

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	5
Предисловие	16
Глава 1. О ЛЮБВИ И СЕКСЕ	20
Глава 2. КАК И ЗАЧЕМ ЛЮБИТЬ СВОЕ ТЕЛО	54
Глава 3. ЦЕЛОМУДРИЕ ПРОТИВ СТЫДЛИВОСТИ ...	82
Глава 4. УЧИМСЯ ОТЛИЧАТЬ СЕКСУАЛЬНОЕ ВЛЕЧЕНИЕ ОТ ЛЮБВИ	105
Глава 5. ЛЮБОВЬ К СЕБЕ: КАК СЛЫШАТЬ И ПРИНИМАТЬ СЕБЯ	128
Глава 6. УЧИМСЯ СЛЫШАТЬ, ДРУЖИТЬ И ЛЮБИТЬ ДРУГИХ	154
Глава 7. ЧУДЕСА ВЗАИМНОЙ ЛЮБВИ И ДРУЖБЫ ..	175
Глава 8. О ВЕРНОСТИ ЛЮБВИ	199
Заключение	221
Библиография	232
Примечания	237

ВВЕДЕНИЕ

Когда говорят о сексуальном образовании, невольно задаешь себе вопрос: к какой категории отнести себя, к образованным или нет? В моей семье тема секса открыто не обсуждалась, но я почему-то считала себя грамотным человеком. А в подростковом возрасте попросила младшую сестру купить в книжном магазине энциклопедию на эту тему, потому что приобрести ее самой было неловко.

Нам с сестрой с детства говорили, что важна верность, что замуж надо выходить только по любви и, в идеале, один раз на всю жизнь. Поэтому в голове всегда крутился вопрос: как встретить и распознать того единственного? И конечно, я считала, что «просвещенность» включает в себя знание физиологических особенностей, владение искусством доставлять удовольствие как партнеру, так и себе. Видимо, последняя идея и стала доминировать, потому что в следующие годы я больше думала

об этом, нежели о духовно-нравственной стороне вопроса.

В подростковом возрасте я была застенчивой, даже закомплексованной, не нравилась себе и переживала из-за позднего развития «взрослых признаков». А мама, которую постоянно контролировали родители, хотела дать нам с сестрой больше свободы. В общем, злоупотребив доверием и отсутствием строгости, я пустилась во все тяжкие. Впервые я серьезно влюбилась в человека, который был на 13 лет меня старше, и умудрилась заразиться мочеполовыми заболеваниями. Потом были другие отношения, в том числе с женатыми мужчинами и с теми, с кем я встречалась раз в жизни. Ни о каком целомудрии и духовной зрелости не было и речи. Я просто боялась остаться в одиночестве, искала лучших отношений и стремилась заполнить внутреннюю пустоту. Я не любила свое тело и постоянно думала о том, чтобы что-то изменить — уменьшить или увеличить.

Я хотела любви, верности, доверия, но не представляла, как можно объединиться с одним человеком на всю жизнь, тем более не ожидала этого со стороны мужчины. Я дважды выходила замуж и разводилась, главным образом, по причине неверности. Оба раза мне казалось, что я люблю своего супруга, но, оказывается, тогда я слишком узко понимала, что такое любовь и верность. Часто не интересо-

валась мыслями, желаниями, целями своего партнера, а он не интересовался моими. И оба раза я не знала, что за человек рядом со мной, тем более не смогла бы назвать каждого из двух мужей своим близким другом. Я и себя-то толком не понимала, не знала, чего хочу, что думаю по отдельным вопросам. Позже я узнала, что это называется неисполнением наибольшей заповеди любви: любить Господа Бога своего и ближнего, как самого себя.

В поисках лучшего я приобретала опыт, но при этом разрушалась, роняла достоинство, чувствовала вину и стыд. Было все: неверность, похоть в мыслях, комплексы и злоупотребления. Осмысливая этот опыт, я поняла, что, несмотря на весь информационный прогресс современности, я находилась в дремучем невежестве. Но переживания, связанные с разводом, мотивировали меня разбираться в причинах произошедшего и в том, что я могу сделать, чтобы все исправить.

Ответы я нашла в подходе, который называется ИДЕАЛ-метод* Тойча. Этот метод основан на син-

* ИДЕАЛ-метод Тойча (IDEAL — аббрев. от *англ.*: individualized — directive — explanatory — action — log, т. е. индивидуализированный — направляющий — объясняющий — включающий программу действий — записанный в логической форме) — оригинальная авторская концепция совершенствования личности, модификации собственного поведения и взаимодействия с окружающими.

тезе научных и духовных принципов, он объясняет поведение современника, опираясь на его генетическую историю в 3–4 поколениях, исследуя невидимые, часто неосознанные процессы на индивидуальном и межличностном уровнях. Открытия в области сознания, разума и поведения человека, сделанные в середине 50-х годов XX века супружеской четой выдающихся консультантов — Джоэл Мари Тойч* и Чемпионом Куртом Тойчем**, — легли в основу высокоточного метода.

Цель этого метода — помочь людям осознать и изменить неудачные, малоэффективные модели поведения, дать им понятные, применимые инструменты самоанализа, научить их менять свою жизнь и жизнь близких, чтобы сделать ее счастливой¹.

Меня покорило то, что этот подход никого не обвиняет, не вешает ярлыков, но показывает логику и закономерность всех событий и опыта. Я долго не могла поверить, что, с какой стороны ни посмотреть, есть точный ответ и фрагменты пазла всегда идеально сходятся. А если есть темные пятна, их

* Тойч Джоэл Мари Ноэль (1913–1992) — пастор, общественный деятель, автор ИДЕАЛ-метода Тойча (*англ.* Teutsch IDEAL Method), книг и научных статей. В браке с Ч. К. Тойчем с 1954 г.

** Тойч Чемпион Курт (1921–2005) — ученый-мыслитель, психогенетик, автор ИДЕАЛ-метода, президент АТИМ (Academy of the Teutsch IDEAL-method). Расширил идеи физики и классической генетики на область сознания индивидуума.

можно вычислить, опираясь на индукцию (от частного к общему) и дедукцию (от общего к частному). Я стала лучше понимать, какие законы (модели поведения) мной управляли и как можно изменить то, что было нежелательным.

Тойчи применили универсальные законы Вселенной к сознанию и физике человека. «Можно изменить орбиту человека, как и у настоящей ракеты. До рождения мы получаем код (генетический. — *Прим. ред.*), который определяет наше поведение. Если мы поймем принципы, мы можем его изменить»². Но авторы видели залог эффективности подхода «в понимании и использовании фундаментальных духовных принципов, управляющих Вселенной, и в применении духа как научной категории. Джоэл Мари Тойч стала толкователем, увидевшим в Библии научное изложение духовных законов, актуальных для любого человека, независимо от его вероисповедания»³. Супруги утверждали, что научного или психологического понимания недостаточно, если оно не объединяется с духовным или библейским основанием, на котором стоит все долгосрочное человеческое знание⁴. Джоэл не только объясняла, как понять Библию, но и, что более важно, как жить по этой книге. Чемпион Курт пояснял, что «это стало возможным благодаря ее пониманию кода, лежащего в основе Ветхого и Нового Заветов. Ее рациональные объ-

яснения даже наиболее неясных библейских стихов трансформировали к ее внеконфессиональной системе веры меня, бывшего агностика»⁵.

В отличие от психолога Фрейда, который считал целью жизни приспособление, и Мея⁶, который подчеркивал жизненную важность принятия боли, Тойчи утверждают, что «страдание — цена невежества и неповиновения естественному закону. <...> Если бы страдание было естественным для человека, он не стал бы так жаловаться и жаждать его прекращения»⁷.

На мой взгляд, именно это сотрудничество науки и религии дает потрясающие результаты. Многие авторы предлагают читателю искренние советы, как достичь гармонии в отношениях на основе диалога, доверия, принять себя и близкого, некоторые делятся собственным видением или подходом⁸. Однако ни один из авторов не уделял внимание влиянию наследственности и важности соблюдения духовных принципов.

Сексуальное образование — назревшая тема. Всероссийский центр изучения общественного мнения (ВЦИОМ⁹) 15 ноября 2018 г. представил данные опроса, как россияне считают необходимым просвещать молодежь о сексе¹⁰. Большинство россиян (61%) считает, что центральным вопросом в половом воспитании молодежи должна стать нравствен-

ная сторона ранних сексуальных отношений и воспитание чувства ответственности за свои поступки (в 2014 г. — 57%). 47% опрошенных считают, что беседы с родителями — наиболее приемлемый и эффективный метод сексуального просвещения молодежи. При этом почти две трети (63%) участников опроса считают, что лучшее время для сексуального просвещения — средние классы школы (11–15 лет).

Став мамой двоих детей, я понимала, что сын и дочь также унаследовали опыт, который был в моем роду, и тот, который был у их папы. В нашем союзе была неверность так же, как это было прежде у наших родителей, бабушек и дедушек. Я не хотела, чтобы дети повторили мой нежелательный опыт, стремилась дать им иную интерпретацию событий, показать выбор, предупредить о последствиях распущенности и невежества.

Оказывается, стремление к любви, верности, честности, открытости, обожанию, восхищению телом как идеальным помощником — это врожденное естественное желание. И я в этом убедилась: чем неприятнее опыт, тем больше мотивация разобраться в его причинах, понять свое участие и ответственность.

Все это побудило меня стать участником «Курса сексуального образования для взрослых и детей»,

который проводила в Москве моя мама Татьяна Михайловна Тойч (с 25.08 по 29.12 2019 г.). Польза этих знаний превзошла самые смелые ожидания. Многие идеи потрясли меня своей простотой и глубиной. А позже — подвигли оформить этот курс в виде книги.

Татьяна Михайловна считает, что немногие специалисты занимаются сексуальным образованием взрослых и детей на основе принципов истины. «Я готова сделать решительный шаг в этом направлении, чтобы начать образование мысли в сфере секса во имя любви. Благо жизнь и мой опыт прекрасно меня к этому подготовили»¹¹.

Автор курса — Татьяна Тойч, основатель института дополнительного образования «Институт ИДЕАЛ-метода имени Джоэл и Чемпиона Тойч»*, автор и ведущая образовательных программ для взрослых и детей, автор учебно-методических пособий. Призер Всероссийских педагогических конкурсов, в т. ч. «Образование XXI века». Эксперт по созна-

* «Институт ИДЕАЛ-метода имени Джоэл и Чемпиона Тойч» — организация дополнительного образования, обучает профессиям преподавателя, консультанта по ИДЕАЛ-методу Тойча, которые позволяют модифицировать поведение как свое, так и других людей, систематически принципиально улучшать жизненный опыт в любой сфере жизни и стабильно получать желаемые результаты. Лицензия Департамента образования г. Москвы на осуществление образовательной деятельности No 040551 от 30 декабря 2019 г.

нию, поведению и наследственности, консультант-психогенетик с профессиональной практикой более 25 лет, мама четырех детей.

Идеи, которые транслирует Татьяна Тойч, адресованы тем, кто хочет отношений на основе любви и верности, но у кого прежде в роду было «все как у людей» — сексуальные злоупотребления, неверность, стыд. Сексуальное образование по методу Тойчей — это проверенный временем и опытом метод, который позволит освободиться от комплексов и чувства вины, для тех, кто хочет повысить достоинство, мечтает построить отношения на новом основании, научиться открыто говорить с партнером.

Материал, на мой взгляд, дан доступным языком, он не содержит нравоучений и критики, зато предлагает новый взгляд на вечные проблемы. В нем есть обращения к настоящим и будущим родителям с рекомендациями, как отвечать на неудобные вопросы, как относиться к телу, как направить в вопросах знакомств, дружбы, будущего брака и близости.

И это не только теория, это еще и практика: после каждой главы есть вопросы для самопознания и самоанализа. Благодаря заданиям вы сможете погрузиться в свои мысли, вспомните личный

опыт, проведете логические параллели и сделаете множество открытий, иногда весьма неожиданных. И главное — осваивать этот материал можно в любом возрасте. Никогда не поздно понять что-то новое о себе, вытащить старую «занозу» и пойти новым путем. Отзывы участников, проходивших эту программу, наглядно свидетельствуют, что сделанные открытия произвели на них сильное впечатление и принесли пользу.

Использование психогенетики в междисциплинарных подходах дает колоссальный результат: этот метод доказал свою эффективность тысячами успешных случаев, разрешенных благодаря синтезу фундаментальных наук и сознания человека. Люди, которые обращались к этому методу, не просто достигли поставленных целей в браке или на работе, но даже превзошли их. Победили такие недуги, как рак и синдром иммунодефицита. Многие из этих историй представлены в издании «Энциклопедия фактов успеха». Это уникальный пример, когда «в энциклопедическом формате объединены подлинные поименованные факты успешных решений жизненно важных проблем... в том числе прежде нерешаемых с помощью других подходов»¹².

Сейчас время великолепных возможностей. Взять на себя ответственность за свое счастье, самообра-

зование и стать носителем просвещенного сознания во имя любви к себе, семье и детям.

«В этом веке искушения и потакания своим слабостям требуется дисциплина мыслей, слов и действий, чтобы быть верным своему решению и тем, с кем вы связаны в браке... и других отношениях. <...> Пройти через то, что требуется для достижения вашей цели, может быть не всегда приятно. Сравните это с курсом, необходимым для получения аттестата в школе. Примите этот путь. Полюбите. Не теряйте из виду конечный результат. Как только вы станете тем, кем вы намерены стать, вас заполнит новое чувство удовольствия. Это — предвестник истинного счастья»¹³.

*Вершинина Надежда,
редактор*

ПРЕДИСЛОВИЕ

Чемпион Курт Тойч говорит, что человек сумел долететь до Луны, научился существовать под водой, только эффективно жить на Земле до сих пор не умеет.

Ни философия, ни религия не позволили ему достичь той самой эффективности. Однако в области физических знаний есть та наука, которая может помочь, — и это, определенно, генофизика или психогенетика.

«Применение научного метода не ограничено физическим миром, в котором мы живем. Оно непосредственно простирается и на человека. <...> В конце концов, исключая ученого-теоретика, большинство людей интересуется практичностью подхода и тем, какую пользу он может принести»¹.

Поэтому мы уделим много внимания практическому применению духовных и научных принципов в области сексуального образования, под которым будем подразумевать не только темы, затрагивающие отношения полов, но также отношение личности к себе (в нравственном, духовном и физиологическом планах).

Фундамент этой книги, как я уже говорила, — методика сексуального образования Татьяны Тойч, переложенная на бумагу, доступная для заинтересованных людей.

Мне очень хочется представить поразивший меня материал таким образом, чтобы он стал понятным и интересным широкой аудитории, а не только тем, кто интересуется психогенетикой. Поэтому в качестве пояснения к тексту появились ссылки на цитаты авторов метода, их научные концепции и открытия в области человеческого поведения. Мне хотелось дополнить выводы мнениями других специалистов по аналогичным темам. В итоге родилась идея издать настоящую книгу, которая может появиться на полках книжных магазинов и найти своего читателя далеко за пределами аудитории «Института ИДЕАЛ-метода». Содержание подано доступным, уместнее сказать, светским языком, но при желании можно изучить цитаты первоисточников — книг Священных Писаний, а также изре-

чения святых отцов и учителей церкви по вопросам духовной жизни. Я считаю, что они добавляют глубину и ясность многих идей. Более того, цитаты из Библии, Танаха и Корана дают представление, что священные тексты религий мира в ключевых вопросах этой темы имеют общую точку зрения.

Чемпион Курт очень точно подметил: «Какая польза от знания Библии, если нет понимания, что это на самом деле означает? Более того, без должного понимания Библия, как и другие Священные Писания, может быть истолкована превратным, побуждающим к агрессии способом так, что даже самый искренний искатель истины в религиозном контексте окажется дезориентированным и деструктивно мотивированным. Библия же, понятная на основе откровений Джоэл, мотивирует каждого добром, любовью, гармонией»².

Из восьми тем курса появилось восемь глав книги, которые охватывают такие темы, как значение верности, новый взгляд на происхождение человека, просвещенное понимание любви, верность жизни, телу, талантам, обязательствам, союзу (если таковой имеется). Что такое целомудрие, чистота души, какие грани включает в себя понятие зрелой личности, как любить себя и ближнего, наслаждаться дружбой, научиться отличать влечение от любви.

Книга будет интересна для вдумчивого прочтения и систематического изучения. Обдумывание вопросов и отзывы помогут сделать личные открытия и сопоставить логику текущей жизненной ситуации с опытом предков. Я верю, что книга вдохновит и принесет пользу каждому читателю, который применит на практике изложенные идеи для себя, семьи и детей.

*Вершинина Надежда,
редактор*

Г Л А В А

О ЛЮБВИ И СЕКСЕ

Безграмотность устраняется пониманием, что есть любовь. Любовь начинается с честности и верности. Отношение к вопросам секса в семье и последствия непросвещенного сексуального воспитания. В чем истинная зрелость человека.

Термин «образование» происходит от общеславянского слова «образ»: «вид, изображение, икона, пример, способ». Соответственно, и цель образования — вернуться, направить себя к идеальному, божественному состоянию ①. Совершенные качества — доброта, любовь, здоровье, энергичность, радость — есть в каждом человеке с рождения, и наша задача — их воскресить, культивировать и демонстрировать.

Проявлять эти качества — естественно, и порой мы не показываем их в силу разных причин. На-

пример, нас этому не научили в детстве или навязали ложную идею. Скажем, многие считают, что милость и доброту не надо демонстрировать — за это можно легко поплатиться: доброго и отзывчивого человека могут использовать в своих интересах, «прогибать», манипулировать. Можно порассуждать о каждом качестве, но сейчас у меня иная цель.

①



«Итак, будьте совершенны, как совершен Отец ваш Небесный» (от Матфея святое благовествование, 5:48 // Библия).



«Мы сотворили человека в прекраснейшем облике» (сура: 95:4 // Коран).



«И сотворил Бог человека по образу Своему, по образу Божию сотворил его; мужчину и женщину – сотворил Он их» (книга Бырейшит, 1:27 // Танах).

Книга, которую вы держите в руках, состоит из восьми глав, где шаг за шагом будут представлены уникальные принципы создания внутри себя системы духовной, ментальной и физической чистоты, или целомудрия. Это понятие может показаться устаревшим, но оно актуально и сегодня. Целомуд-

рие означает «целостную мудрость», что, по словам одного богослова и философа, есть общее название всех добродетелей¹. Эти знания необходимы, чтобы сформировать программу обучения для школ, детских садов и других учебных заведений, потому что это образование вне возраста. И в этом можно легко убедиться: в конце каждой главы вы увидите примеры из жизни людей разного возраста и статуса.

Читая эту книгу, вы поймете, на что нужно опираться в вопросах отношений и что говорят духовные законы, формирующие прочный жизненный фундамент*.

Мы начнем с понимания самого важного вопроса: что есть любовь? Почему она всегда и неразрывно связана с понятиями верности и честности. Ведь об этом свидетельствуют исторические факты: из-за неверности (в том числе сексуальной) гибнут армии, рушатся государства, семьи и, конечно, здоровье человека. Примеры тому можно найти как в мировой истории, так и в литературе.

Российская империя, точно так же как Римская, шла к своему краху начиная с 1914 года, поскольку

* «Наука и религия, в конце концов, не обособленные полюса, каждая из них занимает свое уникальное место в основном плане. Они просто должны понять и уважать друг друга, и сотрудничать для пользы пациента и всех людей» (Тойч Дж. М., Тойч Ч. К. Откровения Джоэл... С. 15).

ку уровень развращенности превысил все возможные пределы. Белая гвардия потерпела поражение не из-за натиска Красной армии, а из-за растления офицеров и полководцев. То же самое произошло в Советском Союзе и во многих других странах, хотя не всегда эти факты известны, тем более очевидны.

Но именно сексуальная неверность — одно из самых эффективных оружий, способных разрушить семью. Сексуальное растление может в принципе уничтожить человека ②, подменяя понятия, заставляя путать любовь с чувственностью и страстью. Но любовь — это другое. И я буду приводить примеры, которые помогут переосмыслить многие вещи, понять, в чем главное отличие любви от страсти или вожделения.

В моей консультативной практике есть случаи, когда маленькие дети рождались с онкологическими или другими неизлечимыми заболеваниями. Считается, что это некое воздаяние. Но за что? Во время консультации я выясняла, что родители оказывались тотально неверны друг другу, причем далеко не в первом поколении, и считали это совершенно нормальным.

Исцеление ребенка наступало, когда я обращалась к родителям, объясняла результаты такого

②



«...они не берегут ни жизни, ни чистых браков, но один другого или коварством убивает, или прелюбодейством обижают. Всеми же без различия обладают кровь и убийство... растление... забвение благодарности, осквернение душ, превращение полов, бесчиние браков, прелюбодейание и распутство. <...> ...но суд над согрешающими следует всегда за преступлением неправедных» (книга Премудрости Соломона, 14:24-26, 31 // Библия).



«Скажи [Мухаммад] верующим мужчинам, чтобы они опускали глаза и оберегали свое целомудрие. Это – непорочное для них. Воистину, Аллах осведомлен о том, что они творят» (сура: 24:30 // Коран).



«А сыны ваши будут кочевать в пустыне сорок лет и пострадают за распутство ваше, доколе не истлеют трупы ваши в пустыне» (книга Бырейшит, 4:33 // Танах).

межличностного взаимодействия. Без негативной оценки — я никого не осуждаю. Я верю, что родители могут искренне любить друг друга, но любовь может быть разного качества. И в их случае допускает неверность друг другу просто по незнанию, невежеству. Как раньше люди не подозревали, что наша планета сфероид и вращается вокруг Солнца. Зато искренне верили, что все наоборот, и Земля

плоская, и звезды прибиты к небу. Не было других знаний, не было подтверждающих фактов, вот и все.

Так и моя консультативная практика уже более двадцати пяти лет тоже основывается на знаниях и фактах, на понимании, что я несу большую ответственность за то, о чем говорю. Поэтому говорить я буду только о том, что проверила на себе и сотнях клиентских случаев.

Я сама в первый год жизни восемь раз переболела воспалением легких, потому что мои родители проявляли в то время супружескую неверность друг другу. Я проанализировала свое детство и точно вычислила причину своей болезни, сопоставив факты. Многие дети не хотят жить, считают себя нежеланными. В целом все мы, не будучи в должной мере просвещенными, можем считать себя в какой-то степени нежеланными. *Но когда родители проявляют сексуальную неверность, а на самом деле нелюбовь, то маленькие дети особенно хотят умереть.*

Я не пошла в первый класс, потому что у меня ни с того ни с сего началась дизентерия. Летом она возникает, потому что во время отпусков люди проявляют сексуальную активность, оголяют свои тела, а не просто потому, что жарко и активизи-

руются инфекции. Если у вас были похожие ситуации в детстве, вы можете проанализировать факты и прийти к аналогичным выводам. Жизнь точна, как математика. Дети — это точное отражение родителей ③. Частный грех проявляется во всеобщем воздаянии.

③



«...Я Господь, Бог твой, Бог ревнитель, наказывающий детей за вину отцов до третьего и четвертого рода, ненавидящих Меня, и творящий милость до тысячи родов любящим Меня и соблюдающим заповеди Мои» (Исход, 20:5-6 // Библия; книга Бырейшит, 6:5-6 // Танах).



«Все хорошее, что постигает тебя, приходит от Аллаха. А все плохое, что постигает тебя, приходит от тебя самого» (сура: 4:79 // Коран).

И церковь преследовали в XX веке тоже из-за неверности. Причем неверности собственным же законам и принципам. Эти факты скрывались особенно тщательно, но тайное всегда становится явным, когда рушатся определенные системы. Конечно, это не единственная причина, но она одна из главных.

Невозможно достичь счастья без любви и верности. Неверность никогда не приводит к счастью ④.

Она приводит к сиюминутному удовлетворению, за которым приходит очень большое разочарование, чувство вины и разрушение.

Сейчас, когда распространяется и набирает оборот гомосексуальность, Ватикан начинает бить тревогу и просит, чтобы кто-то пришел и провел образовательную работу в сексуальной сфере. Но сделать

④



«Или не знаете, что неправедные Царства Божия не наследуют? Не обманывайтесь: ни блудники, ни идолослужители, ни прелюбодеи... Царства Божия не наследуют. <...> Тело же не для блуда, но для Господа, и Господь для тела. <...> Разве не знаете, что телá ваши суть члены Христовы?.. Или не знаете, что совокупляющийся с блудницею становится одно тело с нею?» (Первое послание апостола Павла к Коринфянам, 6:9-10, 13, 15-16 // Библия).



«Не приближайтесь к прелюбодеянию, ибо оно – мерзость и скверный путь» (сура: 17:32 // Коран).



«...соблюдайте и выполняйте все заповеди Господа Бога Вашего, чтобы владеть вам этой землей доброй, и оставите после себя в наследство сыновьям своим навек» (книга Диврей айамим, 28:8 // Танах).

это может только человек, который сам является воплощением, пусть в некоей степени, любви, верности и целомудрия. Я считаю, что идеи любви и верности надо внушать детям с самого раннего возраста и постоянно напоминать о них во время взросления.

Латинское слово *sexus* означает «пол». Секс — это все, что связано с отношениями полов (определение из Большой Советской энциклопедии). В широком понимании это процесс воспроизводства, проще говоря — размножения. Толковый словарь Ожегова говорит, что секс — это все то, что относится к сфере половых отношений.

Люди считают тему секса сложной и даже стыдной. Родители стараются ее избегать, совсем не говорить об этом или откладывают слишком сложный разговор на потом. В наше время широкой информированности считается, что ребенок сам может во всем разобраться, посещая разные интернет-сайты. Но мы не должны снимать с себя ответственность за то, какое сексуальное образование получают наши дети. «...Это нужно формировать, прививать. Родительская некомпетентность, ошибки выливаются в серьезные проблемы в развитии ребенка. Потом эти проблемы начинают решать педагоги, психологи, социальные работники»². Если вы прежде не занимались этим вопросом, то

сейчас настал момент, чтобы поменять свою точку зрения.

Сексуальное образование начинается с самого раннего детства. Ребенок до года уже изучает свое тело. Как умиляет взрослых, когда малыш поднимает ручку или ножку, трогает свои пальчики и рассматривает их. Также младенец начинает изучать свои гениталии. *Изучение половых органов ничем не отличается от изучения других частей тела.* Многие говорят ребенку: «А где у тебя носик?» — но никто не спрашивает: «А где твоя писечка?» Половых органов как будто не существует. Мы стыдимся о них говорить, потому что нам самим о них не говорили. Как предмет изучения это место не отличается от других частей человеческого тела.

Поэтому какой будет реакция родителей, которые застали ребенка за изучением гениталий? Как максимум ударят по рукам, накажут, как минимум насторожатся, отведут его руку в сторону — не надо, мол, этого делать. Такое отношение означает, что все, связанное с полом, обладает ореолом секретности, находится под запретом, к нему относятся с пренебрежением, или оно вызывает смущение, страх. Скорее всего, родителей пугали этими моментами, в то время как нужно совершенно спокойно поощрять ребенка к изучению гениталий наравне с другими частями тела, показывать, где, что и как.

Примерно в два года дети начинают осознавать свою половую принадлежность и различать, девочки они или мальчики. Они обращают внимание на разницу в строении тела. Интересно, что маленькие дети часто не любят одеваться. Это соответствует библейской истории о том, что человек был нагим, когда был непорочен ⑤. Детей сложно одевать, они сопротивляются, когда взрослые пытаются прикрывать их естество.

⑤



«И были оба наги, Адам и жена его, и не стыдились» (Бытие, 2:25 // Библия; книга Бырейшит, 2:25 // Танах).



«О Адам! Поселись в Раю вместе со своей супругой. Ешьте там вволю, где пожелаете, но не приближайтесь к этому дереву, а не то окажетесь одними из беззаконников» (сура: 2:35 // Коран).

Мои младшие дети отказывались одеваться лет до четырех. Я уговаривала их надеть хоть что-нибудь, когда мы ходили гулять. Сейчас им бывает неловко смотреть на свои детские фотографии, где они стоят обнаженные, взявшись за руки. Но для детей это естественно. До сих пор младший сын в холод ходит в футболке и легких брюках. И я прошу его,

когда он заходит в метро, надевать легкую куртку, чтобы не смущать людей. У моих детей практически нет зимней одежды.

Первый человек, Адам, прикрыл половые органы фиговым листком после того, как узнал, что существует нечто недостойное или плохое ⑥. Мы прикрываем наготу в силу общепринятых правил и из уважения к другим людям, мы стыдимся ее. Это правильно с точки зрения культуры, но это означает, что в нас глубоко заложено понимание сексуальности как чего-то неприличного.

⑥



«Он [Адам] сказал: голос Твой я услышал в раю, и убоился, потому что я наг, и скрылся. И сказал [Бог]: кто сказал тебе, что ты наг? не ел ли ты от дерева, с которого Я запретил тебе есть? <...> И сделал Господь Бог Адаму и жене его одежды кожаные и одел их» (Бытие, 3:10-11, 21 // Библия).



«Разве Я вам не говорил, что знаю скрытое на небесах и на земле и знаю то, что вы обнаруживаете, и то, что скрываете?» (сура: 2:33 // Коран).



«...И открылись глаза их обоим, и узнали, что наги они, и сшили листья смоковницы, и сделали себе опоясання» (книга Бырейшит, 3:7 // Танах).

И ребенок тоже будет отражать комплексы родителей, стыдиться и пугаться*. Впитывать эти комплексы, потому что их впитали его родители. Вспомните, как вам впервые дали понять, что нагота — это неправильно, плохо. Вы могли, например, испугаться половых органов папы, мамы из-за испуга самих родителей. Смушение, угрозы или страх появились из-за того, что эта сфера считалась грязной, неправильной. Вспомните и сознательно удалите эту мысль из себя, иначе вы так и продолжите к этому относиться.

Вышесказанное не означает, что мы должны демонстрировать половые органы всем людям. Ни в коем случае! Не об этом речь. Нужно целомудрие. Каждый мальчик, который становится юношей, каждая девочка, которая становится девушкой, встретит возлюбленного человека, и станут они едины, как одна плоть ⑦. *Юноша и девушка заключат союз на основе любви, в котором их сексуальную принадлежность будут видеть только они. В идеале*

* Важная концепция ИДЕАЛ-метода говорит о том, что одним из факторов, влияющих на поведение человека, является наследственность. Такие состояния, как алкоголизм, наркомания, преступные наклонности, одиночество, бедность, преждевременная смерть, неверность в браке и другие имеют генетическую предропределенность. ДНК «содержит информацию, имеющую отношение как к физическим характеристикам предков, так и к их отношениям, эмоциям и опыту» (Тойч Дж. М., Тойч Ч. К. Из человеческой неволи... С. 57, 60).

мужчина предназначен одной женщине на Земле точно так же, как и женщина — одному мужчине. И оставят они родителей, и будут оба как одна плоть.

⑦



«...оставит человек отца своего и мать свою и прилепится к жене своей; и будут [два] одна плоть» (Бытие, 2:24 // Библия; книга Бырейшит, 2:24 // Танах).



«Из Его знамений – что Он создал для вас из вас самих жен, чтобы вы жили с ними, устроил между вами любовь и милость» (сура: 30:21 // Коран).

У многих из нас так не получилось, потому что мы не были этому научены, некому было учить — наших родителей воспитывали в той же парадигме. Прекрасно, если вам говорили: «Нужно соединяться по любви. Без нее не надо начинать отношения. Любовь — прежде всего. А ей предшествует дружба. Из многих друзей появляется тот друг, который станет близким, с которым возникнет любовь. И когда по любви вы объединитесь, то заключите союз. Тогда вы будете оба как одно целое». Не половинки, а каждый из двух партнеров — цельный, полноценный человек. Любовь в нашем сердце

подскажет, это тот самый партнер. Поэтому сексуальная демонстрация должна быть для одного человека, а не для всех. Но это не означает, что своей наготы нужно стесняться.

Две мои старшие дочери были в союзе, а два сына — холостые парни. Я говорю своим сыновьям: «У меня есть самое главное напутствие, чтобы вы без любви ни в коем случае не вступали в сексуальные отношения. Иначе вы рушите себя». *Человек создан любовью Бога. Когда он поступает по любви, то поступает в соответствии со своей истинной природой.*

Если человек поступает не так, как поступил бы по любви, то он отходит от любви Бога, и некая часть его разрушается ⑧. Конечно, любовь Бога столь огромна, что, несмотря на это разрушение, человек все равно жив, относительно успешен и здоров. Наш Творец ждет, когда мы будем поступать только по любви и в соответствии с нашим предназначением. Но как понять, любовь это или нет? Нам может казаться: да, это так, а потом мы понимаем — наверное, нет. Ничего, мы научимся узнавать истинную любовь.

По мере взросления дети начинают спрашивать: «Как я появился?» Нечестно говорить ребенку, что его принес аист, или его нашли в капусте, или ку-

⑧



«И если правая твоя рука соблазняет тебя, отсеки ее и брось от себя, ибо лучше для тебя, чтобы погиб один из членов твоих, а не все тело твое было ввержено в геенну» (от Матфея святое благовествование, 5:30 // Библия).



«Они сказали: «Господи, овладело нами наше несчастье, и мы оказались народом заблудшим» (сура: 23:106 // Коран).



«...жизнь и смерть предложил я тебе, благословение и проклятие. Избери же жизнь, дабы жил ты и потомство твое. Чтобы любить Господа, Бога твоего, слушая глас Его и прилепляясь к Нему; ибо Он жизнь твою и долгота дней твоих, в кои пребывать (тебе) на земле» (книга Бырейшит, 7:19, 20 // Танах).

пили в магазине. Сочиняя подобные небылицы, мы не проявляем ответственность и просвещенность. Когда в азбуке для детей на букву «А» рисуют аиста с ребенком — это такая же история о Земле, когда ее считали плоской. Я думаю, что дети не должны изучать в школе такую азбуку. Важно сообщать, что они возникли из любви Бога. Ребенок сразу понимает, что он появился из любви Творца, что Бог — это любовь ⑨. Бог соединил маму и папу и вообще объединяет мужчину и женщину из любви, а после может появиться ребенок.

⑨



«Бог есть любовь, и пребывающий в любви пребывает в Боге, и Бог в нем» (Первое соборное послание святого апостола Иоанна, 4:16 // Библия).



«...и к твоему Господу устремляйся (стремись к Аллаху, избегая Ада и желая Рай)!» (сура: 94:8 // Коран).



«Твое, Господи, величие и могущество, и слава, и вечность, и красота, потому что все, (что) в небесах и на земле, Твое, Господи: (Твое) царство, и превознесен Ты над всеми. И богатство, и слава – от Тебя, и владычествуешь Ты над всем, и в руке Твоей сила и могущество, и в руке Твоей (власть) возвеличить и укрепить всякого» (книга Диврей айамим, 29:11–12 // Танах).

Человек, который с раннего детства будет знать, что он появился благодаря любви, всегда будет здоров. Люди хотят умереть, если они не осознают, что их любят, если чувствуют себя отверженными. Когда мы знаем, что появились благодаря любви, что созданы любовью, то навсегда исцелены. Это главное, что позволит поколению быть здоровым.

Если ребенок появился благодаря любви, то он, когда вырастет и созреет, точно так же будет по

любви объединяться с другим человеком, потому что это естественно. Девушка и молодой человек объединятся, когда созреют сексуально, а главное — ментально. *Сексуальная зрелость и ментальная в идеале должны достигаться в одно время. Ментальная зрелость — это ответственность за свою жизнь, здоровье, отношения, цели в жизни.* Сексуальная зрелость должна сопровождаться ментальной. И образование подростков, на мой взгляд, должно основываться на подобных идеях.

Необходимо отдавать себе отчет, что следует вступать в сексуальные отношения только по любви и нести за это ответственность. Каковая предполагает не только применение контрацептивов, но прежде всего понимание того, что любой половой акт может привести к зачатию, фактически наступает ответственность за будущего ребенка. Поэтому я повторяю: «Любой половой акт может привести и к зачатию. Ответственен за это ты. Ты появился благодаря любви, тебе Бог дал дитя, и ты за него будешь отвечать как родитель». Если не готов, значит, пока ментальная зрелость не соответствует физической.

Отсутствие ментальной зрелости может привести к серьезным последствиям, например, к абортам. Желание сделать аборт — это пожелание смерти, стремление отторгнуть ребенка, поскольку на мо-