|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Elem tartalma: PÁROSBAN – Párkapcsolati lépcsőfokok: vágytól az oltárig –„Ideje van az ölelésnek, ideje az öleléstől való tartózkodásnak” Préd 3,5**  A férfi és a nő tábor harmadik lelkészi előadása | | Kategória: előadás |
| Szerző: Dr. Farkas László | | Esemény: Tábor |
| Kapcsolódó téma: A férfi és a nő | Kapcsolódó előadás: „Nem jó az embernek egyedül. Alkotok neki segítőtársat, aki hozzá illő.” (Ter 2,18)  A férfi és a nő tábor négy lelkészi előadása | |
| Régió: Összrégió | Település: | Időpont: 2015.07. |

Kapcsolódó anyagok:

**Főelőadások négy az egyben:**

2015\_07\_a\_ferfi\_es\_a\_no\_negy\_foeloadas\_egyben\_ossz\_tabor

**Főelőadások:**

2015\_07\_a\_ferfi\_es\_a\_no\_szoloban\_foeloadas\_ossz\_tabor

2015\_07\_a\_ferfi\_es\_a\_no\_parkeresoben\_foeloadas\_ossz\_tabor

2015\_07\_a\_ferfi\_es\_a\_no\_parosban\_foeloadas\_ossz\_tabor

2015\_07\_a\_ferfi\_es\_a\_no\_tisztan\_foeloadas\_ossz\_tabor

**Csoportfoglalkozás:**

2015\_07\_a\_ferfi\_és\_a\_no\_kiscsoportos\_kerdesek\_csoport\_ossz\_tabor

**A kapcsolódó anyagok rövid tartalmi leírása és a fent felsoroltakon kívül a témánkhoz és az eseményhez kapcsolódó esetleges egyéb anyagok az alábbi téma- és eseményösszegző dokumentumban találhatóak:**

2015\_07\_a\_ferfi\_es\_a\_no\_tabor\_osszegzo\_ossz\_tabor

Törzsanyag:

*Ez a dokumentum „A férfi és a nő” tábor négy előadása közül az harmadik előadást tartalmazza.*

**„Nem jó az embernek egyedül. Alkotok neki segítőtársat, aki hozzá illő.” (Ter 2,18)**

**3. Előadás: PÁROSBAN – Párkapcsolati lépcsőfokok: vágytól az oltárig –**

**„Ideje van az ölelésnek, ideje az öleléstől való tartózkodásnak” Préd 3,5**

*Írta és összeállította Dr. Farkas László, a jelzett forrásokból, dőlt betűs saját részekkel kiegészítve*

**SZEXUALITÁS=VÁGYAKOZÁS A TELJESSÉGRE**

*Az ember nem elég önmagának: a vágyakozás teremtménye, a teljességre, sőt a végtelenre vágyik, miközben hiányossága és végessége korlátaiba ütközik.* *Szexualitásunk, kiáltás a Másik, a teljesség felé. Szinte kényszerít, hogy kilépjünk önmagunkból. Valójában a szívünk mélyén nem kielégülésre, hanem kiEGÉSZülésre vágyunk.* A testünk is árulkodik arról, hogy nélkülözzük a teljességet. Önmagában mind a férfi teste, mind a nőé értelmetlen, de együtt és egyesülve nagy titkot fed fel: a női és a férfi test együtt elmondják a végtelen életadó szeretet történetét. A szex az életadó szeretet nyelvét beszéli. Ez olyan bennünk munkáló szellemi és fizikai erő, a vágyakozás olyan vektora, amely mentén egész egzisztenciánk kibontakozik. (II. János Pál Pápa). *A szexuális vágy tehát nem csupán biológiai, hanem szellemi mozgatóerő.* Mikor ezt a kapcsolatra és végtelenre irányuló vágyunkat, a végtelennél valami kevesebbre irányítjuk (pl. a puszta szexre) akkor elkerülhetetlenül hiányt szenvedünk, kiábrándultak és csalódottak leszünk. *A szex, Isten teremtő tervében az Istennel való egyesülés eszköze. Látható, fizikai jel, mely intimitása miatt nem a nyilvánosságra, hanem két személyre (férj-feleség) tartozik és arra van rendelve, hogy láthatatlan kegyelmet közvetítsen. Egyfajta szentségi jellege van.*

*Amikor Isten akarata ellenére, bűnös módon éljük meg szexualitásunkat, akkor szentségtörést követünk el.* Kezdetben az érosz az agapét fejezte ki*, vagyis a feltétel nélküli szeretetet. Az első emberpár* meztelen volt, de nem szégyenkeztek egymás előtt. A másik személy meztelen testén keresztül a másik személy meztelen szíve belső misztériumát ragadták meg és örvendeztek benne. Az első bűnnel testük nagyon más történetet kezdett el mesélni, *fügefaleveleket fűztek össze és elrejtőztek egymás és Isten elől, megjelent a félelem, a bizalmatlanság, a rivalizálás, egymás birtoklásának, kihasználásának kísértése*. *Testünk „képessé” vált arra, hogy az éroszt az agapéba ágyazottságából kivéve, a szexet a szeretet összefüggésétől elkülönítve keresse. Képessé vált buja vágyakozásra és puszta ösztön-kielégülés keresésére a személyiségszintű szex helyett.* Nem azért takarjuk el a testünket, mert az rossz, az eretnekség volna, pontosan azért takarjuk el a testünket, mert az jó, és ösztönös szükségét érezzük annak, hogy megvédjük testünk jóságát a lealacsonyító bujaságtól. *A tisztaság kiküzdött erénye teszi lehetővé, hogy ami erotikus, az jóvá, igazzá és széppé is váljék.* Felfelé az ég felé fordítani az éroszt, annyit tesz: újra felfedezni elveszett teljességét. A szexualitás egyéb értékei az idővel elkopnak, és ki vannak téve a kiábrándulás veszélyének. Nem így a személy értéke. (Christopher West: Boldogságkeresés és szexualitás.) *Mindnyájan arra vágyunk, hogy visszanyerjük a paradicsomi állapotot, hogy „mezítelenek” lehessünk, és ne kelljen szégyenkeznünk, hogy akkor is kívánatosnak, szeretetreméltónak tartsanak, ha testünk megbetegszik, megcsúnyul, vagy ha kudarcot vallunk valamiben. Ez egyedül a házasságban valósulhat meg. Ez a felszabadult szexuális élet forrása: amikor nem kell félnem, hogy a másik elutasít, ha meglát a magam nyers valóságában. Átélhetem, hogy önmagamért szeretnek. Hitvesem nem undorodik sem a ráncosodó vagy bibircsókos testemtől, sem a nemi szerveimtől, hanem Ő minden porcikámmal együtt személyem egész valósága után sóvárog.*

|  |  |
| --- | --- |
| **bujaság (szemérmetlenség)** | **tisztaság (szemérmesség)** |
| saját maga kielégítésére irányul | önmaga átadására irányul |
| tárgyként kezel másokat | személyként kezel másokat |
| feláldoz másokat magáért | feláldozza magát másokért |
| manipulál és kontrollál | tiszteli a másik szabadságát |
| kész bármilyen kellemes kalandra | egy személy számára van fenntartva |

A szexualitásunk *elsősorban nem egy testi funkció, ami a másik nemre irányít, hanem személyiségünk késztetése, hogy ízig-vérig férfiként és nőként éljük meg önmagunkat és világhoz való viszonyunkat.* Megszabadít elszigeteltségünktől és megnyit valaki felé. Jó kapcsolatok ápolására, odaadásra való képességünket jelenti: bensőségesség, szívélyesség, nyíltság, *nemcsak a másik nem felé*. A termékenység megnyilvánulhat a fantáziában, ahogy a szobámat kialakítom, írásban, prédikációban, a saját vélemény bátorságában, a munka eredetiségében. Akiben alig van vitalitás és szexualitás, *Isten külön kegyelme nélkül* áhítatában is erőtlen és üres marad*hat*, és senkit nem lesz képes lelkesíteni az élő Krisztusért. Ha számítunk arra, hogy szexualitásunk *akaratlanul* is felindul és *engedjük*, hogy mindez Istenhez irányítson, akkor lelki életünket is mélységgel, örömmel, szeretettel, békével, elevenséggel és tágassággal fogja eltölteni, akkor nem kelt bennünk félelmet. Akkor egyre csak arra emlékeztet, hogy életünk célja nem szexuális igényeink kielégítése, hanem egyedül az élő Istennek való önátadás, hogy vágyunk csak Isten szeretetében nyer beteljesedést. A szexualitásom mögött rábukkanhatok az elevenség utáni ősi vágyamra. (AG)

**SZERELEM VAGY FELLÁNGOLÁS?**

A köznapi szóhasználatban a szerelem, csupán erotikus és szexuális vágyak érzelmek lobogását jelenti. A kis betűs szerelem fellángolást jelent a valódi Szerelem ezzel szemben az érosz, a fília, és az agapéegyüttesét jelenti. **Erósz,** szeretlek, mert tetszel nekem, vonzó vagy. **Fília,** szeretlek, mert társam vagy és megértesz engem. **Agapé,** szeretlek, mert szeretlek: csak + mert döntöttem melletted. Nem pedig szeretlek, amíg szép, egészséges, sikeres, hűséges vagy, hanem feltétel nélkül szeretlek, annak ellenére, hogy… (SZF)Mindkét fél komoly házassági szándékát megelőzően, ami a jegyességben kinyilvánul, nem beszélhetünk erről a Szerelemről, csak fejlődésről e felé. Egy apa ezt a tanácsot adta fiának: Sose mond egy nőnek, hogy szeretlek. Amíg nem vagy kész azt mondani a következő mondatban, hogy: Hozzám jössz-e feleségül? Amikor azt mondod, szeretlek, azt mondod: neked ajándékozom magam, és, hogy odaadhasd magad, először birtokba kell venned önmagad. Ha a serdülés válságában egy fiatal elfogadja önmagát egy másik személy kedvéért, vagy amikor egy növő emberke először szeret valaki mást jobban, mint önmagát, akkor a szerelmi fellángolás sokoldalú személyiségfejlődésre ad alkalmat, mert szinte rákényszerít az önmagunkból való kilépésre. Ahogy a személyes éréshez évekre van szükség, hasonlóan hosszas fejlődés által válunk uraivá szexualitásunknak is, így válunk alkalmassá egy életre szóló kapcsolatra. A Szerelem pontosan úgy szereti a másikat, ahogyan az van. Az érzelmi fellángolás azt a képet szereti, amelyet a másik emberről kialakított. A Szerelem fokozatosan történik, idővel. A Szerelem a legjobbat hozza elő belőled. Összeszedettebbé, gyümölcsözőbbé és hatékonyabbá tesz. Az érzelmi fellángolás a legrosszabbat hozhatja ki belőled. Szétszórtabbá, kevésbé produktívvá tesz. (ISZ 128)

**TISZTÁN RANDIZNI**

Az ezredfordulót követően az USA-ban felmérések mutatják, hogy az egyetemisták közt növekszik azok száma, akik elhatározták, hogy tisztán készülnek a házasságra (10 %). (BÚ) A kilencvenes években a kínai egyetemisták még több mint 80 %-a szűzen ment férjhez. Magyar fiatalok is sokan vállalják. Mária és Andris: „Nehéz volt számunkra Varga Péter Spielhózni c. könyve. Mintha arról szólna a kapcsolat, hogy meddig lehet elmenni, meddig lehet centizni a szex élménnyel, mindkettőnket zavart ez.”„Baráti körünkben sokakat ismerünk az egyházi iskolákban végzettek között is, akik centiztek, aztán egyszer csak már egy ágyban aludtak, majd összeköltöztek. Azóta többen szétmentek. Ferences lelki atyám segített, aki azt mondta, hogy a házasság előtt szexuális izgalmak keltése egymásban olyan, mint az önkielégítés.” (BÚ) Tisztán randizni azt jelenti, hogy az időtöket pozitívan, nem szexuális dolgokkal töltitek. A tisztaság nem jelenti azt, hogy nem vonzódsz szexuálisan a másikhoz. Csak annyit jelent, hogy ellenőrzöd ezt a vonzódást, és nem követed. Amennyiben a kapcsolat rendben van, valami nagyon gyengéd, finom dolog kezd kialakulni, ami jobb, mint a szex! És jobbá fogja tenni a szexet, amikor eljön az ideje, mert azt fogod érezni, hogy valaki feltétel nélküli és kizárólagos szeretettel ragaszkodik hozzád. Akár hiszed, akár nem a te bőröd is megráncosodik egyszer. Ha valakinek az irántad érzett vonzalma azon alapul, ami érzékileg tetszetős, miféle jövőt jelent ez a kapcsolatotok számára? Hogy nem ezen alapul a vonzalma, azt viszont csak abból tudod meg biztosan, hogy képes-e várni. (MV)

**DIÁKSZERELEM**

Diákszerelemről a tizenéves korosztályban beszélünk. Együttjárásnak a szó teljesebb értelmében inkább a *16/18* év felettiek tartós kapcsolatát nevezzük. Olyan fiatalokét, akik már közelítik, vagy elérték azt az életkort és/vagy érettséget, hogy egy hosszú távú elköteleződésre, illetve házasságra készülhetnek *(ez az érettség a mi kultúrkörünkben lányoknál legkorábban általában 16 év körül, fiúknál 18 év körül jelenik meg, de jellemzőbb a 18/22 év és sokan még 30 évesen se érettek arra, hogy önmagukból kilépve elköteleződjenek, anélkül, hogy az énhatárok elmosódásával egymásba folynának egy túlzott szimbiózisban)*. A serdülőkor a gyermekkori én levetésének és a felnőtt én kialakulásának ideje, nem a komoly együtt járásé. A serdülő, *ha törekszik* megmaradni a barátság szintjén, amíg az érettebb személyiségig el nem jut, *többet tanulhat egy igazi barátságból, és sok csalódástól kímélheti meg magát, hiszen a sülve-főve egymásba csimpaszkodó diákszerelmek szinte mind fájdalmas szakítással érnek véget*. *Az érlelődésnek aligha van jobb módja, mint hogyha serdülőkként még nem egymásra cuppantok, hanem együtt gyakoroljátok a mások felé forduló szeretetet pl. közösségben vállalt szolgálatokkal.* Jót tesz, ha energiáitokat nem kötitek le egyetlen kapcsolatra, hanem nyitottak maradtok más fiúk/lányok felé is. Ez növeli a kapcsolatteremtő képességet és *többféle embert ismerhettek meg*. Érdekes, hogy még a liberális könyvek is inkább óvják a serdülőt a tartós szerelemtől. Ennek megfelelően korlátozzátok az együtt töltött időt is. Azt is lehetőleg jó társaságban. Egy tizenhat éves lány szerelmes lett egy húsz éves fiúba. Három évig feltehetően tisztán együtt jártak, de minden szabadidejüket együtt töltötték. Egy év után a házasságuk felbomlott, mert olyan korban estek egymásba, amikor személyiségük még éretlen és átalakuló volt. A serdülőkori szerelmek hibája szokott lenni, hogy elzárják egymást attól, hogy másokat is megismerjenek. Később fedezik fel, hogy más embertípusok is léteznek. *Éppen ezért nagyon jót tud tenni a kapcsolatnak*, ha a keresztény serdülők tartózkodnak az egymásnak adottság kisebb jeleitől is *(vagy nagyon csínján bánnak azokkal* pl. *kézen fogva járással, finom öleléssel)* és szinte csak barátként viselkednek. *Az állandó kézen fogva járás miatt sok serdülőt osztálytársai összeboronálnak egymással, nem akarják megbontani intim kettősüket, és így egymásra beszűkülve elszigetelődnek a kortárs csoporttól, ami pedig létszükséglet lenne fejlődésükhöz és megtartó kapcsolati háló szakítás esetén.*

*Ezen felül a* serdülő kor személyi éretlenségének egyik tulajdonsága éppen az, hogy a kisebb szexuális késztetésekre is olyan erősen reagál, hogy lecsökken az ítélőképesség és az akaraterő. Ajánljuk, hogy a serdülő kerüljön el minden olyan szót vagy cselekedetet, amely a véglegesség érzetét táplálná. Kialakulatlan személyiségének fejlődését gátolhatja egy tartós párkapcsolat (mert szilárd önazonosság kialakítása előtt egy ilyen egybeolvadás élmény, mely elmossa az én határait, káros lehet). Szerencsés, ha ilyenkor különösebb elköteleződés nélkül megismerkedik, barátkozik minél több kortárssal a másik nemből. Így megismeri, hogy milyenek, hogy éreznek, gondolkodnak a lányok, srácok. Ez kiváló alap a későbbi jó párkapcsolatokhoz. Ágnes: „gimnazista koromban kaptam egy osztálytársamtól egy szerelmes levelet, majd válaszoltam rá. És aznap lelkesen kézen fogva mentünk haza. A srác búcsúzáskor meg akart csókolni, de erről sikerült lebeszélnem. Másnap furcsa üresség és zavarodottság volt bennem. Mit csináltam én tegnap? Rádöbbentem, hogy magam előtt és a többiek előtt sem tudom vállalni ezt a kapcsolatot”. (BÚ) Egy felmérés azt mutatta, hogy a 6 hónapnál régebben, intenzíven együtt járó tizenévesek szinte minden esetben szexuálisan is elkezdenek érintkezni, akkor is, ha eredeti meggyőződésük szerint ez helytelen volt. *Sok fiatal úgy gondolja, hogy a szextől válik felnőtté.* Közösülni egy 12 éves kölyök is tud. Ettől már férfi? A kutyám tud közösülni, ettől akkor ő is férfi? Semmi köze a felnőttséghez. *Sokan valójában szeretetet, intimitást keresnek, és azt gondolják, hogy szexszel megvásárolhatják:* „sokkal könnyebb a bugyit letolni, mint a lelket feltárni” – mondta egy tini bakfis lány. (MV)

**LAZA ISMERKEDÉS**

Ha érett fiatalokról van szó, akkor is lazázással, vagyis nem kizárólagos ismerkedési kapcsolattal vagy barátkozással érdemes kezdeni. Vannak benne kétszemélyes programok (mozi, beszélgetés). De vigyázzatok, milyen filmet választotok! Lazázni több emberrel lehet egyidejűleg. Csak kettesben derül ki az, hogy tudtok-e egyszerre „megpendülni” valamin? Egy kapcsolat mindig csak annyira komoly, amennyire a kevésbé elkötelezett fél szerint az. Hiába szeretnéd, hiába gondolod, hogy ti már… ha a másik nem úgy áll hozzá. Szigorúan tilos úgy lazázni valakivel, hogy ő közben együtt jár veled! (Mármint hogy azt hiszi, ti már együtt jártok.) Ilyenkor azonnal tisztázni a helyzetet! (S 96-98) Lazázni bizonyos fokig kötelező is! Ha hívnak, menni kell! Nem szabad, hogy soha ne érjél rá. Az együtt járásban benne szokott lenni a házasság lehetősége, azaz el tudjuk képzelni a másikat egy életre is társnak, a laza párkapcsolathoz nem kell ezt rögtön elképzelni. Nézd meg közelebbről! Még az is meglehet, hogy pozitívan csalódsz benne. (S 99) *Azt is jó tudni, hogy kiemelkedően jók azoknak a házasságoknak a kapcsolati mutatói, ahol barátságból lett együttjárás és szerelem.*

**EGYÜTTJÁRÁS**

Ezen a kifejezésen olyan fiatalok kapcsolatát értjük, akik érettek már arra, hogy az életre szóló döntésen gondolkodjanak. Cél, hogy meg tudja ismerni társának személyiségét, képes legyen a helyes párválasztásra. Érlelődjön a házastársi hűségre, megtanuljon uralkodni ösztönös kívánságain. *Ha tartózkodsz a testi közeledésektől, megtanulhatod, hogy társadban ne a saját kielégülésed tárgyát keresd, továbbá a hűség próbájához is felvérteződsz. Aki ezt nem tanulja meg* nehezen tud hű maradni, személyisége nem érlelődik ebben. Az együttjárás egy döntési folyamat: a házasságra készülés, vagy szakítás között; hűségesnek, csak egy megérett döntéshez lehet lenni. Ha kezd nyilvánvalóvá lenni, hogy rossz párválasztás lenne, akkor tudni kell szakítani mindkettőjük jövője érdekében. (SZF 28). Ha valóban szerették egymást, az önnevelés, az emberismeret stb. sokat fejlődött. Szakításkor ne mond, hogy legyünk barátok! Szükséged van egy bizonyos időre, amíg nem látod a másikat – időre, hogy gyógyulj, és hogy újjáépítsd a saját életedet! Idővel talán barátok lehettek. Talán. (ISZ 154) Nem becsületes belemenni az együtt járásba, ha már a megismerkedésnél biztosan tudom, hogy nem fogom házastársul választani az illetőt, de irrealitás arra várni, hogy „én csak azzal kezdek együtt járást, akiről tudom, hogy házastársam lesz.” (SZF 29). Legyen rá időd és energiád és legyen hozzá kedved! Hozz érte anyagi áldozatot is! Ha van jelenleg egy minden idegszáladat lefoglaló kötelességed, ne járjál senkivel! Különben együtt vagy a kedveseddel és tiszta idegbajos vagy. Legyen alkalmas versenyző! Emberségben, egyéniségben, elvekben, életvitelben! (S 81)

**„EGYÜTT JÁRNI” – JÉZUSSAL KALAND**

„Minden este imádkozom a majdani férjemért, hogy jobban szeresse az Urat, mint engem.” A szerelemben is Isten akarata az első. Ezt nem lehet olyan valakivel megcsinálni, *aki csak engem szeret, de Jézust nem igazán követi*. Nem szabad valakit hosszabb ideig bizonytalanságban tartani, vagy azt játszani, hogy partnernek nem kellesz, de azért jól esik, ha néhányan rajzanak körülöttem. A közös élmény kapcsol a legjobban össze két embert. A jézusi közös élmény teheti eggyé őket, még ha a nap folyamán távol vannak is, ahogy egy házaspár is beszél erről: „Kiválasztottuk a Szentírás egyik igéjét és azt próbáltuk minden nap életre, tettekre váltani. Egyszer azt az igét éltük, hogy adjatok és adnak nektek is. Ma is az teremti a legmélyebb kapcsolatot közöttünk, hogy reggel imánkban elhatározzuk, hogy a Szentírás egy-egy gondolatát fogjuk élni, este pedig elmondjuk egymásnak, melyikünk hol találkozott a nap folyamán Jézussal” „Elhatároztuk, hogy ifjúsági ünnepeinken, vagy kirándulásinkon mindketten azokkal fogunk törődni, akik egyedül vannak.” (BÚ) Egyes közösségben szinte házaspárként kezelik az együtt járókat külön székük van egymás mellett, senki sem próbál meg közeledni hozzájuk, hiszen ők már „egy pár”. Beülnek egy sarokba és ott turbékolnak páros önzésben (S) *Azzal érdemes hosszabban járni,* „aki saját önző vágyai elé helyezi azt, ami a te számodra a legjobb. Aki biztosítja számodra a szabadságot, hogy bármit csinálhass, amire szükséged van, hogy növekedj, akkor is, ha ez azt jelenti, hogy sok időt töltötök külön. Aki bátorít, hogy ápolj más barátságokat, akivel a különbségeket konstruktívan fel tudjátok oldani, akire szeretnéd, hogy gyermekeid hasonlítsanak. (ISZ).

A jó házasság egyik legfőbb biztosítéka a közös világnézet, ha a felek legmélyebb élményei összeérnek. Semmi nem tud úgy összekapcsolni, mint a közös ima, a közös hit. Ha nincs tervetek és nem tudjátok mit fogtok csinálni, inkább ne találkozzatok! Ne legyetek sokáig úgy együtt, hogy nincs mivel agyon ütnötök az időt! Legyetek találékonyak! Csináljatok valami mulatságosat, bolondozzatok! Használjátok a fantáziátokat, hogy jól érezzétek magatokat, de közben maradjatok tiszták! Menjetek kuglizni, sakkozatok, ússzatok, golfozatok, görkorizzatok, sétáljatok, rendezzetek bulikat, vezessetek ifjúsági bibliakört vagy vigyázzatok a gyerekekre, hogy a házaspároknak legyen szabad estéje. A Biblia közös olvasása és a közös imádság az egyik lehetséges időtöltés. Sokan a szépen induló kapcsolatukat mindjárt az elején tönkreteszik. Egy kapcsolat elején nem szabad túl sokat együtt lenni. *Ne olyan társaságban keress barátokat, akik nem tisztaszívűek és ne is járj olyannal!* 1Kor 5,9-ben így ír: „levelemben már megírtam nektek, hogy nem szabad kapcsolatot tartani paráznákkal”. ADJATOK IDŐT magatoknak az érzelmek érlelődésére! Egy kapcsolat indulásakor nem szerencsés a több mint heti egy randevú. A témák kezdenek elfogyni, érthető okból, hisz még alig ismerik egymást, kevés a közös élmény. A test pedig mindig kéznél van, hogy „betöltse” az űrt. (MV)

A kézen fogva járás valamiféle egymásnak adottságról tanúskodik, jót tesz, ha akkor kezdenek el kézen fogva járni, amikor már elkötelezett együtt járás a kapcsolatuk. *Arra azonban fontos lehet figyelni, hogy ne állandóan kézen fogva járjanak, továbbá fontos figyelni egymásra, amikor pl. a fiú túlfűtött, akkor az lehet a tisztelet felé, ha a lány nem akar odabújni hozzá, vagy nem erőlteti a kézen fogva járást.* Többféle tanács létezik, de az engedékenyebb útmutatások eredménye, hogy azok hatására több házasság tönkremegy. Attila: „Megfogadtuk, hogy egy időre még egymás kezét se fogjuk meg. Kínomban mindenféle más útját-módját találtam annak, hogy a szerelmemet kifejezzem. Egy mosoly, egy tekintet, sok apró figyelmesség. Ha gyakrabban ölelgettük volna egymást, kevesebbszer kezdtünk volna beszélgetésbe.” (BÚ) Aki könnyelműen, kijátszva az aduit, "elhasználja" az egymásnak adottság jeleit a kapcsolat korai fázisában, az a későbbi fázisban úgy fogja érezni, hogy nincs mit adnia (pl. a csók stb. elhasználódik az eljegyzés előtt). Egy fiatal nő egyszer azt mondta: „Ó, szinte bárkivel csókolózok, ha jól néz ki az illető.” Sokan még közszemlére is teszik ezt, mint valami színielőadást. Egy fiatalember ezzel szemben világossá tette, hogy nem csókolja meg a nőket, akikkel randizik, mert úgy gondolja, hogy az valami nagyon különleges, és várni akar valaki különlegesre, hogy megossza vele. Mit szeretnél, hogy ki csókoljon meg inkább? Az, aki megcsókol "bárkit", vagy az, aki úgy gondolja, hogy a csók valami különleges? (ISZ)

Fürkésznivalók: Könnyű lehet beszélni a gyermekkorról. Élmény, amire legszívesebben emlékszik, vagy épp a legfájdalmasabb. „Kikkel játszottál és miket?” Tudj beszélni érzéseidről is! A negatívról is. Azért is kell fürkészni a jellemét, mert a szerelmesebb fél önkéntelenül is igyekszik magát jó színben feltüntetni. (S) Ha a lelket nem fürkészed, a testet fogod.

**JEGYESSÉG**

A fiatalok eldöntötték már, hogy házasságot kötnek, de a jegyesség ad még egy utolsó próba- és felkészülési időt. Az imádságos oldal mellett koncentráljanak *arra, hogy még mindig új dolgokat ismernek meg a másikban*. Meddig tartson a jegyesség? Körülbelül egy évig. Ne legyen se túl hosszú, de túl rövid sem. Milyen kérdésekről kellene beszélgetniük? Vallási, világnézeti meggyőződéseikről, házastársi szerepekről, családból hozott nehézségekről, terhekről, lelki törekvéseikről és bukásaikról, különbözőségeikről, hibáikról, gyermeknevelési elveikről. Gyakorolják már a konfliktusok kezelését, ismerik egymás családi hátterét? Milyen fájdalmakat, nehézségeket hoznak családjaikból? Egymás közelebbi családtagjait, tudják-e kölcsönösen szeretettel elfogadni? Gyakran a leglényegesebb dolgok szóba sem kerülnek az együtt járás során. Ilyenek pl. a pénzkezelés (Ki kezeli? Tartalék?), vagy rokonlátogatás, a családdal töltendő idő, az otthonban szükséges rend és tisztaság foka, alkoholfogyasztás alkalmai, mértéke, stb. (S 163-166) Jegyes korban lehet jól begyakorolni, hogy hetente tartsanak egy csendességet, amikor személyes ima után beszélgetnek a lelki élményeikről és a konfliktusokról, különbségekről. Mondják el ilyenkor, hogy mit köszönnek egymásnak és mi fájt a másik részéről. Havonta legalább egyszer tartsanak közös kirándulást, sportnapot vagy egyéb kikapcsolódást, amely mély lelki beszélgetésre is alkalmat ad.

Attila: „Most már nem csak egyéni terveinkről beszélhettünk, hanem elkezdhettük tervezni közös jövőnket. Szabadon beszélhettünk olyan témákról, amelyekről korábban nem illett volna, pl. intim témákról és az egymás iránti testi vonzalmunk *kibontakozásáról a házasságban*, vagy az *(Istenre figyelő)* családtervezésről.” (vö. 4. előadásban Természetes CsaládTervezés = TCST) (BÚ)

**SZEXUÁLIS ÖSSZEILLÉS MÍTOSZA**

Sokan tévesen azt gondolják, hogy ki kell próbálni a szexet az ágyban ahhoz, hogy megtudják, összeillenek-e. *„A fizikai összeillés hiánya, amitől olyan sokan tartanak, egyszerűen nem létezik” –mondta egy szexuálpszichológus előadásában. Ha úgy is tűnik, hogy méretbeli problémák lennének, szinte biztosan lelki okok állnak a háttérben (pl. a feleség szorong, a férj túlságosan izgul, túl gyors, amire a feleség teste ösztönösen „összezár” stb.) Az ilyen problémák pedig egy elkötelezett hitvesi szeretetkapcsolat légkörében idővel elsimíthatóak, amiben szükség esetén hiteles hívő házaspár vagy szakember is segíthet.* Valójában már a kézfogásból, finom ölelésből is érezhető, hogy a másik vággyal fogadja, és olykor kezdeményezi, vagy csupán eltűri, sőt esetleg - mivel kirázza tőle a hideg - lehetőleg kerüli ezeket. Tehát ezek a gesztusok vagy pl. egy jegyesi csók elegendő a szexuális összeillés megtapasztalásához.

A jegyeseknek el kell dönteniük, hogy valóban egymásnak valók-e?

1. **Elfogadási próba.** Nem szabad abban reménykedni, hogy a másikat majd megváltoztatjuk. Ne kergessünk álomképet. El kell fogadni olyannak, amilyen most.
2. **Kölcsönösségi próba.** Mindig magából indul ki, csak neki vannak tervei, csak ő keres megértést? Magunk akarunk elsősorban boldogok lenni, vagy a másikat akarjuk elsősorban boldoggá tenni?
3. **Energiapróba.** Szerelmünkből tudunk új erőt meríteni alkotómunkára, vagy lustává, terméketlenné válunk tőle?
4. **Tiszteletpróba.** Tiszteljük egymást? Büszke vagyok partneremre? Boldogan mutatom be másoknak? Szívesen választanám gyermekeim apjául vagy anyjául?
5. **Veszekedési próba.** Aki megházasodik, annak előre alaposan „ki kell veszekednie magát”. Fontos meggyőződnünk arról, hogy komoly viták, nézeteltérések után meg tudjuk-e értetni magunkat egymással, és meg tudunk-e bocsátani egymásnak fenntartás nélkül?
6. **Játékpróba.** Sok társasjáték után megfigyelhetjük, hogy partnerünk feltétlen ragaszkodik-e a győzelemhez? Tud-e irigység nélkül örülni, ha a partnere nyer? Egocentrikus, önző-e vagy sem?
7. **Otthonpróba.** Tanulságos megfigyelni, hogy a vőlegény miként viselkedik anyjával és leánytestvéreivel szemben – a menyasszony pedig milyen házias saját otthonában?
8. **Alkalmassági próba.** A házasság nem jótékonysági akció. Van-e valami függése, szenvedélybetegsége, esetleg nemi betegsége? Hazudozó vagy durva-e? Osztja, tiszteli-e a hitemet?

**MELLÉKLET 3 – TISZTÁN előadáshoz**

**HÁZASSÁG ELŐTTI TISZTASÁG**

**SZEXUÁLIS ÖSSZEILLÉS MÍTOSZA**

Ha egy mennyasszony számára a vőlegénye szexuálisan vonzó, az vonzó számára pl. munka közben, izzadtan is. Nem érzi prédának magát, ha vőlegénye vágyódó pillantásokat vet rá, hanem - tudva, hogy mindketten urai önmaguknak!- belemegy a játékba, valósággal kivirul még vonzóbb, bájosabb, nőiesebb lesz. Virágzó Erósz és határozottan uralt játékos nemi vágy: ezek megbízható jelei a majdani szexuális harmóniának. Akkor beszélgessenek majdani nemi összhangjukról a jegyesek, ha már megbeszélték az összeillés olyan alapvető pontjait, mint a közös világnézet, hivatás, életmód, anyagiak, munkamegosztás stb. Akkor dédelgesse a fiú gondolatban a mennyasszonyát, ha már elképzelte, és örömmel vállalta, hogy miként fogja ápolni, ha beteg lesz, miként fog elmosogatni este, ha párja fáradtabb. Akkor csókoljam meg, ha nem ezzel kell bizonygatnom, hogy szeretem, hanem abban már a tetteim miatt nagyon biztos. Akkor simuljunk össze, ha már a szüleink előtt sem szégyelljük szerelmünket *és Jézus mosolyogva nézne minket, ha így látna*. (SZF. 31-39).

Az élettársi viszony ezt üzeni: Amíg várok az igazira, te is jó leszel!” (BÚ) „Legyenek nyugodtak – a szerkezet működik” – felesleges előre kipróbálni (Tim Downs). Egyes plébániákon megáldják a jegyeseket. Ez is egyfajta katekumen ünnep. A házasság szentség, az Egyház ezért is hívja a hívőket arra, hogy csak Jézus áldásával, szentségi kegyelmével kezdjék el a testi kapcsolatot. Az Egyház azzal is védi a házasságra való felkészülés komolyságát, hogy aki mégis testi kapcsolatban él és nem hagy fel azzal, az nem áldozhat.(BÚ 130–163.)

A szexuális összeillés egy mítosz. Hiba azt hinni, hogy a „jó szex” a technikáról szól vagy, hogy néhány ember „jobb az ágyban”. A jó szex a jó kapcsolatokról szól. A házastársi szex gyönyörűsége, hogy nem kell „tökéletesen csinálni” elsőre. A szexnek nem kell a legnagyszerűbb dolognak lennie, mely valaha is történni fog veled. Egy egész életetek van együtt tanulni, és egymásnak adni magatokat. A szex éppen ettől egyre jobb lesz. Ha nem akarod odaadni az életedet valakinek, akkor amúgy sem tudnád soha teljesen megtapasztalni a szexet. A közkeletű hiedelemmel ellentétben a szex nem egy szükséglet. Nem házas emberek milliói élnek rendkívül boldog életet nélküle. (ISZ 102)

Kísértés, hogy már eleget vártunk és már úgyis eldöntöttük, hogy összeházasodunk, miért ne feküdhetnénk le: *A szex a házastársi eskü elhálása, elpecsételése.* Átváltoztathatja-e azonban a pap az ostyát egy héttel a felszentelése előtt? (ISZ 97-98). A házasság előtti próba egészen más, mint a házasságban átélhető nemi élmény. Beleront az összehangolódás folyamatába. A teljes önátadást nem lehet, teljes önátadás nélkül kipróbálni. A házasság előtt nem a nemi egyesülést próbálják ki, hanem csupán azt, hogy végre tudnak e hajtani egymással egy gyönyörszerző aktust. Nem lehet megfeledkezni arról, hogy ez a próba egy nemző aktus, *amiből gyermek születhet és ezáltal annak szabadságát elveszíthetik, hogy eldöntsék, végleg együtt akarják-e leélni életüket.* A nemi élet a házasság előtt, tönkreteszi a jegyesség más irányú próba jellegét. Két fiatal egy erotikus bódulatban sodródik bele a házasságba. Csorbát szenved az önuralom, és a szublimálás képessége, amelyekre a házasságban is nagy szükség lesz. *Többek között emiatt se költöznek össze és nem alszanak együtt a krisztusi életre törekvő jegyesek! Tudják, hogy nem elővételezhetik a házasságot.* A jegyesek testi közeledésének, nem szabad az esküvő előtt elérnie a ” mindent csak azt nem” állapotot. (SZF)

**EGYÜTTÉLÉS**

A házasság előtt is együtt élő párok nagyobb valószínűséggel vitatkoznak olyasmiken, mint a pihenés, a pénzügyek, és „mind a házastársi kommunikáció látható minősége, mind pedig a házastársi elégedettség szempontjából gyengébb szintet mutatnak. Az együtt élő párok gyakran elrejtik egymás elől igazi énjük fontos oldalait azért, hogy fenntartsák kapcsolatukat”. A pénz vagy az egyiké vagy a másiké nem pedig a miénk, semmi sem szorítja ténylegesen arra a párt, hogy együtt igyekezzenek megoldani szexuális problémáikat. Az együtt élő párok szakításának fő okát a szexuális problémák vagy az elégedetlenség jelenti. Rájönnek, hogy a jó szex nem jelent jó kapcsolatot is, viszont a rossz kapcsolat igen gyorsan rossz szexhez vezethet. Hajlandók elviselni a másikban olyan vonásokat, amelyek tűrhetetlenek lennének, ha egy közös élet állna előttük: „tudom, hogy vannak nőügyei. Ha házasok lennénk nem is tűrném el”. A tények azt mutatják az együttélés, úgy tűnik, csak arra készíti elő az embert, hogy valamikor majd mással éljen. Nincs szükségünk papírra: tulajdonképpen azt mondják, hogy 60 %-ban elkötelezem magam melletted. Együttélés = aláírtok egy olyan szerződést, amiben senki nem vállalt tulajdonképpen semmit. Amikor a házasság előnyeihez a házasság elkötelezettsége nélkül akarnak hozzájutni, akkor ez csak személyes előnyök szerzése érdekében történhet. Pl. társaság, szexuális kielégülés, anyagi nyereség. Valamennyi az énre irányul. Sokan behódolnak a relativista gondolkodásnak, és az abszolút jó és rossz normái helyett azt mondják: az a helyes cselekedet, amitől jól érzem magam, vagy ami a számomra előnyös. „erkölcsi érzékükben eltompulva gátlástalanul mindenféle tisztátalan tevékenységre vetemedtek nyereségvágyukban” (Ef 4,19).

**A SZERELEM LÉLEKTANA**

Ha az ösztönös, érzelmi elemet nevezzük x-nek, és az értelmi, akarati elemet y-nak. Azt a képletet írjuk fel, hogy x+y=1. Az érzelmi, ösztönös elem növekedésével arányos csökken a kritikus ítélőképesség és az akarati döntőképesség. Annyira tanulunk meg kommunikálni, amennyire ezt a jegyesség végére megtanultuk. Aki tartózkodik a szextől, arra használja a szerelem energiáit, amire kell, megtanulják megismerni és elfogadni egymás jó és rossz tulajdonságait. Aki pedig nem, az elpazarolja a szerelem energiáit. (BÚ) *A bennünk lévő szexualitás egy szeretetösztön, az adott pillanatban meghatározott mennyiséggel rendelkezünk belőle, amit kétfelé oszthatunk, egyrészt elhasználhatjuk a kifejezett szexuális tevékenységre, másrészt nemi vágyunk szublimálására, érzelmi kapcsolatteremtésre vagy alkotásra. A házasság előtt ez utóbbira használjuk! Innen értelmezhető az alábbi tanúságtétel is, amiben elsőre abszurdnak tűnik a kézfogástól való tartózkodás szigora (s természetesen nem is mindenkinek ez az útja), mégis az adott kapcsolatot nagyon elmélyítette, hisz nem rigid fakírságból, hanem szeretetből történt:* „Egyszer voltam egy 2 órás keresztúton, ahol megismertem egy családot. Apa, Anya, 4 gyerek. Nagyon jó volt a közelükben lenni, érezhető volt a szeretet. A gyerekek is olyanok voltak, amilyeneket én szeretnék, élénkek, kedvesek, rosszcsontok: IGAZIAK! Hazafelé szóba került a tisztaság. az Apuka megosztotta, hogy ők 4 év együttjárás után, az eljegyzésen fogták meg egymás kezét először. Csak ültem leforrázva. Ez nem egészséges !!! - gondoltam magamban. De egy másodperccel később beugrott a velük töltött idő. Az a vibráló szeretet, amit éreztem köztük nyilvánvalóan bizonyította, hogy nem (voltak) őrültek, sőt! Akkor értettem meg, hogy ez a „nem fogjuk meg egymás kezét” - dolog milyen értékeket rejteget. Ezek az emberek tudják mit csinálnak! Azt hiszem, ahelyett, hogy megmosolyognánk, tanulhatunk tőlük!” (PBM)

**A SZERELEM HORMONOLÓGIÁJA**

A házasságban a PEA elmúltával a szerelem fenntartását az oxitocin veszi át és tartja fenn az élet végéig. Ez a társszerelem. **A PEA elkábítja az embert, de ha nem sietik el, megpuhítja két ember szívét egymás iránt** és egyedüli módon képessé teszi őket arra, hogy egymáshoz alakuljanak. (Biztos út 74-78). A PEA *robbanásszerű oxitocin termelődés (vagyis szex)* nélkül nem kábít annyira, hogy ne volnának képesek ismerkedni egymással. A PEA csökkenésével, ha rájönnek, nem illenek össze, módjuk van arra, hogy békében elváljanak anélkül, hogy sebet vágtak volna egymáson vagy magukon. Az oxitocin *kisebb dózisokban is felszabadul és fokozatosan* összekapcsolja az egymás iránt szeretetet gyakorló embereket pl. a jó barátokat. Amikor a szerelmesek a szeretet különböző jeleit nyilvánítják ki egymásnak (dicséret, a mosoly, a köszönet, végighallgatás, első szóra segítés, ima egymásért), a szerelem emelkedett állapotának idején (PEA hatására) a szokásosnál nagyobb mennyiségű oxitocin keletkezik, de ez fokozatosan, a szeretet mennyisége függvényében kapcsol egymáshoz, míg a szex robbanásszerű mennyiségben termeli, elkötelezettségtől függetlenül.

**SZENZITÍV PERIÓDUS**

Akik tisztán készültek, azoknak a kommunikációs mutatói és a kiegyensúlyozottságuk 90–95%-osan kielégítő szemben az átlagos 45%-kal. A jegyesség szenzitív periódusában, a szerelem emelkedett állapotában az oxitocin jóval erősebben hat, mint az élet más időszakaiban és egyedülálló örömben tapasztalják meg a feltétel nélküli adás és kapás szépségét. Az oxitocin akkor és annyiban hat ilyen emelkedett mértékben, amikor és amennyiben a szerelmesek a szeretet különböző jeleit nyilvánítják ki egymásnak. Ez kapcsolja össze a tiszta szerelemben élő párokat és segíti őket, hogy személyiségük mélyebb rétegeibe, különbözőségeikre építve is közelebb jussanak egymáshoz. Ha testileg közelebb kerülnek egymáshoz, az endorfin annyira kielégíti őket, hogy nem kényszerülnek ilyen mértékben a szeretetkapcsolatuk gyakorlására, kevésbé gyakorolják be a szeretetkommunikáció formáit, a megbocsátást, az újrakezdést, a konfliktusok kezelését, ezzel arányosan az oxitocin a mindennapi kapcsolat során jóval kisebb mértékben keletkezik. Pedig ez alapozná meg életre szóló összekapcsolódásukat. *A jegyesség olyan, mint a szerelem magzati kora (mély kötődés kialakulásának ideje), és ezért sem szabad megterhelni a testi kapcsolattal, ami hamis kötődésérzést teremthet.* Sok jó keresztény házaspár életében gyakoriak voltak a megoldhatatlanná váló sebző konfliktusok. Általában elmondták, hogy pl. a testi közösülésig nem mentek el, de egyéb kisebb–nagyobb erotikus közeledéseket rendszeresen megengedtek maguknak, esetleg a témával foglalkozó egyes keresztény jellegű könyvek (pl. Spielhózni) vagy lelki vezetők engedékenységére is alapozva viselkedésüket. (BÚ)

**A SZÍV SZUPERRAGASZTÓJA: A SZEX**

A legtöbb házasság még az olyan apró-cseprő bosszúságokat sem tudná túlélni, mint a koszos mosnivaló a padlón. Így aztán Isten beépített némi segítséget. A nemi aktus erős kötődést teremt közöttük. Oxitocin (kötődés-hormon) termelődik, mint szüléskor. A kötődés olyan, mint „a szív szuperragasztója”: összeköti a szívüket *és még csak nem is kíván különösebb áldozatot, sőt élvezetes.* *Ha házasság előtt ragasztják ezzel össze szívüket, esetleg később derül ki, hogy az érzelmi összebetonozódásuk illúziója a szexuális élvezetre épült és nem dolgozták ki a hétköznapi áldozatos szeretetre épülő összetartozás-tudatot, így amikor csökken a szerelmi lángolás, sokan elválnak.* Egy kutatás szerint a szexuálisan legjobban kielégült, leggyakrabban szeretkező, és a legbeteljesültebb nemi életet élő emberek Amerikában azok a házasok, akik nagyon vallásosak és megőrizték a szexet a házasságra. Nincs kivel összehasonlítaniuk társukat. (ISZ 30-35) *Ezzel szemben a házasság előtt óriás adagban adott szuperragasztó, amit a szex létrehoz, elvezetheti a fiatalokat oda, hogy megházasodjanak, akkor is, ha a házasság nem lenne jó döntés.* Ha pedig szakítanak, minden egyes alkalommal a szívük egy kicsit „sebzettebb” lesz. Végül teljesen elveszítik a képességet arra, hogy kötődjenek. Gondolj egy darab ragasztószalagra! Ha sokszor ragasztod-téped a karodról, az végül egyáltalán nem fog ragadni. A szívük elveszíti a „tapadóképességét”. (ISZ 78-79) Sikeres és sikertelen házasságok közötti különbség gyakran arra vezethető vissza, hogy mennyire tudott kialakulni az érzelmi eggyé betonozódás a párok között az udvarlás időszaka alatt. Egy felmérés szerint a pároknak csupán 10 százaléka jutnak el arra a társérzésre, amire vágynak. Két ember megfelelő kötődése erősen sérül, ha a folyamatot siettetni próbáljuk. Idő kell ahhoz, hogy a ragasztó megszáradjon. Tehát, ha nem kapkodjuk el az udvarlást, akkor alakul ki a legszilárdabb kötődés. A kötődés sérül, ha a felek összekeverik a lépéseket: ha szenvedélyesen csókolóznak az első randin vagy jegyesként pettingelnek, valami értékeset veszítenek el az egymás iránti elkötelezettségükből, nem hagyják, hogy megszáradjon a ragasztó. A bensőséges kapcsolatnak tizenkét lépcsője van:

1. szem-test
2. szem-szem- az első alkalom, amikor egymás szemébe néznek
3. hang-hang- az első beszélgetés
4. kéz-kéz
5. kéz-váll
6. kéz-derék
7. arc-arc- egymás szemébe néznek, megölelik és megcsókolják egymást
8. kéz-fej - ha romantikus módon érintjük meg valakinek a haját, az bensőségesebb lehet, mintha megcsókolnánk.

9-től 12-dik lépcsőig kéz *és az egész test érintkezésétől fokozatosan* a szexuális közösülésig. - A testi intimitásnak ezeket a megnyilvánulásait nyilvánvalóan kizárólag csak a hitvesi ágy számára kell megőrizni. Arra szánták ezeket, hogy két olyan ember élvezze együtt, akik elkötelezték magukat egy életen át tartó szeretetre és visszavonhatatlan hűségre. Legsikeresebb házasságok azok, amelyekben a férj és feleség hétköznapi életük során rendszeresen végigandalognak a 12 lépésen. Az érintés, a beszélgetés a kézfogás, az egymás szemébe mélyedés és a közös emlékek kiépítése ugyanolyan fontos a középkorú párok számára is. A kifáradt szexuális élet felélénkítésére nincs jobb módszer. A nők nehezen viselik, ha végig kell szaladni a 9-12-dik lépéseken anélkül, hogy a férjük időt szánt volna az első nyolcra, úgy érzik, hogy használják őket. (ÉK)

**HONNAN TUDOD, HOGY Ő AZ IGAZI?**

Elég érett ahhoz, hogy félretegye az önző érdekeit, hogy azt keresse, ami a legjobb a családnak? Milyen az előélete? Elég felelősségteljes ahhoz, hogy keressen egy jó állást és megtartsa azt? Lehet, hogy a gyermekeid pont olyanok lesznek, mint ő. Nagyon kell szeretned a társad jellemvonásait, mert újra fogod látni őket a gyermekeidben. Ha valami történne veled, teljesen rábíznád azt a feladatot, hogy egyedül felnevelje és formálja a gyermekeidet? Osztja az illető az Istenbe vetett hitedet? Van szexuális önkontrollja? Ha a válasz nem megnyugtató mindegyikre, akkor biztos, hogy nem szabad összeházasodnod az illetővel. (ISZ 123-125) 8-40 olyan emberrel biztosan találkozol az életed folyamán, aki HOZZÁD VALÓ. Ha két fiatal nagyon nem való egymáshoz, az látszik rajtuk! Sokszor van is, aki figyelmezteti őket. (S 33-35.) Ha a kedveseden semmi idegesítőt sem találsz, egy kicsit aggódj, *vajon nem vakított-e el a rózsaszín köd.* Jó nekem így, ahogy van, tokkal-vonóval? El tudom viselni ezt a dolgot hosszútávon is? Még akkor is, ha idővel még „ilyenebb” lesz? Juliska megkönnyebbül: sikerült! Jancsi rászokott a lábmosásra. Összeházasodnak és fél év múlva egyre ritkábban mos lábat. „El tudok én viselni hosszútávon egy büdös lábú embert?” Ha erre „nem” a válasz, akkor véget kell vetni a kapcsolatnak. Egyesek ütik-vágják egymást mindenféle apró kellemetlenség miatt. Kifizetni Jancsi árát azt jelenti, hogy jó szívvel, mindenféle rossz érzés nélkül kell tudni vinni neki a lábvizet. Ha Juliska úgy érzi, hogy ilyenkor ő egy cseléd, akkor nem szabad „megvenni az árut”. A házasságok néhány kivételtől eltekintve nem nagy elvek, eszmék mentén mennek tönkre, hanem az ilyen apró rossz szokások miatt. „Nézd meg az anyát, vedd el a lányát!” Meg az apát is! Nem árt a nagyszülőket is. Láthatsz a kedvesedből egy 25-30 évvel idősebb példányt. (S 156-157) Az iskolázottságban mutatkozó különbség akkor zavaró, ha valaki lenézi házastársát azért, mert annak nincs diplomája. (S 172). A családi életet megkönnyíti, ha a házastársak érdeklődési körében vannak átfedések. Jó, ha felolvastok egymásnak egy-egy verset, novellát – utána beszélgetni is lehet róla, milyen gondolatokat, érzéseket hozott - mélyíti, gazdagítja a kapcsolatot. (S 173) Színház, hangversenybérlet vásárlásával meg pl. szinte „kénytelenek” lesztek tartalmas programokon részt venni. Fiatal házasok felkeresésre elmondhatják, milyennek látják a ti kapcsolatotokat, mire kell szerintük figyelnetek, felkészülnötök. Ajánlkozzatok „gyerekvigyázónak”! Ti is látjátok a másikat, ahogy kicsi gyerekekkel foglalkozik. (S 178) Veszekedés = eltérő vélemény kifejezése. Akármilyen szerelmes is vagy, nagyon veszélyes játék folyton engedni, elhallgatni kétségeidet, véleményedet. Az elfojtott érzések, gondolatok egy idő után robbanást okozhatnak. Kedvesed viszont addigra megszokja, hogy mindig neki van igaza. Az is hibás, aki rászoktatta, hogy mindig neki van igaza. (S)

**LINKAJÁNLÓ**

Az Igazi Szerelem Vár az USA-ban. Több mint egymillió tagja van. Boldogok a Tisztaszívűek imatalálkozók és a Tiszta Szívek Mozgalma, Lengyelországban Szeressétek egymást folyóirat (interneten is elérhető). Fília. 2009-ben alapult (Nyíregyháza). Az [imakonferencia@gmail.com](mailto:imakonferencia@gmail.com) címen lehet velük felvenni a kapcsolatot. A tisztaságra letett ünnepélyes ígérettétel keretében egy kis keresztet kapnak a nyakukba. FAVÉT, a fiatalok a világ életéért találkozó. Több katolikus megújulási mozgalom tiszta divatra tanítja a lányokat. Képek, és filmek: [www.turiseburnea.it](http://www.turiseburnea.it). TESTTEO hétvégén kívül pl. Antiochia közösség: Minden közösségnek egy–két házaspár is a tagja, ők is rendeznek tiszta szerelem hétvégéket: www.antiochia.hu. A magyar Schönstatt család, a Regnum Marianum, a Focolare. Fontos a [www.mecsnapok.hu](http://www.mecsnapok.hu) és a www.hazashetvege.hu. Vannak jegyes hétvégéik vagy egyedülállóknak döntéshétvége. **Pure Fashion Magyarország:** 14-18 éves lányokat, újabban fiúkat is tiszta életvitelre tanítja, 8 hónapos képzés keretében: Úgy kell öltözködnünk, hogy ezzel a bennünk élő Isten iránti tiszteletünket fejezzük ki. Úgy kell sminkelnünk és ápolnunk a testünket, hogy az valóban a Szentlélek temploma lehessen. A túlságosan laza és bő blúzok, és trikók lehetnek ugyanolyan szemérmetlenek, mint a feszesek. Ha fiatal hölgyhöz illően öltözködsz, akkor úgy fogsz viselkedni, mint egy fiatal hölgy.

**Ígérettétel a tisztaságra**: „*A tisztaság iránti igényemet soha senki kedvéért nem fogom lealacsonyítani. Mindig ügyelni fogok, hogy ne tegyem ki magam kísértéseknek és veszélyeknek. Hiszem, hogy a tisztaság nem egyenlő azzal, hogy nemet mondok a világ hamis csábításainak, hanem igent mondok Krisztusnak arra az ígéretére, hogy a tisztaszívűeké Isten országa.* [*www.purefashion.hu*](http://www.purefashion.hu)

Eszközigény: