brain,” *New Scientist* (September 4, 2006). newscientist.com.

Truri yt është masa më e ndërlikuar në univers.

Brenda asaj mase të ndërlikuar qelizash dhe lidhësesh, përjetohen elementet më eksituese të seksit. Besoj se e ke dëgjuar fjalën “orgazëm”, apo jo? Ajo përshkruan një ndjenjë të thellë kënaqësie gjatë seksit. Hulumtuesit kanë zbuluar se, gjatë orgazmës, truri ndriçohet pas marrjes së një doze të stërmadhe kimikatesh që të bëjnë të ndihesh mirë. Gjatë seksit, truri dërgon mesazhe përmes trupit, duke urdhëruar funksionet fizike. Pa nervat, që ia kthejnë sërish impulset shtyllës kurrizore, orgazma nuk do të ishte e mundur. Kur vjen puna te reagimi ndaj përjetimeve seksuale, qartazi, ai që kontrollon lojën është truri.

*Pothuajse dy të
tretat e studentëve
seksualisht aktivë
shprehën se do të domin
të kishin pritur.*



Por jo çdo tru është pajisur për seks maksimal. Ju kujtohen ato qindra trilion lidhëse? Kur sapo ke lindur, ato lidhëse janë të zhveshura. Duke filluar nga vitet e adoleshencës, rreth atyre lidhësëve formohet mbështjellja e quajtur “mielinë”. Mielina vazhdon të formohet deri në të njëzetat. Ky “gyp mieline” vepron si izoluesi i një kablloje elektrike. Ai lejon që impulset elektrike që dërgon truri yt të udhëtojnë teposhtë nervit më shpejt dhe më efektshëm.¹⁸ Disa prej nervave që vishen gjatë adoleshencës lidhin zonat e trurit që rregullojnë kontrollin e emocioneve, gjykimin dhe impulseve. Me fjalë të tjera, truri nuk pajiset për të bërë zgjedhje të shpejta dhe të mençura për

¹⁸ Shannon Brownlee, e të tjerë, “Inside the Teen Brain,” *US News & World Report* (1 gusht 1999). usnews.com/usnews/culture.

seksin para se të arrijë moshën njëzetvjeçare.

Neuroshkencëtarët kanë zbuluar se truri i adoleshentëve po piquet edhe në zona të tjera. Një nga pjesët e fundit të trurit që piquet është sistemi që kontrollon bërjen e gjykrimeve dhe qetësimin e emocioneve të pashtuara. Ai quhet “korteksi parafrontal”.¹⁹

Kur lindim, ne veprojmë në bazë të sistemit limbik, i cili gjendet në pjesën e pasme dhe të brendshme të trurit. Në thelb, sistemi limbik është vendi ku gjejmë emocione të papërpunuara. Kur funksionojmë nga sistemi limbik, s’jemi në gjendje të marrim vendime të bazuara në të drejtën apo të gabuarën; mund të vendosim vetëm në bazë të mënyrës si ndihemi.

Më vonë gjatë jetës, qendra e kontrollit për vendimmarrjen zhvendoset nga sistemi limbik te korteksi parafrontal, i cili gjendet në pjesën ballore të trurit. Nga korteksi parafrontal, jemi në gjendje të bëjmë zgjedhje morale. Sistemi limbik merret me nxitjet dhe dëshirat e forta. Vetëm korteksi parafrontal është në gjendje të kryejë zgjedhje të qëndrueshme në bazë të pasojave të ardhshme. Mendoje kështu: nëse sistemi limbik është luan i uritur, korteksi parafrontal është zbutës i mirëpërgatitur luanësh. Luani do thjesht të hajë dhe s’mendon se ç’mund të ndodhë, nëse i lëshohet shënjestrës së gabuar për drekë. Zbutësi i luanëve përdor shpërblime dhe pasoja për të zbutur nxitjet shtazarake të luanit.

Nga ana shkencore, të rinjtë janë luanë. Gjatë viteve të adoleshencës, praktikisht, korteksi parafrontal ia ka futur

19 Shannon Brownlee, e të tjerë, “Inside the Teen Brain,” *US News & World Report* (1 gusht 1999). usnews.com/usnews/culture.

gjumit në timon, ndërsa sistemi limbik është në superxhiro. Madje, normalisht, kalimi nga funksionimi në bazë të sistemit limbik te funksionimi nga korteksi parafrontal nuk përfundohet para mesit të të njëzetave. Nga ana biologjike, korteksi parafrontal i adoleshentit normal s'është plotësisht gati që të marrë përsipër rolin e drejtorit ekzekutiv, ose “shefit”, të trurit,²⁰ por të rinjtë, në këtë fazë zhvillimi, po marrin vendime për seksin që do të kenë pasoja për gjithë pjesën tjetër të jetës.

Kohët e fundit, një anketim i revistës *Journal of Youth and Adolescence* (*Revista e të Rinjve dhe Adoloshentëve*) konstatoi se më tepër se 60 për qind e 17-18 vjeçarëve kanë bërë seks.²¹ Mirëpo truri i tyre nuk është plotësisht i pajisur për të marrë vendime duke llogaritur pasojat e ardhshme. Ndoshta kjo është arsyeja pse pothuajse dy të tretat e studentëve seksualisht aktivë shprehen se do të donin të kishin pritur.²²

Adoloshentët mund të jenë fizikisht gati për seks, por organi i tyre më i fuqishëm seksual, truri, piqet për seks maksimal shumë kohë më vonë.

Le t'u kthehemi synimeve të seksit në pyetjen 3. Të kujtohet se Perëndia e krijoi seksin për kënaqësinë tonë dhe për të na lidhur me partnerin. Këto dy synime të seksit nuk janë biologjike, por mendore. Sipas planit të Perëndisë,

Organin më të fuqishëm seksual nuk ta mbulon kostumi i notit.

20 Po aty.

21 “Sexuality in Adolescence,” *Journal of Youth and Adolescence* (nëntor 2007). righthealth.com.

22 Kaiser Family Foundation, “Teen Sexual Activity”, së bashku me artikullin e revistës *Seventeen*, “Virginity and the First Time” (2002). kff.org/mediapartnerships.

shpërblimet më të mira për seksin ndodhin në mendje.

Me fjalë të tjera, *askush nuk ka prodhuar ende prezervativë për mendjen*. Vetëm Perëndia është në gjendje të na mbrojë organin më të fuqishëm seksual, derisa të kemi atë marrëdhënie ku të jemi në gjendje të shijojmë plotësisht kënaqësinë mendore, emocionale dhe fizike që siguron seksi.

Ja një këshillë e shëndoshë nga Fjala e Perëndisë: “Mos u përputhni me këtë botë, por transformohuni me anë të ripërtëritjes së mendjes suaj që, me anë të provës, të dalloni se cili është vullneti i mirë, i përsosur dhe i pranueshëm i Perëndisë” (Romakëve 12:2; ESV).

PP⁷ A mund të prekë seksi trurin?

Kemi treguar se truri është organi më i fuqishëm seksual që ke. Mënyra si reagon truri ndaj seksit në mënyrë afatgjatë ndikohet fort nga vendimet që merr për aktivitetin seksual.

Mos harro: Apostulli Pal (1 Korintasve 6:18, Bibla) na paralajmëron që të shmangim seksin jashtë planit të Perëndisë, pasi ky veprim është mëkat kundër vetë trupit tonë. Tani, shkencëtarët e mbështesin paralajmërimin e Palit, duke vërtetuar se, kur njeriu bën seks jashtë martese, kjo i sjell pasoja fizike në tru.

Le të ndjekim të dhënat për shkencën e seksit, që të zbulojmë se si ta ndryshon seksi trurin, organin tënd më të fuqishëm seksual.

LIDHJA NDODH NË TRU

E mban mend oksitocinën, “hormonin e përqafimit”? Ai është hormoni lidhës që lëshohet gjatë aktivitetit seksual dhe krijon ndjenja përkujdesjeje, besimi dhe dashurie të thellë. Faktori i bashkimit, që kërkojmë me zjarrmi të gjithë dhe që Perëndia synoi ta përmbushte me anë të seksit, na është ndërtuar vërtet brenda mendjes.

Veçanërisht truri i femrës merr doza të larta oksitocine, sa herë që merr përqafime dhe prekje. Vazopresina është një hormon që bën të njëjtën gjë në trurin e mashkullit.²³

Në kontekstin e një marrëdhënieje të përkushtuar dhe plot dashuri, truri lëshon nivele gjithnjë e më të larta oksitocine dhe vazopresine, për të ruajtur lidhjen e partnerëve të sigurt. Perëndia na e ka formuar trupin që të reagojmë fizikisht ndaj intimitetit afatgjatë dhe ai reagim ndodh në tru. Kur i ndërrojmë vazhdimisht partnerët, nivelet e oksitocinës ulen dhe funksioni i çlirimit të oksitocinës në tru nuk punon siç duhet. Aktiviteti i shturur seksual e prish prodhimin e vazopresinës në trurin e mashkullit, duke bërë që meshkujt të bëhen të pandjeshëm ndaj rrezikut të marrëdhënieve afatshkurtra.²⁴ Seksi afatshkurtër dhe pa angazhime mund të ta ndryshojë vërtet trurin në nivelin kimik.

Oksitocina dhe vazopresina nuk janë të vetmet reagime seksuale që prodhohen në tru. Seksi nxit edhe një kimikat “që të bën të ndihesh mirë”, që quhet dopaminë. Dopamina lëshohet sa herë që bëjmë diçka emocionuese ose shpërblyese. Nëse oksitocina është kimikati që na tregon se

23 Barker, “Cuddle Hormone.”

24 Joe S. McIlhane Jr., M.D., dhe Freda McKissic Bush, *Hooked: New Science on How Casual Sex Is Affecting Our Children* (Chicago: Northfield Publishing, 2008).

kemi rënë në dashuri, dopamina thotë: “Kam nevojë për më tepër nga kjo gjë!” Hulumtuesit kanë konstatuar nivele të larta dopamine në trurin e çifteve që sapo kanë rënë në dashuri.²⁵ Dopamina nxit dëshirën, duke ndezur një shpërthim të fortë kënaqësie në tru.

Është e rëndësishme të kuptojmë se dopamina është neutrale ndaj vlerave.²⁶ S’e bën dot dallimin mes sjelljeve konstruktive dhe atyre shkatërruese, apo mes marrëdhënieve të mira dhe atyre të këqija. Në shumë mënyra, dopamina vepron si drogë. Truri ka nevojë për doza gjithnjë e më të larta për të arritur të njëjtin nivel kënaqësie. Seksi jashtë martese shkakton një dëshirë gjithnjë e më të zjarrtë për dopaminë, gjë që sjell pasojat të rënda për marrëdhëniet. Nëse marrëdhënia përfundon, kjo ndikon në lëshimin e oksitocinës, dhe kërkohet gjithnjë e më tepër kontakt seksual për të kënaqur zjarminë e trurit për dopaminë, edhe efekti bashkues fillon të priset. Po kështu, për shkak se dopamina ndez ndjenja të forta kënaqësie, shpesh, çiftet seksualisht aktive e ngatërrojnë atë lloj emocioni me ndjenjat e dashurisë. Marrëdhëniet e tyre përkeqësohen shpejt kur fillojnë të ndjekin emocionin e dopaminës, në vend të intimitetit të vërtetë. Varësia nga seksi është një tjetër kurth i mundshëm që mund të ndodhë në tru. Është e mundur të krijosh varësi ndaj reagimit kimik/trunor që ndodh gjatë seksit dhe pastaj beteja për të frenuar oreksin seksual bëhet gjithnjë e më e vështirë.

Kur seksi rezervohet për martesë, truri merr ende doza neurokimikatesh që e bëjnë seksin shumë emocionues dhe,

25 Joe S. McIlhane Jr., M.D., dhe Freda McKissic Bush, *Hooked: New Science on How Casual Sex Is Affecting Our Children* (Chicago: Northfield Publishing, 2008).

26 Po aty.

pastaj, është në gjendje t'i përpunojë ato kimikate në mënyrë të tillë që përkrah marrëdhënie dhe reagime të shëndetshme.

SEKSI NDIKON NË KUJTESË

Ka dhe prova bindëse se përjetimet të ndikojnë në tru. Sa herë që je në situata emocionale, ku përdor të pesta shqisat, trupi yt lëshon një kimikat të quajtur norepinefrinë. Norepinefrina është “kimikati i kujtesës”. Kur përjeton një ngjarje tejet emocionale dhe ndijore, në tru lëshohet norepinefrina. Ajo e merr atë përjetim dhe ta “ngjit” në tru që të të mbahet mend. Meqë kontaktet seksuale janë tejet emocionale dhe ndijore, truri yt reagon me një dozë të këtij kimikati të kujtesës dhe të ngjit çdo përjetim në mendje.

S'ke për të qenë në gjendje të heqësh qafe kujtimet e partnerëve të tjerë seksualë.



Kur të martohesh, ato përjetime “të ngjitura” do t'i sjellësh me vete në marrëdhënie. Mund të thuash: “Kur të takohem me atë që do të dua të jetoj përjetë, as nuk do t'i kujtoj njerëzit e tjerë me të cilët kam shkuar”. Nuk funksionon aspak ashtu. Aktivitetet seksuale të vulosen në tru. Kjo ndodh në nivelin biologjik. S'ke për të qenë në gjendje të heqësh qafe kujtimet e partnerëve të tjerë seksualë, pasi ata të kanë ndryshuar peizazhin e trurit.

Hebrenjve 13:4, na thotë: “martesa duhet nderuar nga të gjithë dhe shtrati martesor duhet mbajtur i pastër”. Ky varg përkthet me mirë kështu: “Marrëdhënia seksuale duhet mbajtur e pastër”. Një përcaktim i pastërtisë është: “diçka që nuk përmban asnjë element të huaj”.²⁷ Kur nuk presim

27 definitions.net/definition/purity.

deri në martesë për seks, mendërisht po sjellim në shtratin martesor edhe partnerët e tjerë seksualë, pasi ata na janë stampuar në mënyrë të pashlyeshme në mendje dhe ndikojnë në mënyrën se si reagojmë në nivelin kimik.

Pas një angazhimi si folës, një mik i imi, që është pastor, më kërkoi që ta çoja në aeroport. Një natë më parë kisha folur për seksin dhe, kur u futëm në makinë dhe filluam udhëtimin, miku im u bë shumë i heshtur. Më në fund, më tha:

- Xhosh, kam nevojë për ndihmën tënde. Kam pothuajse dy dekada i martuar me një grua të bukur, por nuk kam qenë kurrë vetëm në shtrat me të.

- Ku e ke fjalën? - e pyeta.

- Kur isha në shkollë të mesme, s'isha besimtar, kështu që luaja me seksin... së tepërmi, - rrëfeu ai. - Kjo vazhdoi pa ndërprerje edhe në universitet. Në kolegji besova në Krishtin si Zot dhe Shpëtimtar, por një zonë që nuk ndryshova ishte jeta ime seksuale. Pastaj u takova me gruan time gjatë vitit të parë. Deri në atë kohë nuk e kisha ditur kurrë se mund të kishte femër aq të bukur sa ajo. Ramë në dashuri dhe u martuam.

Ai vijoi duke përshkruar ndikimin që kishte pasur mëkati i tij seksual në martesë.

- Që nga nata e dasmës, në kinemanë e mendjes më vinin si blic të gjitha skenat dhe regjistrimet e përvojave me të gjitha vajzat e tjera.

Këtëj njeriu i ishin vulosur fizikisht në tru fantazmat e marrëdhënieve të shkuara. Rezultatet që rrëfeu ai ishin tmerrësisht shkatërrimtare.

Vendimi i qartë është se secili prej nesh e ndryshon vetë strukturën e trurit me zgjedhjet që bën dhe me sjelljet ku përfshihet.



8

A nuk i ka eliminuar shkenca e sotme SST-të dhe infeksionet?

Shumë studentë duket se mendojnë që mjekësia e ka eliminuar rrezikun e sëmundjeve seksualisht të transmetueshme (SST) dhe mund të sigurojë kurë të lehtë në rastin e rrallë të infeksioneve. Fatkeqësisht, informacioni i tyre është tmerrësisht i gabuar.

Në vitet '60, mjekët trajtuan dy SST kryesore: sifilizin dhe gonorrenë. Të dyja këto sëmundje mund të kuroheshin me një injeksion. Sot, mjekët njohin njëzetë e pesë SST kryesore,²⁸ nëntëmbëdhjetë prej të cilave nuk kanë *asnjë kurë*.²⁹

Në vitet '60, një ndër çdo 60 adoleshentë seksualisht aktivë u infektuan me një SST. Në vitet '70, ai numër u rrit vërtik në një adoleshent në 47 të tillë.³⁰ Sot, një ndër 4 adoleshentë seksualisht aktivë është i infektuar.³¹

Pavarësisht përpjekjeve për të kuar SST-të dhe për të ndaluar përhapjen e tyre, larmia dhe gama e infeksioneve të SST-ve po rritet, nuk po ulët. Në këtë çast, ka 70 milionë amerikanë që jetojnë me SST.³² Rreth 65 milionë prej këtyre rasteve janë të pashërueshme.³³ Në mbarë botën, çdo vit infektohen me SST rreth 330 milionë njerëz.³⁴

28 "Sexually Transmitted Diseases," Epigee. epigee.org/guide/stds.

29 The Medical Institute, "The Facts about Condoms." medinstitute.org/content.

30 The Medical Institute, "Parents and Adolescents' Attitudes." medinstitute.org/media/Attitudes.htm.

31 McIlhane dhe Bush, *Hooked*, 117.

32 Po aty, 81.

33 "Overview of Sexually Transmitted Disease (STD)," HealthCommunities.com.

34 John Wright, red., *The New York Times Almanac 2002* (London: Psychology Press, 2001), 480.

Të rinjtë janë veçanërisht të ekspozuar ndaj infeksioneve. Brenda dy vitesh pas aktit të tyre të parë seksual, gjysma e vajzave adoleshente infektohen me të paktën një nga tre SST-të e zakonshme. Qendrat për Kontrollin e Sëmundjeve (QKS) vlerësojnë se në Amerikë shfaqen çdo vit 19 infeksione të reja me SST. Pothuajse gjysma e këtyre ndodhin te moshat 15-20 vjeçare.³⁵

Është thuajse e pamundur të luash me seksin dhe t'i shpëtosh probabilitetit të pasojave. Nëse zgjedh të kryesh seks paramartesor, mundësia për t'u infektuar është të

*Sot, një në katër
adoleshentë është i
infektuar.*



paktën një në katër.³⁶ Nëse shton partnerë të tjerë seksualë, shifrat fillojnë të shumëfishohen.

Ti mund të shohësh këto shifra dhe të thuash me vete: “Nëse vetëm një në katër

adoleshentë seksualisht aktivë ka SST, kjo do të thotë se kam mundësi t'u shmangem infeksioneve. Pastaj, tani ka ilaçe për këto sëmundje, apo jo?” Gabim! Shumica e SST-ve janë të pashërueshme, pasi janë viruse. Të gjitha viruset janë të pashërueshme, që nga SST-të e deri te ftohja e zakonshme. Për disa SST ekzistojnë trajtime, por shumë prej tyre janë trajtime të gjata e të vështira, që janë të domosdoshme vetëm pas një çasti kënaqësie. Madje, disa SST të trajtueshme po fillojnë të tregojnë rezistencë ndaj trajtimit.

35 Reuters, “CDC: Sexually Transmitted Diseases Still Rising in U.S.,” *Fox News* (16 nëntor 2009). foxnews.com.

36 Lindsey Tanner, “Study Finds 1 in 4 U.S. Teens Has an STD,” *ABC News* (11 mars 2008). wjla.com/news/stories.

Çdo vit, identifikimi dhe trajtimi i SST-ve vjen me një etiketë çmimi 16 miliardë dollarëshe për sistemin e kujdesit shëndetësor.³⁷ Hulumtuesit mjekësorë po punojnë pareshtur për të luftuar këtë numër të lartë SST-sh me trajtime të reja.

Një zhvillim i kohëve të fundit është një vaksinë për SST-në më të zakonshme: HPV ose virusi i papilomës njerëzore. Shumë e trumbetuan këtë vaksinë si hap gjigant në luftën kundër SST-ve, por në realitet kjo vaksinë ofron pak mbrojtje ndaj rrezikut real. Pikësëpari, vakcina e HPV është vetëm për femrat. Deri tani, s'ka dalë asnjë vaksinë për meshkujt. Kjo vaksinë është vetëm 70 për qind e efektshme. Ajo duhet marrë kur je e re dhe nuk funksionon nëse tashmë je femër e infektuar. Kjo vaksinë nuk trajton të gjitha viruset e HPV-së që shkaktojnë kancerin. Kohëzgjatja e imunitetit pas vaksinimit është e panjohur. Meqë është ilaç i ri, mund të duhen vite për të mësuar se sa do të zgjasë imuniteti për 70 për qind e femrave që kanë bërë këtë vaksinë.³⁸ Sërish, probabiliteti i mbrojtjes nuk është i lartë.

Përtej sëmundjes, pasojat e infeksionit me SST janë shkatërrimtare. Rreth 100,000 femra në SH.B.A, të moshave 15-25 vjeçare, nuk do të jenë kurrë në gjendje të bëjnë fëmijë, për shkak të SST-ve.³⁹ QKS vlerëson se çdo vit sëmuren rreth 8,000 meshkuj me kancer të lidhur me HPV-të.⁴⁰ Çdo vit, vdesin nga SIDA rreth 17,000 amerikanë.⁴¹

37 Centers for Disease Control and Prevention, "Public Health Leaders Gather at National STD Prevention Conference to Address Heavy Toll of Sexually Transmitted Diseases" (2 mars 2010). cdc.gov.

38 The Medical Institute, "Statement on HPV Vaccine." medinstitute.org.

39 American Social Health Association, "PID (Pelvic Inflammatory Disease) Questions & Answers." ashastd.org.

40 Centers for Disease Control and Prevention, "HPV and Men: Fact Sheet." cdc.gov.

41 AVERT, "United States HIV & AID Statistics Summary." avert.org.

*Mjekët njohin
25 SST kryesore,
19 prej të cilave nuk
kanë asnjë kurë.*



Nëse bën seks jashtë kufijve mbrojtës të Perëndisë, probabilitetin e shpëtimit nga SST-të e ke kundër vetes. E ka provuar shkenca.

Komuniteti mjekësor i

pranon këto probabilitete.

Edhe qeveria. Madje, kohët e fundit, qeveria i ka caktuar 400 milionë dollarë QKS-së për analizimin dhe parandalimin e SST-ve.⁴² Megjithatë, shpeshësia e infektimit me SST po rritet. Me fjalë të thjeshta, nuk mund të presim që qeveria apo komuniteti mjekësor të na mbrojnë nga pasojat e një zgjedhjeje kundër së cilës Perëndia na paralajmëron qartë.

Mos harro se udhëzimet e Perëndisë për seksin u krijuan që të të mbronin dhe të të siguronin mirëqenien. Cili është probabiliteti që të infektosh me një sëmundje seksualisht të transmetueshme në një marrëdhënie të pastër martesore? Zero. Ky, po, është probabilitet që mund ta pranosh.



Cila është SST-ja më e përhapur?

Shumica prej nesh, adoleshentë apo të rritur qofshin, janë tmerrësisht të painformuar për çështjen e SST-ve. Madje, shumë pak njerëz

⁴² Centers for Disease Control and Prevention, "20 Years of AIDS" (31 maj 2001).
cdc.gov.

kanë dëgjuar ndonjëherë për SST-në më të përhapur, ose janë të vetëdijshëm se është e pashërueshme.⁴³ Cila është ajo? Virusi i papilomës njerëzore (HPV).

HPV është infeksion viral seksualisht i transmetueshëm. Ai transmetohet lehtësisht dhe, zakonisht, nuk pengohet nga prezervativi. Ndoshta, kjo është arsyeja pse QKS e konsideron HPV-në si SST-në numër një në SH.B.A. dhe në mbarë botën.⁴⁴

Një burim raporton se, çdo vit, infektohen me HPV rreth 6 milionë amerikanë.⁴⁵ Që të të ndihmoj të kuptosh për sa njerëz bëhet fjalë, 6 milionë është pothuajse dyfishi i madhësisë së popullsisë së Los Anxhelosit, Kaliforni.⁴⁶ Pjesëtoje këtë shifër dhe çdo muaj infektohen 458,333 njerëz. Kjo është pothuajse sa madhësia e popullsisë së Nju-Orlinit. Çdo javë infektohen më tepër se 100,000 vetë. Kjo është e barabartë me madhësinë e gjithë popullsisë së Grin Bej, Uiskonsin. Çdo ditë infektohen më tepër se 15,000 individë seksualisht aktivë; çdo orë, 627 të tillë; dhe, çdo minutë, 19 të tillë. Në këtë çast ka 20 milionë amerikanë të infektuar me HPV.⁴⁷ Kjo është pothuajse e njëjtë me numrin e njerëzve që jetojnë në gjithë kontinentin e Australisë!

Një shqyrtim më i hollësishëm i të dhënave për HPV-në zbulon shifra më tronditëse.

43 The Medical Institute, "Statement on HPV Vaccine."

44 Centers for Disease Control and Prevention, "Human Papillomavirus (HPV)" (11 mars 2011). cdc.gov/hpv.

45 Centers for Disease Control and Prevention, "HPV Vaccine—What You Need to Know" (3 mars 2010). cdc.gov/vaccines.

46 Për ta konkretizuar me një pamje në realitetin tonë, ky numër është përafërsisht sa gjithë popullsia shqiptare që jeton në Shqipëri, Kosovë dhe Maqedoni. Shënim i botuesit.

47 Centers for Disease Control and Prevention, "Genital HPV Infection" (24 nëntor 2009). cdc.gov.

- 80 për qind e të gjitha grave do të jenë infektuar me HPV deri në moshën pesëdhjetëvjeçare.⁴⁸
- 70 për qind e meshkujve që kryejnë seks infektohen me HPV.⁴⁹
- 50 për qind e personave seksualisht aktivë tani ose më parë, janë infektuar me HPV.⁵⁰
- 80 milionë amerikanë të moshave 15-49 vjeç, janë infektuar me HPV-në gjenitale në periudha të ndryshme të jetës së tyre.⁵¹
- 20-24 vjeçarët kanë shkallën më të lartë të infeksionit me HPV: 26.8 për qind e meshkujve dhe femrave në këtë grupmoshë janë të infektuar.⁵²

Kini parasysh se raste të panumërta HPV-je nuk raportohen kurrë, për shkak të turpit, sikletit, mohimit ose mungesës së simptomave.

Për shkak se HPV është virus, nuk ka kurë. Meqë virusi rritet në lëkurë të lagësht, transmetohet lehtë. Specialistët vlerësojnë se përqindja e transmetimit në çdo akt seksual me një partner të infektuar është 50 për qind.

Po kështu, infektohen deri në 90 për qind të partnerëve

48 National Council of Women's Organizations, "Key Facts about Cervical Cancer: HPV Testing and Older Women." cluw.org/CCPW/ncwoFactsheet-2.

49 D. L. Hughes, "How Can Men Be Tested for HPV?" eHow.com.

50 L. A. Koutsky, "Epidemiology of genital human papillomavirus infection," *American Journal of Medicine* (1997), 102 (5A), 3-8.

51 L. A. Koutsky dhe N. B. Kiviat, "Genital Human Papillomavirus," në K. K. Holmes, e të tjerë, red., *Sexually Transmitted Diseases* (New York: McGraw Hill, 1999), 347-59, quoted in *Sexual Health Update Newsletter* (pranverë 2000), 1-2.

52 Eileen F. Dunne, e të tjerë, "Prevalence of HPV Infection among Females in the United States," *Journal of the American Medical Association*, vëll. 297, nr. 8 (28 shkurt 2007). jama.com.

seksualë të njerëzve të infektuar.⁵³

Një pjesë e përqindjes së lartë të transmetimit vjen për shkak të faktit se shpesh virusi nuk tregon asnjë simptomë për periudha të gjata kohore. HPV-ja mund të

Në këtë çast janë infektuar me HPV 20 milionë amerikanë.



“fshihet” në trup për vite me radhë pa u pikasur.⁵⁴

Rreziku më i madh që shoqëron HPV-në është kanceri. Deri në 70 për qind e femrave të infektuara me HPV, më vonë, zhvillojnë ndryshime parakanceroze të qafës së mitrës.⁵⁵ HPV-ja është lidhur me më tepër se 90 për qind të të gjitha kancerëve invazive të qafës së mitrës, gjë që përbën shkakun numër dy të vdekjeve nga kanceri për femrat, pas kancerit të gjirit.⁵⁶ Kanceri i qafës së mitrës i nxitur nga HPV-të shfaqet në 13,000 gra amerikane në vit. Rreth 5,000 syresh vdesin nga kjo sëmundje.⁵⁷

Në pesë vitet e fundit, HPV-ja ka vrarë më tepër femra sesa HIV-i dhe SIDA.⁵⁸ Por, prapëseprapë, HPV-ja është një sëmundje për të cilën flitet rrallë. Fakulteti i mjekësisë në Universitetin e Kalifornisë, Los Anxhelos (UCLA) konstatoi

53 National Institute of Health, “Cervical Cancer,” *Consensus Development Statements* 14, nr. 1 (1–3 prill 1996). odp.od.nih.gov/consensus/cons/102.

54 Planned Parenthood, “Human Papillomavirus (HPV).” plannedparenthood.org.

55 Joe S. McIlhaney Jr., M.D., *Sex: What You Don't Know Can Kill You* (Grand Rapids, MI: Baker, 1997), 34, 36.

56 Kaiser Family Foundation, “The Tip of the Iceberg: How Big Is the STD Epidemic in the U.S.?” (2 dhjetor 1998). kff.org/womenshealth/1447.

57 American Cancer Society, “Cancer Facts and Figures 1999: Selected Cancers” (21 shkurt 2000). cancer.org/statistics/cff99/selectedcancers.html.

58 Institute for Youth Development, “STDs—A Teenage Epidemic?” *The Youth Connection* (mars/prill 2004), 4. youthdevelopment.org.

se, në më tepër se 90 për qind të të gjitha rasteve të kancerit të qafës së mitrës dhe atij të vulvës (ai është epidemik) në femrat ishte dhe prania e HPV-së.⁵⁹ Prandaj dhe QKS-ja thotë se ky kancer është seksualisht i transmetueshëm.⁶⁰

Po meshkujt, a mund të infektohen me HPV? Që ç'ke me të! Tetëdhjetë për qind e femrave kanë për t'u infektuar deri në moshën pesëdhjetëvjeçare, por kjo nuk do të thotë se HPV-ja është sëmundje femrash. Një studim i ri dhe alarmues ndërkombëtar, i financuar nga Instituti Kombëtar i Kancerit në SH.B.A., konstatoi se 50 për qind e meshkujve 18-70-vjeçarë (qoftë nëse kanë kryer marrëdhënie seksuale ose jo) në Brazil, Meksikë dhe SH.B.A. janë infektuar me këtë sëmundje.⁶¹

Shumë pak të rinj janë qoftë dhe të vetëdijshëm se HPV-ja është një rrezik që shoqëron aktivitetin seksual. Edhe më të paktë janë ata që kuptojnë probabilitetin tejet të lartë të infektimit me HPV dhe shumë pak njerëz janë të vetëdijshëm se HPV-ja mund të të vrasë.

Në lidhje me HPV-në, komuniteti mjekësor ka botuar shifra të larta që përbëjnë një problem madhor. Perëndia e kupton gamën e kësaj sëmundjeje, por atij i intereson më tepër një numër shumë më i vogël. Kur na dha parametrat për seksin, Perëndia kishte në mendje një person të vetëm: ty. Ai të kërkon që të bësh një zgjedhje: të presësh për personin tjetër, bashkëshortin/en. Qartazi, statistikatat e HPV-së tregojnë se motivimi i Perëndisë ishte të mbronte një trup dhe një të ardhme: tënden.

59 Matthew B. Rettig, M.D., "HPV Virus Helps Cervical and Head and Neck Cancers Grow and Spread," UCLA Jonsson Comprehensive Cancer Center (4 nëntor 2008). cancer.ucla.edu.

60 Centers for Disease Control and Prevention, "Cervical Cancer Rates by Race and Ethnicity" (26 janar 2011). cdc.gov.

61 CDC, "HPV and Men."

PP10 A marrin femrat më tepër SST se meshkujt?

Djemtë janë më aktivë seksualisht se vajzat, por, megjithatë, vajzat ka më tepër gjasa të marrin SST.⁶² Për shembull, një studim tregoi se 21 për qind e femrave janë të infektuara me urdhje gjenitale (HSV) krahasuar me vetëm 11.5 për qind të meshkujve.⁶³ Nga 25 SST-të kryesore, shumica dëmtojnë kryesisht femrat.

Pse janë më të rrezikuara femrat? Përgjigjja gjendet te biologjia. Shumica e SST-ve janë viruse. Ato rriten dhe shumëfishohen në një mjedis të ngrohtë e të lagësht, pa oksigjen, si në organet gjenitale femërore, jo në penisin e mashkullit. Çdo virus që transferohet te penisi mashkullor nuk mund të mbijetojë, pasi ekspozohet ndaj oksigjenit. Si rezultat, femrat infektohen dhe dëmtohen më lehtë. Ky është një realitet shkatërrues.

Meshkujt janë më aktivë seksualisht se femrat, por femrat rrezikohen dy herë më tepër nga SST-të.



Ja disa fakte serioze për femrat dhe SST-të:

- 80-90 për qind e femrave të infektuara me klamidia nuk shfaqin asnjë simptomë.⁶⁴

62 Chastity.com, chastity.com/chastity-qa/stds/infections.

63 JoAnne Allen, "U.S. herpes rates remain high—CDC," Reuters (9 mars 2010). reuters.com.

64 Sexuality Information and Education Council of the U.S., "Fact Sheet: Sexually Transmitted Diseases in the United States," *Siecus Report* 25, nr. 3 (1997).

- Simptomat e vagullta që lidhen me sëmundjen inflamatore të legenit (PID) bëjnë që 85 për qind e femrave të vonohen në kërkimin e kujdesit shëndetësor, gjë që ua shton së tepërmi rrezikun e infertilitetit.⁶⁵
- Shkalla e sifilizit te femrat u rrit me 36 për qind nga 2007 në 2008.⁶⁶
- Përqindjet e kancerit të qafës së mitrës në vajzat e reja po rriten,⁶⁷ gjë që ndoshta pasqyron një ekspozim më të lartë ndaj SST-ve, përfshi dhe HPV-në.
- Së shpejti, numri i femrave me HIV do t'ia kalojë numrit të meshkujve me HIV.⁶⁸
- Femrat që infektohen me SST gjatë shtatzënisë, mund të kalojnë në mënyrë të parakohshme në dhimbjet e lindjes, mund të pësojnë shqyerje të parakohshme të membranave ose infeksion mitre, përpara dhe pas lindjes.⁶⁹
- Është vlerësuar se 30-40 për qind e lindjeve të parakohshme dhe vdekjeve foshnjore ndodhin për shkak të SST-ve.⁷⁰

65 Women's Health, "Pelvic Inflammatory Disease." womens-health.co.uk/pid.html.

66 Florida Association of Planned Parenthood Affiliates, Inc., "CDC Report Finds Adolescent Girls Continue to Bear a Major Burden of Common Sexually Transmitted Diseases." floridaplannedparenthood.org/news.

67 "Invasive Cervical Cancer Rising in Young White Females," *Journal of the National Cancer Institute*, vëll. 86, nr. 1 (5 janar 1994), 6-7. jnci.oxfordjournals.org.

68 Centers for Disease Control and Prevention, "HIV/AIDS and Women" (11 shkurt 2010). cdc.gov.

69 Centers for Disease Control and Prevention, "STDs & Pregnancy" (4 janar 2008). cdc.gov.

70 House Committee on Commerce, "Ronald O. Valdiserri, M.D., addressing the Subcommittee on Health and Environment on cervical cancer," *Congressional Record* (16 mars 1999), 18-22.

Pasoja më e përhapur e infeksionit të SST-ve te femrat është infertiliteti. SST-të shkaktojnë infertilitet te femrat, duke u shkaktuar vraja të pakthyeshme në tubat e fallopit dhe në murin e mitrës. Meshkujt mund të kalojnë të njëjtat SST, pa rrezikuar infertilitet, pasi nuk u goditen organet riprodhuese. Për femra të tjera, rezultati përfundimtar i infeksionit është kanceri i qafës së mitrës. Qartazi, meshkujt janë imunë ndaj kancerit të qafës së mitrës.

Kur kufijtë e Perëndisë për seksin nuk respektohen, njerëzit (veçanërisht femrat) paguajnë një çmim të lartë.

PP11

A është e vërtetë se të rinjtë marrin më tepër SST se çdo grupmoshë tjetër?

Një nga tiparet kryesore të adoleshencës është ndjesia se je i pamposhtur, e rrënjësuar në konceptin se gjërat e këqija mund t'i ndodhin vetëm “dikujt tjetër”. Kur vjen çështja te adoleshentët dhe seksi, realiteti është i ndryshëm sa s’ka më.

Kultura jonë përcakton si të rinj ata që i përkasin moshës 12-25 vjeç. Në Shtetet e Bashkuara, të rinjtë përbëjnë 17 për qind të popullsisë. Megjithatë, dy të tretat e gjithë SST-ve ndodhin në njerëzit nën moshën 25 vjeçare.⁷¹

71 Center for Young Women’s Health, “Sexually Transmitted Diseases (STDs): General Information.” youngWomen’shealth.org.

Çdo vit, në SH.B.A., shfaqen gjithsej 19 milionë raste me SST.⁷² Tre milionë SST në vit merren nga 13-19 vjeçarët në SH.B.A.⁷³ Çdo vit, grupmosha 15-24 vjeçare merr 9 milionë SST në Amerikë.⁷⁴ Kjo do të thotë se rreth dy të tretat e SST-ve u ngjiten vetëm 17 për qind të popullsisë amerikane.⁷⁵

Brenda dy vitesh, pasi bëjnë seks për herë të parë, 50 për qind e adoleshentëve infektohen me SST.⁷⁶ Rreth 25 për qind e adoleshentëve seksualisht aktivë infektohen me SST çdo vit.⁷⁷ Kjo nuk do të thotë një probabilitet infektimi me SST një-në-katër në shkollë të mesme. Jo, ke probabilitet një-në-katër që të infektohesh *çdo vit* në shkollën e mesme. Nga adoleshentët që bëjnë seks, një në tre të tillë do ta përfundojë shkollën e mesme me diplomë dhe me një sëmundje seksualisht të transmetueshme.

Mos i trajto në mënyrë sipërfaqësore këto shifra. Merr një minutë që të lejosh këto fakte të rënda për të rinjtë dhe SST-të që të bëjnë përshtypje.

- Në vitin 2006, adoleshentët dhe të rinjtë e moshave 13-29 vjeçare shënuan rritjen më të lartë me infeksione të reja HIV (34 për qind) – më tepër se çdo grup tjetër.⁷⁸

72 McIlhaney dhe Bush, *Hooked*, 81.

73 Office of National AIDS Policy, "Youth and HIV/AIDS 2000: A New American Agenda." whitehouse.gov/administration/eop.onap.

74 McIlhaney dhe Bush, *Hooked*, 81.

75 Center for Young Women's Health, "Sexually Transmitted Diseases."

76 Megan Brooks, "Half of teen girls have STIs by 2 years of first sex," Reuters (7 dhjetor 2009). reuters.com/article.

77 Joe S. McIlhaney Jr., M.D., "Because Sex Is Not a Game This School Year," *The Medical Institute Quarterly* (Spring 2002).

78 DoSomething.org, "11 Facts about Teens and STIs."

- Në pesë amerikanë që jetojnë më HIV, tre prej tyre janë infektuar në adoleshencë.⁷⁹
- Ndonëse të rinjtë janë në rrezik më të lartë për t'u infektuar me SST, vetëm një e treta e adoleshentëve seksualisht aktivë (të moshave 15-17 vjeç) dhe gjysma e të rinjve seksualisht aktivë (të moshave 18-24 vjeç) janë ekzaminuar për SST.⁸⁰
- Adoleshentët rrezikohen dhjetë herë më tepër se të rriturit nga sëmundja inflamatore e legenit (PID),⁸¹ gjë që, në fund, shkakton infertilitet te shumë vajza të reja.
- Në vitin 2002, 50 për qind e rasteve me klamidia, të raportuara nga QKS, ishin adoleshentë.⁸²
- Në vitin 2002, gonorreja ishte sëmundja infektive e raportuar më shpesh te njerëzit e moshave 15-24 vjeç.⁸³
- Pothuajse 25 mijë 15-24 vjeçarë infektohen me SST çdo ditë. Kjo do të thotë se ka 1,039 raste në orë.⁸⁴

79 Josh McDowell, *Why True Love Waits* (Carol Stream, IL: Tyndale House Publishers, 2002), 39.

80 DoSomething.org, "11 Facts about Teens and STIs." dosomething.org/tipsandtools/11-facts-about-teens-and-stds.

81 The Medical Institute, *Abstinence and "Safer Sex" Sexuality Education: A Comparison* (Austin, TX: The Medical Institute), 20.

82 C. Leah, L. Jackson, e të tjerë, Centers for Disease Control, Powerpoint. "Chlamydia Screening and STD Education for High-risk Teens," 2002. cdc.gov/stdconference/2002/slides/b7leah.pps.

83 CDC, "STDs in Adolescents and Young Adults," *STD Surveillance 2002: Special Focus Profiles*. cdc.gov/std/stats02/2002pdf/SFAdoles.pdf.

84 McIlhenny dhe Bush, *Hooked*, 81.

Pse janë adoleshentët më të ekspozuar ndaj sëmundjeve seksualisht të transmetueshme? Dy përgjigje të thjeshta janë: *biologjia* dhe *sjellja*.

Arsyet biologjike për ekspozimin e lartë të të rinjve ndaj SST-ve lidhen veçanërisht me femrat. Brenda murit të qafës së mitrës, vajzat kanë sasi të larta qelizash, të quajtura “qeliza shtyllake”. Këto qeliza ekspozohen gjatë gjithë murit të qafës së mitrës.⁸⁵ Me rritjen e femrës, këto qeliza shtyllake vishen me qeliza epitaliale luspore. Këto qeliza fillojnë të formojnë shtresa dhe, më kalimin e kohës, veshin plotësisht qelizat shtyllake.⁸⁶ Por ky proces përfundon vetëm pasi femra arrin mesin e të njëzetave.

Cili është dallimi mes këtyre dy llojeve të qelizave? Qelizat shtyllake janë tejet përthithëse. Mendoji si sfungjerë të lagur.

Në çdo tre adoleshentë që bëjnë seks, një prej tyre do ta përfundojë shkollën e mesme me diplomë dhe me një sëmundje seksualisht të transmetueshme.



Çdo sëmundje që hyn në kontakt me këto qeliza ngjitet pothuajse me siguri në to, njësoj siç ngjitet pluhuri ose rëra te sfungjeri i lagur. Madje, qelizat shtyllake janë 80 për

qind më të hapura ndaj infeksioneve sesa qelizat epitaliale luspore që gjenden në qafën e mitrës së një femre mbi 25 vjeçe.⁸⁷

85 Institute for Youth Development, “Benefits of Delaying Sexual Debut” (2008). youthdevelopment.org.

86 Gary L. Rose, M.D., Sexual Health for Life Seminar, 12 shtator 2007, Pittsburgh, PA.

87 Po aty.

Rreth mesit të të njëzetave, qafa e mitrës së femrës fillon të ngurtësohet dhe të refuzojë viruset që hyjnë në kontakt me të. Nëse qelizat shtyllake janë si sfungjer i lagur, qelizat epiteliale luspore janë më tepër si një sfungjer i thatë që nuk është përdorur kurrë. Për shkak se është i fortë dhe i ngjeshur, rëra dhe pluhuri ka më tepër gjasa të shkundet nga sipërfaqja e sfungjerit të thatë.

Por, këtu, nuk po flasim për pluhur. Po flasim për viruse që përbëjnë rrezik të rëndë për shëndetin e të rejave dhe për partnerët e tyre seksualë meshkuj. Për shembull, një vajzë pesëmbëdhjetëvjeçare ka probabilitet një në tetë që të marrë sëmundjen inflamatore të legenit thjesht duke bërë seks, ndërsa një njëzetekatërvjeçare ka probabilitet vetëm një në tetëdhjetë në të njëjtën situatë.⁸⁸ Një tjetër dallim në murin e qafës së mitrës së të rejave është se qelizat shtyllake e kalojnë virusin drejt e në qarkullimin e gjakut, ndërsa në femrat më të rritura është shumë më e vështirë që virusi të hyjë në gjak. Në përgjithësi, adoleshentja ka 80 për qind më tepër gjasa që të infektohet me SST, sesa dikush që është më e madhe se 25 vjeçe.⁸⁹

E vure re se ndryshimet në qafën e mitrës së femrës ndodhin pikërisht në të njëjtën fazë të jetës, kur truri kalon nga sistemi limbik (thjesht emocione) në korteksin parafrontal (vendimmarrja morale)? Qartazi, Perëndia na ka ndërtuar të jemi të aftë për seks maksimal, kur presim kohën e tij.

88 Raymond G. Bohlin, Ph.D., "Probe Ministries: Safe Sex and the Facts," *Leadership U* (14 korrik 2002). leadershipu.com/orgs/probe/docs/safesex.html.

89 Statistikat: STI/STDs #95, *Relationships Under Construction*, program mësimor për shkollat e mesme (Sunbury, OH: ATM Education, 2008), 126.

Biologjia nuk është faktori i vetëm që i ekspozon të rinjtë ndaj rrezikut të SST-ve. Shumë të rinj po bëjnë zgjedhje në sjellje që i bëjnë shënjestra kryesore për infektim. QKS-ja raporton se adoleshentët kanë më tepër gjasa që të zgjedhin partnerë seksualë më të rritur se vetja. Po kështu, adoleshentët seksualisht aktivë kanë më tepër gjasa që të bëjnë seks me shumë partnerë, gjë që shumëfishon rrezikun e infektimit të tyre. Një studim konstatoi se 75 për qind e adoleshentëve që fillojnë aktivitetin seksual përpara moshës 18 vjeçare kanë dy ose më tepër partnerë dhe 45 për qind e tyre kanë 4 ose më tepër partnerë.⁹⁰

*Perëndia na ka ndërtuar
të jemi të aftë për seks
maksimal, kur presim
kohën e tij.*



Numri i të rinjve të infektuar me SST vazhdon rritjen e shpejtë në shkallë alarmuese. Qartazi, kostoja personale e kësaj prirjeje është tepër e lartë.

Çfarë thotë Perëndia për këtë temë? Shqyrtoni 1 Timoteut 4:12: “Mos lejo askënd të të përçmojë, për shkak se je i ri. Ji shembull për gjithë besimtarët në ato që thua, në mënyrën si jeton, në dashuri, besim dhe dëlirësi (*pastërti*)” (NLT).

Kush do ta ngrëjë nivelin, kur bëhet fjalë për të rinjtë dhe seksin? Kush do të jetë shembull në mënyrën se si jeton dhe në standardet e pastërtisë? Kush do të vendosë se rreziqet janë tepër të larta dhe se plani i Perëndisë është gjëja më e mirë? Ti?

90 Centers for Disease Control and Prevention, “Premarital Sexual Experience among Adolescent Women—United States, 1970–1988,” *Morbidity and Mortality Weekly Report* 39, nr. 51 (janar 1991), 929–32.



Nuk është seks i sigurt kur përdorim prezervativ?

Brezit tënd i është dhënë mesazhi se prezervativët janë baras me seksin e sigurt dhe se seksi i sigurt të çliron të shijosh seksin pa rrezikuar. Ju kanë gënjyer.

Para disa vitesh, përhapësit e mesazhit të seksit të sigurt bënë një ndryshim dinak në mesazhin e tyre. Tani, në vend që të përkrahin “seksin e sigurt”, mbështetësit e prezervativëve nxisin të rinjtë që të kenë “seks më të sigurt”. Pse ky ndryshim? Për shkak se një vështrim i fakteve tregon se prezervativët s’janë të sigurt. Mund të përdorësh prezervativ dhe prapëseprapë të marrësh SST. Mund të përdorësh prezervativ dhe prapëseprapë të mbetesh shtatzënë. Dhe asnjë prezervativ s’ka për të të mbrojtur dot nga kurthet mendore dhe emocionale të seksit jashtë synimit të Perëndisë.

PREZERVATIVËT DHE SST-të

Shkencërisht, është e pamundur të “vësh prezervativ dhe të bësh seks të sigurt”. Maksimumi që mund të thuhet është: “Vër prezervativ dhe përjeto një seks më pak të rrezikshëm” (nga një bisedë personale me Dr. Robert Redfield, specialist i SIDA-s).

Prezervativët japin vërtet njëfarë mbrojtjeje ndaj disa SST-sh; ato sigurojnë njëfarë mbrojtjeje ndaj pesë prej 25 SST-ve kryesore. Reduktimi më i mirë i rrezikut ndodh në rastin e HIV-it. Hulumtuesit vlerësojnë se prezervativët e ulin transmetimin e HIV me 85-87 për qind. Për gonorrenë dhe

klamidian, rreziku i transmetimit ulet me 50 për qind.⁹¹ Këto shifra mund të duken mbresëlënëse, por mendo sa i madh është rreziku që përkrahësit e seksit të sigurt po të thonë të marrësh. Nuk ka kurë për HIV-in; rezultati përfundimtar i infeksionit është vdekja. Me përdorim prezervativ 100 për qind të kohës, ke prapëseprapë 15 për qind mundësi infektimi, nëse partneri yt seksual është i sëmurë. Probabiliteti që të infektohesh me gonorre ose klamidia është, pak a shumë, një në dy. Efektet afatgjata të këtyre SST-ve përfshijnë sterilitetin. Shumë meshkuj dhe femra të infektuar me këto dy SST nuk shfaqin asnjë simptomë dhe, pa dijeninë e tyre, mund t'ia kalojnë këtë sëmundje partnerit. Edhe nëse vë prezervativ 100 për qind të kohës, mund të infektohesh, duke vënë në rrezik aftësinë për të lindur fëmijë.

Ndonëse prezervativët ofrojnë vetëm mbrojtje të pjesshme kundër HIV-it, gonorresë dhe klamidias, ato ofrojnë zero mbrojtje ndaj shumë SST-ve të tjera. Madje, në pjesën dërrmuese, prezervativët nuk i pakësojnë SST-të, pasi shumica

*Edhe po përdore
prezervativ, mund të
infektohesh me SST ose të
mbetesh shtatzënë.*



e SST-ve janë viruse. Ato ngjiten me anë të zonave të trupit që nuk janë të mbuluara me prezervativ.

Një shembull klasik është HPV-ja. HPV-ja është SST-ja numër një.

Pesëdhjetë për qind e individëve seksualisht aktivë tani (ose më herët) janë infektuar me HPV.⁹²

91 "Scientific Evidence on Condom Effectiveness for Sexually Transmitted Disease (STD) Prevention," The National Institute of Health and the National Institute of Allergy and Infectious Disease (korrik 2001).

92 Centers for Disease Control and Prevention, "HPV: Common Infection, Common Reality." cdc.gov/std/hpv.

Probabiliteti që të lidhesh me partner të infektuar është shumë i larta. Për shkak se HPV-ja është virus, ajo rritet në lëkurën e lagësht dhe transmetohet lehtë.

Përkrahësit e seksit më të sigurt nxisin të rinjtë që të bëjnë seks me mjete mbrojtëse. Por prezervativët nuk të mbrojnë mjaftueshëm nga SST-të dhe pasojat mund të jenë shkatërrimtare. Qartazi, seksi i sigurt përmes përdorimit të prezervativëve s'është aspak i sigurt. Madje, seksi as nuk është i nevojshëm për transmetimin e një sërë SST-sh.

Instituti Kombëtar i Shëndetit (NIH) është një nga organizatat botërore më elitare në fushën e hulumtimit mjekësor. NIH-u pranon se “kontakti seksual pa penetrim” (ose prekja intime) “është rrugë e mundshme transmetimi [të HPV-së dhe të shumë viruseve të tjera] te personat e virgjër”.⁹³ Mjafton prekja! Pse? HPV-ja dhe SST-të e tjera virusale ngjiten me anë të lagështisë në bazë të penisit dhe vaginës. Këto janë zona që nuk i mbulon asnjë prezervativ. Nëse dëshiron të përdorësh prezervativ dhe të bësh “seks të sigurt”, prezervativin duhet ta veshësh si kostum polumbari.

Ja pse NIH-u tha gjithashtu: “Transmetimi i HPV-së nuk u reduktua nga prezervativët”.⁹⁴ Këtë s'ke për ta lexuar në kutitë e prezervativëve!

Studimet tregojnë se, edhe kur partneri vë prezervativ 100 për qind të kohës, femra që bën seks me një mashkull të infektuar me SST ka 37.8

Qartazi, seksi i sigurt me prezervativ s'është aspak i sigurt.



93 Anjum Khursid, MBBS, MPAff, “Talking Points on Winer’s Article in *New England Journal of Medicine* on Condom Use and HPV Risk,” The Medical Institute. medinstitute.org.

94 Po aty.

për qind mundësi që të infektohet.⁹⁵ Rreziku real mund të jetë edhe më i lartë. Një universitet, kohët e fundit, kreu një studim për studentët dhe studentet e infektuara me HPV. Prej atyre që kishin HPV dhe kryenin seks pa prezervativ, 44 për qind e partnerëve të tyre infektoheshin brenda vetëm 3 aktesh seksuale.⁹⁶ Po të ishte bërë fjalë për SIDA-n, prezervativët do ta kishin ulur atë shifër në 4 për qind (lajm i mirë, përveç rastit kur ti je te 4 përqindëshi i infektuar). Prej atyre që vinin prezervativ, 42 për qind ishin të infektuar, që do të thotë se prezervativët e ulnin rrezikun e infektimit me vetëm 2 për qind.⁹⁷ Pse kjo diferencë e vogël? Sepse prezervativët nuk mbulojnë zonën ku përhapet virusi.

PREZERVATIVËT DHE SHTATZËNIA

Ndoshta, prezervativi s'të mbron plotësisht nga SST-të, por të paktën eliminon rrezikun e shtatzënisë së padëshiruar, apo jo? Gabim.

Normalisht, femra mund të mbetet shtatzënë 8 ditë në muaj. Kjo është baras me 96 ditë në vit. Kur qeveria detyroi kompanitë e prezervativëve që të përllogarisnin shkallën e dështimit të produktit të tyre, rezultoi se, për një femër normale të moshës 20-24 vjeçe, kur prezervativi përdorej 100 për qind të kohës, shkalla e dështimit ishte 31 për qind.⁹⁸ Që ta themi në mënyrë të kuptueshme, kjo do të thotë se, në çdo dhjetë studentë që bëjnë seks duke përdorur prezervativ, tre prej tyre do të pësojnë

⁹⁵ Po aty.

⁹⁶ Raymond G. Bohlin, Ph.D., "Probe Ministries: The Epidemic of Sexually Transmitted Diseases," Leadership U (14 korrik 2002). leadershipu.com/orgs/probe/docs/safesex.html.

⁹⁷ Po aty.

⁹⁸ Kaiser Family Foundation, "It's Your (Sex) Life: A Guide to Safe and Responsible Sex." kff.org/mediapartnerships.

dëmtim të prezervativit (apo ai nuk e kryen funksionin), gjë që ngjall rrezikun e shtatzënive të papritura.

Vajzat mund të mbeten shtatzëna vetëm 8 ditë në muaj ose 96 ditë në vit. Vetëm femrat mbeten shtatzëna. Por SST-në mund ta marrësh 365 ditë në vit. Meshkujt dhe femrat janë të rrezikuar njësoj. Nëse, në rastin e shtatzënisë, prezervativi dështon në 31 për qind të rasteve në 96 ditë, ç'mund të themi për SST-të në 365 ditë? Po fillon të ndihesh sikur të kanë hedhur hi syve?

E VËRTETA E QARTË

E dije se FDA (Administrimi i Ushqimeve dhe Ilaçeve) refuzon të certifikojë prezervativët? Pse? Sepse shkalla e dështimit të tyre është e tmerrshme. Një tjetër agjenci qeveritare, QKS, thotë se vetëpërmbajtja është e vetmja mënyrë tejet e sigurt për të parandaluar SST-të.⁹⁹ Mënyra e dytë është monogamia reciproke me një partner që dihet se është i painfektuar. Këtë e quaj martesë.

Bota mëson se seksi i sigurt të çon në liri. I vetmi problem është se seksi i sigurt nuk është i sigurt. Qartazi, dallimi mes seksit të sigurt dhe atij më të sigurt është i stërmadh. Prezervativët të sigurojnë iluzionin e sigurisë, pa ulur ndjeshëm rreziqet. S'ka prezervativ apo kontraceptiv në treg që mund të të mbrojë nga ndikimi i seksit në trup, tru apo zemër. Perëndia dëshiron të na japë siguri të vërtetë me planin e vet, që seksi të mos kryhet jashtë martese. Vetëm plani i tij për jetën seksuale të ofron 100 për qind mbrojtje.

99 Centers for Disease Control and Prevention, "STD-Prevention Counseling Practices and Human Papillomavirus Opinions among Clinicians with Adolescent Patients—United States, 2004," *Morbidity and Mortality Weekly Report* 55, nr. 41 (20 tetor 2006), 1117–120.



Edhe nëse asnjëri prej ne të dyve s'ka simptoma, mund të marrim gjithsesi SST?

Bën mirë ta besosh! Ja disa fakte të shpejta për SST-të e fshehura.

- HPV-ja qëndron plotësisht e fshehur në trup për mesatarisht 10-12 vjet; as nuk e di që je infektuar.¹⁰⁰
- 90 për qind e infeksioneve me HPV nuk shfaqin asnjë simptomë.¹⁰¹
- Në rastin e klamidias, 80 për qind e femrave dhe 40 për qind e meshkujve nuk kanë asnjë simptomë.¹⁰²
- Simptomat e HSV II, i njohur edhe si urdhja gjenitale, janë kaq të lehta, saqë 80 për qind e rasteve nuk kanë simptoma ose nuk i dallojnë simptomat.¹⁰³
- HIV-i mund të kalojë një periudhë inkubacioni prej 10-15 vjet pa simptoma.¹⁰⁴
- Ndonëse këto SST nuk kanë simptoma, mund t'u transmetohen gjithsesi partnerëve seksualë.

Ideja bazë është kjo: mos ki besim se trupi do të të lajmërojë kur ti ose partneri jeni infektuar me SST. Adoleshentët seksualisht aktivë raportojnë se frika më e

100 Planned Parenthood, "Human Papillomavirus (HPV)." plannedparenthood.org.

101 Rose, Sexual Health for Life Seminar.

102 Sexual Information and Education Council of the U.S., "Fact Sheet: Sexually Transmitted Diseases in the United States."

103 Relationships Under Construction, program mësimor për shkollat e mesme (Sunbury, OH: ATM Education, 2008), 118.

104 Jacqueline Matuza, "What Is the Incubation Period of AIDS?" eHow Health. ehow.com.

madhe e tyre është shtatzënia, pasi ajo është më e dukshme. Por infeksioni me SST është rrezik shumë më i lartë. Shumicën e kohës, s'ke si të dish nëse ti apo partneri jeni infektuar tashmë.

Për shkak se shumica e SST-ve nuk shfaqin simptoma fizike, shumë adoleshentë besojnë se nuk janë të rrezikuar. Media e koklavit problemin, duke na bombarduar me pamje seksi pa pasojë. Më tepër se dy të tretat e programeve televizive (68 për qind e tyre) shfaqin përmbajtje seksuale.¹⁰⁵ Një studim i kohëve të fundit konstatoi mesatarisht dhjetë raste sjelljeje seksuale në orë në rrjetet televizive gjatë orarit më të ndjekur.¹⁰⁶ Prapëseprapë, askush në televizion nuk duket se paguan ndonjë çmim. Kur ishte hera e fundit që pe dikë në televizion që u infektua me SST? Njerëzit hidhen në shtrat me njëri-tjetrin dhe askush s'merr ndonjëherë sëmundje. Askush s'i kërkon ndonjëherë partnerit seksual që të ekzaminohet.

E gjithë kjo çon në atë që e quaj “qasje karte krediti” ndaj seksit. Ideja është se tani mund të luash, por më vonë do të paguash. Më dëgjo: do të paguash *që ç'ke me të*. Kur trupi yt do të fillojë të shfaqë simptomat, çmimi do të jetë tepër i lartë tashmë.

Vajza, përfytyroni sikur vendosni që të bëheni seksualisht aktive në vit të dytë të shkollës së mesme. Nuk shfaqni asnjëherë asnjë simptomë SST-je dhe nuk ekzaminoheni asnjëherë. Vite më vonë, takoni mashkullin e ëndrrave. Martoheni dhe përpiqeni të lindni fëmijë, por s'mbeteni dot shtatzënë. Kur shkoni te

105 Kaiser Family Foundation, “TV Sex Getting ‘Safer,’ Kaiser Family Foundation Study Finds” (4 shkurt 2003). kff.org/entmedia.

106 Anna Forbes, “Askable Parents, Teachable Moments,” Bryn Mawr Alumnae Bulletin. brynmaur.edu.

mjeku për të diskutuar pse s'lidni dot, mjeku ju thotë se keni PID. S'keni pasur asnjë simptomë, por dikur jeni infektuar me klamidia. Tani, ju duhet të shkoni në shtëpi dhe t'i thoni bashkëshortit se s'ka për të pasur kurrë fëmijë.

Djem, përfytyroni një skenar të ngjashëm. Ti e humb virgjërinë në moshën pesëmbëdhjetëvjeçare me një vajzë që mendoje se e dashuroje. Pas dhjetë vitesh mëson se ç'është dashuria e vërtetë, kur takohesh dhe martohesh me gruan tënde. Ajo është e virgjër ditën e dasmës. Vite më vonë, gruaja jote fillon të ketë gjakrrjedhje anormale. Shkon te mjeku dhe

*Media të bombardon me
pamje seksi pa pasoja.*



zbulon se ka kancer
në qafën e mitrës, që
ka mundësi t'i jetë
shkaktuar nga HPV-ja që
ia ke dhënë ti, pa e ditur.

Ndonëse ajo zgjodhi të priste, është e detyruar të paguajë një çmim të rëndë, ngaqë ti s'prite. Kur ti kupton se je infektuar, trupi mund të të jetë dëmtuar dhe, pa e ditur, mund t'i kesh ngjitur një SST njeriut që do.

Atëherë, nga ta dish se partneri është i infektuar? S'ke si ta dish. Është e pamundur të shmangësh plotësisht përzgjedhjen e partnerit të infektuar, kur as ai vetë mund të mos e dijë. E vetmja mënyrë e garantuar është të bësh seks me një partner të vetëm gjatë gjithë jetës tënde dhe të zgjedhësh një partner që ka bërë seks vetëm me ty. E vetmja garanci për të qenë i sigurt nga sëmundjet e fshehura, që s'tregojnë asnjë simptomë, është t'i qëndrosh besnik planit të Perëndisë.

S'mund t'i besosh trupit që të të paralajmërojë përpara se seksi të të vërë në rrezik. Por Perëndia thotë qartë: "Të dua shumë, ndaj dua të të mbroj dhe të të siguroj mënyrën për të pasur përvojën më të plotë në seks. Prandaj, prit".

PP14

Mund të marr injeksion ose antibiotik, nëse infektohem me SST?

Kur bëhet fjalë për trajtimin e SST-ve, nuk ka zgjidhje të shpejta. Për 19 nga 25 SST-të, nuk ekziston kurë.¹⁰⁷ Kjo do të thotë se, për më tepër se 75 për qind të infeksioneve, s'mund të bësh asgjë pasi infektohesh.

QKS-ja raporton se rreth 65 milionë amerikanë kanë një SST të pakurueshme.¹⁰⁸ S'mund të anashkalosh planin e Perëndisë për seksin dhe pastaj të heqësh shpejt qafe pasojat. Nuk mjafton thjesht të pranojmë se SST-të janë rrezik i mundshëm. Një studim tregoi se vajzat nuk ndikoheshin edhe kur mësonin për SST-të.¹⁰⁹ I dinin faktet, por nuk kuptonin rreziqet. Më lejo të ta them shkoqur.

HPV-ja është SST-ja më e përhapur. Gjashtë milionë amerikanë infektohen çdo vit prej saj. Rezultati përfundimtar i këtij infeksioni është shpesh kanceri invaziv (që përhapet në trup).¹¹⁰ Dhe, deri tani, s'ka asnjë kurë. Rreth 16 për qind e amerikanëve të moshës 14-49 vjeç infektohen me urdhje gjenitale (HSV); rezultati përfundimtar mund të jetë infeksioni i rëndë.¹¹¹ Dhe, deri tani, nuk ka asnjë kurë. Në Shtetet e Bashkuara, rreth 100,000 amerikanë infektohen

107 The Medical Institute, "The Facts about Condoms."

108 "Overview of Sexually Transmitted Disease (STD)." HealthCommunities.com.

109 Tracey W. Kershaw, et al., "Sexual Risk Following a Sexually Transmitted Disease Diagnosis: The More Things Change the More They Stay the Same," Journal of Behavioral Medicine, vëll. 27, nr. 5, 445-61.

110 CDC, "HPV Vaccine: What You Need to Know."

111 Centers for Disease Control and Prevention, "Genital Herpes." cdc.gov.

çdo vit me Hepatitin B. Rreth 5,000 vdesin çdo vit nga kjo sëmundje dhe nga komplikacionet e saj.¹¹² Dhe, deri tani, s'ka asnjë kurë.

Është e vërtetë se janë zhvilluar disa trajtime që parandalojnë SST-të, si vaksina e HPV-së. Por, siç kemi diskutuar tashmë në përgjigjen e pyetjes 8, efektshmëria e kësaj ndërhyrjeje është e kufizuar. Vaksina e HPV-së funksionon vetëm për femrat dhe është rreth 30 për qind e paefektshme (Instituti Kombëtar i Kancerit pranon se rreth 30 për qind e rasteve të kancerit të qafës së mitrës nuk do të parandalohen nga kjo vaksinë).¹¹³ Disa SST të tjera kanë trajtime, por shpesh janë të gjata dhe të vështira. Edhe në SST-të e trajtueshme,

*Kur bëhet fjalë për
trajtimin e SST-ve, s'ka
zgjidhje të shpejta.*



krahasuar me 9.4 për qind në vitin 2005, 6.8 për qind në vitin 2004, dhe 4.1 për qind në vitin 2003.¹¹⁴

Thelbi është se, po kreve seks të palejueshëm, mos prit që mjekësia moderne të fshijë të gjitha pasojat. Nuk funksionon aspak kështu. Rezultatet përfundimtare janë të rënda, madje vdekjeprurëse. E vetmja mënyrë si të mbrosh veten nga dëmi që mund të shkaktojnë SST-të është të bësh të pamundurën që, në radhë të parë, të mos infektosh.

rezistenca ndaj ilaçit
përbën shqetësim në rritje.
Në vitin 2006, 13.8 për
qind e rasteve me gonorre
treguan rezistencë ndaj
trajtimin me antibiotikë,

112 Hepatitis B Foundation, "General Information: FAQ." hepb.org.

113 National Cancer Institute, "Human Papillomavirus (HPV) Vaccines," (October 22, 2009). cancer.gov.

114 Centers for Disease Control and Prevention, "Trends in Reportable Sexually Transmitted Diseases in the United States, 2006," Surveillance 2006. cdc.gov.

PP 15

Është e vështirë të infektosh me SST?

Studime të njëpasnjëshme kanë zbuluar se të rinjtë, në mënyrë alarmante, janë naivë për rreziqet e seksit jashtë martese, sidomos për rrezikun e ekspozimit të tyre ndaj sëmundjeve seksualisht të transmetueshme.

Një vështrim i shpejtë i punës kërkimore e bën tmerrësisht të qartë se infeksioni me SST është rregull, jo përjashtimi, te të rinjtë. Le të shqyrtojmë faktet:

1. QK-ja vlerëson se, çdo vit, ndodhin 19 milionë infeksione të reja me SST; pothuajse gjysma e atyre rasteve ndodhin në moshat 15-24 vjeçare.¹¹⁵
2. Sot, më tepër se 70 milionë amerikanë po jetojnë me ndonjë formë SST-je.¹¹⁶
3. Rreth 25 për qind e adoleshentëve seksualisht aktivë infektohen çdo vit me SST.¹¹⁷
4. Një studim raportoi se, deri në moshën 25 vjeçare, gjysma e gjithë të rinjve amerikanë do të jenë infektuar me SST.¹¹⁸

Ki parasysh se këto shifra bazohen në raste SST-je që janë raportuar. Ne e dimë se shumë e shumë raste me SST

115 Reuters, "CDC: Sexually Transmitted Diseases Still Rising in U.S."

116 McIlhaney dhe Bush, Hooked, 81.

117 McIlhaney, "Because Sex Is Not a Game This School Year."

118 Ed Vitaliano, "New Study: Half of Young People Will Contract STDs," Alan Guttmacher Institute (13 maj 2004). crosswalk.com.

nuk raportohen kurrë, për shkak të turpit ose për mungesë simptomash. Ndonëse këto shifra tregojnë se probabiliteti që të shkosh me një partner të infektuar është i lartë, rreziku real ka gjasa të jetë shumë më i madh.

Nëse zgjedh të bësh seks jashtë martese që në adoleshencë, rreziku i infektimit është të paktën 25 për qind në vit.¹¹⁹

*Po nderoue planin e
Perëndisë, mund të bësh seks
pa frikë sëmundjeje.
Kjo është liria seksuale.*



Po të kishim një në
katër mundësi që
të goditeshim nga
rrufeja, askush s'do
të dilte jashtë gjatë
stuhive me vetëtima.
E megjithatë, të
rinjtë janë gati të

venë jetën në rrezik, ndonëse është i lartë probabiliteti që të infektohen me të paktën një SST, me rezultate përfundimtare të mundshme shkatërrimtare.

Kohët e fundit, një studim i “Fondacionit të Familjes Kaiser” (Kaiser Family Foundation) tregoi se të rinjtë mashtrohen nga mendimi se mund të eksperimentojnë seksualisht me shumë pak rrezik ekspozimi ndaj SST-ve.¹²⁰ Ky studim hedh dritën e “projektorit” mbi disa mite të njohura. Le ta luftojmë secilin prej tyre me të vërtetën e fortë.

MITI #1: SST-të MUND TË PËRHAPEN VETËM KUR JANË TË PRANISHME SIMPTOMAT.

Studimi i “Fondacionit të Familjes Kaiser” zbuloi se 25 për qind e adoleshentëve thanë se, po të dilnin me dikë që

¹¹⁹ McIlhane, “Because Sex Is Not a Game This School Year.”

¹²⁰ Kaiser Family Foundation, “What Teens Don’t Know about STDs Puts Them at Risk” (8 mars 1999). kff.org.

kishte SST, do ta kuptonin, dhe 20 për qind e tyre mendonin se SST-të mund të përhapen vetëm kur janë të pranishme simptomat.¹²¹

E VËRTETA: SHUMICA E TË INFEKTUARVE ME SST NUK E DINË.

Pothuajse 87 për qind e rasteve me SST nuk shfaqin simptoma.¹²² Disa viruse seksualisht të transmetueshme, përfshi dhe HIV-in, mund të kalojnë deri në 15 vjet inkubacion në trupin njerëzor, pa asnjë simptomë.¹²³

Një strategji e organizatave qeveritare, si dhe Prindërimit të Planifikuar, është që t'i trajtojnë të rinjtë që të pyesin partnerin nëse është i infektuar. Por realiteti është se shumica e partnerëve as nuk e dinë nëse kanë ndonjë infeksion seksualisht të transmetueshëm në trup. Edhe ata që e dinë, mund të mos tregohen të ndershëm për gjendjen shëndetësore. Mos harro: “Hormoni i eksituar nuk ka ndërgjegje”. Nëse, në zjarrminë e momentit, merr kohën që të pyesësh partnerin nëse është i/e infektuar, shumica e njerëzve nuk do të ta tregonin, pasi tashmë janë të eksituar. Përkrahësit e seksit më të sigurt të thonë që “të pyesësh partnerin”, si mënyrë për të mbrojtur veten. Mendoje me kujdes! A je i gatshëm të vësh jetën në duart e dikujt tjetër, i cili as mund të mos e dijë se po të vendos në rrezik?

121 Po aty.

122 The Medical Institute, “Sex, Condoms & STDs: What We Now Know” (2003). medinstitute.org.

123 “Human Immunodeficiency Virus,” PDR Health, Diseases & Conditions. pdrhealth.com/disease.

MITI #2: SST-të JANË TË PËRHAPURA VETËM TE TË SHTHURURIT.

Ndër personat e studiuar, 12 për qind thanë se, nëse nuk bën seks me shumë njerëz, s'ke pse të shqetësohesh për SST-të.¹²⁴

E VËRTETA: SST-në MUND TA MARRËSH EDHE KUR BËN VETËM NJË HERË SEKS.

Një studim zbuloi se 75 për qind e adoleshentëve që kishin bërë seks përpara moshës 18-vjeçare kanë dy ose më tepër partnerë, dhe 45 për qind e tyre kanë katër ose më tepër partnerë.¹²⁵ Bota mund të mos e konsiderojë gjë të shthurur seksin me dy deri në katër partnerë, por mundësitë e infeksionit edhe me një partner të vetëm në shkollë të mesme të japin 25 për qind probabilitet infektimi çdo vit. Hulumtuesit vlerësojnë se, brenda dy vitesh pas seksit për herë të parë, gjysma e këtyre vajzave adoleshente dhe seksualisht aktive mund të infektohen me të paktën tre SST të përhapura.¹²⁶

124 Sexual Information and Education Council of the U.S., "The Truth about Adolescent Sexuality," siecus.org.

125 Centers for Disease Control and Prevention, "Premarital Sexual Experience among Adolescent Women—United States, 1970–1988," *Morbidity and Mortality Weekly Report* 39, nr. 51 (janar 1991), 929–32.

126 "Study: Half of Teen Girls Infected with STDs within 2 Years of Having Sex," Fox News (8 dhjetor 2009). foxNews.com/story.

MITI #3: SST-të NGJITEN VETËM PËRMES MARRËDHËNIES SEKSUALE.

E VËRTETA: SHUMICA E SST-ve MUND TË PËRHAPEN PA MARRËDHËNIE SEKSUALE, PASI JANË VIRUSE.

Nëntëmbëdhjetë për qind e të rinjve të moshave 15-17 vjeç, nuk e dinë se SST-të mund të përhapen me anë të seksit oral.¹²⁷ Viruset si HPV-ja rriten në lëkurë të lagësht e të ngrohtë. Ato mund të transmetohen përmes seksit oral, madje edhe me anë të prekjes seksuale. Shmangia e marrëdhënies seksuale, ndërkohë që kryen aktivitete të tjera seksuale, përfshi dhe seksin oral, *nuk* ka për të të mbrojtur.

Nëse dëshiron të dish a mund të bësh seks jashtë martese

dhe të mos infektohesh, përgjigja është: “Ndoshta jo”. Një pyetje më e mirë është: “Si mund të mbrohem nga rreziqet e seksit?” Përgjigja është t’i qëndrosh besnik planit të Perëndisë.

Nëse merr parasysh të dhënat për SST-të, do të kuptosh se anashkalimi i kufijve të Perëndisë për seksin përbën një të ardhme të frikshme. Në dallim nga kjo, nëse nderon planin e Perëndisë, mund të bësh seks pa frikë sëmundjeje. Nuk do të kesh arsye të shqetësohesh kurrë për antibiotikë apo

*Anashkalimi i kufijve të
Perëndisë për seksin përbën
një të ardhme të frikshme.*



127 Sexual Information and Education Council of the U.S., “The Truth about Adolescent Sexuality.” siecus.org.

prezervativë, ose për viruse të rrezikshme që të fshihen në trup. Kjo është liri seksuale. Nuk të kushton gjë të presësh. E vërteta e pakëndshme është se, kur zgjedh të mos presësh, gjatat janë që çmimi të jetë jashtëzakonisht i lartë.

PP16

A mund të lidhen SST-të me sëmundje të rënda, si kanceri?

Një studim i “Fondacionit të Familjes Kaiser” konstatoi se 60

për qind e 15-17 vjeçarëve nuk e dinin se SST-të mund të shkaktojnë disa lloje kanceri.¹²⁸ E vërteta është se SST-të lidhen me shumë sëmundje të rënda, përfshi kancerin. Po kuptove këtë të vërtetë të thjeshtë, mund të të shpëtojë jetën.

Shembulli më i qartë se SST-të mund të çojnë në sëmundje të rënda është HPV-ja. Shkencëtarët kanë dokumentuar një lidhje të qartë mes HPV-së dhe kancerit. Madje, HPV-ja është shkaku kryesor i kancerit të qafës së mitrës.¹²⁹

Qendra Mjekësore e Universitetit të Kalifornisë Los Anxhelos (UCLA) vërejti se deri në 99 për qind e pacienteve me kancer të qafës së mitrës ishin infektuar me HPV.¹³⁰ Në mbarë botën, rreth 70 për qind e kancereve të qafës së mitrës

128 Kaiser Family Foundation, “What Teens Don’t Know about STDs Puts Them at Risk” (8 mars 1999). kff.org.

129 Reuters, “HPV Linked to 25,000 Cancers in 5 Years: Government study suggests need for HPV screening men and Women,” MSNBC.com (3 nëntor, 2008). msnbc.com.

130 Rettig, “HPV Virus Helps Cervical and Head and Neck Cancers Grow and Spread.”

ndodhin për shkak të HPV-ve.¹³¹ Një studim i Univeriteti “John Hopkins” zbuloi se 80 për qind e grave seksualisht aktive mund të infektohen me HPV në ndonjë moment të jetës.¹³² Si rezultat, çdo vit, në mbarë globin diagnostikohen rreth 500,000 femra me kancer të qafës së mitrës. Rreth 300,000 prej tyre vdesin nga kjo sëmundje.¹³³

Kanceri i qafës së mitrës nuk është i vetmi rrezik. QKS-ja raporton se HPV-ja shkaktoi 25,000 raste kanceri në SH.B.A mes viteve 1998 dhe 2003, përfshi kancerin e qafës së mitrës, kancerin anal dhe kancerin e gojës.¹³⁴

*Nuk je i pathyeshëm. Po
luajfte me seksin, mund të
infektohesh me SST.*

Sipas një artikulli të botuar në *Journal of Infectious Diseases* (Revista e sëmundjeve infektive), infeksionet anale të HPV-së duket se janë po aq të përhapura sa infeksionet e qafës së mitrës. Si rezultat, çdo vit, në SH.B.A. diagnostikohen më tepër se 4,600 njerëz me kancer anal. Rreth 700 pacientë vdesin nga kjo sëmundje.¹³⁵

Personi me infeksion HPV-je ka 32 herë më tepër gjasa për t’u sëmurur me kancer të grykës.¹³⁶

Po kapërceve kufijtë e Perëndisë për seksin, probabiliteti që të sëmuresh me SST, përfshi dhe HPV-në, është shumë i lartë.

131 Dunne, e të tjerë, “Prevalence of HPV Infection.”

132 Julie Sharp, “Oral Sex Linked to Throat Cancer,” BBC News (10 maj 2007).
News.bbc.co.uk/2/hi/health.

133 Reuters, “HPV Linked to 25,000 Cancers in 5 Years.”

134 Po aty.

135 JoNel Aleccia, “‘wew’ factor aside, anal HPV infection is a risk,” MSNBC Women’s Health (23 maj 2008). msnbc.msn.com.

136 Throat Cancer Added to List of Diseases Caused by HPV,” Houston Chronicle (maj 2007).

SST-të lidhen me shumë sëmundje të rënda, përfshi kancerin.



mizor, vdesin mijëra pacientë.

Më lejo të të kujtoj se nuk je i pathyeshëm. Po luajte me seksin, mund të infektosh me SST, duke marrë si rezultat përfundimtar kancerin, që mund të të shkaktojë vdekjen.

Rezultati përfundimtar i infeksionit mund të jetë një sëmundje e rëndë, përfshi kancerin. Çdo vit, si rezultat i këtij realiteti



A nuk është seks i sigurt kur pi pilula kontraceptive?

Kontrolli oral i lindjeve, i njohur edhe si “pilula”, vërshoi në skenën kulturore në vitet 1960. Ai u bë simboli i revolucionit seksual, që bënte thirrje për “dashuri të lirë” dhe për t’u dhënë fund kufizimeve të sjelljes seksuale. Më tepër se pesëdhjetë vjet më vonë, kemi mësuar se seksi s’është i lirë. Pilula e vockël që nisi gjithçka, s’ka bërë shumë për të mbrojtur miliona gra nga pasojat e zgjedhjeve të tyre seksuale.

Pilula nuk të mbrohet nga sëmundjet seksualisht të transmetueshme. Pilula s’bën asgjë për të mbuluar ato zona të trupit ku ngjiten SST-të. Ekzistojnë 25 SST të përhapura,¹³⁷ që prekin çdo vit 19 milionë amerikanë,¹³⁸ dhe pilula s’bën absolutisht asgjë për

¹³⁷ “Sexually Transmitted Diseases,” Epigee.

¹³⁸ Reuters, “CDC: Sexually Transmitted Diseases Still Rising in U.S.”

të të mbrojtur nga infeksioni. Mua ky s'më duket aspak seks i sigurt.

Po shtatzënia? Edhe kompanitë farmaceutike që fabrikojnë pilulën kontraceptive, pranojnë se ajo nuk është 100 për qind e efektshme. Ka gjasa të mbetesh shtatzënë edhe kur pilulën e merr sipas udhëzimeve 100 për qind të kohës. Madje, që të jetë e efektshme, pilula duhet pirë në të njëjtën kohë çdo ditë. Nëse s'e merr një ditë ose, nëse e merr me disa orë vonesë, nivelet e hormoneve do të të ndryshojnë dhe ka gjasa të ovulosh ose të lëshosh një vezë që mund të fertilizohet. Vajzat e reja kanë më tepër gjasa të mbeten shtatzëna, pasi

i kanë shumë të shëndetshme organet riprodhuese. Një studim zbuloi një shkallë dështimi 13

Pilula nuk të mbron nga sëmundjet seksualisht të transmetueshme.

për qind të pilulës për



vajzat në moshën e adoleshencës.¹³⁹ Nga ana njerëzore kjo do të thotë se të paktën 13 nga 100 vajza që bëjnë seks duke pirë pilulën do të mbeten shtatzëna papritur. Ndonëse pilula të ofron njëfarë mbrojtjeje kundër shtatzënisë së paplanifikuar, nuk përbën garanci.

Thelbi është se asnjë pilulë nuk të mbron dot nga:

- As edhe një SST e vetme;
- Zemërthyerja,

139 Haishan Fu, "Contraceptive Failure Rates: New Estimates from the 1995 National Survey of Family Growth," *Family Planning Perspective*, vëll. 31, nr. 2 (mars/prill 1999).

- Ndryshimet mendore në tru që mund të vijnë nga seksi i shthurur,
- Faji dhe turpi që shoqërojnë shpesh seksin paramartesor.

Kelli e di mjaft mirë këtë. Donte të priste deri në martesë për të bërë seks, por, kur ajo dhe i dashuri, Tajler, filluan ta kishin seriozisht, bëri një takim me mjekun për të folur për mundësitë që kishte. Mjeku i sugjeroi të fillonte pilulën dhe Kelli ra dakord “thjesht për siguri”. Kelli dhe Tajleri filluan të bënë seks. Kelli u qetësua që s’kishte pse të vriste mendjen për shtatzëni apo sëmundje. Besonte se po kryenin “seks të sigurt”. Tre muaj më vonë, Kelli doli pozitive me SST.

*I vetmi seks vërtet i sigurt
bëhet mes dy njerëzish që i
përkushtohen seksit monogamik
për gjithë jetën.*



mbrojtur, por pilula nuk e kishte mbrojtur nga SST-ja dhe nuk bëri asgjë për ta mbrojtur nga dhimbja që ndjeu kur lidhja e fuqishme që seksi i pati krijuar me Tajlerin u thye. Pas më tepër se një viti, Kelli pyet veten se kur do t’i shërohet zemra.

Prezervativët nuk të mbrojnë dot nga pasojat e shumta të seksit të palejuar. As pilulat. I vetmi seks vërtet i sigurt bëhet mes dy njerëzish që i përkushtohen seksit monogamik për gjithë jetën.

U ndje e zemëruar,
e sikletosur dhe e
turpëruar. Pak muaj
më vonë, u nda nga
Tajleri. Mendonte se
kishte bërë gjithçka
të mundur për t’u

PP18 Si mund të shmang infektimin me SST?

Ka vetëm një mënyrë se si të garantosh mbrojtjen ndaj SST-ve: të mos kryesh seks deri në martesë. Burimet laike dhe të krishtera bien dakord në këtë pikë: vetëpërmbajtja përpara martese dhe besnikëria gjatë martesës janë e vetmja mënyrë që të garanton se nuk do të infektosh me SST. Kleçka është se, sikur qoftë dhe njëri partner (mashkulli apo femra) të mos jetë monogamik, ose të ketë fjetur me partnerë të tjerë në të kaluarën, nuk je më i mbrojtur.

QKS-ja raporton se monogamia është e vetmja metodë e efektshme për parandalimin e SST-ve.¹⁴⁰ Një raport i botuar nga Prindërimi i Planifikuar tha: “Vetëpërmbajtja dhe monogamia gjithë jetën do të vazhdojnë të jenë mënyrat më të efektshme për shmangien e plotë të infeksionit me HPV”.¹⁴¹ Udhëzimet federale për edukimin e vetëpërmbajtjes porosisin që studentëve t’u mësohet se vetëpërmbajtja është e vetmja mënyrë e garantuar për të shmangur shtatzëninë jashtë kurore dhe SST-të.¹⁴²

140 Centers for Disease Control and Prevention, “STD-Prevention Counseling Practices and Human Papillomavirus Opinions among Clinicians with Adolescent Patients—United States, 2004,” *Morbidity and Mortality Weekly Report* 55, nr. 41 (20 tetor 2006), 1117–120.

141 Planned Parenthood, “Fact Sheet: HPV—The Most Common Sexually Transmitted Virus” (gusht 2006). plannedparenthood.org.

142 Elizabeth Boskey, Ph.D., “What are the federal guidelines for abstinence only education?” *About.com* (13 tetor 2010). std.about.com/od/syphilis/f/federalabstinenecregs.htm.

Le t'i hedhim një sy asaj që na mëson Perëndia në Fjalën e vet.

Të kujtohet Fjalët e Urta 5:18-19? “Gruaja jote qoftë burim bekimi për ty. Gëzohu në nusen e rinisë sate. Ajo është dre i bukur, drenushë e hirshme. Gjijnjtë e saj të kënaqshin gjithmonë. Qofsh i magjepsur gjithmonë nga dashuria e saj” (NLT).

Burri të cilit i drejtohet ky varg është i lirë të shijojë plotësisht të mirat e seksit. Ai s'ka asnjë rezervë. Është i nginjur dhe “i magjepsur”, jo në ankth apo i shqetësuar për rreziqet. Cila është partnerja e tij? E shoqja, jo ndonjë vajzë që takoi në festë apo një e dashur për përvojat seksuale të së cilës ai nuk di asgjë. Ai është 100 për qind i mbrojtur nga rreziku i sëmundjes ose nga shtatzënia jashtë kurore, pasi e vetmja partnere seksuale e tij është e shoqja.

1 Korintasve 6:13 (ESV) na paralajmëron se “trupi nuk është bërë për shthurje seksuale”. Kur kalon përtej kufijve mbrojtës që ka caktuar Perëndia me anë të martesës dhe bën seks me më tepër se një partner, trupi yt funksionon jashtë synimit fillestar dhe rreziqet janë tmerrësisht të larta.

PËRFYTYRO KËTA DY SKENARË.

1. Eshli dhe Aroni kanë tre muaj që janë lidhur. Natën e mbrëmjes së maturës, Aroni e bindi Eshlin që të bënin seks në sediljen e pasme të limuzinës që kishte marrë me qira. Më vonë, Eshli u ndie shumë fajtore, kur u nda me Aronin. Disa muaj më vonë, Eshli fillon të ndiejë dhimbje në abdomen dhe periodat iu bënë të çrregullta. I telefonoi Aronit për të mësuar nëse ishte ekzaminuar ndonjëherë për SST. Ai rrëfeu se kishte pasur katër partnere të tjera përpara Eshlit dhe refuzoi të shkonte të ekzaminohej.

Edhe Eshlit i vjen shumë turp që të flasë me të ëmën për simptomat e saj dhe ka frikë se mos e merr vesh dikush, nëse shkon te infermierja e shkollës për t'u ekzaminuar për SST. Eshli bëri seks vetëm një herë, por tani është vazhdimisht e shqetësuar se mos ka marrë ndonjë sëmundje që s'ka kurim.

2. Zhaklina dhe Marku u dashuruan në vitin e fundit të shkollës së lartë. Ndonëse të dy donin të ishin sa më pranë njëri-tjetrit që të ishte e mundur, u zotuan të prisnin që seksin ta fillonin pasi të martoheshin. Asnjëri prej tyre s'kishte pasur partner seksual. Natën e dasmës bënë seks pa frikë infeksioni. Tani janë të lirë të bëjnë seks me njëri-tjetrin, sa herë të duan, pa frikë se mos marrin SST.

Perëndia nuk të thotë ta ruash seksin për martesë ngaqë do të të kufizojë apo të të heqë qejfin e jetës.

Brenda kontekstit të martesës, je i lirë të shijosh seksin për gjithë jetën, pa frikë sëmundjesh. E vetmja mënyrë se si të mbrohesh nga SST-të është të kuptosh dhe të jetosh sipas planit të Perëndisë për seksin.

*Monogamia është
metoda më e efektshme
parandaluese e SST.*



PP19

Ka ndonjë marrëdhënie mes seksit paramartesor dhe shëndetit mendor?

Kur bëhet fjalë për seks, Perëndia na kërkon të presim. Ai motivohet nga dëshira për të na mbrojtur dhe për të siguruar për ne. Po, pritja na mbron nga pasojat fizike, përfshi SST-të dhe shtatzëninë e padëshiruar. Po kështu, pritja na mbron trurin nga ndryshimet neurologjike që ndodhin kur bëjmë seks me më tepër se një partner. Por, a na ruan pritja edhe shëndetin mendor? Që ç'ke me të!

Është alarmues fakti se vajzat adoleshente, që janë seksualisht aktive, kanë 300 për qind më tepër gjasa që të përpiqen të kryejnë vetëvrasje, sesa moshataret e tyre të virgjra.¹⁴³ Djemtë adoleshentë, që janë seksualisht aktivë, kanë dyfish më tepër gjasa se vajzat seksualisht aktive për sjellje vetëvrasëse. Madje, djemtë adoleshentë seksualisht aktivë kanë 700 për qind më tepër gjasa që të përpiqen të kryejnë vetëvrasje, se moshatarët e tyre që presin.¹⁴⁴ Më tepër se 25 për qind e vajzave seksualisht aktive të moshave 14-17 vjeçe thanë se, javën e kaluar, ishin ndjerë të depresionuara shpesh ose gjithë kohës, krahasuar me vetëm 7.7 për qind të vajzave të virgjra. Më tepër se 14 për qind e vajzave seksualisht aktive u përpoqën të kryenin vetëvrasje vitin e kaluar, krahasuar me

¹⁴³ McIlhaney dhe Bush, *Hooked*, 20.

¹⁴⁴ Po aty.

5.1 për qind të bashkëmoshatareve të tyre joaktive.¹⁴⁵

Të gjithë flasin për adoleshentët dhe SST-të, por askush s'përmend çmimin shkatërrimtar të seksit paramartesor për shëndetin mendor. Adoleshentët seksualisht aktivë kanë tre herë më tepër gjasa se ata seksualisht joaktivë që të bien në depresion dhe të përpiqen të kryejnë vetëvrasje.¹⁴⁶

Dr. Freda Mek-Kisik Bush, e Institutit Mjekësor për Shëndetin Seksual, vërejtí: “Një ndër faktorët më të mëdhenj të rrezikut për depresion, humbje vetëvlerësimi dhe shumë pasoja emocionale ka të bëjë me numrin e njerëzve me të cilët keni marrëdhënie [seksuale]”. Ajo vijoi duke thënë: “Sa më tepër partnerë të kesh [nga ana seksuale], aq më tepër gjasa ke që të hasësh vështirësi në formimin e marrëdhënieve të shëndetshme në të ardhmen, kur të jesh gati të lidhesh me një njeri”.¹⁴⁷

Kultura bashkëkohore na mëson se seksi çon në ndjenja lumturie, përmbushjeje dhe intimiteti në marrëdhëniet romantike, por realiteti është shumë më pak i kënaqshëm.

Kohët e fundit, Shoqata Amerikane për Shëndetin në Kolegj botoi një studim që tregonte se 43 për qind e gjithë studentëve universitarë në Amerikë ndiheshin kaq të depresionuar, saqë e kishin të vështirë të funksiononin dhe, vitin e kaluar, 61 për qind e studentëve kishin përjetuar momente kur ndiheshin se gjithçka ishte e pashpresë.¹⁴⁸

145 Laura Vanderkam, “Sexually Active Girls’ Lament: Why Didn’t I Wait?” USA Today (12 qershor 2003). usatoday.com.

146 R. E. Rector, K. A. Johnson, dhe L. R. Noyes, “Sexually Active Teenagers Are More Likely to Be Depressed and to Attempt Suicide,” Washington, DC: A report from the Heritage Center for Data Analysis, Heritage Foundation CDA03–04 (2008), 78.

147 Intervistë personale, Freda McKissic Bush.

148 Nxjerrë nga Joe S. McIlhaneý Jr., M.D., dhe Freda McKissic Bush, *Hooked*, 78.

Kjo lidhje e aktivitetit të hershëm seksual dhe ndjenjave të dëshpërimit dhe depresionit nuk është rastësore.

Problemi mund të koklavitet kur personi kërkon trajtim për ndjenja depresioni. Një efekt anësor kryesor i antidepressantëve është keqfunksionimi seksual.¹⁴⁹ Personi depresionohet si rezultat i aktivitetit seksual dhe pastaj humb aftësinë të përjetojë funksionin seksual normal, si rezultat i mjekimit që po merr për depresion.

Depresioni nuk është i vetmi efekt anësor mendor i seksit të palejueshëm. Një studim i Universitetit të Kolumbias konstatoi se adoleshentët seksualisht aktivë kanë më tepër gjasa që të përdorin drogë.¹⁵⁰ Gjithashtu, shpesh, të rinjtë seksualisht aktivë përjetojnë ndjenja faji dhe turpi, si rezultat i zgjedhjeve të tyre.

Adoleshentët seksualisht aktivë kanë tri herë më tepër gjasa se ata seksualisht joaktivë që të depresionohen dhe të përpigjen të bëjnë vetëvrasje.



Pothuaj dy të tretat e adoleshentëve që kanë bërë seks, thonë se do të donin të kishin prituri.¹⁵¹ Faji i dhurimit të diçkaje që nuk mund ta kthesh më mbapsht mund të zgjasë më

tepër se çdo pasojë tjetër.

Një nga pasojat më shkatërrimtare nga ana emocionale të seksit jashtë martese është zemra e thyer. Për shkak të

149 "Your Brain on Sex," Reuniting: Healing with Sexual Relationships (25 qershor 2005). reuniting.info/science.

150 Cituar në Kaiser Family Foundation, "Substance Use and Risky Sexual Behavior: Attitudes and Practices Among Adolescents and Young Adults" (shkurt 2002). kff.org.

151 Kaiser Family Foundation, "Teen Sexual Activity."

reagimit neurokimik që ka truri ndaj seksit, është e lehtë të ngatërrosh seksin me dashurinë. Për shkak të çlirimit të oksitocinës, seksi të lidh me partnerin. Seksi formon gjithmonë një lidhje emocionale. Kur ajo lidhje këputet, mund të shkaktojë lëndim të tmerrshëm.

Seksi në martesë është baras me siguri. Seksi jashtë martese çon në pasiguri, faj, turp, depresion, mungesë shprese dhe dëshpërim.

Kemi dhe faturën e çmimit shpirtëror që duhet paguar, kur anashkalon kufijtë që i vendos seksit Perëndia. Hebrenjve 13:4, thotë: “Martesa duhet të nderohet nga të gjithë dhe shtrati martesor duhet mbajtur i panjolllosur, sepse Perëndia do të gjykojë të shthururit seksualisht dhe kurorëshkelësit” (ESV).

Me fjalë të thjeshta, seksi jashtë martese është mëkat dhe mëkati na ndan gjithmonë nga Perëndia. Anashkalimi i kufijve të Perëndisë do të të çojë në paaftësinë për t’u bërë i frytshëm në mbretërinë e Perëndisë, në bllokim bekimesh dhe në dobësim dëshmie.

Perëndia e di se zgjedhjet seksuale na ndikojnë në ndjenja dhe, në fund fare, në mirëqenien e përgjithshme. Ja pse Fjalët e Urta 4:23 na paralajmëron: “Mbi gjithçka tjetër, ruaj zemrën, sepse prej saj rrjedh gjithçka që bën ti”.

PP20

Ka problem po të bësh seks anal?

Seksi anal, seks është. Perëndia na kërkon t'i largohemi shthurjes seksuale (1 Korintasve 6:18) dhe kjo përfshin seksin anal.

E vërteta është se seksi anal është një sjellje shumë më e rrezikshme se seksi vaginal. Ndonëse shtatzënia nuk është e mundur si rezultat i seksit anal, infektimi me SST, po. Madje, infeksionet anale të HPV-së duket se janë po aq të përhapura sa infeksionet e qafës së mitrës. Kur iu përgjigja pyetjes 11, të thashë se muri i qafës së mitrës së femrës është i mbuluar me qeliza shtyllake. Qelizat shtyllake janë tejet përthithëse ndaj sëmundjeve. Kur femra arrin mesin e të njëzetave, qafa e mitrës fillon t'i ngurtësohet dhe qelizat shtyllake i zëvendësohen me qeliza epiteliale luspore, të cilat i përthithin shumë më pak SST-të. Edhe goja dhe anusi yt janë të mbuluar me qeliza shtyllake. Mirëpo ato nuk ndryshojnë kurrë në qeliza epiteliale luspore. Këto zona të trupit do t'i kesh gjithmonë të ekspozuara ndaj sëmundjeve seksualisht të transmetueshme.¹⁵² Të rinjtë që eksperimentojnë me këtë alternativë të rrezikshme të aktit seksual po konstatojnë se ai mund të jetë jashtëzakonisht shkatërrues, pasi përdor pjesë të trupit që janë tejet të ekspozuara ndaj sëmundjeve.

Ashtu siç mund të çojë HPV-ja në kancer të qafës së mitrës, kur transmetohet nëpërmjet vaginës, mund të çojë në kancer edhe kur transmetohet nëpërmjet seksit anal.

152 Rose, Sexual Health for Life Seminar.

Realiteti i zymtë është se çdo vit në SH.B.A. diagnostikohen më tepër se 4,600 njerëz me kancer anal dhe pothuajse 700 prej tyre vdesin nga kjo sëmundje.¹⁵³ Shkencëtarët vërejnë se shpeshësia e kancerit anal është rritur në vitet e fundit.¹⁵⁴ Siç mund të pritej, edhe pjesëmarrja në seksin anal është rritur.

Ndonëse dikur seksi anal dhe ai oral konsideroheshin tabu, adoleshentët po u kthehen me qëllim që të ruajnë virgjërinë nga ana teknike. Por po paguajnë një çmim të jashtëzakonshëm.

Aktiviteti seksual përmban gjithmonë një përbërës emocional. Kur trupi eksitohet, kimikate si oksitocina, vazopresina dhe dopamina fillojnë të të rrjedhin në tru, duke të lidhur me partnerin edhe kur nuk kryeni marrëdhënie vaginale. Duke zgjedhur të kryesh seks anal ose oral, po detyron veten që të përjetosh efektet emocionale dhe shpirtërore që diskutuam në pyetjen 19.

Thelbi është se seksi anal është seks. Ka të njëjtat pasoja si seksi. Krijon të njëjtat atashime si seksi.

Ndonëse mund të jetë gjithnjë e më në modë, qartazi ai nuk është alternativa “e sigurt” që besojnë shumë njerëz.

Pavarësisht rreziqeve shëndetësore dhe kurtheve emocionale të seksit anal, gjëja më e rëndësishme që duhet vërejtur është se ai nuk përputhet me standardet e Perëndisë.

Kënga e Këngëve na paralajmëron tri herë që të mos

*Perëndia kërkon që
të ruash çdo pjesë të
përjetimit seksual.*



153 Aleccia, “‘Wew’ factor aside.”

154 Christine Hill-Kayser, M.D., “Anal Cancer: The Basics,” OncoLink (23 shkurt 2008). oncolink.org.

ndezim ose zgjojmë dashurinë para kohe (2:7; 3:5; 8:4). Seksi anal shkakton eksitim njësoj si akti vaginal. Këto ndjenja nuk janë dhënë që të përjetohen jashtë martesës. Në Mateu 5:28, Jezusi i barazon mendimet epshore me kryerjen e mëkatit të kurorëshkeljes. S'ke për të qenë në gjendje që të kryesh seks anal, pa pasur mendime epshore. Reagimi fizik dhe mendor është njësoj sikur të kryeje akt vaginal.

Standardi i Perëndisë nuk është që të kryesh aktivitet seksual, pa komprometuar teknikisht virgërinë. Ai të kërkon që të ruash çdo pjesë të përjetimit seksual, sepse dëshiron të të mbrojë nga çmimi emocional dhe fizik, i cili mund të jetë shkatërrimtar.

A është seksi oral vërtet seks?

Një sërë anketimesh kombëtare të vitit 2003, të kryera për “Fondacionin e Familjes Kaiser” dhe revistën *Seventeen*, zbuluan se gjysma e adoleshentëve të moshës 15-17 vjeç nuk besojnë se seksi oral është seks.¹⁵⁵ Pothuajse 60 për qind e studentëve të kolegjit nuk e përcaktojnë seksin oral si seks.¹⁵⁶ Ndoshta kjo është arsyeja pse pak më tepër

155 Kaiser Family Foundation, “Teen Sexual Activity.”

156 Chris Wagner, “Oral Sex Is Sex, and Most Teens Don’t Know It,” Center for Parent/Youth Understanding. cpsyu.org

se gjysma e adoleshentëve amerikanë, të moshave 15-19 vjeç, kanë kryer seks oral dhe pse kjo shifër rritet deri në 70 për qind, kur anketohen vetëm tetëmbëdhjetë dhe nëntëmbëdhjetëvjeçarët.¹⁵⁷

Seksi oral është bërë rregull i përhapur shoqëror, ku 50-70 e të rinjve kryejnë seks oral.¹⁵⁸ Një pjesë e joshjes vjen nga mendimi i përhapur se seksi oral nuk është vërtet seks. Madje, disa studentë raportojnë se kanë kryer seks oral, si metodë për të ruajtur dëlirësinë. Seksin oral e shohin si mënyrë për të ruajtur virgjërinë, ndërkohë që marrin intimitet dhe kënaqësi seksuale. Por a është vërtet i pastër seksualisht ai që kryen seks oral? Më troç akoma, a është seksi oral vërtet seks? Përgjigjen na e siguron një mësim i thjeshtë fjalori.

Fjalori e përcakton “seksin” si “fenomene ose sjellje të motivuara seksualisht”.¹⁵⁹ Moda e përhapur e seksit oral te të rinjtë pa dyshim që kualifikohet si fenomen i tillë. Si e përcaktojmë nëse kjo sjellje është e motivuar seksualisht? Pyet veten: a çon seksi oral në eksitim, nxitje dhe kënaqje të organeve seksuale?

Përgjigja është absolutisht po.

Thelbi është se, gjatë seksit oral trupi yt reagon njësoj si gjatë aktit seksual.

Hormonet të eksitohen. Organet seksuale reagojnë. Truri

Trupi mendon se është seks.

Truri mendon se është seks.

Zemra mendon se është seks.

Seksi oral është seks.



157 Laura Sessions Stepp, “Teen Sexual Activity on the Rise,” The Detroit News (16 shtator 2005). detNews.com/2005/health.

158 Po aty.

159 merriam-webster.com/dictionary/sex.

të përmytet me neurokimikate që veprojnë si superngjitës njerëzor për të të lidhur me partnerin. Merr një shpërthim dopamine që të bën të kërkosh edhe më tepër nga kjo sjellje. Trupi mendon se është seks. Truri mendon se është seks. Zemra mendon se është seks. Seksi oral është seks.

Qartazi, depërtimi vaginal nuk është e vetmja mënyrë për të bërë seks. Madje ka katër situata që do t'i cilësoja seks. Ato janë:

1. Orale-gjenitale (seksi oral)
2. Manuale-gjenitale (prekja seksuale)
3. Gjenitale-gjenitale
4. Depërtimi

Të katërta këto situata të shkaktajnë reagim fizik dhe kimik në trup. Të katërta krijojnë një lidhje mes teje dhe partnerit. Të katërta të vënë në rrezik infektimi me sëmundje seksualisht të transmetueshme. Nëse kryen ndonjërin prej tyre, je seksualisht aktiv.



A mund të bëj seks oral dhe të ruaj virgjërinë?

Një e katërta e adoleshentëve seksualisht aktivë rrëfejnë se kryejnë seks oral si strategji për të shmangur aktin seksual.¹⁶⁰ Studentët thonë se seksi oral u jep intimitetin e kënaqësisë

160 Wagner, "Oral Sex Is Sex."

seksuale pa u kushtuar virgjërinë. Por, a është vërtet i virgjër personi që jep ose merr seks oral?

Të kujtohet përgjigjja e pyetjes 21 se seksi është një sjellje që motivohet seksualisht dhe shkakton reagim seksual. Seksi oral të ndikon në trup, në tru dhe në marrëdhënie njësoj si akti seksual. Seksi oral është seks.

A je më i virgjër nëse kryen seks oral? Fizikisht, po, por ky është vetëm një detaj teknik. Mos harro se Perëndia nuk të kërkon që të ruash vetëm virgjërinë nga ana teknike. Ai të kërkon të “ruash shtratin martesor të pastër”.

Hebrenjve 13:4 thotë: “Martesa duhet nderuar nga të gjithë, dhe shtrati martesor duhet ruajtur i pastër”. Përgjigjja e pyetjes 7 tregoi se pastërtia këtu mund të përcaktohet si “mospërmbytja e asnjë elementi të huaj”. Sa herë që je në situata tejet emocionale dhe ndijore, përfshi dhe gjatë seks oral, truri të lëshon norepinefrinë dhe ta stampon në tru kujtimin e asaj ngjarjeje.¹⁶¹ Ke për ta sjellë *patjetër* me vete

*Seksi oral të ndikon në trup,
në tru dhe në marrëdhënie
njësoj si akti seksual.*



kujtimin e akteve seksuale orale në shtratin e martesës dhe kjo do të të pengojë të jesh i pastër dhe i nderuar, siç urdhëron Perëndia.

Në një intervistë për këtë projekt, një i ri, drejtues i adoleshentëve, rrëfeu: “Ime shoqe u kthye në shtëpi nga një

161 Judith Reisman, Ph.D., “Psychopharmacology of Pictorial Pornography Restructuring Brain, Mind & Memory & Subverting Freedom of Speech” (The Institute for Media Education), marrë nga Relationships Under Construction, program mësimor për shkollat e mesme (Sunbury, OH: ATM Education, 2008), 198. Këto informacione gjenden edhe në Human Nature, vëll. 9, nr. 1 (1998), 34.

grup grash, ku thjesht do të flisnin për jetën e tyre çdo javë. U përmend tema e seksualitetit dhe ajo më tha: ‘S’e ke idenë se këto gra, që tani janë të martuara, madje janë të lumtura me martesën, kanë kryer seks oral para martesës dhe tani disa prej tyre marrin këshillim për shkak të kësaj; sepse kujtimet, imazhet e kyçura në mendjen e tyre, po ndikojnë së tepërmi në to tani.’”

*Perëndia kërkon që të mbash
shtratin martesor të pastër
nga kujtimet dhe pasojat
që vijnë nga gjithë përvojat
seksuale.*



Zgjedhja për të kryer seks oral, si alternativë për aktin seksual, nuk do të t'i shqisë nga truri kujtimet e atyre akteve. Siç do të mësojmë nga përgjigjja e pyetjes tjetër, seksi oral s'ka

për të të mbrojtur as nga sëmundjet e tmerrshme.

Efesianëve 5:3, thotë: “por, ndër ju, nuk duhet as të zihet në gojë shthurja seksuale, apo ndonjë lloj tjetër ndyrësie..., sepse këto janë të padenja për popullin e shenjtë të Perëndisë”. Perëndia nuk të jep leje që *disa* aktivitete seksuale t'i kryesh, disa t'i shmangësh. Ai të kërkon që të ruash gjithë këtë paketë për natën e dasmës dhe më tej. Arsyeja e tij është që të të mbrojë dhe të të sigurojë mundësinë për seks dhe intimitet maksimal.

PP23 A s'është më i sigurt seksi oral?

Miliona adoleshentë po zgjedhin të kryejnë seks oral, për të shijuar emocionin e seksit, ndërkohë që besojnë se po anashkalojnë rreziqet e shthurjes. Ky është një gabim i dhimbshëm dhe ndoshta fatal nga ana logjike.

Studimet e fundit zbulojnë se të rinjtë nuk e konsiderojnë seks “të vërtetë” seksin oral, as nuk u druhen të njëjtave pasoja negative nga shthurja e tyre.¹⁶² Është e vërtetë se s'mund të mbetesh shtatzënë nga marrja dhe dhënia e seksit oral, por kjo nuk e bën aspak seksin oral alternativë “të sigurt” të marrëdhënies seksuale.

Në studimet klinike, seksi oral është lidhur me gonorrenë, sifilizin, urdhjen dhe HPV-në.¹⁶³ Madje, nëse bën seks oral me pesë persona, mundësia që të marrësh SST rritet me 250 për qind.¹⁶⁴ Në mënyrë të veçantë, seksi oral të fut në udhën drejt infeksionit e sëmundjes seksualisht të transmetueshme numër një: HPV. *The New England Journal of Medicine* raporton se rreziku për t'u infektuar me HPV është nëntë herë më i lartë për ata që bëjnë seks oral me më tepër se gjashtë partnerë.¹⁶⁵

162 160. Wagner, “Oral Sex Is Sex.”

163 Elizabeth Boskey, Ph.D., “Is Oral Sex Safe Sex?” About.com (6 korrik 2009). std.about.com.

164 Roxanne Khamsi, “Oral Sex Can Cause Throat Cancer,” New Scientist (9 maj 2007). Newscientist.com.

165 Sharp, “Oral Sex Linked to Throat Cancer.”

Pse ka rëndësi kjo? Sepse infeksioni i HPV-së orale ta bën 3,200 për qind më të mundur që të sëmuresh me kancerin oral.¹⁶⁶ Hulumtuesit kanë zbuluar një lidhje të drejtpërdrejtë mes përhapjes dhe pranimit të seksit oral dhe rasteve me kancer oral në mbarë globin.¹⁶⁷

HPV-ja u zbulua në më pak se 25 për qind të rasteve me kancer oral në vitet 1970. Në vitin 1990, 57 për qind e pacientëve me kancer oral kishin HPV. Në vitin 2000, kjo shifër kërceu në 68 për qind. Në vitin 2007, HPV-ja u lidh me 73 për qind të rasteve me kancer oral në Sh.B.A.¹⁶⁸

*Nuk mund të mbetesh shtatzënë
nëse jep dhe merr seks oral,
por kjo nuk e bën aspak
alternativë "të sigurt"
seksin oral.*

Realiteti i hidhur është se seksi oral vë në rrezik infeksioni me sëmundje të rënda. Kryerja e seksit oral ka dhe pasoja të rënda psikologjike dhe

shpirtërore. Seksi oral të bashkon me partnerin. Kur kjo marrëdhënie të përfundojë, do të të mbetet dhimbja që vjen nga lidhja me dikë me të cilin s'ke më marrëdhënie. Shumë të reja raportojnë se seksi oral i bën të ndihen të shfrytëzuara dhe se motivohen të kryejnë seks oral nga dëshira për të rënë në sy dhe "për t'i bërë çunat të lumtur". Kur popullariteti ose lumturia nuk vijnë, ato mbeten me ndjenja faji, turpi, sikleti dhe zemërimi.

166 Reader's Digest, gusht 2008, "What You Need to Know: HPV and Cancer Risk." rd.com/health/hpv-and-cancer-risk-facts.

167 Cathy Becker, "The Oral Sex Cancer Connection," Good Morning America On Call (15 tetor 2008). abcNews.go.com/GMA/OnCall.

168 Bernadine Healy, M.D., "Clueless about Risks of Oral Sex," U.S. News & World Report (19 mars 2008), 60. usNews.com.

Është e vërtetë se s'mund të mbetesh shtatzënë nga seksi oral, por kjo nuk e bën aspak të sigurt. Prapëseprapë mund të marrësh SST. Prapëseprapë mund të marrësh kancer. Dhe prapëseprapë mund të lëndohesh.

Realiteti dobësues dhe potencialisht vdekjeprurës i pasojave të seksit oral e tejkalon së tepërmi kënaqësinë e çastit që mund të marrësh prej tij. Dua që të kuptosh çmimin dhe të zgjedhësh që të mos e vësh veten në rrezik.

PP 24 A s'është seksi një akt privat mes dy individësh?

Ajo që ndodh pas dyerve të mbyllura
nuk qëndron pas dyerve të mbyllura.

Seksi nuk është akt privat. Ka një kosto për individin që kryen seks. Ka një kosto për njerëzit e lidhur me këta individë dhe, në fund fare, ka një kosto për shoqërinë në tërësi.

Sipas shumë njerëzve, seksi është një akt privat mes dy njerëzve. Na thuhet se ajo që ndodh pas dyerve të mbyllura s'është puna e askujt tjetër, se qeveria s'ka të drejtë të zbatojë ligje që prekin sjelljen seksuale private, se shkollat nuk duhen lejuar të mësojnë parime për udhëzimin e sjelljes seksuale, dhe se kisha duhet të mbyllë gojën për gjithë temën e seksit. Tek e fundit, ai që duhet të vuajë pasojat është individi, apo jo? Gabim!

Nëse seksi është akt privat, pse paguan çdo vit qeveria shumë të mëdha parash për aborte?

Nëse seksi është akt privat, pse ka caktuar qeveria amerikane miliarda dollarë për punë kërkimore për SIDA-n?

Nëse pasojat e seksit kanë të bëjnë vetëm me individin, pse QKS-ja kalon kaq shumë kohë, në kurriz të taksapaguesve, për trajtimin dhe parandalimin e SST-ve?

Sepse seksi nuk është akt privat mes dy individësh.

Pranimi i gjerë i seksit jashtë parametrave të Perëndisë ka kosto të lartë për shoqërinë.

A e dije se çdo adoleshente shtatzënë në Amerikë u kushton taksapaguesve minimalisht 100,000 dollarë dhe se çdo vit mbeten shtatzëna deri në një milionë adoleshente?¹⁶⁹

Kur adoleshentet e pamartuara lindin fëmijë në mjediset shëndetësore publike, koston e mban taksapaguesi. Kur nënat adoleshente marrin mbështetje sociale për të paguar

Ka vetëm një mënyrë si ta mbash seksin vërtet privat: monogamia reciproke pas martesë.



për nevojat e fëmijëve të varur prej tyre, kostoja i kalon taksapaguesit. Kur fëmijët e braktisur, të lënë pas dore ose të abuzuar të nënave adoleshente duhet të marrin përkujdesjen e

ndonjë agjensie qeveritare, kostoja i kalon taksapaguesit. Realisht amerikanët po paguajnë një çmim të stërmadh për “aktin privat” të seksit. Pasojat e tij nuk mbeten pas dyerve të mbyllura dhe nuk kanë të bëjnë vetëm me individët që zgjedhin të kryejnë aktivitetin seksual. Kjo ka kosto për shoqërinë tonë. Ka kosto për institucionet tona dhe ka kosto për gjysmë

169 Susan Richardson, “An Overlooked Weapon in the Battle of Teen Pregnancy: Self-Esteem,” Austin American Statesman (5 mars 1998).

milione fëmijët që lindin nënat adoleshente çdo vit.¹⁷⁰

Ti mund të thuash: “S’më intereson politika, as politika shtetërore për seksin”. Atëherë, ndoshta të intereson numri i njerëzve që po të sjell në shtrat partneri.

Realiteti është se, sa herë që bën seks, nuk po bën seks vetëm me një person. Ti po bën seks me çdo person me të cilin ka bërë seks partneri yt dhe me çdo partner që ata partnerë kanë bërë seks gjithë jetën e tyre. Siç thashë më parë, kujtimet e atyre situatave do të të stampohen në mendje. Sëmundjet që ndoshta ti mbart pa e ditur, do të kalojnë nga njëri partner në tjetrin, e kështu me radhë. Natën e dasmës tënde, në shtratin martesor do të të vijnë gjithë njerëzit me të cilët ke bërë seks, bashkë me partnerët e tyre, me partnerët e partnerëve dhe me partnerët e partnerëve të tyre.

Dikur më ra në dorë një pamflet që bënte pyetjen:

“Sa prej 64 njerëzve me të cilët bëre seks mbrëmë i njihje mirë?” Ideja është se një akt seksual mund të kthehet pas te një numër i madh njerëzish. Seksi nuk është më akt privat, kur njëri ose të dy partnerët marrin SST (që u ngjitet të tjerëve nëpërmjet “akteve” të mëtejshme “private”).

*Pranimi i qjerë i seksit
jashtë parametrave të
Perëndisë ka kosto të lartë
për shoqërinë.*



Dr. Eduard Waismajer, drejtor i Qendrës Shëndetësore Studentore të UCLA, paralajmëron studentët se një kontakt seksual rastësor mund ta infektojë individin me deri në pesë sëmundje të ndryshme.¹⁷¹ Doktor i psikiatër Lorens Lejacob,

170 Centers for Disease Control and Prevention, National Vital Statistics System (16 mars 2011). cdc.gov/nchs/data_access/vitalstats.

171 JASWiki, “Sexually Transmitted Diseases” (4 nëntor 2010). ankerberg.com.

thotë: “Kur e merr seksin lehtë, probabiliteti është që edhe personi me të cilin po bën seks pa e vrarë mendjen, ka bërë vetë seks pa e vrarë mendjen me dikë tjetër. Kështu, diku ekziston një palë e tretë, e katërt ose e njëzetepesë për të cilën nuk di asgjë”.¹⁷² Ish-kreu i kirurgjisë, Evrët Kup, më telefonoi dhe më nxiti që të isha më i drejtpërdrejtë kur të flisja për realitetet e shthurjes seksuale te adoleshentët. Më tha: “Duhet t’i paralajmërosh se kjo është diçka shumë e frikshme. Sot po kreve marrëdhënie seksuale me një femër, nuk po bën marrëdhënie seksuale vetëm me të, por edhe me çdo person me të cilën ka shkuar ajo femër gjatë dhjetë viteve të fundit, si dhe me gjithë njerëzit me të cilët kanë pasur marrëdhënie ata”.¹⁷³

Seksi nuk është akt privat. Nuk mbetet pas dyerve të mbyllura.

Ka vetëm një mënyrë sesi ta mbash seksin vërtet privat: monogamia reciproke pas martesë. Plani i Perëndisë për seksin është që një mashkull monogam të hyjë në marrëdhënie monogamike me një femër monogame me anë të martesës. Në këto situata, në marrëdhënien martesore nuk sillen me vete asnjë partner tjetër, asnjë sëmundje e fshehtë në trup nuk kalohet nga njëri partner në tjetrin dhe nuk ekziston frika nga shtatzënia jashtë martesë. Kjo është e vetmja mënyrë e sigurt për të eliminuar koston e lartë të seksit rastësor. Vetëm në kontekstin e përkushtimit martesor mund t’i afrohet seksi mes dy individësh të qenit “akt privat”.

172 Dr. Lawrence Laycob, Ph.D., M.D. Nga një prezantim publik në Kolorado.

173 Bisedë personale.

PP 25

A s'është më mirë po të bashkëjetojmë në fillim?

Në vitet 1950, nga dhjetë gra, nëntë martoheshin pa jetuar më parë me partnerin. Në vitet 1990, një e treta e çifteve bashkëjetonte përpara se të thoshin “po” në altar. Sot, më tepër se gjysma e gjithë martesave paraprihen nga bashkëjetesa.¹⁷⁴ Që nga vitet '80, numri i çifteve bashkëjetuese është rritur me 1,000 për qind.¹⁷⁵ Por thjesht fakti se është e pranueshme nga ana shoqërore nuk do të thotë se bashkëjetesa është gjëja më e mirë – siç tregojnë qartazi të dhënat.

Bashkëjetesa rrallëherë çon në “dhe jetuan të lumtur e të gëzuar”. Dyzet për qind e njerëzve që bashkëjetojnë ndahen para martese.¹⁷⁶ Ato çifte bashkëjetuese që ia dalin të shkojnë në altar, kanë dyfish më tepër gjasa që të divorcohen, sesa çiftet që nuk jetojnë së bashku para martese.¹⁷⁷

Nga pikëvështrimi njerëzor, bashkëjetesa mund të duket ide e mirë. Ajo i lejon çiftit të kalojë shumë kohë së bashku. Është ekonomikisht më e lirë se mbajtja e dy familjeve. Shumica e çifteve e shohin “si kohë provë” për të përcaktuar

174 U.S. Bureau of the Census, “America’s Families and Living Arrangements” Current Population Reports, Series (mars 2000).

175 Janice Shaw Crouse, Ph.D., “The Myths and Reality of Living Together without Marriage,” Focus on the Family, 2007. crosswalk.com.

176 Po aty.

177 Statistikë nga një studim i Scott Stanley në universitetin e Denverit, MSN Lifestyle, “Cohabitation Shows Tendency toward Divorce?” (shtator 2009). lifestyle.msn.com.

nëse marrëdhënia e tyre është në gjendje t'u bëjë ballë sfidave të përditshme të jetës, pa përkushtimin total që kërkon martesë. Ata arsyetojnë: “nëse s'funksionon, fare mirë mund të ndahemi, pa bagazhin dhe shpenzimet e një divorci problematik”. Por hulumtimet pasqyrojnë një realitet ndryshe.

Kultura mund të mësojë se martesë është kufizuese dhe se çiftet e martuara janë të pakënaqura nga kufizimet e “zgjedhës” së tyre. Por, në fakt, hulumtimet tregojnë se çiftet e martuara janë në pozitë shumë më të mirë se ata që bashkëjetojnë. Ja disa fakte.

1. Çiftet e martuara bëjnë më shumë seks.

- 48 për qind e burrave thonë se seksi që bëjnë është jashtëzakonisht i kënaqshëm nga ana emocionale, ndërsa 50 për qind e tyre thonë se përmbushen nga ana fizike me seksin.¹⁷⁸
- 37 për qind e meshkujve bashkëjetues thonë se seksi që bëjnë është jashtëzakonisht i kënaqshëm nga ana emocionale, ndërsa 39 për qind e tyre e konsiderojnë të kënaqshëm nga ana fizike.¹⁷⁹

2. Meshkujt e martuar jetojnë më gjatë.¹⁸⁰

- Meshkujt e pamartuar kanë përqindje më të lartë vdekshmërie se njerëzit e martuar.
- Të qenit i pamartuar ia ul mashkullit jetën mesatare me dhjetë vjet.

178 Mattox Jr., “Aha! Call It the Revenge of the Church Ladies.”

179 L.J. Waite and M. Gallagher, “The Case for Marriage: Shedding Light on the State of Marriage in America,” The Medical Institute Quarterly (pranverë 2002).

180 Po aty.

3. Të martuarit janë më të pasur.¹⁸¹

- Në vitin 2009, të ardhurat mesatare familjare për çiftet e martuara ishte 58,410 dollarë.
- Për mashkullin beqar, kjo shifër ulet në 31,399 dollarë.
- Për femrën beqare, kjo shifër ulet në 14,843 dollarë.

4. Martesa është më e mirë për fëmijët.¹⁸²

- 25 për qind e femrave mbeten shtatzëna gjatë bashkëjetesës, por zakonisht fëmijët e çifteve të martuara kanë mirëqenie më të lartë.
- Në përgjithësi fëmijët e prindërve të martuar janë më të suksesshëm dhe kanë më pak gjasa të braktisin shkollën (13 për qind, në krahasim me 29 për qind).
- Fëmijët e prindërve të martuar kanë më tepër gjasa që të diplomohen në universitet.
- Fëmijët e prindërve të martuar kanë më pak gjasa të jenë përtacë në fillim të të njëzetave.

Ndërsa dobitë e martesës janë të qarta, çiftet bashkëjetuese raportojnë për probleme në një sërë nivelesh. Shpesh çiftet bashkëjetuese kanë vështirësi komunikimi. Po kështu, luftojnë me pritshmëri të kundërta. Shpesh meshkujt e shohin bashkëjetesën si hap për të kuptuar nëse duan që të përkushtohen ose jo, ndërsa femrat e shohin si lëvizje drejt atij përkushtimi. Çiftet zgjedhin të bashkëjetojnë për të

181 U.S. Census, "Income Distribution Measures, by Definition of Income: 2009," paragrafi: Married-Couple Households. census.gov/hhes/www/cpstables/032010/rdcall/1_002.htm.

182 Po aty.

shijuar paraprakisht se si do të jetë martesë, por ato gjëra që e bëjnë martesën të funksionojë mungojnë në atë situatë. Në veçanti, përkushtimi që është unik për martesën mungon. Pikërisht ky nivel përkushtimi është ai që u mundëson çiftëve të përballojnë së bashku sprovat e jetës.

*Natën e martesës, ji
amator në seks, por
profesionist në marrëdhënie.*



Kur çiftet martohen, po i thonë njeri-tjetrit: “Të dua. Do të të qëndroj në krah. Të përkushtohem ty”.

Kurse çiftet

bashkëjetuese thonë: “Ti më pëlqen. Dua të shoh nëse mund të të dua”, ose: “Të dua. Le të shohim nëse dashuria jonë do t’i qëndrojë trysnisë së jetës së bashku”.

Çiftet bashkëjetuese kanë gjithmonë të struktur në mendje një rrugë arratisjeje dhe pothuajse gjysma e tyre do të dalin nëpërmjet saj dhe do të braktisin plotësisht marrëdhënien. Kjo mungesë përkushtimi nuk çon në marrëdhënie të shkëlqyera. Nuk ekziston niveli i përkushtimit që ndihmon

çiftin të kalojë situatat e vështira në martesë.

*Shpesh, meshkujt e
shohin bashkëjetesën si
hap për të parë nëse duan
të përkushtohen, ndërsa
femrat e shohin si lëvizje
drejt atij përkushtimi.*



Për shkak se bashkëjetesa nuk çon në marrëdhënie të shkëlqyera, nuk çon as në seks të shkëlqyer. Shpesh, çiftet zgjedhin të bashkëjetojnë për t’u siguruar se përputhen

me njëri-tjetrin nga ana seksuale. Realiteti është se “sistemi” pothuajse gjithmonë funksionon. Trupat e meshkujve dhe

të femrave janë krijuar për t'u përputhur. Çiftet kanë për të qenë të duhurit për njëri-tjetrin nga ana seksuale. Realiteti i trishtueshëm është se të provosh ujërat seksuale përpara përkushtimit të përjetshëm e shpërhap pasionin që ka bashkuar çiftin në fillim. Një artikull në revistën *Medical Aspects of Human Sexuality* (*Aspekte mjekësore të seksualitetit njerëzor*), vë në dukje: “Shumë njerëz martohen me një ‘ëndërr’, duke shpresuar se tërheqja e fortë magnetike nga ana seksuale nënkupton [jetesën] e lumtur përgjithmonë... Pastaj, mësojnë se seksi i kënaqshëm nuk nënkupton marrëdhënie të mirë, por se marrëdhënia e keqe mund të çojë në seks të keq”.¹⁸³

Kur bëhet fjalë për seksin, ana mekanike e tij funksionon pothuajse gjithmonë. Seksi i keq nuk vjen si rezultat i mungesës së përvojës apo i mospërputhjes seksuale. Problemi qëndron te marrëdhënia. Problemi është mungesa e karakterit, besimit, respektit dhe përkushtimit.

Natën e martesës përvoja është gjëja e fundit që të nevojitet. Seksi kap nivelin më të lartë kur çifti i përkushtuar e përjeton së bashku. Nuk mund të transferosh në shtratin martesor atë që ke bërë me dikë tjetër. Nuk funksionon ashtu. Kushdo që bën seks paramartesor, po e privon bashkëshortin/en e ardhshëm nga një zonë e shkëlqyer e rritjes së bashku si çift.

Mos lejo që kultura të të mashtrojë, duke të thënë se duhet të vësh në provë martesën dhe gjithë dobritë e saj. Për të përjetuar seksin dhe intimitetin maksimal, bëje synim që natën e martesës të jesh amator në seks dhe profesionist në marrëdhënie.

183 D. S. Burgoyne, “Factors affecting coital frequency,” *Medical Aspects of Human Sexuality* (maj 1974), 152–54.

PP26

A s'është seksi paramartesor për gatitje shumë e mirë për seks të kënaqshëm në martesë?

Mençuria popullore thotë se praktika çon në përsosmëri, kur bëhet fjalë për seksin. Siç mësuam nga përgjigjja e pyetjes së mëparshme, “praktika” e hollësive të marrëdhënies romantike, pa përkushtimin e patundur që siguron martesë, nuk çon në intimitet më të fortë, as në seks më të mirë. Madje, seksi pa martesë është provuar se ka pasoja negative afatgjata.

Në një artikull me titull, “Seksi pa martesë shpesh shkatërron shëndetin dhe mirëqenien e njeriut”, mjeku Xhon R. Dig, i Riu, përvijoi pasojat e veçanta dhe shpesh shkatërrimtare të seksit jashtë martesë, përfshi shturjen, abortin, jetën e paqëndrueshme familjare, ndryshimin e sjelljes të meshkujt dhe ekspozimin e femrave dhe fëmijëve ndaj rreziqeve të mëdha.¹⁸⁴

Qartazi, seksi jashtë martesë nuk është “praktikë” pa kurthe të mundshme. Ndoshta kjo është arsyeja pse hulumtimet provojnë se të martuarit bëjnë seksin më të kënaqshëm. Një artikull me titull “Ja, pra! Quajeni hakmarrje të grave të kishës”, botuar në revistën *USA Today*, arriti në përfundimin se femrat e krishtera (dhe meshkujt që flenë me

184 Dr. John R. Diggs Jr., “Sex without Marriage Often Ruins People’s Health and Well-being,” nga Waite dhe Gallagher, *The Case for Marriage* (New York: Doubleday, 2000). josh.org.

to) janë ndër njerëzit më të kënaqur seksualisht në planet.¹⁸⁵

Shkrimtari Uilliam R. Matoks, i Riu, vërejtë se ruajtja e seksit për martesë të sjell dobi të jashtëzakonshme. Matoks shkruan: “Një sërë studimesh tregojnë se femrat që kryejnë aktivitet të hershëm seksual dhe ato që kanë pasur një sërë partnerësh seksualë kanë më pak gjasa që të shprehin kënaqje për jetën e tyre seksuale, sesa femrat që kanë hyrë në martesë me pak ose aspak bagazh seksual”.¹⁸⁶

Me fjalë të tjera, meshkujt dhe femrat që provojnë “ujin” e përputhjes seksuale përpara martesë kanë më pak gjasa që të kënaqen seksualisht. Duket qartë se praktika nuk çon në përsosmëri. Matoks nuk është i vetmi që i bie alarmit për mitin se përputhja seksuale duhet provuar përpara se çifti të shkojë në altar.

*Praktika nuk çon
në përsosmëri.*



Në një intervistë për
revistën *Seventeen*, sociologia

Dr. Nensi Mur Kletuërdhi, bëri këtë pyetje: “Por, a nuk ndihmon bashkëjetesa para martesë hekurosjen e disa mosmarrëveshjeve me të cilat do të detyrohet të përballet çdo martesë?”

Kushtoji vëmendje maksimale përgjigjes së Dr. Kletuërdhit.

Ne bëmë pyetje për financat, çështjet familjare, zbavitjen, shfaqjen e afrimitetit dhe miqtë. Në çdo zonë, çiftet që kishin bashkëjetuar para martesë kishin mosmarrëveshje më shpesh

185 Mattox Jr., “Aha! Call It the Revenge of the Church Ladies.”

186 Po aty.

sesa çiftet e tjera. Por zbulimi që më habiti më tepër kishte të bënte me seksin. Çiftet që kishin bashkëjetuar para martesë kishin më tepër mosmarrëveshje për seksin.¹⁸⁷

Do të kishe menduar se kjo duhet të zgjidhej gjatë periudhës së bashkëjetesës. Me sa duket, jo. Qartazi, ka një lidhje të fuqishme mes martesës monogame dhe kënaqësisë seksuale. Pse? *Sepse kënaqësia seksuale lulëzon në kontekstin e një marrëdhënieje të përkushtuar.* Çiftet që përdorin seksin si mjet për të matur përputhshmërinë dhe për të përcaktuar përkushtimin e ardhshëm nuk kanë atë nivel intimiteti, përkushtimi dhe besimi që nevojitet për ta bërë seksin të shkëlqyer.

Kënaqësia seksuale lulëzon në kontekstin e një marrëdhënieje të përkushtuar.



Seksi jashtë martesë nuk është “praktikë”. Nuk është “mundësi e mirë për të matur përputhjen e ardhshme seksuale”. Ai është

jashtë planit të Perëndisë për seksualitetin dhe, si rezultat, sjell barrë, jo liri. Hulumtimet demonstrojnë atë që ka përvijuar tashmë Perëndia në Fjalën e vet. Seksi nuk përmirësohet thjesht si rezultat i praktikës fizike; ai bëhet më i kënaqshëm kur thellohet niveli i intimitetit, besimit dhe përkushtimit. Seksi paramartesor nuk çon në seks të mirë në martesë. Ai çon në zhgënjim, monotoni, rrezik infeksioni dhe dobësim të hallkave të lidhjes. Në dallim nga kjo, pritja për të bërë seks vetëm në martesë çon në liri të vërtetë seksuale, pa frikë pasojash.

Dëshiron të bësh seks të shkëlqyer? Atëherë, praktikoj durimin dhe përkushtohu të presësh që seksin ta bësh kur të martohesh.

187 James [anonim], “Sex and the Pity,” Think Christian (25 maj 2008), i cili citon intervistën me Dr. Nancy Moore Clatworthy në revistën *Seventeen*. thinkchristian.net.

PP27

Por seksi është i mahnitshëm! Si mund të jetë i gabuar?

Po, seksi është i bukur. Perëndia i dashur e krijoi si dhuratë për ne.

Jakobi 1:17, thotë: “Çdo dhuratë e mirë dhe e përsosur vjen nga lart; zbret nga Ati i dritave qiellore, i cili nuk ndryshon si hijet”.

Seksin e krijoi Perëndia. Synimi i tij ishte të krijonte një shprehje të bukur dashurie dhe intimiteti që bashkon çiftin me njëri-tjetrin për gjithë jetën. Por seksi s’është gjithmonë i njëjtë.

Predikuesi 3:11, pohon: “*Ai e ka bërë gjithçka të bukur në kohën e vet*” (kursivet janë të miat).

Kur i bën të bukura gjërat Perëndia? Në kohën e duhur. Seksi jashtë martese mund të japë kënaqësi. Mund edhe të rrisë intimitetin mes dy njerëzve, ashtu siç ndodh në rastin e çiftit të martuar. Por kënaqësitë e seksit jashtë martesës rrallëherë zgjasin.

Hebrenjve 11:25 i quan kënaqësitë e mëkatit “kalimtare”

(NLT). Bukuria e seksit

paramartesor është e shkurtër, kalimtar dhe jetëshkurtër. Në të vërtetë, të rinjtë që bëjnë seks jashtë planit të Perëndisë s’duhet të habiten kur të ndeshen me një gamë pasojash, si depresioni, refuzimi, zemërimi, pasiguria, vetëvrasja, SST-të dhe shtatzënia.

Kur bën seks jashtë martese, ujjat ndarëse mes dashurisë dhe epshit megjulohen.



Një pjesë e mirë e pasojave emocionale të seksit të palejueshëm vjen nga keqkuptimi i dashurisë. Çiftet thonë: “Seksi është i bukur ngaqë është shprehje e dashurisë sonë”, por mos harro se dopamina që prodhohet në tru gjatë aktivitetit seksual nuk e di nëse je i martuar ose jo. Oksitocina nuk e di nëse je e martuar ose jo. Vazopresina nuk e di nëse është i martuar ose jo.¹⁸⁸ Kur bën seks jashtë martese, vijat ndarëse mes dashurisë dhe epshit mjegullohen. Është e lehtë t’i interpretosh si ndjenja dashurie reagimet kimike që të ndodhin në tru. S’mund t’u zësh besë ndjenjave për të vërtetuar nëse seksi është i drejtë ose i gabuar dhe ndjenjat e dashurisë nuk janë provë se marrëdhënia juaj është e pjekur apo e dobishme.

Bukuria e seksit nuk nënkupton se seksi është gjithmonë i drejtë. Qartazi, është e mundur të kryesh seks në mënyrën e gabuar dhe në kohën e gabuar. Kjo sjell si rezultat përfundimtar faktin se seksi ndryshon, nga diçka që ishte e bukur dhe i dhënë për të mirën tonë, në diçka të dhimbshme ose të shëmtuar.

*Seksi është i bukur:
madje, aq i bukur sa ia
ulen ta mbrosh.*



Ka shumë të dhëna se seksi s’është gjithmonë i bukur. Shembuj të tillë përfshijnë marrëdhëniet jashtëmartesore që çojnë në familje të ndara, dhënia pas

pornografisë, përdhunimi, ngacmimi i fëmijëve dhe trafikimi i fëmijëve. Këta shembuj tronditës provojnë se seksi mund të jetë jashtëzakonisht i shëmtuar. Thjesht fakti se të bën të ndihesh mirë nuk e bën të drejtë seksin. Thjesht fakti se të

188 McIlhaney dhe Bush, *Hooked*, 33.

duket i bukur në vështrim të parë, nuk nënkupton se s'do të ketë pasoja të shëmtuara.

Një vështrim i shpejtë i rezultateve zbulon se kur seksi është i drejtë apo i gabuar. Seksi jashtë martese të ekspozon ndaj sëmundjeve; rrezikon të lindësh fëmijë jashtë kurore; të ndikon negativisht aftësinë për t'u lidhur me tjetrin; dhe mund të çojë në depresion, pasiguri dhe prirje gjithnjë e më të lartë drejt vetëvrasjes. Monogamia reciproke brenda kontekstit të martesës të jep lirinë që të shijosh kënaqësitë e seksit, pa asnjë nga pasojat që sapo rendita.

Seksi është i bukur. Madje, seksi është aq i bukur, sa ia vlen ta mbrosh. Është aq i bukur sa ia vlen të presësh.

PP 28

Por hormonet i kam tepër të forta, apo jo? A s'është jorealiste të pres?

Para disa vitesh, terapistja amerikane e seksit Dr. Ruth Uesthajmër po fliste para 1,200 studentëve në mjediset e universitetit të Sinsinatit. Gjatë një sesiioni pyetje-përgjigje, një student e pyeti:

- Dr. Ruth, po sikur të mos pres dot?

Dr. Ruthi iu përgjigj:

- Djalosh, s'është realiste të të kërkojsh ty të presësh.

Libidon e ke të papërmbajtshme.¹⁸⁹

189 McDowell, *Why True Love Waits*.

Vlerësimi i Dr. Ruthit është se seksi jashtë martese është i pashmangshëm. Ajo i bën jehonë mesazhit të kulturës sonë, e cila mëson se hormonet e tërbuara s'i kontrollon dot dhe se shtysat seksuale të adoleshentëve janë tepër të forta për t'i shtypur.

Le të analizojmë qëndrimin e Dr. Ruthit.

Përfytyro një djalosh që shkon te një terapist seksi si Dr. Ruthi dhe i thotë:

- Doktor, më pëlqen shumë e dashura ime dhe dua të bëj seks me të, por ajo s'dëshiron të bëjë seks me mua.

Si do ta këshillonte terapisti? Ndoshta, pak a shumë kështu:

- Duhet të presësh derisa të jetë gati. (Me fjalë të tjera: "Libidon nuk e ke të papërmbajtshme.")

Përfytyro një skenar tjetër. Një i ri shkon te terapisti i seksit dhe i thotë:

- Doktor, hormonet po më ziejnë vërtet dhe dua të bëj seks me të dashurën; edhe ajo dëshiron të bëjë seks me mua. Si të veprojmë?

Këshilla e terapistit do t'i bënte jehonë këshillës që dha Dr. Ruthi në universitetin e Sinsinatit:

*Ne jemi genie njerëzore;
nuk jemi kafshë. Perëndia
na ka dhënë aftësinë të
bëjmë zgjedhjet e dukura
morale dhe të veprojmë në
bazë të tyre.*



- Djalosh, s'është realiste të të them të presësh. Libidon e ke të papërmbajtshme.

Sipas filozofisë së Dr. Ruthit, ne jemi thjesht kafshë dhe veprojmë sipas një shtyse që e kemi të pamundur të kontrollojmë. Nëse ky lloj

mendimi është i vërtetë, pse kemi ligje kundër përdhunimit? A s'është jorealiste t'i kërkosh përdhunuesit që të presë? A s'është tepër e fortë libidoja e tij? Po në rastin e një burri të martuar? Nëse s'është realiste që mashkulli të presë për seks deri në martesë, atëherë a s'është jorealiste që ai të presë edhe pas saj? Mos po më thua se të rinjtë me partner të gatshëm s'mund të presin, ndërsa ai që ka partner jo të gatshëm, mundet? Se burrat e pamartuar s'mund të presin, ndërsa burri i martuar mund të kontrollojë veten edhe kur një femër tjetër, jo e shoqja, i duket e dëshirueshme? S'arrin të shohësh kontradiktën? A është realiste të presësh apo jo?

Koncepti se të rinjtë s'mund të presin është logjikë e mangët, pasi anashkalon një pikë të rëndësishme. Ne jemi qenie *njerëzore*, nuk jemi kafshë. Si qenie njerëzore, jemi krijuar në shëmbëllimin e Perëndisë. Ai na ka dhënë aftësinë që të bëjmë zgjedhjet e duhura morale dhe t'i zbatojmë.

Po, hormonet i ke të forta. Po, mund të jetë e vështirë të presësh, por thelbi është se seksi është zgjedhje. Ti s'je kafshë. Je qenie njerëzore dhe ke aftësinë që të ka dhënë Perëndia për të dashuruar, për të menduar, për të krijuar dhe për të bërë zgjedhje morale.

Në një artikull në revistën *Time*, Lenc Morou, shkroi: "Adoleshentët mund të përmbahen për seks, aq sa mund të përmbahen qentë bredharakë të lagjes dhe është marrëzi, ndëshkim dhe primitive të presim që të përmbahen; maksimumi që mund të bëjë autoriteti i të rriturve është t'u shpërndajë shtazëve prezervativë dhe të shpresojë se do t'i vendosin përpara se urgjenca e gjenitaleve t'i bëjë t'i turren gardhit".¹⁹⁰

190 Lance Morrow, "Fifteen Cheers for Abstinence," *Time* (2 tetor 1995), 90.

Nuk acarohesh kur dëgjon që dikush të flasë kështu për ty? A s'do të ndiheshe mirë po të provoje se s'je thjesht kafshë që s'i kontrollon dot dëshirat dhe pasionet?

Në të njëjtin artikull, Morou pranon se pritshmëria që të rinjtë do të kryejnë seks paramartesor nuk i ndihmon dhe aq. Ai shkruan: “Mendësia e ‘vërvitësit të prezervativëve’ pasqyron një pikëpamje mizorisht jofisnike për natyrën njerëzore. Të rinjtë priren të përmbushin pritshmëritë. Shpërndarja e prezervativëve, me fonde të qeverisë, shpall se shoqëria pret zyrtarisht që të ketë qen çiftëzues”.¹⁹¹

Kultura ndoshta pret që të veprosh si kafshë. Madje, shoqëria ndoshta po e inkurajon në disa mënyra këtë lloj sjelljeje. Por pritshmëria e Perëndisë është shumë ndryshe nga kjo, për shkak të dashurisë dhe dhembshurisë së thellë që ka për secilin prej nesh.

Titi 2:11-12, thotë: “Sepse hiri i Perëndisë është shfaqur dhe u ka sjellë shpëtim gjithë njerëzve, duke na stërvitur që të mohojmë paperëndishmërinë dhe pasionet e botës, si dhe që të bëjmë jetë me vetëkontroll, drejtësi dhe perëndishmëri në epokën e tanishme” (ESV).

Me hirin e Perëndisë, mund t'i thuash “jo” dëshirës për seks para martese. Të tjerë kanë pritur. Madje, në vitin 2006, QKS-ja botoi statistika që tregonin se 47 për qind e studentëve të vitit të fundit që diplomohen janë të virgjër, siç kanë pranuar vetë.¹⁹² Nëse ke pritur, mund të të duket sikur je i vetmi person i virgjër në planet, por kjo s'është aspak e vërtetë. Ka miliona të rinj në mbarë botën që po zgjedhin të presin për të bërë seks kur të martohen. Ata që kanë shkuar

¹⁹¹ Po aty.

¹⁹² lovetoKnow, “Dating and Teen Sex: What We Know.” dating.lovetoKnow.com.

deri në altar, pa falur dhuratën e virgjërisë së tyre, do të të thonë se ia vlen.

Mos e flak të ardhmen për ca çaste kënaqësie. Mos lejo kulturën të të thotë se pritja është jorealiste ose e pamundur. Seksi është zgjedhje. Zgjidh t'i bindesh planit të Perëndisë dhe të korrësh dobitë e kësaj për gjithë jetën.

PP 29

E kam humbur virgjërinë. Mos është tepër vonë për mua?

Kam folur me mijëra të rinj që gabimisht besojnë se, pasi kanë bërë seks, s'ndalojnë ose s'kthehen dot më pas. Pasi kanë humbur virgjërinë, s'shohin asnjë mënyrë se si mund ta kthejnë, ndaj vendosin se është tepër vonë për ta dhe e përkeqësojnë situatën, duke vazhduar me këtë sjellje dhe duke i dalë kundër planit të qartë dhe të dashur të Perëndisë.

Nëse edhe ty të duket kështu, dua të dish se *nuk* është absolutisht tepër vonë për ty. Është e vërtetë se s'mund të bëhesh sërish fizikisht i/e virgjër. S'kthehet dot më ajo gjendje. Por mund të bëhesh i/e virgjër nga ana shpirtërore. Perëndia mund të ta pastrojë *vërtet* biografinë.

Nëse ke qenë seksualisht aktiv, e di tashmë se zgjedhja për të bërë seks para martese të çon në një shteg të mbushur me kurthe. Trauma emocionale, marrëdhëniet e dëmtuara, emri i njollosur, vetëvlerësimi i rrënuar, shtatzënia e padëshiruar dhe sëmundjet seksualisht të transmetueshme janë të gjitha aty.

Shtegu është i rrezikshëm dhe, sa më gjatë të qëndrosh në të, aq më pak gjasa ke t'ia hedhësh pa u lagur.

Perëndia mund të ta pastrojë vërtet biografinë.



Kjo është e vërteta e pamëshirshme. Zgjedhja që të qëndrosh në këtë shteg thjesht për shkak se ke bërë tashmë seks është një kumar

tragjik dhe i marrë. Nuk është tepër vonë të kthehesh dhe të shkosh në një drejtim tjetër. Perëndia të ka përgatitur një rrugë për të përjetuar dashurinë dhe faljen e tij dhe për t'i kthyer shpinën mëkatit dhe sjelljeve të kaluara. Kjo kërkon që të hedhësh disa hapa të veçantë veprimi.

#1: PRANO MËKATIN.

Mos thuaj “e shkela!” ose “bëra gabim!”. Mos nxirr justifikime. Aktivitetin tënd seksual quaje ashtu siç është: mëkat. Ky hap quhet “pendim”. Pendim është thjesht të biesh dakord me Perëndinë se mëkati është mëkat, pa justifikime logjike dhe pa synim që ta kryesh prapë.

#2: RRËFEJE.

Në 1 Gjonit 1:9, lexojmë: “Nëse rrëfejmë mëkatet, ai është besnik dhe i drejtë të na falë mëkatet dhe të na pastrojë nga çdo paudhësi” (ESV). Pasi pranon se aktiviteti yt seksual jashtë martese është mëkat, rrëfeja atë mëkat Perëndisë.

#3: PRANO FALJEN E KRISHTIT.

Për shumë të rinj seksualisht aktivë, ky është hapi më i vështirë. Në 1 Gjonit 1:9, Perëndia premton se do të na falë mëkatin dhe do të na pastrojë biografinë. Por të rinjtë që vazhdojnë të bëjnë seks jashtë martese ndihen shpesh

të pavlerë, të përdorur dhe të padenjë për dashurinë e Perëndisë, ndaj vazhdojnë në mëkat. Nëse ke rënë pre e këtij lloj mendimi, realiteti është se ti ke hequr dorë nga falja e Perëndisë. Kur s'pranon të falësh veten dhe t'i qasesh fronit të Perëndisë për t'i kërkuar falje, po thua se Perëndia është gënjeshtar dhe se flijimi i Krishtit nuk mjafton. Kur e mendon veten përtej kufirit të faljes, po thua se Perëndia nuk është i gjithëfuqishëm dhe se e ka të pamundur të përballojë madhësinë e mëkatit që ke kryer ti. Kjo s'ka fare lidhje me të vërtetën!

Dashuria e Perëndisë për ty dhe falja e tij përmes vdekjes së Krishtit në kryq është shumë më e madhe se çdo gjë e së shkuarës, së

*Perëndia të ka përgatitur
mënyrën si të përjetosh
dashurinë dhe faljen e tij
dhe si t'i kthesh shpinën
së shkuarës.*



tashmes apo së ardhmes tënde. Baza për faljen tënde nuk është niveli i mëkatit tënd dhe as ndjenjat e tua për atë që ke bërë. Baza e faljes është flijimi i Krishtit për ty. Është thelbësore ta kuptosh këtë fakt.

Perëndia e dinte që në përjetësi se do të mëkatonim. Prandaj na siguroi Birin e vet, Jezu Krishtin, i cili do të bëhej njeri dhe do të shkonte në kryq. Jezusi kishte aftësinë e pafundme që të merrte të gjitha mëkatet tona mbi vete dhe të paguante çmimin. Ai shkoi në kryq dhe tha: “Përfundoi!”, duke nënkuptuar se ishte kryer gjithçka e nevojshme që ti të falesh.

Kolosianët 2:13-14, thotë: “Edhe ju, që ishit të vdekur në shkeljet tuaja dhe në parrethprerjen e mishit, Perëndia ju dha jetë së bashku me të, pasi na fali të gjitha shkeljet, duke anuluar dokumentin e borxhit që ishte kundër nesh me

kërkesat e tij ligjore. Këtë ai e vuri nënë, duke e gozhduar në kryq” (ESV).

Kur pranon faljen e Krishtit për mëkatën seksual, ti bie dakord se hiri i Perëndisë (i dukshëm në vdekjen e Krishtit në kryq) është shlyerje e mjaftueshme për mëkatën tënd.

*Përkushtimi i përtërirë
ndaj standardeve të
Perëndisë shpesh kërkon
vendosmëri dhe mundim.*



Mund të zgjedhësh që sot të jetë dita e parë e pjesës tjetër të jetës tënde. Mund të lësh shtegun e mëkatit seksual dhe të pranosh faljen e Krishtit. Por s'mund të ndalesh me kaq.

Mateu 3:8, thotë: “Prodhoni fryt në përputhje me pendimin tuaj”. Të përqafosh plotësisht faljen e Perëndisë për mëkatën tënd seksual, do të thotë të bësh zgjedhje që do të të ruajnë të mos biesh sërish në të njëjtin kurth. Studimet tregojnë se, nëse ke qenë seksualisht aktiv, rrezikon të hysh në të njëjtin nivel përfshirjeje seksuale në marrëdhënien e radhës. *Prodhimi i fryteve të pendimit nënkupton të bësh zgjedhje që të ruajnë të mos i ketësh mëkatit.* Kjo mund të kërkojë të zgjedhësh që të mos shkosh më të shohësh disa lloje filmash në kinema, pasi ato të krijojnë një fushëbetejë në mendje. Mund të kërkojë të refuzosh të rrihsh më vetëm për vetëm me të dashurin ose me të dashurën, pasi kjo të tundojë të mëkatosh. Mund të kërkojë t'i largosh romancave dhe të presësh një kohë të gjatë përpara se të dalësh sërish me dikë. Ashtu siç është zgjedhje seksi, edhe përkushtimi i përtërirë ndaj standardeve të Perëndisë është zgjedhje; madje shpesh ajo kërkon vendosmëri dhe mundim.



A është gabim të bësh sexting ^{193*}?

Sexting-u është një prirje gjithnjë në rritje ndër adoleshentët.

Hulumtimet tregojnë se të paktën 20 për qind e të gjithë adoleshentëve në Sh.B.A kanë dërguar me celular foto lakuriq ose gjysmëlakuriq të vetes.¹⁹⁴ Shumica e të rinjve e konsiderojnë *sexting*-un thjesht si flirtim me teknologji të lartë. Ata arsyetojnë: “Është thjesht zbavitje e pafajshme. S’po lëndoj askënd”.

Kjo s’është aspak e vërtetë. Shumë të rinj duket se shfaqin po atë qasje të tipit “kartë krediti” ndaj *sexting*-ut si dhe ndaj aktiviteteve të tjera seksuale: luaj tani dhe paguaj më vonë. Nëse po dërgon ose po merr pamje lakurike, do të paguash *patjetër* një çmim dhe do të lëndobesh.

Një nga pasojat kryesore të *sexting*-ut është poshtërimi publik. Studimet tregojnë se shumica e djemve që marrin një mesazh *sexting* ua tregojnë të tjerëve.¹⁹⁵ Ti mund të dërgosh një foto

*Sexting-u ia zbulon
të fshehtat e trupit
tënd dikujt që s’e ke
bashkëshort.*



193 * *sexting* (anglisht) – dërgimi i mesazheve të hapura seksuale (sidomos me foto dhe video) me celular. Shënim i përkthyesit.

194 National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, “Sex and Tech: Results from a Survey of Teens and Young Adults,” Cosmogirl.com (10 dhjetor 2008). thenationalcampaign.org.

195 Po aty.

me synimin që ta shohë vetëm i dashuri, por s'ka gjasa që ta shohë vetëm ai. Dhe, kur fotot dalin në qarkullim, mbeten aty përjetë dhe pasojat mund të jenë shkatërrimtare.

Shumë adoleshentë mendojnë gabimisht se *sexting*-u është plotësisht i ligjshëm. Nuk është i tillë. Madje, në mbarë Shtetet e Bashkuara, të rinjtë po goditen me akuza të rënda, si rezultat i mesazheve *sexting* që nuk janë mbajtur private.¹⁹⁶

Në vitin 2007, dy vajza trembëdhjetëvjeçare u kërcënuan me akuza për pornografi me të mitur dhe shthurje të hapur, pasi fotot që kishin bërë me celularët e tyre u shpërndanë gjerësisht, pa lejen e tyre. Kur vajzat thanë se nuk e kishin ditur se ajo që po bënë ishte krim, prokurori i rrethit për këtë çështje, u tha: “Epo, siç e dini mirë, mosnjohja e ligjit nuk përbën mbrojtje”.¹⁹⁷

Gjatë këtyre viteve të fundit, shumë adoleshentë janë proceduar ligjërisht për shkelje seksuale, pasi dërguan dhe morën pamje seksuale me celular. Në një rast, tre nxënës të një shkolle të mesme në Pensilvani u dërguan pamje lakurike

*Shumë adoleshentë
mendojnë gabimisht se
sexting-u është i ligjshëm.
Nuk është i tillë.*



të vetes katër shokëve të tyre të klasës. Të shtatë po përballen me akuza për pornografi me të mitur dhe me etiketimin e përhershëm të “shkelësit seksual”.¹⁹⁸

196 Wikipedia, “Sexting” en.wikipedia.org/wiki/Sexting.

197 “Sexting Girls Facing Porn Charge Sue D.A.,” CBSNews.com (27 mars 2009). cbsNews.com/stories.

198 Mike Bruner, “‘Sexting’ surprise: Teens face child porn charges,” MSNBC.com (15 janar 2009). msnbc.msn.com.

Sexting-u nuk është zbavitje e padëmshme; është shkelje penale. Ligjërisht *sexting*-u është krijim pornografie me të mitur. Dërgimi i fotos te dikush tjetër shihet si qarkullim pornografie me të mitur. Të rinjtë që procedohen për *sexting* nuk do t'i shpëtojnë *kurrë* etiketimit që marrin si rezultat i dënimit. Kur të martohen, nuk do të jenë *kurrë* në gjendje të shkojnë në shkollë me fëmijët e tyre, të shkojnë në ndeshje futbolli apo të ftojnë familje të tjera për darkë, pasi janë shkelës seksualë. Për gjithë pjesën tjetër të jetës, do të kenë pasoja; dhe gjithçka për shkak të *sexting*-ut.

Sexting-u s'është vetëm i paligjshëm; është dhe shkatërrues. Në vitin 2009, një studente nga Florida vari veten pasi fotot që kishte bërë me celularin e vet ishin shpërndarë pa lejen e saj.¹⁹⁹ Kjo nuk tingëllon si zbavitje e padëmshme. Është e qartë se ai mund të lëndojë njerëz.

Këto mund të ngjajnë si shembuj ekstremë, por pasqyrojnë një pamje të saktë të valës së shkatërrimit që lë *sexting*-u në jetën e atyre që marrin pjesë në të. Edhe po s'të kapi ligji, pamjet e vetes që u dërgon të tjerëve s'kanë për të mbetur private. Ato do të ekzistojnë përjetësisht. Mund të t'i shohë punëdhënësi i ardhshëm. Mund të t'i shohin prindërit. Mund të t'i shohë bashkëshorti i ardhshëm ose fëmijët që do të kesh. Dhe atëherë patjetër që dikush do të dëmtohet.

Psalmi 101:3, thotë: “Nuk do të pranoj të shoh asgjë të ndyrë dhe të turpshme” (NLT). Femra ose mashkulli lakuriq nuk është pamje e ndyrë ose vulgare, por Perëndia na porositi të presim deri në martesën që të zbulojmë veten në atë mënyrë. Ka një vend dhe një kohë për zhveshjen e plotë, por

199 Michael Inbar, “‘Sexting’ cited in teen’s suicide,” MSNBC.com (2 dhjetor 2009).
msnbc.msn.com.

ajo s'ka të bëjë aspak me celularin apo internetin. Standardet e Perëndisë për jetën tënde dashurore nuk kanë të bëjnë vetëm me atë që ndodh në dhomën e gjumit.

Sexing-u është gabim, pasi të fshehtat e trupit tënd ia zbulon dikujt që nuk e ke bashkëshort/e.

PP31

Si mund të falem dhe të ndihem i falur?

Shumë prej jush i njohin pasojat e dhimbshme të mëkatit seksual. E ke ndërë personalisht turpin, ndjenjën e fajit dhe vetminë që shoqërojnë seksin jashtë kohës së Perëndisë. Informacioni i këtij libri mund të të ketë bindur të ndryshosh drejtim dhe tani e tutje të ndjekësh pastërtinë. Ndoshta po pyet veten nëse mund të të falë dot Perëndia dhe ndoshta po dyshon nëse do të ndjesh ndonjëherë çlirimin që sjell falja. Të lutem, këtu më kushto vëmendje të veçantë.

Arsyeja pse *ndihesh* fajtor është ngaqë je *vërtet* fajtor. Romakëve 3:23, na thotë se të gjithë kanë mëkatuar dhe kanë rënë poshtë nga lavdia e Perëndisë. E kemi bërë të qartë tashmë se çdo aktivitet seksual, përveç atij që kryhet nga bashkëshortët, është mëkat. Nëse ke luajtur me seksin, ke mëkatuar, dhe ndoshta e di tashmë se ndjenja e fajit është një pasojë e pashmangshme.

Fjala e Perëndisë thotë se falja është e mundur dhe se mund të ecësh në liri edhe pas një stine të gjatë mëkati.

Mëkatin nuk e mposht dot vetë; as nuk mund ta fshish vetë “rrasën” e zemrës; por *ekziston* dikush që mundet.

1 Gjonit 2:1, thotë: “Fëmijët e mi të vegjël, po jua shkruaj këto gjëra që të mos mëkatoni. Por, nëse dikush mëkaton, kemi një avokat te Ati: Jezu Krishtin, të drejtin” (ESV). Jezusi qëndron para fronit të Perëndisë, duke mbrojtur kauzën tonë që të falem. Vetëm nëpërmjet Jezusit mund të marrim falje. Nëse nuk ke ende një marrëdhënie personale me Jezu Krishtin, pikëfillesa në udhën drejt faljes është takimi personal dhe jetëndryshues me Jezusin.

Siç mund të të kujtohet, Romakëve 3:23 na thotë se të gjithë kemi mëkatuar. Kjo përfshin gjithsecilin prej nesh! Nëse i kërkon Jezusit të bëhet Shpëtimtari yt, ai do të t’i falë të gjitha mëkatet. Si ta hedhësh këtë hap të parë? Duke bërë një lutje si kjo: *Zot Jezus, kam nevojë për ty. Më fal dhe më pastro. Që në këtë çast të besoj ty si Shpëtimtar dhe Zot. Merr në dorë fronin e jetës sime; më ndrysho nga brenda. Të falënderoj që mund të besoj në ty. Në emër të Krishtit. Amen.*

Çfarë ndodh kur pranon mëkatin dhe nevojën që Krishti të të shpëtojë prej tij? *Ai të fal plotësisht.*

Te 1 Gjonit 1:9, lexojmë: “Nëse rrëfejmë mëkatet, ai është besnik dhe i drejtë të na falë mëkatet dhe të na pastrojë nga çdo paudhësi” (ESV).

Mund të ecësh në liri edhe pas një stine të gjatë në mëkat.



Ky varg premtan qartë se Perëndia është i gatshëm dhe i aftë të na falë të gjitha mëkatet. Nuk thotë “gjithçka përveç mëkatit tënd seksual”. Jo! Perëndia t’i fal të gjitha paudhësitë, kur ia sjell atij.

Ti mund të thuash: “E kuptoj se Jezusi ka përgatitur një

udhë që të më falen mëkatet, por nuk *ndihem* i falur për gjërat që kam bërë”. Pikërisht në këtë pikë, duhet të zgjedhësh të vërtetën. Mos e ha gënjeshtren se falja e Perëndisë nuk vlen për ty. Kjo është pikërisht ajo që dëshiron Satani që të besosh. Nëse je në Krishtin, e vërteta është: “Sa larg është lindja nga perëndimi, aq larg largon dhe ai shkeljet tona prej nesh” (Psalmi 103:12, ESV).

Perëndia jo vetëm që të fal mëkatin seksual, por edhe i ka larguar plotësisht gabimet prej teje. Kur psalmisti shkruan se Perëndia na largon mëkatet “sa ç’është larg lindja nga

*Nuk mund ta fshish vetë
“rrasën” e zemrës; por
ekziston dikush që mundet.*



perëndimi”, po përdor shprehjen që hebraisht ka kuptimin e përjetësisë. Mendoje pak. Kemi një Pol të Jugut dhe një Pol të Veriut. Në veri mund

të shkosh vetëm deri në pol, pastaj i drejtohesh jugut. Në jug mund të shkosh vetëm deri në pol, pastaj i drejtohesh veriut. Mund të matësh largësinë nga jugu në veri. Por nuk ka pol të lindjes. Nuk ka pol të perëndimit. Po udhëtove në lindje, do të shkosh përjetësisht në lindje. Po udhëtove në perëndim, do të udhëtosh përjetësisht në perëndim. S’e mat dot largësinë mes tyre. Ja sa t’i largon mëkatet e tua Jezusi. Kjo demonstroi thellësinë e faljes së tij.

Mund të ecësh *vërtet* në lirinë e asaj faljeje, nëse zgjedh të besosh atë që ka shkruar tashmë për ty Perëndia. Ai dëshiron të të falë. Jezusi e ka paguar tashmë çmimin për mëkatin tënd me vdekjen e vet në kryq. Kur t’i kërkosh falje, ai do të ta fshijë plotësisht “rrasën e zemrës”.

PP32

Si mund të di nëse dikush më do?

Ka dy teste lakmusi që t'i rekomandoj për të dalluar dashurinë e vërtetë.

Së pari, nëse ke marrëdhënie të ngushtë dhe të dashur me prindërit, folu për marrëdhënien tënde. Prindërit, sidomos babai, mund të jenë në gjendje të dallojnë një marrëdhënie të shëndetshme dhe plot dashuri përpara teje. Prindërit e dashur kanë mendjemprehtësi të madhe për të kuptuar se ç'pamje ka marrëdhënia e shëndetshme për fëmijët e tyre.

E kuptoj se jo të gjithë kanë lidhje plot dashuri me prindërit. Sa do të doja që situata të ishte ndryshe! Do të doja që çdo fëmijë të rritej me një marrëdhënie të ngrohtë dhe të ngushtë me prindërit. Sa dallim të madh do të bënte kjo në çështjen e seksit ndër adoleshentët!

Nëse s'u kërkon dot këshilla prindërve për marrëdhëniet e tua, ka një mënyrë tjetër (që gjendet në Bibël) për të vlerësuar nëse po përjeton ose jo dashuri të vërtetë.

Një pasazh i Dhiatës së Re, 1 Korintasve 13, përmendet gjithmonë kur të krishterët fillojnë të flasin për dashurinë. Kjo ndodh për shkak se kjo pjesë na jep një model të dashurisë së vërtetë. Me fjalë të qarta, ai na thotë se çfarë duhet të kërkojmë në një marrëdhënie dashurie. Në vend që të mbështetemi thjesht në ndjenjat për të kuptuar se kur kemi njohur dashurinë, kjo pjesë na jep një plan të pamjes së dashurisë së vërtetë dhe na siguron standardin me të cilin mund të masim veprimet dhe ndjenjat tona.

Hidhu një sy vargieve 4-7:

Dashuria është e duruar;
ajo ka mirësi
dhe nuk është xhelozë;
dashuria nuk krekoset
dhe nuk është arrogante,
nuk vepron në mënyrë të pahijshme;
nuk kërkon të vetat,
nuk pezmatohet,
nuk merr parasysh gabimin e bërë ndaj saj,
nuk gëzohet në padrejtësi,
por gëzohet në të vërtetën;
ajo mban gjithçka,
beson gjithçka,
shpreson gjithçka,
duron gjithçka. (NASB)

Një mënyrë praktike si ta zbatosh këtë mesazh, nëse je lidhur me dikë, është të zëvendësosh fjalën “dashuri” me emrin e partnerit. Për shembull, nëse Andresa po fillon një marrëdhënie me Metin, do të vendoste emrin e tij në këtë pjesë kështu:

Meti është i duruar,
Meti ka mirësi,
Meti nuk është xheloz,
Meti nuk krekoset,
Meti nuk është arrogant,
Meti nuk vepron në mënyrë të pahijshme etj.

Kthehu dhe shqyrtoje pjesën, duke vendosur emrin e partnerit, në vend të fjalës dashuri. Sa i saktë është përshkrimi i tij? Nëse je në marrëdhënie seksuale paramartesore, kjo listë nuk i përshtatet mirë partnerit tënd, pasi seksi jashtë caqeve të Perëndisë nuk është i qetë apo i mirë dhe nxitet nga motive egoiste. Mirëpo, nëse partneri yt i përmbush cilësitë e renditura në këtë pjesë, ka gjasa që të jesh në mes të një marrëdhënieje me dashuri dhe përkujdesje të vërtetë.

Por realisht sekreti i dashurisë së vërtetë nuk ka të

bëjë aspak me gjetjen e personit të duhur.

Ka të bëjë me të qenit personi i duhur. S'mund të presësh që partneri,

sado i mrekullueshëm të jetë, të kontribuojë në gjithçka të nevojshme për të krijuar një dashuri jetëgjatë. Nga ta dish nëse je gati për t'i ofruar dashuri të vërtetë dikujt tjetër? Vendos emrin tënd në pjesën e mësipërme. A je i dashur? A ke mirësi? A je xheloz dhe acarohesh lehtë? A synojnë veprimet dhe mendimet e tua të mirën e tjetrit? A je gati të vlerësosh lumturinë dhe mirëqenien e partnerit më tepër se tënden? Nëse jo, ke nevojë për kohë që të rritesh dhe të lejosh zhvillimin e dashurisë së vërtetë.

Le t'i kthehemi përcaktimi të dashurisë në pyetjen 4. Fjala e Perëndisë na siguron përcaktimin më të thjeshtë të dashurisë: të mbrojtë dhe të sigurojë. Pa përjashtim, dashuria e

Prindërit e dashur kanë mendjemprehtësi të madhe.



Sekreti i dashurisë së vërtetë nuk ka të bëjë me gjetjen e personit të duhur: ka të bëjë me të qenit personi i duhur.



vërtetë kërkon gjithmonë më të mirën e të dashurit. Motivimi i saj është gjithmonë që të mbrojë dhe të sigurojë. Si ta dish nëse personi tjetër të do vërtetë? A bën gjithçka të mundshme partneri për të të siguruar mirëqenien dhe për të të mbrojtur zemrën? A bën dhe ti të njëjtën gjë për të? Nëse jo, kalo njëfarë kohe duke i lejuar Perëndisë që të të mësojë si të duash të tjerët siç duhet dhe që të presësh për dashurinë e vërtetë në kohën e Perëndisë.



Si mund të njoh vullnetin e Perëndisë?

Kur bëhet fjalë për marrëdhëniet romantike, Bibla na jep një pamje të qartë të vullnetit të Perëndisë. Në 1 Thesalonikasve 4:1, Pali u shkruan kështu besimtarëve në Selanik: “Së fundi, vëllezër, ju kërkojmë dhe ju nxisim në Zotin Jezus që, ashtu siç morët prej nesh sesi duhet të ecni dhe të kënaqni Perëndinë, siç dhe po bëni, të bëni kështu gjithnjë e më tepër” (ESV).

Në vargjet 2 dhe 3, vijon: “Sepse ju e dini çfarë udhëzimesh ju dhashë përmes Zotit Jezus. Sepse ky është vullneti i Perëndisë, shenjtërimi juaj: që të shmangni shthurjen seksuale”.

Cili është urdhërimi që jep Pali këtu? T’i largohesh shthurjes seksuale. Pse? “Sepse ky është vullneti i Perëndisë”. Kjo pjesë nuk thotë se *ndoshta* pastërtia është vullneti i Perëndisë, apo se *ndonjëherë* ajo është vullneti i Perëndisë,

apo se *mund* të jetë plani i Perëndisë për ty në disa rrethana. Jo! Pastërtia seksuale *është* vullneti i Perëndisë për jetën tënde. Dhe pse është vullneti i Perëndisë? Për shenjtërimin, pastrimin dhe të mirën tonë.

Dëshiron të kënaqësh Perëndinë? Largoju shthurjes seksuale. Dëshiron të njohësh vullnetin e tij? Largoju shthurjes seksuale. Ai na ka treguar vullnetin e vet, në mënyrë që të përjetojmë bekimet e tij. Përmes Fjalës së vet, Perëndia ka thënë “të dua”, që do të thotë: “Dua të të mbroj dhe të siguroj për ty. Prandaj, prit!”

Përtej marrëdhënieve romantike, si mund të njohësh vullnetin e Perëndisë për jetën tënde? Vullneti i Perëndisë për ne është të mbushemi me

Pastërtia seksuale është vullneti i Perëndisë për jetën tënde.



Frymën e tij të Shenjtë. Efesianëve 5:18, thotë: “Mos u dehini me verë, sepse kjo do t’ju shkatërrojë jetën. Përkundrazi, mbushuni me Frymën e Shenjtë” (NLT). Ky varg na thotë të mos mbështetemi në ndikimet e rreme dehëse për të gjetur kënaqësi. Përkundrazi, ne duhet t’i lejojmë Frymës së Shenjtë të na ndikojë jetën në mënyrë të mbinatyrshme dhe të na ndryshojë nga brenda jashtë. Vullneti i Perëndisë për ty është të jesh i mbushur me frymën dhe ta jetosh jetën nën kontrollin e Frymës së tij.

1 Gjonit 5:14-15, thotë: “Kjo është siguria që kemi kur i qasemi Perëndisë: se, nëse i kërkojmë çfarëdolloj gjëje sipas vullneti të tij, ai na dëgjon. Dhe, nëse e dimë se na dëgjon – për çfarëdo që i lutemi – e dimë se e kemi atë që i kemi kërkuar”.

Çfarë premtimi! Kur i kërkojmë Perëndisë diçka që ai

synon që ta kemi, do të na e japë! Perëndia dëshiron të mbushemi me Frymën e tij. Dëshiron të na mësojë të jemi gjithnjë e më tepër si ai. Dëshiron të na japë forcë në jetën seksuale. Dëshiron që seksi të jetë një dhuratë që presim ta hapim me bashkëshorten. Le të kemi siguri besimi se ai do t'i mbajë premtimet dhe do të na japë bekimet kur të jetojmë sipas vullneti të tij. Po ai, a mund të ketë besim te ti?



Si mund të them Jo?

Patjetër që mund t'i rezistosh trysnisë për të bërë seks jashtë martese.

Patjetër që mund t'i bësh ballë trysnisë së moshatarëve dhe medias dhe të zbatosh zotimin për të mos kryer seks. Pastërtia është e mundshme; por nuk do të ndodhë rastësisht. Të nevojiten disa strategji që të ecësh në shtegun e duhur. Ja njëmbëdhjetë strategji që janë provuar se funksionojnë.²⁰⁰

1. KI NJË STRUKTURË LLOGARIDHËNIEJE.

Zgjidh shokë/qe që kanë të njëjtat bindje për seksin si ti dhe shumicën e kohës kaloje me ta. Ndjekja e pastërtisë mund të jetë betejë. Mos e bëj i vetëm. Miqtë me të njëjtin përkushtim janë mbrojtja më e mirë.

200 McIlhaney dhe Bush, *Hooked*, 121–23.

Predikuesi 4:9-10, na thotë: “Dy janë më mirë se një, sepse kanë shpërblim të mirë për mundimin e tyre. Sepse, nëse rrëzohen, njëri do të ngrejë tjetrin. Por mjerë ai që është i vetëm kur rrëzohet dhe s’ka kush ta ngrejë” (ESV).

Kurrë mos resht së kërkuari miq që të mbështetin. Krijo një strukturë mbështetëse që përfshin miqtë, pastorin e të rinjve, disa mësues dhe të rritur të mençur që janë të gatshëm të të bëjnë pyetjet e vështira. Kërko njerëz që mund të të ndihmojnë të vendosësh kufij dhe të ecin me ty përgjatë shtegut të pastërtisë.

2. CAKTO KUFIJ TË QARTË PËRPARA SE TË TË NEVOJITEN.

Trupi nuk është krijuar që të jetë në gjendje që thjesht t’i thotë “stop” të ndierit të gjërave nga ana seksuale. Ai është krijuar që të vazhdojë të lëvizë drejt seksit në kontekstin e një marrëdhënieje të përkushtuar martesore. Nëse futesh në një situatë ku gjërat kalojnë në aspektin fizik ose lejon mendjen që të përqendrohet në pamjet seksuale, do ta kesh të vështirë t’i vësh fre. Cakto kufij të qartë për gjërat që do të bësh fizikisht dhe për situatat ku do të lejosh të përfshihesh, përpara kohe, përpara se të dalë mundësia.

Për shembull, për të shmangur tundimin që të shohësh pornografi, duhet të caktosh një kufi të tillë: kompjuterin do ta shohësh vetëm në një dhomë publike, kur ke të tjerë rreth vetes. Për të shmangur teprimet fizike me të dashurin ose të dashurën, mund të caktosh si kufi që nuk do të qëndrosh kurrë

Pastërtia është e mundshme: por s’ka për të ndodhur rastësisht.



vetëm për vetëm me atë person në makinë të parkuar, në shtëpi pa njerëz, apo kudo tjetër ku mund të tundohesh të komprometosh standardet.

3. HIDHE ME SHKRIM.

Hidhe në letër zotimin për të mos kryer seks. Merr kohën që ta shkruash në letër, në mënyrë që zemrën të ta ruajë mendja. Pasi hyn në një marrëdhënie romantike, gjej kohën që të shkruash kufijtë e marrëdhënies me partnerin. Ke për të marrë shumë forcë nga fakti se e shkruan zotimin dhe e sheh të shkruar e zeza mbi të bardhë.

4. KËRKOJI NDIHMË PERËNDISË.

Ndoshta ke zgjedhur shtegun e pastërtisë nga dëshira për të kënaqur Perëndinë, por a ke folur në fakt me të për këtë gjë? A ke shkuar tek ai me lutje dhe a i ke kërkuar në mënyrë të veçantë që të të ndihmojë të qëndrosh i/e pastër? Të sugjeroj të bësh një lutje si kjo: *Jezus. Kam nevojë për ndihmën tënde. S'ë bëj dot vetë këtë gjë. Kam nevojë që forca jote të më mbushë dhe të më ndihmojë të jem i/e pastër nga ana seksuale.*

Pali tha: “Kur jam i dobët, atëherë jam i fortë” (2 Korintasve 10:10). Perëndia është i aftë të të japë forcën që të nevojitet për të këmbëngulur. Kërkoja!

5. VONO ROMANCËN.

Studimet kanë treguar një lidhje të thellë mes takimeve dashurore të hershme dhe seksit të hershëm. Dalja në takime e bashkon çiftin nga ana fizike dhe emocionale. Afërsia nxit kontaktin fizik, i cili lëshon hormone të fuqishme bashkuese dhe ndez motorët e fuqishëm seksualë për të dyja palët. Hulumtimet provojnë se, sa më herët të fillojnë të rinjtë të

dalin në takime dashurore, aq më gjasa kanë që të bëhen seksualisht aktivë.

Për shembull, nga ata të rinj që fillojnë të dalin në takime në moshën 12 vjeçare, 91 për qind e tyre do të bëjnë seks përpara se të mbarojnë shkollën e mesme. Nga ata që i vonojnë daljet nëpër takime deri në moshën 15 vjeçare, 40 për qind e humbin virgjërinë në shkollën e mesme. Nga ata që presin deri në moshën 16 vjeçare, para se të dalin në takime, vetëm 20 për qind bëjnë seks përpara diplomimit.²⁰¹

Pritja për romancë do të të ndihmojë të presësh për seks.

6. MOS U LIDH ME DIKË QË S'KA VLERAT E TUA.

“Mos hyni në zgjedhë të pabarabartë me jobesimtarët. Sepse ç’marrëdhënie ka drejtësia me padrejtësinë? Ose ç’bashkësi ka drita me errësirën?” (2 Korintasve 6:14, ESV). Kjo pjesë të paralajmëron që të mos e lidhësh jetën me dikë që s’ka përkushtimin tënd ndaj besimit ose pastërtisë. Nëse partneri yt s’është i krishterë i përkushtuar dhe nuk ka përkushtimin që të ndjekë standardet e Perëndisë për seksin, kjo do të ta bëjë shumë të vështirë ruajtjen e pastërtisë. Si pjesë e përkushtimit tënd për pastërti seksuale, merr përkushtimin që të dalësh vetëm me persona që kanë të njëjtat standarde si ti.

7. BËJI TË NJOHUR VLERAT E TUA.

Nga ta dish nëse personi me të cilin dëshiron të dalësh ka të njëjtat vlera si ti? Pyete! Tregohu i/e drejtpërdrejtë për vlerat e tua, sidomos për ato vlera që lidhen me seksin dhe marrëdhëniet. Nëse nuk ia bën të njohura vlerat që në fillim,

201 Institute for Youth Development, *Benefits of Delaying Sexual Debut*.

ke për ta pasur shumë më të vështirë, pasi marrëdhënia juaj të ketë përparuar.

8. PLANIFIKO MË PËRPARA.

Planifikoji që më përpara takimet. Tregohu specifik për vendin ku do të shkoni, çfarë do të bëni dhe kë tjetër do të merrni me vete. Nuk hyn pothuajse kurrë në telashe kur i planifikon gjërat. Kur nuk ke plan të qartë takimi dhe mbeteni me kohë të pashfrytëzuar, mundësia për kompromis bëhet kërcënim më i madh.

9. PREZANTO ME PRINDËRIT E TU PERSONIN ME TË CILIN PO DEL.

Siç të kujtohet nga përgjigjja e pyetjes 32, një nga “testet e lakmusit” për shëndetin e marrëdhënies është miratimi i prindërve të tu. Lëri prindërit që të flasin me personin që po del. Shqyrto mundësinë që të dilni bashkë me prindërit për kafe në fazat e hershme të marrëdhënies. Pak njerëz të njohin më mirë se prindërit. Nëse i lejon hapësirë në jetën tënde dashurore, kjo të siguron përgjegjshmëri instiktive dhe të ndihmon të gjykosësh nëse personi me të cilin po del do të të ndihmojë të qëndrosh i pastër ose jo. Unë me gruan time, Dotin, kemi dalë për takime me disa prej fëmijëve tanë dhe partnerët e tyre. Deri më sot, i ruajmë si thesar kujtimet e atyre takimeve; e njëjta gjë vlen edhe për fëmijët tanë!

10. SHMANG ALKOOLIN DHE DROGËN.

Një studim i kohëve të fundit tregoi se 23 për qind e nxënësve të shkollave të mesme kishin përdorur drogë ose alkool gjatë përvojës së tyre më të fundit seksuale. Ç’është më e alarmuese, 25 për qind e adoleshentëve thonë se aktin seksual që kanë

kryer duke pirë drogë dhe alkool, nuk do ta kishin kryer po të kishin qenë esëll.²⁰² Shumë adoleshentë raportojnë se, në përvojën e parë seksuale, kanë qenë nën ndikimin e alkoolit.²⁰³

Është fakt i pranuar se abuzimi me substancat të gjymton aftësinë për të marrë vendime logjike, përfshi dhe gjykime të shëndosha për sjelljen seksuale. Nëse dëshiron që të mos kryesh seks deri në martesë dhe të shmangësh rrezikun që vijnë nga eksperimentimi seksual, qëndro larg drogës dhe alkoolit.

11. RUAJ SYTË.

Fjala e Perëndisë na tregon se ne jemi ajo që mendojmë. Fjalët e Urta 23:7 thotë: “Sepse njeriu është ashtu siç mendon brenda vetes” (NASB).

Thelbi është ky: gjërat që mendon do të të ndikojnë në ato që bën dhe në atë që bëhesh. Mos harro se mënyra se si portretizohet seksi në media sot është një joshje e rremë.

Ekspozimi ndaj nxitësve mashtrues, përfshi këtu televizorin, videot, filmat dhe artikujt në internet me portrete jorealiste dhe të ndyra të seksit, do të të ndikojë *patjetër*. Unë *nuk* po them: “Mos shko kurrë në kinema, mos shiko televizor ose mos kalo kohë në internet”. Shkrimi nuk na mëson se vetë media është mëkatore. Por po të them të tregohesh mendjemprehtë. Ruaje mendjen nga gjithçka që mund të të pengojë nga ndjekja e pastërtisë.

*Ndjekja e pastërtisë
mund të jetë betejë.
Mos e bëj i vetëm.*



202 McIlhane dhe Bus, *Hooked*.

203 Kaiser Family Foundation, “Teen Sexual Activity.”

“Së fundi, vëllezër, çdo gjë që është e vërtetë, çdo gjë që është e nderuar, çdo gjë që është e drejtë, çdo gjë që është e pastër, çdo gjë që është e dashur, çdo gjë që është e përgëzueshme, nëse ka ndonjë virtyt dhe nëse ka ndonjë gjë të denjë për lavdërim, mendoni për këto gjëra” (Filipianëve 4:8; ESV). Kjo është pika ku duhet të zgjedhim (si vepër vullneti) që të përqendrojmë mendjen në gjërat që nuk do të na bëjnë të komprometojmë vlerat. Vetëm ne mund ta bëjmë këtë zgjedhje!



Kur është shumë larg?

Të ka shkuar ndonjëherë në mendje se pastërtia do të ishte shumë më e lehtë për t'u arritur, nëse Bibla do të kishte thënë qartë: “Ja sa larg mund të shkosh nga ana fizike dhe të mbetesh i pastër”? Mos të duket se, nëse Perëndia do të kishte vendosur një vizë në rërë, kjo do të ta kishte bërë më të lehtë që të dije si të sillesh?

Rregullat fikse mund të të duken ide e mirë, kur bëhet fjalë për aktivitetin fizik, por s'jam i bindur se do të na i zgjidhnin problemet me tundimin. Nëse Perëndia do të kishte vendosur vijën e saktë ndarëse mes kontaktit të pranueshëm fizik dhe atij të papranueshëm, të gjithë do të ishin turrur mu tek ajo vizë dhe pastaj do ta shtynin “paaaaak më tutje”. Pjesë e natyrës njerëzore është të mëkatojë dhe t'i rezistojë autoritetit. Po të na jepte Bibla një grusht rregullash, shumë do ta gjenin

mënyrën si t'i anashkalonin ato rregulla. Në urtësinë e vet, Perëndia nuk na renditi në Fjalën e vet një listë rregullash për sjelljen fizike përpara martese. Ai bëri diçka më të mirë, duke na thënë parime në Fjalën e vet, të cilat mund t'i zbatojmë në marrëdhënie.

Këto parime konsideroju si pika kontrolli në rrugën drejt pastërtisë. Nëse vlerat dhe niveli i aktivitetit fizik në marrëdhënien tënde të lejojnë që t'u bindesh këtyre parimeve, ke vendosur kufij të fortë. Nga ana tjetër, nëse niveli i kontaktit fizik në marrëdhënien tënde shkel qoftë dhe një nga këto parime, zmbropsu dhe rivlerëso kufijtë.

PARIMI I TIPIT “ÇDO GJË”

Filipianëve 4:8, thotë: “Së fundi, vëllezër, çdo gjë që është e vërtetë, çdo gjë që është e nderuar, çdo gjë që është e drejtë, çdo gjë që është e pastër, çdo gjë që është e dashur, çdo gjë që është e përgëzueshme, nëse ka ndonjë virtut dhe nëse ka ndonjë gjë të denjë për lavdërim, mendoni për këto gjëra” (Filipianëve 4:8; ESV).

Pyetja që duhet të bësh *nuk* është: “Sa larg mund të shkojmë, pa rënë në telashe?”, por “Çfarë mund të bëjmë që të mendojmë për gjërat që janë të pastra dhe të nderuara?”

Mos ndiz zjarr pasioni të partneri, me mënyrën si sillesh.

A mund të mbaheni për dore dhe të mendoni gjëra të pastra dhe të ndershme? Ndoshta. A mund të përqafoheni dhe të mendoni gjëra të pastra? Mbase. Po puthja? Po puthjet e vazhdueshme? Po prekja seksuale? Po seksi oral? Qartazi, ka një pikë kur veprimet do të t'i largojnë mendimet nga

a jo që është e pastër, e ndershme dhe e vërtetë, dhe do të t'i çojnë drejt dëshirës për kontakt të mëtejshëm seksual. Mos e përcakto kufirin pasi mendimet të të kenë kaluar në zonën e ndyrë. Vendos që më parë sa larg mendon se mund të shkosh, duke i mbajtur mendimet të ngulitura në gjërat e Perëndisë. Ky është standard i shkëlqyer për t'u diskutuar me prindërit, pastorin e të rinjve ose me një të rritur të besuar.

PARIMI "PA ALUDIME"

Efesianëve 5:3 thotë: "Por, ndër ju, të mos ketë as aludim të shthurjes seksuale, apo të çdo lloj ndyrësie, apo lakmie, pasi këto janë të padenja për popullin e shenjtë të Perëndisë".

Fjala e Perëndisë nuk na këshillon që t'i afrohemi sa më tepër të mundemi kufirit të mëkatit seksual. Është plotësisht e kundërta: kjo pjesë na thotë të mos aludojmë për mëkatin seksual.

A po aludoni për mëkat seksual, kur kaloni orë të tëra duke u puthur me të dashurën në divan? A po aludoni për mëkat seksual, kur mbani shtrënguar njëri-tjetrit për periudha të gjata, duke bërë që të dëshironi edhe më tepër kontakt fizik? A po aludoni për mëkat seksual, kur fërkoni zonat gjenitale të njëri-tjetrit, qoftë dhe mbi rroba? Nëse po aludoni për seks, po shkoni më larg se ç'duhet.

PARIMI I "ZJARRIT TË PANDEZUR"

Nëse ke si synim pastërtinë, zotohu që të mos e bësh kurrë partnerin që të dëshirojë të shkojë deri te seksi. Në çdo kohë, shqyrto nëse veprimet e tua mund ta bëjnë partnerin që të dojë të përfshihet më tepër nga ana fizike. Kjo përfshin ato që shihni kur dilni në takime (filma, video, spektakle televizive), ato që bëni kur jeni së bashku, mënyrën se si trajtoni njëri-tjetrit, si prekeni... gjithçka që bëni!

Mos ndiz zjarr pasioni te partneri, me mënyrën si sillesh. Për disa njerëz, puthja si shenjë “natën e mirë!” është plotësisht e pafajshme. Për disa të tjerë, ajo ndez një zjarr pasioni dhe dëshire për të shkuar gjithnjë e më larg.

*Nëse po aludoni për seks,
po shkoni më larg se
ç' duhet.*



Të tria këto parime kanë një motiv të përbashkët. Në vend që të mendojmë “Sa larg mund të shkoj?”, Bibla na mëson të pyesim: “Sa mund të rezervoj për bashkëshortin e ardhshëm dhe sa mund të rezervoj me qëllim që të përjetoj më të mirën e Perëndisë?”

PP36

Çfarë t'u them atyre që më detyrojnë për kompromis?

Ja një listë me kundërpërgjigjet tona të preferuara për ata që të thonë të mos presësh. Përdori sa herë që dikush përpigjet të të gënjejë, duke të thënë se ia vlen të rrezikosh për seks jashtë synimit të Perëndisë.

“SHIKO, TË GJITHË E BËJNË!”

“Atëherë s’duhet të jetë e vështirë të giesh dikë tjetër.”

“PO TË MË DOJE, DO TA BËJE!”

“Po të më doje vërtet, nuk do të ma kishe kërkuar këtë gjë,

sepse seksi jashtë martese, as nuk më mbron, as nuk më siguron të ardhmen.”

“MË LEJO TË TË BËJ BURRË!”

“Po ç’lidhje ka seksi me të qenit burrë? Seks mund të bëjë dhe qeni im. Kjo s’e bën më tepër qen, e aq më pak burrë.”

“S’KE NEVOJË PËR VËRTETIM MARTESE – AJO VETËM NJË COPË LETËR ËSHTË.”

“Nëse vërtetimi i martesës është thjesht një copë letër përpara se të martohesh, edhe pasi të martohesh thjesht një copë letër ka për të mbetur.”

“HË, EJA TANI! S’KE NEVOJË PËR UNAZË MARTESE – AJO THJESHT NJË COPË METALI ËSHTË!”

“Nuk është një copë metal. Ajo është simbol besnikërie dhe përkushtimi ndaj një personi të vetëm për gjithë jetën. Nëse s’ka këtë kuptim për ty para martese, edhe pas martese s’ka për të pasur kuptim. Unaza është shumë më tepër se një copë metal. Pastaj, nëse unaza e martesës është thjesht ‘një copë metal’ përpara martese, edhe pas martese vetëm një ‘copë metal’ ka për të mbetur”.

“EPO, DUHET TË PROVOJMË NËSE PËRPUTHEMI ME NJËRI-TJETRIN!”

“Kjo s’ka të bëjë me ‘veglat e punës’. Thelbi nuk është te përputhja fizike, por te marrëdhëniet”.

*Seksi nuk ndodh vetvetiu:
ai është zgjedhje.*

**“ASKUSH NUK DO TË
MARTOHET ME NJË
VAJZË PA PËRVOJË!”**



“Epo, them se unë do të jem përjashtim.”

“S'E KE IDENË SE ÇFARË PO HUMBI!”

“Dakord, por kjo vlen për të dy ne.”

“S'PËRMBAHEM DOT!”

“Nëse s'përmbahesh dot tani, s'ke për t'u përmbajtur dot as më vonë, kështu që unë s'dua të martohem kurrë me një njeri si ti.”

“NDODHI VETVETIU.”

“Seksi nuk ndodh vetvetiu. Ai është zgjedhje.”

“SEKSI PROVON SE JE I RRITUR.”

“Jo, provë se je i rritur është kur vendos se çfarë është e drejtë dhe e gabuar dhe pastaj e zbaton. Kjo kërkon një njeri me karakter.”

“NËSE S'PRANON, KJO DO TË THOTË SE S'MË DO”.

“Dakord, këto fjalë tregojnë se ti nuk më do. Madje, as nuk më respekton.”

“PO SEKSI ËSHTË I MAHNITSHËM.”

“Patjetër që është i mahnitshëm. Po të mos ishte i mahnitshëm para martese, nuk do të ishte i mahnitshëm as pas martese. Madje, seksi është kaq i mahnitshëm sa ia vlen ta mbrojmë.”

PP37

Si do të më ndikojë pornografia në jetën seksuale?

Përpara se të kuptojmë se çfarë
bën pornografia, kemi nevojë të

kuptojmë se çfarë është ajo. Fjalori e përcakton pornografinë si “përshkrimi i sjelljes erotike (si me figura ose me shkrim), që synon të ngjallë eksitim seksual”.²⁰⁴ Kur përmendet pornografia, shumicës së njerëzve u shkon menjëherë mendja te faqet internetit me seks ose te revistat me femra lakuriq, dhe kjo sigurisht që është porno, por, sipas përcaktimit, ndaj pornos ekspozohemi edhe kur shohim programe ose filma në televizor me skena të nxehta seksi, kur shohim foto në revista apo në tabela reklamash që synojnë të ngjallin eksitim seksual, apo edhe kur lexojmë libra, ku shkruhet për seksin në një mënyrë eksituese.

Ekspozimi ndaj pornos është tejet i përhapur në kulturën tonë. Madje, pornografia është industri 13.3 miliardë dollarëshe.²⁰⁵ Studimet tregojnë se 40 milion të rritur vizitojnë rregullisht faqet e internetit me porno. Kjo është dhjetë herë më tepër se shifra e atyre që shohin rregullisht bejsboll.²⁰⁶ Interneti ka të paktën 40,000 faqe pornografie.²⁰⁷ Më tepër

204 merriam-webster.com/dictionary/pornography.

205 Gary Foster, “Porn Plague,” *Religious Market Update* (10 shkurt 2009), 1. garydfoster.com.

206 Gary Foster, “Prolific Porn,” *Religious Market Update* (10 shkurt 2009), 1. garydfoster.com.

207 U.S. News & World Report (27 mars 2000), cituar në Josh McDowell, *Why True Love Waits*.

se 60 për qind e të gjitha shikimeve të internetit kanë natyrë seksuale²⁰⁸ dhe seksi është tema më e kërkuar në internet.²⁰⁹ Siç shihet qartë, ekspozimi ndaj internetit është tejet i përhapur.

Profili i përdoruesve të pornos po ndryshon, duke përfshirë femrat dhe të rinjtë. Madje, 70 për qind e 18-24 vjeçarëve vizitojnë një faqe pornografike interneti gjatë një muaji normal. Mosha mesatare e ekspozimit të parë ndaj pornos në internet është 11 vjeç.²¹⁰ Përveç kësaj, adoleshenti normal shikon tre orë televizor në ditë, kryesisht gjatë orarit më të shikuar, kur përmbajtja seksuale është e rëndë.²¹¹ Femrat përbëjnë 35 për qind të njerëzve që kanë varësi nga pornografia.²¹²

Meqë jeton në një kulturë ku pornografia është më e përhapur se argëtimi i preferuar i Amerikës, mund të tundohesh nga mendimi se pornografia s'është ndonjë gjë e rëndë. Mund të thuash: "Ajo s'lëndon askënd", ose "Është thjesht për qejf", ose "Do ta lë më vonë". Madje, shumë të rinj justifikohen se mund ta përdorin pornon para martese dhe pastaj do të heqin dorë prej saj pas martese, pasi do të kenë gjënë e vërtetë në dispozicion. Realiteti është se nuk funksionon në atë mënyrë.

Siç të kujtohet, në pyetjen 7 shqyrtuam mënyrat se si të prekin trurin përvojat seksuale. Synimi i pornografisë është

208 MSNBC/Stanford/Duquesne Study, *Washington Times* (26 janar 2000), cituar në Josh McDowell, *Why True Love Waits*.

209 Dr. Robert Weiss, Sexual Recovery Institute, *Washington Times* (26 janar 2000), cituar në Josh McDowell, *Why True Love Waits*.

210 Po aty.

211 *Campus Ministry Update* (shtator 2004). www.ivyjungle.org.

212 Foster, "Porn Plague."

të të nxisë nga ana seksuale. Kur shikon një skenë të hapur seksi në film apo, kur shikon pamje me përmbajtje seksuale në internet, truri jep të njëjtin reagim neurokimik, si atëherë kur kryen kontakt seksual me një partner të vërtetë. Trupi të lëshon një dozë të fortë dopamine kimike, që të bën të ndihesh mirë dhe përmytet me oksitocinë ose vazopresinë, të cilat veprojnë si superngjitës njerëzor për të të bashkuar me partnerin, edhe nëse ai partner është virtual.

*Pornografia e degradon
seksin thjesht në nivel
fizik.*



Perëndia të krijoj që
të nxitesh seksualisht
nga bashkëshorti/
ja. Kur përdor pamje
pornografike për nxitje
seksuale, ti formon lidhje

me atë pamje. Ndonëse nuk po bën vërtet seks me shumë partnerë, truri yt mendon se po. Për më tepër, për shkak se ekspozimi ndaj pornos është jashtëzakonisht ndijor, shkakton lëshimin e një kimikati të kujtesës, norepinefrinës, e cila t'i ngjit ato pamje në tru. Si rezultat, s'e ndalon dot sjelljen e pamjeve që ke parë përmes ekspozimit ndaj pornos në shtratin martesor. Për shkak të mënyrës se si reagon truri ndaj pornos, ekspozimi ndaj pornografisë mund të të dëmtojë aftësinë për të formuar lidhje me partnerin.

Për shkak se pornografia të siguron një dozë të fortë dopamine, është provuar se ajo është e përshkallëzuar dhe adiktive. Kur martohesh, ti ndoshta dëshiron vërtet që të formosh lidhje me bashkëshorten, por, për shkak të ekspozimit ndaj pornos, do të të nevojiten gjithnjë e më tepër pamje stimuluese, me qëllim që të marrësh reagimin neurokimik që dëshiron kaq shumë.

Është provuar se ekspozimi ndaj pornografisë ia deformon

përdoruesit pikëpamjen që ka për seksualitetin. Një studim tregoi se ekspozimi ndaj pornos i bën qartazi njerëzit që të besojnë:

- se gëzimi më i madh seksual vjen pa përkushtim afatgjatë.
- se partnerët presin nga njëri-tjetri që të jenë jobesnikë.
- se shtypja e nxitjeve seksuale përmban rreziqe shëndetësore.
- se fëmijët janë pengesë dhe problem.²¹³

Një studim tjetër tregoi se ekspozimi ndaj pornografisë nxit ndjenja seksuale agresive.²¹⁴ Po kështu, hulumtuesit kanë vërejtur se adoleshentët e ekspozuar ndaj shumë përmbajtjeve seksuale në televizor (shpesh, e quajtur “pornografi e butë”) kanë dyfish më tepër gjasa që të bëjnë seks vitin në vazhdim, sesa ata që ekspozohen ndaj pak përmbajtjeve të tilla. Po ky studim tregoi një rritje në sjellje të tjera seksuale, përfshi puthjet, fërkimin dhe seksin oral ndër 12-17 vjeçarët që ekspozoheshin shpesh ndaj pamjeve seksuale. Hulumtuesit arritën në përfundimin se pornografia, edhe kur është e butë, krijon përshtypjen se seksi është më qendror për jetën e përditshme, nga ç’është në të vërtetë, dhe i bën të rinjtë të kërkojnë përvoja seksuale.²¹⁵

213 McDowell, *Why True Love Waits*.

214 James Check, “The Effect of Violent and Nonviolent Pornography,” në Michael McManus Jr., ed., *Final Report of the Attorney General’s Commission on Pornography* (Nashville: Rutledge Hill Press, 1986), 251–52.

215 Po aty.

Thelbi është se ekspozimi ndaj pornografisë do të të ndikojë *patjetër* në qëndrimet, perceptimet dhe vlerat për seksin; po kështu, përdorimi i pornografisë mund të çojë në agresivitet dhe eksperimentim gjithnjë e më të madh seksual.

*Ekspozimi ndaj
pornografisë ia
shtrëmbëron përdoruesit
pikëpamjen për seksin.*



Përshkrimi i seksit që paraqet pornografia, nuk është i vërtetë dhe nuk përputhet me synimin e Perëndisë. Në veçanti pornografia nxit shturjen seksuale, tradhtinë

bashkëshortore, shmangiet seksuale dhe seksin “pa pasojë”. Njerëzit që shohin pornografi kushtëzohen që t’i trajtojnë personat e seksit tjetër, sipas modeleve që kanë parë në revistë ose në ekran; por pornografia të jep një skenar për ndërveprimin seksual që nuk përputhet me realitetin.

Ndoshta, ndikimi më shkatërrimtar i pornografisë është se seksin e ul thjesht në nivelin e një akti fizik. Pornografia ia heq seksit përbërësin emocional dhe shpirtëror. Mos harro se Perëndia e krijoi seksin për të formuar një intimitet jetëgjatë. Nuk mund të bëhesh intim me një pamje të trukuar në revistë. Nuk mund të bëhesh intim me një person nga ekrani i kompjuterit.

Në një studim kërkimor adoleshentëve iu kërkua të përzgjidhnin nga një listë me 20 pika, ato gjashtë që ishin më të rëndësishme për ta. Zgjedhja numër një (67 për qind) ishte marrëdhënia e ngushtë dhe intime me një person të gjinisë tjetër. Në shumicën e rasteve, seksi ishte pika e fundit e përzgjedhur.²¹⁶

216 McDowell, *Why True Love Waits*.

Kur i qëndrojmë besnik synimit të Perëndisë për seksin, si rezultat vjen intimiteti i thellë dhe jetëgjatë. Pornografia është thjesht seks dhe, pa dyshim, “thjesht seksi” është gjëja e fundit që dëshiron ti.

PP 38 A është problem masturbimi?

Ortaku fajtor i pornografisë është masturbimi. Të dy shoqërojnë pothuajse gjithmonë njëri-tjetrin. Me rritjen e ekspozimit ndaj pornografisë ndodh dhe rritja e pranimet të vetëkënaqësisë, si mjet për të përmbushur nevojat gjithnjë e më të mëdha seksuale. Kjo është një çështje për të cilën më kërkojnë të flas gjithnjë e më shpesh. Përpos kësaj, kohët e fundit disa zëra kulturorë me influencë kanë bërë pohime që nxitin masturbimin, si praktikë “të shëndetshme” të rinjtë. Ndoshta kultura e konsideron përdorimin e pornografisë dhe masturbimit si alternativë të zgjuar ndaj marrëdhënies seksuale, por kjo nuk e bën zgjedhje të mençur.

Kultura nuk është vizorja që duhet të përdorim për të matur nëse një sjellje është e drejtë ose e gabuar. Fjala e Perëndisë është standardi ynë i së vërtetës. Dhe, për shkak të Fjalës së Perëndisë, mund të arrijmë në përfundimin se masturbimi nuk është i pranueshëm për tri arsye kyçe: ai përbën aludim, bazohet në epsh dhe përbën seks pa intimitet.

1. MASTURBIMI ËSHTË “ALUDIM”.

Efesianëve 5:3 përcakton standardin e pastërtisë së Perëndisë: “Por ndër ju të mos ketë as aludim për shthurje seksuale.”

Masturbimi krijon të njëjtin reagim fizik si marrëdhënia seksuale. Thjesht fakti se nuk përfshin dikë tjetër nuk do të thotë se ai s’aludon për seks.

2. MASTURBIMI BAZOHET NË EPSH.

S’ka dyshime për këtë: standardi i Perëndisë për pastërtinë është i lartë. Madje, Jezusi na thotë se pastërtia seksuale nënkupton më tepër se sjelljen e jashtme; ajo përfshin dhe sferën e mendimeve.

Në Mateu 5:28, Jezusi tha: “Por unë po ju them se kushdo që shikon një grua me epsh, ka kryer tashmë kurorëshkelje me të në zemër të vet.” Standardi i Jezusit mjaftoi që të shkaktonte polemika në ditën e vet dhe po vazhdon t’i tronditë gjërat edhe në kohën tonë. Bota do të të thotë që t’i afroresh sa më tepër kufirit, kur vjen puna të seksit, por kjo vetëm sa të krijon një fushëbetejë në mendje.

Pastërtia seksuale nënkupton më tepër se sjellje të jashtme; ajo përfshin dhe sferën e mendimeve.



ndyrësinë, epshin, dëshirat e liga dhe lakminë, e cila është idhujtari.”

Në Kolosianëve 3:5, gjejmë më tepër të dhëna se epshi është diçka serioze: “Prandaj, bëni të vdesë çfarëdo gjë që i përket natyrës tokësore: shthurjen seksuale,

Mos u merr fare me masturbimin. Mos eksperimento me epshin. Mos ndiz pasionet seksuale me shpresën se s’do të kesh pasoja të rënda. Bëje që të vdesë. Vrapo. Mbathja. Ndalo.

3. MASTURBIMI ËSHTË SEKS PA INTIMITET.

Gjatë gjithë këtij libri, kemi theksuar faktin se Perëndia e krijoi seksin me një synim të qartë në mendje. Te Zanafilla 2, na jepet një përshkrim i bukur i lidhjes unike mes burrit dhe gruas, kur Shkrimi përshkruan se burri dhe gruaja e tij u bënë “një mish i vetëm”. Kjo është fuqia unike e seksit mes burrit dhe gruas; ai i bashkon dhe i bën “një”.

Masturbimi nuk të lidh me askënd. Ai është një veprim që kryhet i vetëm dhe zakonisht në fshehtësi.

Njësoj si ekspozimi ndaj pornos, edhe nga masturbimi mund të krijosh varësi. Do të

*Turpi s'ka vend në
planin e Perëndisë për
seksualitetin tënd.*



të nevojitet gjithnjë e më tepër aktivitet i tillë, për të marrë dozën e dopaminës që dëshiron. Pasi martohesh, mund të përjetosh mosfunksionim seksual, pasi trupi të është stërvitur që të reagojë pa lidhjen me një partner. Si rezultat, kjo shoqërohet gjithmonë me një ndjenjë të madhe turpi.

Turpi nuk ka vend në planin e Perëndisë për seksualitetin tënd. Seksi është krijuar që të jetë dhuratë që ti e ndan me bashkëshortin. Kur seksi kryhet mes një bashkëshorti dhe një bashkëshorteje që kanë respektuar standardin e Perëndisë për pastërtinë, nuk ekziston turpi. Pse të eksperimentosh me seksin në rrethana të tjera?

PP39

Si t'ia bëj, nëse më duket se s'e ndaloj dot sjelljen mëkatore?

Siç kam theksuar gjatë gjithë librit, stimulimi seksual çon në një lëshim të fuqishëm të dopaminës kënaqësindjellëse kimike në tru. Dopamina vepron njësoj si droga. Nevojiten nivele gjithnjë e më të mëdha të të njëjtit aktivitet për të marrë të njëjtën “ekzaltim” që të ka dhënë veprimi seksual fillestar. Si rezultat, është e mundur që aktiviteti seksual (përfshi dhe “aktin e jashtëm” [seksin jodepërtues, përfshi dhe fërkimin intim], masturbimin dhe pornografinë) të shkaktojë varësi të fortë.

Nëse ke eksperimentuar me ndonjërin prej këtyre zonave, e di tashmë se, pasi merr udhën e aktivitetit fizik, është e lehtë të vazhdosësh më tej. Madje, mund të besosh gabimisht se nuk mund të mposhtësh dot kurrë mëkatit seksual.

Ndoshta, ndihesh kështu: “S’e kontrolloj dot.” Është e vërtetë; nuk mundesh. Je i pafuqishëm ta mposhtësh i vetëm mëkatit. Por Jezusi erdhi të të japë fitore mbi pushtetin e mëkatit në jetën tënde.

Filipianëve 4:13, premton: “Unë mund të bëj gjithçka me anë të atij që më forcon.” Me anë të Krishtit mund të kesh forcën t’i thuash “jo” mëkatit seksual. Shumë të rinj përjetojnë disfata kronike në betejën me mëkatit seksual, për shkak se po përpiqen ta arrijnë fitoren me forcat e tyre. Kur dështojnë në mënyrë të përsëritur, dorëzohen dhe arrijnë në përfundimin se nuk mund të çlirohen dot kurrë nga sjellja e mëkatit seksual.

Kjo është gënjeshtër e rrezikshme, pasi gjërat që mendon do të ndikojnë në mënyrën se si jeton. Nëse beson se s'mund të çlirohesh nga modelet

Liria është e mundur, për shkak të fuqisë së Krishtit brenda nesh.



e mëkatit, nuk ke për t'u çliuar. Nëse beson se s'mund ta mposhtësh mëkatën, do të mbetesh i mposhtur. S'është e lehtë t'i kthesh shpinën mëkatit, por Fjala e Perëndisë premton se liria është e mundur, për shkak të fuqisë së Krishtit brenda nesh.

Romakëve 6:6-7, premton: "E dimë se vetja jonë e vjetër u kryqëzua me të, në mënyrë që trupi i sunduar nga mëkati të hiqet qafe, që të mos jemi më skllavër të mëkatit; sepse kush ka vdekur është çliuar nga mëkati". Kur ia nënshtrojmë jetën Krishtit, natyra e vjetër vdes dhe Perëndia në bën "krijesë të re" (2 Korintasve 5:17). Kur vdesim ndaj vetes, Krishti është në gjendje të jetojë brenda nesh dhe na premton fitoren mbi skllavërinë e mëkatit.

Nganjëherë ajo liri është e atypëratyshme; tundimi për të ndjekur sjelljet mëkatore zhduket. Herë të tjera çlirimi nga mëkati kërkon njëfarë pune. Nëse je i gatshëm të bësh punën e duhur për të mposhtur mëkatën seksual në jetën tënde, ja disa hapa që të ndihmojnë të gjesh lirinë.

1. KUPTO VENDIN TËND UNIK NË KRIJIM.

Kultura na mëson se njeriu nuk ndryshon nga kafshët, pasi seksi është një nevojë që duhet ta përmbushim. Për të shkuar drejt lirisë nga mëkati seksual, duhet të kuptosh se nuk je kafshë. Ti je krijuar në shëmbëllimin e Perëndisë (Zanafilla 1:26) dhe, si rrjedhojë, dëshirën për seks nuk e ke

si ajo që përjetojnë kafshët. Nevoja jote më e madhe është për marrëdhënie intime me Perëndinë. Kjo është një e vërtetë e rëndësishme. Nëse je mbështetur te seksi dhe jo te Perëndia, për të përmbushur nevojat e tua më të mëdha, besoj se ke pësuar disfatë, pasi po përpiqesh që nevojën shpirtërore ta mbushësh me një kënaqësi fizike. Prano se je krijuar në shëmbëllimin e Perëndisë dhe se marrëdhënia me të është nevoja jote më e thellë. Pastaj kërkoji të të përmbushë dëshirat e zemrës që je përpjekur t'i përmbushësh me anë të seksit.

2. PRANO MËKATIN.

Në përgjigjen e pyetjes 29, thashë se pendimi nënkupton të biesh dakord me Perëndinë se mëkati është mëkat, pa racionalizime apo synime që ta kryesh sërish. Pranimi se ajo që po bën në fakt është mëkat, përbën një hap kyç në kthimin drejt shtegut të lirisë.

3. MOS IU NDAJ TRUPIT TË KRISHTIT.

Një nga mjetet më të fuqishme që na ka dhënë Perëndia për të mposhtur mëkatin është kisha. Galatasve 6:1, thotë: “Nëse dikush mbërthehet nga mëkati, ju që jetoni me anë të Frymës duhet ta rimëkëmbni atë person me butësi. Por ruhuni se mos tundoheni dhe ju vetë.”

Pjesë e detyrës së trupit të Krishtit është të ndihmojë në rimëkëmbjen e atyre që mbërthehen nga mëkati. Jakobi 5:16, na nxit t'i rrëfejme mëkatet njëri-tjetrit, në mënyrë që të përjetojmë shërim. Rrëfimi ndaj një bashkëbesimtari të mençur është hap i guximshëm dhe i rëndësishëm në procesin e shkëputjes nga zgjedha. Miqtë dhe këshilluesit e krishterë janë në gjendje të të sigurojnë llogaridhënien dhe lutjen që të nevojitet për t'iu larguar mëkatit seksual.

4. KËPUT BURIMIN E TUNDIMIT.

Mateu 18:8, thotë kështu: “Nëse dora ose këmba të bën të pengohesh, prite dhe flake tej. Më mirë të hysh në jetë i gjymtuar dhe ulok, sesa të kesh dy këmbë e dy duar dhe të të hedhin në zjarrin e përjetshëm.”

Me fjalë të tjera, nëse diçka të çon gjithmonë në tundim, këput! Nëse ke krijuar varësi ndaj pornografisë në internet, hiq qafe kompjuterin.

Nëse s'pushon dot së bëri seks me të dashurin ose të dashurën, vëri frenat asaj marrëdhënieje. Nëse ke probleme me masturbimin, krijo disa rregulla mbrojtëse për sasinë e kohës që do të kalosh i vetëm.

Liria nga mëkati është e mundur! Madje, liria nga mëkati është ajo që e motivoi Jezusin të shkonte në kryq. Ti mund të zgjedhësh të ushqehesh nga fuqia e tij dhe ke për të gjetur liri nga mëkati seksual. “Pikërisht për liri na çliroi Krishti. Prandaj qëndroni të patundur dhe mos lejoni veten që të rëndoheni sërish nga zgjedha e skllavërisë” (Galatasve 5:1).

Liria nga mëkati është ajo që e motivoi Krishtin të shkonte në kryq.



VAJZAVE, NGA ERIN DEJVIS

Të ëmbla vajza,

GJATË PUNËS ME XHOSHIN NË KËTË PROJEKT, mendova shpesh për ju. E dija se një ditë do të kishit në dorë një kopje të këtij libri dhe në zemër peshën e rëndë të një vendimi.

E di se zgjedhja që të jetosh me pastërti seksuale nuk është e lehtë në kulturën tonë. E kuptoj plotësisht se, ngado të hidhni sytë, shikoni mesazhin se pritja ka dalë jashtë mode dhe se seksi është sekreti për intimitetin që dëshironi me zjarr. E urrej këtë! E urrej faktin se bota ju ka gënjyer për seksin. Edhe më tepër se kaq, e urrej faktin se shumë prej jush nuk e kuptoni se ia vleni që partneri të presë për ju.

Po të mundja t'ju bëja që të kuptonit një të vërtetë, kjo është se dikush ju do tashmë thellësisht.

Jeremia 31:3, thotë: “Zoti na u shfaq në të kaluarën, duke thënë: “Të kam dashur me dashuri të përjetshme; të kam

Pritja ia vlen: edhe ti ia

vlen që partneri të të presë.

tërhequr me mirësi të pashtershme”. Te Zakaria 2:8, Perëndia të quan

gjithë Këngës së Këngëve, ai të quan “e dashura ime”. Te Psalmi 45:11, pohon se “është i mahnitur nga bukuria jote”.

Perëndia të ka mikluar që nga agimi i kohës. Jezusi erdhi në tokë dhe vdiq, që ti të jesh me të në përjetësi. Ai të ka kërkuar

zemrën dhe të ka premtuar se kurrë nuk do të të harrojë ose braktisë.

Mund të ketë shumë të dhëna që mbështesin këto që do t'ju shkruaj tani, por e di se kjo është e vërtetë ngaqë unë jam vetë vajzë. Vajzat mëkatojnë seksualisht, për shkak të dëshirës së thellë për të përjetuar dashuri. Mund të tundohesh të bësh seks me të dashurin, ngaqë mendon se kjo do t'ju afrojë më tepër dhe do të vulosë përkushtimin e tij ndaj teje. Ndoshta, pas dyersh të mbyllura, ke falur tashmë disa pjesë të vetes, ngaqë po kërkon vërtetimin se ai të adhuron. Më dëgjo: Perëndia i universit të ka derdhur tashmë një dashuri më të madhe nga ajo që mund të përjetosh ndonjëherë në një marrëdhënie njerëzore.

Ti ia vlen që partneri të të presë, sepse ti je bija e shtrenjtë e Mbretit të mbretërve. Ia vlen të

presësh për seks, pasi ai arrin maksimumin në marrëdhënien e përkushtuar që mund të gjendet vetëm në martesë.

Disa prej jush duan të presin, por hasin vështirësi nga vetmia për të qëndruar të pastra. Më lejo të të siguroj se nuk je e vetmja. Kam folur me mijëra vajza si ti, të cilat po presin. Për më tepër, edhe unë prita. Dhe, nga përvoja ime, mund t'ju them se jam shumë e lumtur që ruajta çdo pjesë të trupit dhe zemrës sime për natën e martesës. Intimiteti që përjetoj me burrin tim, edhe pas dhjetë vitesh martese, ia tejkalon pa fund çdo çasti vetmie ose ankthi që ndieja teksa prisja kohën e Perëndisë.

Pritja është e mundur. Pritja ia vlen dhe ti, vajzë e ëmbël, ia vlen që partneri të të presë.

*Vajzat mëkatojnë
seksualisht nga dëshira
e thellë për të përjetuar
dashuri.*



Një admiruese, Erin

DJEMVE, NGA XHOSH MEKDAUELL

SA GËZIM DO TË NDIEJA PO TË KALOJA KOHË me secilin prej jush, si babai me të birin! Do të diskutonim hapur për problemet e vështira dhe do të doja shumë që të presësh. Dashuria ime për ty do të dëshironte që të presësh, me qëllim që të të mbrojë nga shkatërrimi që shoqëron gjithmonë seksin jashtë kufijve të Perëndisë.

Këto konsideroju si fjalët e fundit të një bisede vetëm mes ne të dyve. Ky është rasti që të flasim si burri burrit për çështjet e seksit dhe pastërtisë.

Përpara se të kaloj më tej, dua që të dish pse ti ke rëndësi. Si meshkuj, të gjithë duam të dimë se kemi gjithçka që duhet. Dëshirojmë thellë respektin dhe vlerësimin e atyre që na rrethojnë.

Fjala e Perëndisë e thotë qartë se ti ke shumë vlerë.

Ai të ka besuar misionin

që të jetosh si ai dhe të

ndash mesazhin e ungjillit me të tjerët. Qartazi, ti ke vlerë në mbretërinë e Perëndisë. Vlera jote vjen nga Perëndia; jo nga ndonjë bëmë (seksuale apo e ndonjë lloji tjetër). Bota ndoshta të thotë se respektin mund ta fitosh duke qenë agresiv ose joshës nga ana seksuale me shumë vajza. Perëndia thotë se vlera jote vjen nga fakti se i përket atij. S'ke nevojë të fitosh vendin tënd tek ai. Perëndia të thotë të presësh, në mënyrë

*Pastërtia është provë se je
burri i vërtetë.*



që të kesh atë që të nevojitet për të bërë jetën që të ka thirrur ai dhe për të vazhduar betejën për jetën me bollëk që ka premtuar ai.

Nuk është detyrë e lehtë të thirremi për pastërti kur, nga ç'shihet, bombardohemi nga të gjitha anët me seks. Por, shiko si është puna: pastërtia është provë se je burrë i vërtetë. Burrat e vërtetë nuk bëjnë thjesht atë që bëjnë të tjerët. Meshkujt e vërtetë marrin vendime që mbrojnë njerëzit e dashur. Madje, duke zgjedhur të bësh një jetë që është seksualisht e pastër, një jetë që nderon Perëndinë me seksualitetin tënd, ti po siguron tashmë për gruan dhe fëmijët e tu të ardhshëm. Mendoje! Kjo zgjidhje është e denjë për

Ulera jote vjen nga respekt.

Perëndia.



Ky rrugëtim drejt pastërtisë seksuale nuk ka për të qenë gjithmonë i lehtë; ti e di

tashmë këtë. Gjej disa zëra të besuar, që të të japin këshilla të mençura. Këtë betejë kryeje së bashku me disa bashkëluftëtarë. Kërkojini llogari njëri-tjetrit, ngrini njëri-tjetrin kur gaboni dhe vazhdoni të çani përpara drejt maksimumit të Perëndisë për jetën tuaj.

Mos prano asgjë më pak se maksimumin e seksit! Pritja është e mundur; pritja ia vlen. Merr nismën!

Gjithë të mirat,
Xhoshi

SHENIM PER PERSONAT QE PUNOJNE ME TE RINJTE

S'ËSHTË E LEHTË TË FLASËSH PËR SEKsin. Nëse punon me të rinjtë, e di se ngurrimi nuk i ka penguar të dëgjojnë shumë gjëra për të. Dallga e qëndrimit “gjithçka pranohet” në kulturën tonë për seksin, ka lënë pasoja shkatërruese në jetën e një numri tepër të madh të rinjsh. Nëse duam që të përqafojnë planin e Perëndisë për jetën, sidomos në fushat e intimitetit, martesës dhe dashurisë, duhet t'u japim faktet lakuriq për çështjen e seksit.

Ky libër nuk u shmanget temave të vështira si pornografia, masturbimi dhe varësia nga seksi. Synimi nuk ishte që të përfitonim nga vlera e tronditjes, por të flisnim për çështje që po i mundojnë adoleshentët në jetën e vërtetë. Për të maksimalizuar fuqinë e këtij libri për të ndikuar në jetën e të rinjve, kemi përfshirë gjashtë pjesë me pyetje për diskutim.

*Faleminderit që po u thua
të vërtetën të rinjve nën
ndikimin tënd.*



Këto pyetje përdoren më së miri në grupe diskutimesh që drejtohen nga moshatarët, ku studentët mund të flasin në një mjedis të sigurt dhe

të besuar për ato që kanë mësuar.

Ne nuk po inkurajojmë biseda rastësore për seksin. E dimë se tematikat e trajtuara në këtë libër janë delikate. Por, meqë

as Perëndia, as kultura jonë nuk janë të heshtur për temën e seksit, duam të të përgatisim që t'u krijosh mundësi të rinjve të grupit tënd të shqyrtojnë të vërtetën e Perëndisë për këtë temë.

Falemnderit që u thua të vërtetën të rinjve nën ndikimin tënd. Falemnderit që po i përgatit për t'i qëndruar besnikë planit të Perëndisë për seksin dhe martesën. Siç kemi treguar në këtë libër, kur seksi shijohet brenda kufijve të planit të Perëndisë, rezultatet janë jashtëzakonisht të mahnitshme. Duke ndihmuar të rinjtë që të kuptojnë vizionin e Perëndisë për seksin, ti po u jep një dhuratë që do të zgjasë gjithë jetën!

PYETJE PËR DISKUTIM

PJESA 1: PYETJET 1-5

1. Nëse pastërti do të thotë “të jetosh sipas planit të Perëndisë”, cilat janë disa mënyra se si po ndjek tashmë pastërtinë? Cilat janë disa zona ku ke nevojë të rregullosh sjelljen për t’iu përshtatur më mirë planit të Perëndisë?
2. Përfundo këtë fjali: nëse vetëpërmbytja është rregull, pastërtia është _____. Si e ndryshon ky dallim mënyrën se si të duket pastërtia?
3. Lexo Këngën e Këngëve, kapitulli 1. Kur lexon këto vargje përshkruese dhe romantike, si ndihesh? (Shembuj: në siklet, kureshtar, i eksituar.) Pse mendon se përfshihet në Fjalën e Perëndisë kjo bisedë intime mes dy të dashurve?
4. Si do t’i përgjigjesh pyetjes: “A është i mirë Perëndia?”?
5. Si ndikon në zgjedhjet e tua përgjigjja që i dhe pyetjes për mirësinë e Perëndisë? Në mënyrë më të veçantë, si ndikon ajo në vendimet për seksin dhe romancën?
6. Pyetja 3 përvijon tri synime të veçanta për seksin: riprodhimi, uniteti dhe argëtimi. Renditi këto synime sipas rëndësisë. Shpjego përgjigjen.
7. Nëse dashuria e vërtetë kërkon gjithmonë më të mirën për të dashurin, duke e mbrojtur dhe duke siguruar për atë person, cilat janë shembujt e dashurisë së vërtetë

- në jetën tënde? Me fjalë të tjera, kush të ka shprehur përcaktimin e dashurisë së Perëndisë?
8. Rendit tri mënyra se si mund të mbrosh dhe të sigurosh më të mirën për bashkëshortin/en në të ardhmen.
 9. Cilat janë tri mënyra unike se si e tregoi Jezusi dashurinë për ty?
 10. Ligji i Përtërirë 10:13, na thotë se porositë e Perëndisë janë për të mirën tonë. Rendit tri porosi të Perëndisë që gjenden në Dhiatën e Re. Për secilën porosi, plotëso fjalinë e mëposhtme:
Unë e di se kjo porosi është për të mirën time, pasi zbatimi i saj do të thotë...

PJESA 2: PYETJET 6-19

1. Shkenca ka provuar se kënaqësitë më të mëdha të seksit ndodhin në tru. Me fjalë të tjera, në realitet seksi është aktivitet mendor. Si kundërshton kjo atë që na mëson kultura për seksin?
2. Pse mendon se Perëndia na e krijoi trurin në mënyrë që ta kemi të pamundur të marrim plotësisht vendime bazuar në pasojat e ardhshme para mesit të të njëzetave?
3. Norepinefrina është një kimikat në tru që merr përjetimet tejet emocionale dhe ndijore dhe t'i stampon në tru për t'i mbajtur mend. Cili është një përjetim që të është ngjitur në tru? Pse mendon se gjatë këtij përjetimi u lëshua norepinefrinë?
4. Cili është reagimi yt për faktet që lidhen me infeksionin e përhapur me SST?
5. Përpara se të lexosh përgjigjen e pyetjes 9, sa dini

për SST-në më të përhapur, HPV-në? Si ta ndryshon informacioni i këtij kapitulli mënyrën se si i sheh SST-të në përgjithësi?

6. Si duhet të flasin të rriturit për temën e SST-ve me adoleshentët, në mënyrë që t'i ndihmojnë të ndalojnë epideminë e SST-ve ndër të rinjtë?
7. Si të bën të ndihesh njohuria se mesazhi “i seksit të sigurt” është mashtrim?
8. A të motivon të shmangësh aktivitetin seksual njohuria se prezervativi dhe pilula bëjnë pak, në mos po asgjë, për të të mbrojtur nga SST-të? Pse po ose pse jo?
9. Rilexo dy skenarët nga fundi i përgjigjes së pyetjes 13. Si do të reagoje po të ishe në një nga marrëdhëniet e përshkruara në këto histori? Si ndikon në zgjedhjet e tua seksuale përfytyrimi i ndikimit të zgjedhjeve të tua seksuale të bashkëshortja jote dhe të fëmijët e tu në të ardhmen?
10. Si do ta përshkruaje qëndrimin e përgjithshëm të moshatarëve të tu ndaj SST-ve? (Shembuj: preokupim, apati, padije, humor.)

PJESA 3: PYETJET 20-24

1. Pse mendon se ekziston një lidhje mes seksit paramartesor dhe depresionit/vetëvrasjes?
2. Mendo për mëkatën (seksual ose të tjetërllloshëm) në jetën tënde. Në fund fare, si të bëri të ndihesh mëkatit?
3. Përfundo fjalitë e mëposhtme, me sa më tepër fjalë që të të vijnë në mendje:
 Seksi jashtë martese çon në ndjenja....
 Seksi brenda martese çon në ndjenja....
4. Në bazë të atyre që ke lexuar, si do ta përcaktoje

- seksin? Përveç marrëdhënies seksuale, çfarë veprimesh do të përfshije në këtë përcaktim?
5. Pse mendon se të rinjtë po bëhen gjithmonë e më të gatshëm për të pranuar se aktiviteti seksual, përfshi dhe seksin oral, “nuk është vërtet seks”?
 6. Mendo për historinë e gruas që i tha të shoqit se shoqet e saj shkonin për këshillim, për shkak të përvojave të tyre me seksin oral para martese. Në bazë të gjërave që di tani për mënyrën se si ndikon seksi në tru, pse mendon se këto gra po përballeshin ende me pasojat emocionale të kryerjes së seksit oral shumë kohë pas atyre ngjarjeve?
 7. Përfundo këtë fjali: kultura thotë se vetëm marrëdhënia seksuale është seks, por standardi i Perëndisë është se seksi është çdo gjë që....
 8. Në veçanti, si je nënshtruar ndaj gënjeshtres se aktiviteti seksual është i pranueshëm, për sa kohë që ti ruan virgjërinë nga ana teknike? (Shembuj: miqtë, disa programe televizive, filma etj.)
 9. Kur mendon për bashkëshortin apo për bashkëshorten e ardhshme, çfarë niveli intimiteti seksual shpreson që ai person të ketë ruajtur për ty?
 10. Çfarë të habit më tepër nga rreziqet e seksit oral?

PJESA 4: PYETJE 25-31

1. Për mendimin tënd, kush paguan çmimin më të lartë, kur aktiviteti seksual nuk ruhet për martesë?
2. Si mendon se do të ndikohet shoqëria në tërësi, nëse standardi i Perëndisë në kulturën tonë për pastërtinë do të ishte rregull, jo përjashtim?
3. Nën pyetjen 26, të inkurajua të jesh amator në seks

dhe specialist në marrëdhënie natën e dasmës. Të jesh amator në seks, do të thotë thjesht të shmangësh përvojat seksuale derisa të martohesh. Çfarë nevojitet për t'u bërë specialist në marrëdhënie?

4. Për mendimin tënd, cilat janë tri nevojat më të rëndësishme që duhen kënaqur në një marrëdhënie romantike? A do të përmbusheshin më mirë këto nevoja përmes bashkëjetesës apo përmes martesës?
5. Pse çiftet e martuara monogame po përjetojnë seksin më të mirë?
6. Si ndihesh nga fakti se kultura të shesh si një kafshë që s'i kontrollon dot shtysat seksuale?
7. Sipas përgjigjeve të pyetjeve 25 dhe 26, cilat janë disa nga dobritë unike të martesës? Cilat nga këto përfitime janë më të rëndësishme për ty?
8. Çfarë vargjesh biblike të ndihmojnë t'i qëndrosh besnik përkushtimit për të ruajtur seksin për martesë edhe kur hormonet ose emocionet ta bëjnë të vështirë priten? Pse mendon se shumë adoleshentë të krishterë, që e falin virgjërinë në një çast rrëmbimi, vazhdojnë në rrugën e mëkatit seksual?
9. Cili është reagimi yt ndaj historive të adoleshentëve që u përballën me procedim penal për *sexting*? A mendon se kjo është qasja e duhur për të ndaluar *sexting*? Pse po ose pse jo?

PJESA 5: PYETJET 32-36

1. Përshkruaj një moment kur përjetove faljen e Perëndisë. Kur kthen kokën pas, si të bëri të ndihesh falja e Perëndisë?
2. Çfarë këshille do t'i jepje një shoku/shoqeje që e ka të

- vështirë të pranojë dhuratën e faljes së Perëndisë?
3. Pse mendon se premtimi i Perëndisë për falje të plotë, edhe për mëkatin seksual, është kaq i vështirë të pranohet?
 4. Lexo 1 Korintasve 13:4-7. Kthehu, rilexoje dhe zëvendëso fjalën “dashuri” me emrin tënd. Sa të përshkruan ty kjo pjesë? Bazuar në këtë pjesë, a mendon se i do të tjerët siç duhet?
 5. Përshkruaj një marrëdhënie ku e di se përjeton dashuri të vërtetë. (Nuk ka të bëjë me marrëdhënien romantike.) Si mendon se të duan?
 6. Kur ndihesh i pasigurt për vullnetin e Perëndisë për ty? Bazuar në ato që lexove nën pyetjen 34, çfarë hapash të veçantë mund të të ndihmojnë të zbulosh vullnetin e Perëndisë në atë zonë?
 7. Përshkruaj strukturën e llogaridhënies tënde. Me fjalë të tjera, kush po të ndihmon qëllimisht për të ruajtur përkushtimin ndaj pastërtisë?
 8. Pasi lexove këtë libër, çfarë kufijsh të veçantë ke caktuar që të të ndihmojnë në ruajtjen e pastërtisë?
 9. Vonimi i romancës ka provuar se është mjet i fuqishëm për të ndihmuar të rinjtë që të qëndrojnë seksualisht të pastër. Duke pasur parasysh këtë, cila mendon se është mosha më e mirë për të filluar të dalësh me dikë?
 10. Çfarë përfshirjeje kanë prindërit e tu për të të ndihmuar të mbetesh seksualisht i pastër?

PJESA 6: PYETJET 37-39

1. Përgjigjja e pyetjes 37 e përcakton pornografinë si “përshkrim të sjelljes erotike (me figura ose me shkrim), i cili synon eksitim seksual”. Ç’lloj mediash të

- veçanta përputhen me këtë përcaktim?
2. Ke parë ndonjëherë pornografi? Në atë kohë, a e kuptove se ajo që pe ishte pornografi apo e pe si diçka të padëmshme?
 3. Pse mendon se femrat dhe të rinjtë po shohin gjithnjë e më tepër pornografi? Ku qëndron joshja për këta përdorues?
 4. Cili nga ndikimet e pornografisë, të renditur në përgjigjen e pyetjes 37, të duket më tronditësi? Pse?
 5. Plotëso vendet bosh në fjalinë e mëposhtme:
Pornografia çon në seks _____, kurse pritja çon në seks _____ në martesë.
 6. Pse mendon se të rinjtë që kanë probleme me masturbimin përballen gjithmonë me një ndjenjë të fortë turpi?
 7. Pse mendon se Jezusi e barazoi epshin me idhujtarinë te Mateu 5:28? Çfarë ideje po përpiqej të jepte?
 8. Si na ndihmon të shërohem nga rrënimi i mëkatit, rrëfimi i atij mëkati para një personi tjetër?
 9. Çfarë burimesh tundimi ke nevojë të “këputësh” për të ruajtur përkushtimin ndaj pastërtisë seksuale?
 10. Si ndihesh të dish se liria nga mëkati është e mundur përmes Krishtit?

MIRËNJOHJE

DOTTI DHE FAMILJES SIME, sepse jetësojnë vërtet dashurinë në marrëdhënie.

Pamit, Lakitës, Shonit, Fredës, Elejnës dhe Kristit, që më ofruan ekspertizën dhe njohuritë e tyre për këtë temë të mrekullueshme.

Susë dhe Kimit, që hulumtuan në mënyrë të palodhur dhe shtypën dorëshkrimin tim.

Prolifik Films, për profesionalizmin dhe mprehtësinë e tyre krijuese.

Christ Community, që më lejuan të përdor për filmim “coffee show”-n e tyre të jashtëzakonshëm.

Erinës, bashkëpunëtore e mrekullueshme dhe e shkëlqyer në punën e vet.

CIP Katalogimi në botim BK Tiranë

McDowell, Josh

Faktet lakuriq: 39 pyetje për seksin që prindërit
shpresojnë të mos ua bëni kurrë / Xhosh MekDauell,
Erin Dejvis; përkth. Florenc Mene; red. Agesil
Qiriazi. – Tiranë: Instituti “Jeta e re”, 2016
164 f.; 130x180 cm.

Tit. origj.: The bare facts: 39 questions your parents
hope you never ask about sex

ISBN 978-99956-851-8-8

I.Davis, Erin

1.Feja kristiane 2.Seksi 3.Edukimi seksual
4.Higjena seksuale

27 -45

27 -447 -23

Pyetjet tua... Rreth Seksit... Kanë Përgjigje!

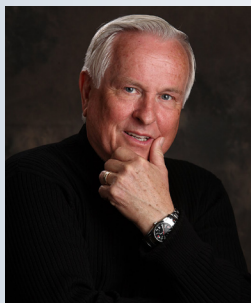
Ka më shumë se 4 miliardë kërkime në vit për fjalën “seks” në motorin e kërkimit Google. Kjo është një nga fjalët më të kërkuara në internet. Adoleshentët janë grupmosha që kërkon rreth kësaj fjale më shumë se çdo grupmoshë tjetër. Kjo tregon, të paktën dy gjëra:

1. Shumë të rinj kanë pyetje rreth temës së seksit.
2. Në Google gjenden shumë përgjigje, por jo patjetër përgjigjet më të mira.

Libri “Faktet Lakuriq” që keni në dorë, është një përpjekje e singertë dhe e drejtpërdrejtë për të ofruar përgjigje në këtë fushë. Libri është shkruar në një kontest bisede me të rinj dhe ofron përgjigje për pyetje si më poshtë:

- * A nuk janë të parezistueshme hormonet?
- * Si më ndikon pornografia?
- * Si të mbrohem nga sëmundjet seksuale?
- * Çfarë është pastërtia seksuale?
- * Si të përballoj presionin e moshatarëve?
- * Si të jem i/e falur dhe të ndihem i/e falur, kur kam bërë gabime në këtë fushë?

*Shpresojmë t'ju ndihmojmë të jetoni një jetë pa keqardhje.
Dhe që do të gjeni përgjigje për pyetjet tua në këtë libër!*



Që kur ka filluar karrierën e tij, Xhosh Mekdauell iu ka folur më shumë se 10 milionë të rinjve, në rreth 118 vende të ndryshme të botës. 51 milionë libra të tij kanë mbërritur në duart e lexuesve. Dhe shumë prej këtyre librave janë tashmë edhe në gjuhën shqipe, si për shembull “Zot, Gënjeshtar apo i Çmendur”, “Debat i Islam”, “Prova që Kërkojnë Vendim” etj. Ai vazhdon të udhëtojë në të gjithë botën, duke trajtuar tema që ndihmojnë të rinjtë për të jetuar një jetë me kuptim, duke gjetur përgjigjet tek besimi i krishterë.



BOTIMET
Jeta e Re



Çmimi: 300 lekë