



TEMAHÆFTE: **SEX & KÆRLIGHED**



HVEM GIVER DU DIT HJERTE TIL?

En personlig fortælling om Gud,
sex og hjertets begær.

#04



UTUGT - "FORKERT" SEX

Hvad siger Bibelen egentlig om sex
og er det stadig relevant?

#06



"I KISSED DATING GOODBYE"

Cecilie anmelder bogen af Joshua Harris
med den kontroversielle titel.

#08



Skabt til sex og kærlighed



For nogle år siden blev der lavet en undersøgelse af, hvad 7.-9. klasseelever egentlig interesserede sig for. Det var en simpel spørgeundersøgelse, og som altid må resultaterne tolkes med visse forbehold. Det viste sig dog, at omkring 80% af eleverne interesserede sig meget for "Kærlighed". Cirka 55% interesserede sig meget for sex. Til sammenligning var det kun 26%, der interesserede sig meget for "Guds eksistens", men en fjerdedel er selvfølgelig også ret mange, så vi gør ingen skade i at adressere det.

Jeg indrømmer blankt, at jeg også synes, kærlighed og sex er blandt verdens mest interessante emner overhovedet. Romantisk kærlighed – den, der oftest finder sted mellem en mand og en kvinde – er den mest interessante form for kærlighed, selv om den nødtigt skulle gå hen og helt overskygge den kærlighed til venner og familie. Sex er interessant, fordi emnet berører noget meget personligt og privat. Vi kan ikke ignorere, at vi er seksuelle væsner, selv om folk af og til har prøvet. Det seksuelle kan dog både være en kilde til smerte og nydelse, sorg og glæde.

ET SÆRLIGT HORMON

Sex og kærlighed er utrolig vigtige for hvordan vi lever vores liv. Hele vores måde at relatere til andre mennesker bunder i, hvad vi dybest set tror om kærlighed og sex. Forkert sex er utrolig skadeligt for samfundet. Der er selvfølgelig forskel på mænd og kvinder. Når en mand og en kvinde har sex, så udløses der i kvindens hjerne et hormon, der hedder oxytocin. Dette hormon gør, at kvinden instinktivt føler sig tæt knyttet til den person, hun har haft sex med. (Det samme hormon udløses for øvrigt, når hun ammer en baby, og gør at hun føler sig tæt knyttet til barnet.) Mænd har også hormonet, men i langt mindre grad. Hvis manden efterfølgende afviser kvinden, han har haft sex med – og det er han måske tilbøjelig til, hvis hans primære interesse i hende var, at hun kunne give ham den orgasme, han nu har fået – så vil det føles som en meget hård afvisning.

Med den adfærd, der er blevet almindelig i vores del af verden, så er det måske ikke så underligt, at mange mænd ser på kvinder som et middel til nydelse (og ikke som mennesker), og

at mange kvinder føler sig brugte og tomme og længes mere efter romantisk kærlighed end nogensinde før. Det er et resultat af, hvad vi gør med det, Gud har skabt.

HVAD GOD SEX ER

Vi er ikke designet til at have sex på denne måde. Men vi er designet til at have sex. Spørgsmålet er så, hvordan man oplever god sex. Det er næppe nok at snakke om, hvad man "ikke" bør gøre. Livet bliver ikke automatisk godt af, at vi undgår alt muligt dårligt; vi må også tilføre livet en masse godt. Her gælder det samme for sex og kærlighed, som gælder for alt andet: Det gode er at tro på Jesus og at følge ham. At bede Gud om Helligånden og at give Gud tid og mulighed til at arbejde med vores hjerter. At leve i den frihed, som Gud tilbyder alle mennesker.

Ja, Gud stiller nogle krav til os, men det er ikke strenge regler og tunge byrder; det er påbud, som ultimativt sætter os fri. Kun hvis vi er frie, kan vi for alvor glæde os over hans velsignelser. Jeg tror, den bedste sex – og den bedste kærlighed – findes i ægteskabet. Ægteskab er ikke noget, vi mennesker selv har fundet på, men noget Gud indstiftede helt tilbage i begyndelsen, fordi han vil os det allerbedste.

Alt dette, og mere til, kan du læse om i dette temahæfte. Jeg vil opmuntre dig til at snakke med nogen om det du læser (en præst, en ven, din smågruppe, etc.). Du er også altid velkommen til at kontakte ungdomsafdelingen om, hvad du synes, eller kontakte de forskellige forfattere angående deres synspunkter.



Ung Adventist

anbefaler...

UA HAR SPURGT TRE PAR OM HVILKEN SANG, DER BEDST UDTRYKKER PARRETS KÆRLIGHED OVER FOR HINANDEN. TILFÆLDIGVIS HAVDE TO AF PARRENE DEN SAMME SANG PÅ HJERTE.



"AMAZING GRACE - MY CHAINS ARE GONE"

AF: TABITA & THOMAS

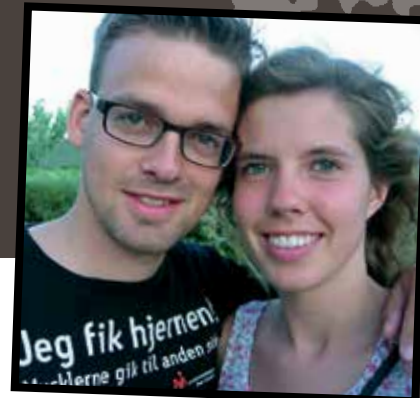
"For os har "Amazing Grace - my chains are gone" med Chris Tomlin, en helt speciel betydning. Den er meget beskrivende om Guds kærlighed til os. Beskrivelsen af os som frigivne fanger, er meget stærkt og viser tydeligt behovet for Jesus. Evnen til at elske kommer fra Gud, og hans underfulde kærlighed og befriende nåde, giver os mulighed for at se en lille bid af en overvældende kærlighed. Vi takker Gud for hans nåde og for at Han har givet os evnen til at videregive bare en smule af alt den kærlighed han har for os."



"COME WHAT MAY"

AF: NICOLINE & NICOLAI

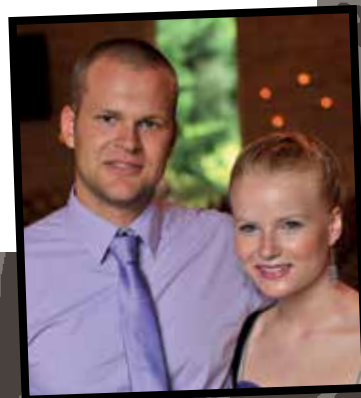
"Come What May" fra filmen Moulin Rouge er vores favorit kærlighedssang, til dels på grund af den søde melodi, men også især teksten. Den er virkelig smuk og i forbindelse med vores bryllup og ja til hinanden i medgang og modgang, forrige år, valgte vi at den skulle synges efter vores vielse, da vi synes den afspejler vores løfter og følelser til hinanden utrolig godt. Der findes ikke en sang for os, der siger det bedre."



"COME WHAT MAY"

AF: SARAH & TEDDY

"Vores kærlighedssang hedder "Come What May", som bliver sunget i filmen Mouline Rouge af Nicole Kidman og Ewan McGregor. Lige fra starten af vores eventyr sammen sang vi sangen for hinanden, da denne sang præcis udtrykker de følelser, den hengivenhed og den store kærlighed vi har til hinanden. En kærlighed der består til den dag vi dør, lige meget hvad der måtte ske, om end årstiderne skifter eller jorden går under, så vil vores kærlighed til hinanden og Gud bestå."



Hvem giver du dit hjerte til?

I kender det nok godt – at betragte det modsatte køn! At tage på lejr for at score, at finde en sommerflirt, at tage på stranden om sommeren for at se på piger i bikini eller selv at gå i tøj som viser formerne, netop for at få folk til at pifte eller dreje hovedet når du går forbi. Uanset om du er dreng eller pige kan du nok genkende noget af dette, og det er lige præcis derfor jeg skriver om mine oplevelser med sex og kærlighed – for at fortælle dig dét, som ingen fortalte mig...

JAGTEN PÅ TILFREDSSTILLELSE

Som teenager elskede jeg opmærksomheden fra drenge, at blive holdt om og blive betragtet. Det bedste var deres reaktion, når man flirtede lidt eller havde en nedringet bluse på. Som mange piger er jeg vokset op med den opfattelse, at det er de seje og lækre piger, der får drengenes opmærksomhed, og de bedste dage var, når man var én af dem. Drenge opfattede mine signaler, som mere end det jeg selv lagde i dem, og pludselig var det alt andet end uskyldig flirten. Flirt blev til kys, og kys blev til mere end bare kys. Jeg nød, at de ville have mig, jeg nød at få deres accept! Jeg blev forelsket og har haft flere forhold de seneste år. I starten oplevede jeg, at jo længere man går, jo mere spændende og fantastisk bliver det. Nydelsen ved at være helt nøgen og være så tæt med et andet menneske var fantastisk. Jeg elskede sex og ville have mere, eksperimenterende og vildt – alt sammen for at få denne thrill-oplevelse hver gang. Næste gang måtte niveauet sættes højere.

Når tilfredsstillelsen bliver det vigtige, vil man gøre alt for at få bedre sex. Der er derfor, i mange kvindeblade, gode råd

om, hvordan man krydrer sexlivet. Folk, der har sex for deres egen tilfredsstillelses skyld, vil altid mangle noget for at have et godt sexliv. Jeg selv gik en dag så langt, at konsekvenserne ved ubeskyttet sex virkede ubetydeligt små i forhold til den tilfredsstillelse sex ville give mig. Ugerne derefter var et helvede. Mærkelige følelser i maven og kvalme gjorde mig nervøs. Jeg fandt i starten på undskyldninger for kvalmen for ikke at tage situationen alvorlig. Tanken om at skulle være mor og følelsen af hvad folk ville tænke, fyldte mit hoved. I min eksamensperiode kunne jeg ikke tænke på andet. Jeg var virkelighedsfjern og kunne ikke tage mig sammen til noget som helst. Uanset om der var et barn eller ej, var



MERE OM EMNET:

Taler på audioverse.org

- "But we're just friends" af Nicole Parker.
- "God invented sex" (3 dele) af Alan og Nicole Parker.

Bøger:

- "Sex is Not the Problem – Lust is" Joshua Harris (finds på dansk: "Når lysten melder sig")
- "I Kissed Dating Goodbye" Joshua Harris (se boganmeldelsen)



jeg fuldstændig sikker på at Gud ville være med hele vejen. Men hvor var jeg taknemlig for, at graviditetstesten var negativ.

EN FØLELSE AF TOMHED

Hele mit liv har jeg prøvet at fylde det tomme hul indeni, som har gnavet og gjort ondt. Følelsen af at der mangler noget, før jeg er lykkelig. Følelsen af ikke at være hel og følelsen af lavt selvværd. Jeg har forsøgt at fylde hullet gennem anerkendelse, komplimenter og sex. Men uanset hvad jeg gjorde, ville følelsen komme igen, og jeg ville søge mere og dybere anerkendelse fra mænd. Ligesom en alkoholiker – der skal større og større doser til. Det var ikke længere nok med kys og nusse-pusse med kæresten. Sex blev mit fix! Det er utrolig nemt at blive i godt humør af sex eller intimitet med det modsatte køn. Det tomme føles fyldt op, men efter kort tid er det tomt igen! Begæret vil altid vokse og aldrig tilfredsstilles. Så snart genstanden for begæret er opnået, higer man efter mere. Det samme gælder for onani. Det gør os ikke til dårlige mennesker, men det afspejler vores syn på sex og hvordan vi tænker i vores hjerte. Onani er selvcentreret og er et udtryk for at sex udelukkende handler om mig og min nydelse. Min krop, min nydelse og min orgasme.

Det ødelægger et forhold! Hvis du onanerer nu, hvordan kan du så forvente vanen forsvinder, når du engang bliver gift? Den vane du bygger nu vil følge dig senere. Når vi giver efter for trangen til at onanere, gør vi os selv slaver af synden. Vi er bundet af vores lyster og kan ikke stoppe.

GUDS KÆRLIGHED

Jeg har oplevet at min måde at søge anerkendelse og seksuel tilfredsstillelse hos mænd, har gjort at jeg ikke er kommet til Gud. Jeg har følt skam. Følt at jeg var uværdig til at komme til ham. Når jeg skammede mig, behøvede jeg ham mest, men i stedet søgte jeg trøst i endnu et fix! Jeg var nok også bange for hvad der ville ske, hvis jeg kom til ham. Bange for at give afkald på noget så vigtigt som sex. Jeg var så optaget af at føle mig elsket af mennesker, at jeg glemte at se hvor meget Jesus elsker mig. I min søgen efter kærlighed, er jeg gået glip af den største kærlighed nogensinde. Der er ingen anden end Gud, som kan fylde os op så vi aldrig tørster, og ingen anden kan ændre os til de mennesker vi burde være. Uden skyld – bare elsket!

En ting har jeg lært: Alle mine ambitioner om at gøre det rigtige, mine løfter og min kæmpen i egen kraft har vist sig at

være fuldstændig nyttesløst. Jeg kan ikke reparere mig selv. Op til flere gange har jeg taget mig selv i at banke på døren til min ekskæreste, velvidende hvad der ville ske. Jeg kender ikke mig selv længere og det skræmmer mig! Jeg ved, at det jeg gør er forkert, og alligevel kan jeg ikke stoppe. Men selv om jeg falder i, er jeg ikke et sekund i tvivl om at Gud tilgiver det hele og hans kærlighed til mig er større end nogensinde. Han rækker armene frem og siger, "Forstår du ikke hvor meget jeg elsker dig? Kom til mig, jeg vil fylde dig op med min kærlighed, jeg nyder at være sammen med dig, du fascinerer mig og jeg vil leve mit liv med dig."

VEJEN TIL GOD SEX

Vi lever i en verden, som fortæller os, at du bliver snydt for det mest fantastiske hvis du ikke har sex. Tænk at der er mennesker som ikke får lov at dyrke sex og mærke friheden ved at lade sin krop bestemme hvad den har lyst til – stakkels mennesker! Folk tror, at hvis vi ikke handler på vores lyster, så dør vores seksualitet. Det er en løgn! Gud skabte seksualiteten! Lidenskabelig sex er Guds påfund! Netop fordi han ønsker vi skal have den bedste sex, har han sat retningslinjer for os – og hvem er bedre til at fortælle, hvordan sex fungerer bedst, end ham, der skabte det? For at acceptere vores seksualitet på den rigtige måde, må vi overgive den til ham der har skabt den. Vær ærlig over for Gud, fortæl ham om dine lyster. Der er ikke den tanke eller følelse han ikke forstår. Bed ham om at du må se på andre, som mennesker der er skabt i hans billede og bed ham om at fylde dig op. Gør du det, kæmper du ikke imod din seksualitet. Tværtimod kæmper du for den! Du redder din seksualitet fra at blive ødelagt af dit eget begær.

JESUS SOM FØRSTEPRIORITET

Det vigtigste jeg ønsker for dig, er at Jesus bliver din førsteprioritet og at det er ham der fylder dig op. Alt andet er dårlige erstatninger, som kun virker kort og efterlader sig en endnu større tørst – et endnu dybere hul. Hvis du allerede har været i et seksuelt forhold, så lad vær at tro at skibet er sejlet for dig. Der er ikke en eneste seksuel synd, Gud tøver med at tilgive! Kommer du frem for ham med hele din baggage, vil han tage den på sig og fjerne enhver form for skyld du måtte bære. Når du vender dig fra synd og beder om tilgivelse, så vil Gud tilgive – Punktum! Hvis du har haft et seksuelt forhold, eller du og din kæreste har sex så tro ikke, at det ikke er muligt at leve et helligt liv og opleve hvor fantastisk sex er, når det bliver brugt efter brugsanvisningen. Vi har brug for andre til at bede for os når vi fristes. Vi har brug for andre til at irettesætte os og lede os på rette spor. Vi har brug for andre til at udfordre os. Find en person af samme køn, som du stoler på, en som har nogle gode værdier og som du ved ønsker det bedste for dig! Del dine tanker, del dine kampe! Man står så meget stærkere når man står sammen.



Utugt – "forkert" sex



I begyndelsen skabte Gud himlen og jorden – og alt der var i den. Han indstiftede ægteskabet. Som en pagt mellem to mennesker der skulle være hele livet. Og som en del af den relation, den helt tætte og intime relation som et ægteskab er, skabte Han sex.

Det er måske ikke noget vi tænker på så tit, men sex – som vi så ofte forbinder med noget, der ikke behager Gud – er skabt lige netop af Ham. Det var en gave til mennesket, en velsignelse – en måde to mennesker, mand og kone, kunne have et helt eksklusivt samvær som var forbeholdt denne helt tætte, trygge og nære relation.

Desværre gik det ikke som Gud havde befalet. Djævelen tog sex – en gave fra Gud, måske endda en af de bedste – og fordrejede den til noget helt andet. Det kom til at handle om rendyrket begær i stedet for hengiven kærlighed. Det kom til at handle om magt i stedet for tryghed. Det kom til at handle om selvet, i stedet for om den anden.

SEX OG ÆGTESKABET

I Bibelen går det tydeligt som en rød tråd gennem både det Gamle og det Nye Testamente, at sex hører til indenfor ægteskabets rammer. Hvorfor det er sådan står ikke direkte, men jeg tror en stor del af det handler om, at sex er noget så intimt, at når vi ikke dyrker det i en relation som er helt tryk, kommer vi til skade. Det skaber sår på sjælen, som kan tage lang tid om at hele. Og den eneste helt trygge relation, er den, hvor man ved den anden part ikke går; den relation, hvor det varer for livet.

Bibelen bruger forskellige ord for sex. Adam 'lå' (hebr: 'kendte') f.eks. med sin kone Eva, og hun fik Kain (1 Mos 4). I 2 Sam 11 'lå' (hebr: 'lå ned') David med Batseba. Disse ord er ikke entydigt gode eller dårlige, de beskriver bare det,

at en mand og kvinde er sammen.

Bibelen har også ord for sex, som ikke er indenfor rammerne af ægteskabet. Der er to fremtrædende ord i denne sammenhæng: 'Utugt' og 'ægteskabsbrud'. De to termer er ikke altid helt adskildte, og de præcise definitioner overlapper lidt, men hovedtanken er, at 'ægteskabsbrud' finder sted når en gift person har sex med én, de ikke er gift med, mens 'utugt' er et ret bredt ord, som nok bedst kan sammenfattes som umoralsk sex, eller 'forkert sex'.

SYNDEN MOD LEGEMET

Paulus skriver meget om utugt, han skriver f.eks. til menigheden i Korinth (indenfor de første 30 år efter Jesus tog fra jorden) om utugt – forkert sex – som fandt sted blandt de kristne. Han skriver: 'Hold jer fra utugt! Al anden synd, som et menneske begår, er uden for legemet, men den, der lever utugtigt, synder mod sit eget legeme. Eller ved I ikke, at jeres legeme er et tempel for Helligånden, som er i jer, og som I har fra Gud? I tilhører ikke jer selv, for I blev købt dyrt. Ær derfor Gud med jeres legeme!' (1 Kor 6)

Nogle gange tænker vi måske, at sex ikke hører så meget sammen med vores gudsforhold. Men Paulus knytter direkte hvordan vi bruger vores krop, hvordan vi udlever vores seksualliv – eller ikke udlever det – sammen med vores forhold til Gud. Han skriver at hvis vi 'lever utugtigt' synder vi mod vores eget legeme, og at det er en alvorlig sag, fordi vi er skabt til at være templer for Guds Ånd.

I et andet brev – til menigheden i Efesos – skriver Paulus at 'utugt og al slags urenhed og griskhed må end ikke nævnes iblandt jer; det sømmer sig ikke for hellige.' (Ef 5) Vi skal altså ikke beskæftige os med 'forkert sex'. Jeg tror ikke Paulus mener, at vi ikke må oplyse hinanden om

ting – f.eks. som i denne artikel [smiley] – men jeg tror han mener, at utugt – forkert sex – er så farligt at vi skal gøre vores yderste for at gå milevidt udenom det. Vi skal ikke engang nærme os det, ikke engang nævne det.

VIRKELIGHEDEN I DAG

Det var den bibelske beskrivelse. Hvordan er virkeligheden i dagens samfund? Er sex kun noget, som holdes indenfor ægteskabet, som en velsignelse indenfor trygge forhold? Selv spørgsmålet virker sært, fordi vi alle er klar over, at det ikke er dagens virkelighed. Ægteskabsbrud (i dagens tale det lidt mildere 'sidespring'), er i dag mere reglen end undtagelsen. Utugt – hvad enten det er sex udenfor ægteskabet, eller anden promiskuitet – gennemsyrrer hele vores kultur. Mediebilledet oser af sex, og det er desværre ikke 'rigtig sex'.

I Danmark er gennemsnittet for, hvornår folk første gang har samleje, et sted mellem 16 og 17 år. Dette tal er et gennemsnit, og siden en del personer er noget ældre når de første gang har samleje, er der også en del, som vil være yngre.

Dette er dog kun én af indikatorerne på de seksuelle oplevelser dagens teenagere skal forholde sig til, når de vokser op. Hvis Internettet havde været til på Paulus' tid, kunne det meget vel være pornografi han havde skrevet ud til menigheden i Korinth om (interessant nok hedder utugt på græsk 'porneia'). Hvis statistikkerne holder vand, vil de fleste læsere af dette på et eller andet tidspunkt have set pornografisk materiale. En god del af jer vil være afhængige af pornografi – og i modsætning til hvad der er den gængse forestilling, er det ikke kun for drenge det kan være et problem (i det hele taget er dette et kæmpe problem i kirken som vi ikke snakker om – også for de voksne).

SÅR PÅ SJÆLEN

Alt ovenstående var mest beskrivende, men hvad er problemet egentlig med sex som ikke finder sted i tråd med Guds ønsker for os? Jo, problemet med det er at vi kommer til skade – i øvrigt som med det meste andet, som Gud har fundet på vi ikke skal. Der er så mange mennesker, også indenfor kirken, som har problemer i deres familier og i deres eget liv, på grund af forkert sex.

Problemet er, at hver gang vi er sammen med nogen seksuelt (det gælder i øvrigt ikke kun samleje), giver vi noget af os selv væk. Fordi samværet er så intimt, lægger vi følelsesmæssigt os selv i det. Og bliver desto mere såret, hvis der går noget galt. Der går så mange mennesker rundt med sår på sjælen, på grund af tidligere oplevelser på det seksuelle område – sår de kunne have undgået hvis de ikke havde haft sex før de blev gift. Derudover er det et åndeligt problem. Det, der f.eks. går igen for mange, som er afhængige af pornografi, er at de føler deres forhold til Gud er rigtigt svært. Hvilket ikke burde overraske, for de fleste ved det er forkert. Og det er svært at have et velfungerende samvær med Gud, hvis man samtidigt vandrer i synd.

ALDRIG FOR SENT

I alt ovenstående er ét mønster: Det er, at Gud siger: 'Her, jeg har en bedre måde at leve på. En måde hvor du ikke skader dig selv og andre'. Og når vi tager valget om at følge Hans måde at leve livet på – også hvad angår det seksuelle – vil vi opleve store velsignelser, og en dybere vandring med Ham.

De fleste der læser det her, har desværre allerede haft oplevelser med forkert sex. Og til jer vil jeg sige, at det aldrig er for sent at vende om, og vælge et anderledes

liv. Det kan godt være svært at ændre vaner, men det lader sig gøre med Guds hjælp. Må Gud hjælpe os til at leve et liv som både ærer Ham, og hverken skader os selv eller andre.

TIL VIDERE LÆSNING:

- Joshua Harris: *Sex is not the problem; Lust is* (2003)
- Joshua Harris: *I kissed dating goodbye* (1997/2003)





"I KISSED DATING GOODBYE"

af: *Joshua Harris*



Grunden til at jeg valgte at læse og skrive en anmeldelse af netop denne bog, er at jeg selv har tænkt meget over, hvad vi som kristne mener om hele dating-scenariet. Alt for ofte ser man unge mennesker, blive kede af det eller sårede pga. konsekvenserne af dating. Denne sommerferie kom jeg til den konklusion, som bogens forfatter også kom til: Der må da findes en bedre måde?! Joshua Harris var kun 21 år gammel, da han skrev denne bestseller af en bog, om at betro sit kærlighedsliv til Gud.

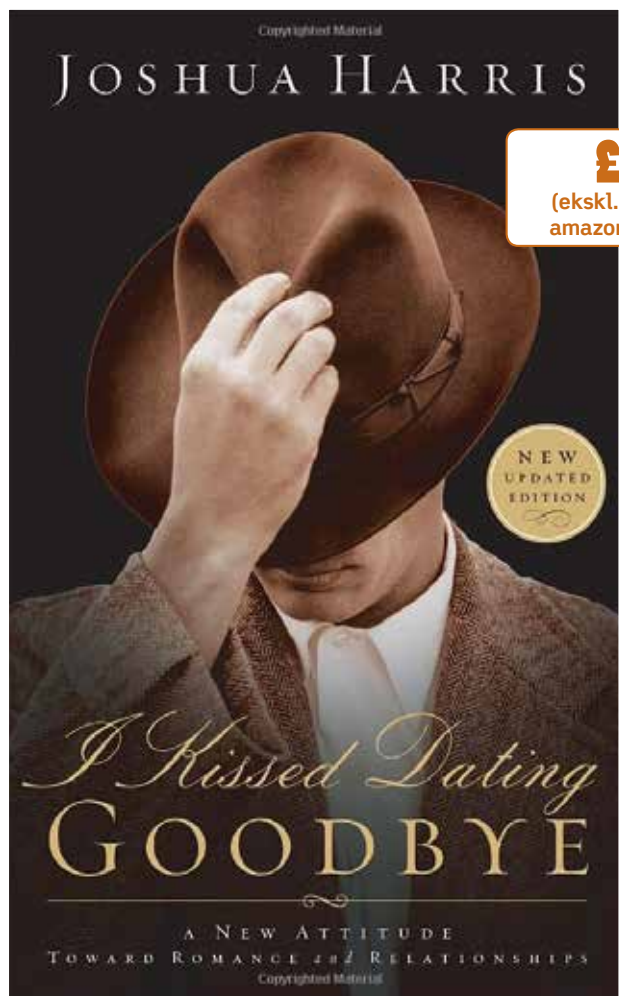
Til at begynde med takker Joshua den enkelte læser for at have åbnet bogen overhovedet, pga. bogens noget radikale budskab: "Kys dating farvel"! Han forklarer at bogens egentlige

fokus faktisk ikke er på dating i sig selv, men nærmere på Guds planer for vores liv. Joshuas mission er at berige dit og mit liv og derigennem bringe os tættere på det liv, Gud ønsker for os.

DET LILLE FORHOLDSPRINCIP

Som en af bogens helt centrale hovedpunkter, introducerer Joshua os for det lille forholdsprincip, som lyder: "Glæden ved intimitet er belønningen af forpligtelse." Dating ser forfatteren som et produkt af vores underholdnings- og fornøjelseskultur, som vi ser i samfundet omkring os. For at uddybe denne tanke, laver han en såkaldt kage-analogi. Intimitet er ligesom





£7

(ekskl. porto)
amazon.co.uk

kageglasur – sød i starten, men man bliver syg af det i længden. Hvis man ser intimiteten mellem en mand og sin hustru i et ægteskab som kageglasuren, så opdager man hurtigt at de fleste dating-forhold faktisk bare er som kageglasur. Mange gange mangler disse forhold en klar destination (som fx ægteskab), og kommer derfor ofte til at dreje sig om kortsigtet dating, der dækker det umiddelbare behov for emotionel og fysisk nærhed. Vi dater, fordi vi netop ønsker disse fordele, men uden at ville tage ansvar for den reelle forpligtelse, der hører med til at komme så tæt på hinanden.

Joshuas pointe er, at vi kristne har overtaget den måde samfundet omkring os dater på. Men som kristne har vi modtaget nogle andre principper fra Gud, som giver meget mere mening og som beskytter os fra omverdenens sorg og smerte. Den sekulære kultur som vi lever i her i 2012, bombarderer os med reklamer, musik, film og skønlitterære romaner, der alle på den ene eller den anden måde opfordrer os til at følge vores drifter og følelser og viser os at det er okay, og endda godt at tilfredsstille disse lyster med det samme. Joshuas opfordring til os er at vi skal benægte os selv disse øjeblik-

nydelser, og i stedet søge at leve et rent, Gud-fokuseret liv. Han påpeger, at det i bund og grund er meget selvsk af os at opsøge romantiske forhold, med mindre man er klar til at overveje ægteskab med vedkommende.

NÅR "DET BIOLOGISKE UR" TIKKER...

Kender du til det med, at det føles som om hele ens generation og omgangskreds er i gang med at planlægge bryllupper og blive gift? Hvis du, ligesom jeg selv til tider kan finde på at tænke på om du selv mon nogensinde finder "den eneste ene", som du skal giftes med, så kommer der her et par gode råd fra Joshua Harris. "Hustle while you wait", som hans mor plejer at sige. Udtrykket vil sige at man i stedet for bare at gå rundt og vente på at ens udkårne pludselig dukker op, udnytter den tid man har som single til noget fornuftigt. Tiden som single giver én uendelige muligheder til at fordybe sig i ens forhold til Gud og vokse i tjeneste til andre. Øv dig på at blive den mand eller den hustru, som du engang gerne selv vil være i et ægteskab. Gud har lovet, at Han vil udfylde det "tomrum", du måske føler ved at være single. Gud opfordrer os til at have tålmodighed og tro til at vente på det rette tidspunkt og i mellemtiden søge at styrke de nære relationer vi har til familie og venner i kirken.

GOD, MEN OGSÅ RADIKAL

Hvis jeg skal komme med min vurdering af bogen, synes jeg oprigtigt at der findes mange gode principper at hente, men et par enkelte råd virker også en anelse radikale og gammeldags – eller konservativ, om man vil. Jeg kan se, at det er principper baseret på Bibelen, men fordi vi lever i en verden med en helt anderledes kultur i dag, så virker det som en forældet måde at tænke på. Det er dog nok den anden vej rundt: Gud ved hvad han snakker om, men vi har måske vænnet os til at tænke som den faldne verden omkring os tænker.

De fleste råd udgør en rigtig fornuftig rettesnor for, hvordan man kan vælge at gribe sine forhold til det andet køn an. Hele tankegangen bag at man må omlægge sit forskruede syn på selve dating-scenariet og starte på en frisk, er vigtig at få med sig. Det allervigtigste budskab bogen kommer med, er i hvert fald, at du skal lægge dine fremtidsplaner i Guds hænder og virkelig stole og tro på at Han nok skal vise dig, hvem din udkårne er på det helt rette tidspunkt.

Hvis du finder dette emne og nogle af disse pointer interessante, vil jeg opfordre dig til at købe bogen og gå i gang med at studere og i sidste ende anvende nogle af disse principper i praksis, til berigelse af vore liv i Kristus!



"THE #1 KEY TO INCREDIBLE SEX"

ved Mark Gungor



I DVD-seminaret, The #1 Key to Incredible Sex, skiller præsten Mark Gungor i stereotype træk, hvordan kvinden generelt er den komplicerede i forhold til manden, og at denne forskel er afgørende for, hvordan vi oplever sex.

Det skal lige siges, at Mark indledningsvis gør det klart, at han taler ud fra generelle problemstillinger ved sex mellem mænd og kvinder og understreger, at rollerne godt kan være byttet om, men at man må forsøge at overføre pointerne til ens egen situation.

FORSKELLEN PÅ MÆND OG KVINDER

En væsentlig forskel på mænd og kvinder er deres associationer ved sex. Mark fortæller, at vi indprenter os billeder af vores første erfaringer med sex, som har afgørende betydning for resten af vores sexliv. Mænd indprenter sig omstændighederne, der fører frem til den seksuelle udløsning, mens kvinder indprenter sig det, der sker umiddelbart efter. Vores respektive oplevelse af omstændighederne før og efter sex er altså afgørende for, hvordan vores krop indstiller vores seksuelle kompas. For eksempel vil mænd instinktivt lade de første seksuelle oplevelser diktere opskriften på sex resten af livet. Er den første oplevelse af sex baseret på pornoens egocentrerede idealer og fantasiers begær bliver det sammenligningsgrundlaget frem for et fokus på kvinden.

LYSTBASERET VERDEN

Mark fortæller, at verden har ladet sig overbevise om en misforstået tilgang til

sex. Vi har godtaget en tilgang til sex, hvor lysten er det grundlæggende element. Lysten medfører en seksuel ophidselse som ender ud i den seksuelle tilfredsstillelse. Problemet er bare, ifølge Mark, at det for de fleste ikke er tilfældet. Særligt for kvinder er lysten ikke et allestedsnærværende anlæg som driver dem frem mod sex. Ofte opleves kvindens manglende lyst som et hovedproblem for begge parter.

FORSKRUEDE FORESTILLING OM SEX

Forklaringen på den manglende lyst hos kvinderne, skal ifølge Mark, findes i den forskruede forestilling om, hvad sex er. Sex er blevet en individuel jagt på seksuel forløsning. Sex med mange forskellige partnere, onani og porno er blevet almindeligt i jagten på den selvcentrerede seksuelle tilfredsstillelse. Man behøves ikke at være to til sex. Især mænd gør brug af onani og porno, og forsøger at overføre deres erfaring herfra til når de kommer i et forhold. Problemet er at manden faktisk har gjort sig uafhængig af kvinden. Han kan bedst og nogen gange kun have sex på sin "egen" måde. Det udgangspunkt tænder ikke kvinderne. Kvinderne, der i modsætning til mændene vægter tiden efter sex højt, bliver ofte overladt til tomhed og manglende nærvær efter mandens lystdrevne fix, hvorfor det kan være svært for kvinden, at associere sex med den samme oplevede tilfredsstillelse som mænd. Mænd og kvinders tilgang til sex står dermed i kontrast til hinanden og netop dette kontrastforhold er omdrejningspunktet i Marks seminar.

DEN KOMPLICEREDE KVINDE OG MANDEN SOM ELSKEREN

"Hvordan opnår man god sex?" – Ved at

kvinden også nyder det, siger Mark. Han mener at det er en fejlagtig indgang til sex, at det handler om egen tilfredsstillelse og at mænd ofte forsøger at kopiere deres indprentede billeder fra porno og andre medier til dobbeltsengen. Mark gør det meget klart at god sex handler om at gøre det godt for sin partner. Da kvinden er den komplicerede, skitserer Mark 5 punkter, som guide for manden til at tænde op under sin kvinde.

1. EKSKLUSIVITET
2. PRIVACY
3. TID
4. FORSPIL
5. ROMANTIK

Mark starter fra bunden med romantikken. Mark gør op med den misforståede tro på, hvordan sex fungerer, nemlig i tre trin: Lyst → Ophidselse → Sex. For sådan er det bare ikke for mange kvinder. Lyst (måske mere forstået som drift) er ikke et selvskrævet første trin for kvinden. Dermed ikke sagt, at kvinder ikke kan nyde sex eller kan føle lysten, når først hun er tændt, men det kræver at der skabes stemning og scene for at hun kan få lyst. Det er det romantik handler om. Mark beskriver mandens rolle som "A lover to the girl" – En elsker til kvinden. Forståelsen af dette bringer Mark videre til det fjerde punkt i "guiden til god sex", at huske forspillet. Han tager udgangspunkt i Højs. 7, 7-9:

"Hvor er du vidunderlig smuk, min elskede! Hvor jeg nyder at se på dig! Du er slank som et palmetræ, dine bryster er

som daddelklaser nær palmens top. Jeg vil bestige palmen og gribe fat om dens frugt."

Det er ikke meningen at man skal gå direkte til agten. Som Salomo beskriver, skal manden bestige – arbejde – før han kan nyde frugten.

Tredje punkt på listen er tid. Mark fortæller om en udsendelse på TV, hvor han har set, at mænd gennemsnitligt holder 2 minutter under sex. Samtidig handlede programmet om kvinder der følte sig utilstrækkelige og utilfredsstillede, da de ikke kunne opnå orgasme og derfor stillede spørgsmålet: "Hvad er der galt med mig?". En grotesk situation, mener Mark, da han påpeger at det gennemsnitlig tager kvinden 7-14 min at opnå orgasme. Et regnestykke, der i sig selv forklarer programmets kvinders situation. Mark opfordrer manden til at give sig god tid og huske på at det tager kvinden længere tid. Samtidig lægger Mark ikke skjul på kvindens ansvar, idet mandens udholdenhed primært trænes ved regelmæssig sex. Det er generelt en vigtig pointe for Mark at "incredible sex" er fælles ansvar og handler om samarbejde og samtale.

Det andet punkt er privacy, som vi har ladet være på engelsk, da vi ikke rigtig synes der findes et tilsvarende dansk ord. Privacy dækker nemlig over flere ting. Først fremhæver Mark vigtigheden af, at kvinden føler sig tryk under sex. Dette indebærer både at hun føler sig tilpas i nærvær med manden og at hun ikke føler sig forstyrret eller hørt af andre. Hvis hun er mor kan hun have svært ved at abstrahere fra børnefamilielivet. Mark påpeger at sex i børneperioden er meget afgørende for ægteskabet, da mangel på samme er en af de mest forekomne grunde til skilsmisse. Når det er sagt, er det igen afgørende, at begge parter forsøger at være forstående og samarbejder om at få sexlivet til at fungere. Manden skal forstå, at det at få børn ændrer noget i kvinden. Mor-genet har sat ind og energi og privacy er svært at opretholde. Omvendt må kvinden forstå, at manden ikke har ændret sig synderligt, efter børnene er kommet til. Han har stadig det samme behov for intimitet med sin kone. Hvis manden ikke opnår sin intimitet sammen med sin kone søger han i frustration verdens svar på problemet i sexlivet. Hvor selvmodsigende det end lyder, op-

fordrer eksperter gang på gang at pifte sexlivet op med utroskab og porno for at genfinde lysten og begæret, som fejlagtig anses som kilden i et godt sexliv. Kvinden risikerer derved, at hendes mand til sidst opsøger behovet for sex gennem medier og i sidste ende ofte hos andre kvinder. Dette er ifølge Mark en selvopfyldende opskrift på et dårligt sexliv, idet kvindens vigtigste forudsætning for at give sig hen til sex, er eksklusivitet. Der findes ikke nogen kvinde, der ønsker at være genstand for en selvbetjening fra manden. Det er derfor mandens kunst at lade hans kvinde vide, at hun er den eneste, han har fokus på. Det skal være hende han har lyst til at have sex med. Desværre har verden ændret på logikken bag god sex. Mænd er i dag villige til at udbytte rigtige kvinder med lystbaserede fantasier. Grotesk, mener Mark!

SEX HØRER TIL I ÆGTESKABET

Det er Marks helt klare holdning, at sex hører til i ægteskabet, men ikke af moralske grunde, selvom han også sagtens kunne argumentere sin holdning ud fra dette perspektiv. Nej holdningen er simpelthen fordi, det er den eneste opskrift på et virkelig godt sexliv, og argumenterne herfor skal man sammenfatte fra hele denne artikel eller endnu bedre igennem hans seminar. At man bør vente med sex, til efter man er gift, er ikke en forældet religiøs tradition. Det er, ifølge Mark, en naturlig forudsætning for at indfri det bedste sex mellem en mand og en kvinde med hensyntagen til vores forskelligheder, og hvordan vi fungerer. Gud som skabte os, vidste hvad der ville være bedst for os, da han indførte ægteskabet. Ægteskabet er simpelthen de bedst tænkelige rammer for at opnå andet og mere end selve den fysiske udløsning ved sex. Ægteskabet danner forudsætningen for virkelig god sex, som udløser en tilfredsstillelse, som det fysiske fix udenfor disse rammer ikke kan give.

KEJSERENS NYE KLÆDER

Når man standser op og tænker over det, er verdens svar på seksuelle problemer indlysende forkerte, men en mærkelig anerkendelse eksisterer alligevel verden over, som det også fortælles om i eventyret af H.C. Andersen om kejserens nye

klæder. Verden har brug for, at nogen tør sige det indlysende. Vi er ikke dyr, vi kan sige fra, men vi lever i et samfund, hvor idealet om at være i kontrol anses for at være absurd – vi anbefales derimod at give efter for lysten/driften. Sandheden er, ifølge Mark, at porno og lyststyret adfærd frarøver dig virkelig god sex med din partner. Tillader vi os selv at give efter for lysten og fantasierne, er det som at små-snacke hele dagen – det ødelægger appetitten for det egentlige måltid. Nok synes vi at finde umiddelbar tilfredsstillelse, men vi bliver aldrig rigtig mætte. Mark mener, at eksperterne der hævder, at fantasiens løgn er sand, er intellektuelt uærlige, fordi de selv er afhængige af de samme virkemidler for at holde gang i deres sexliv.

ANBEFALING

Marks foredrag om sex er en utrolig skarp og tankevækkende analyse af, hvad der skal til for at sikre virkelig god sex. Selvom vores artikel ikke afspejler meget humor, er Marks præsentation af emnet virkelig underholdende, og den kan helt sikkert få dig til at grine mange gange under vejs. Alle unge burde unde sig selv at se disse seminar, som på en sjov måde åbner ens øjne op for virkeligheden, ligesom den lille dreng, der ser og anerkender, det alle de andre ikke gør – nemlig at kejseren er nøgen. Ligeledes burde alle gifte par unde sig selv at give sexlivet et eftersyn med denne nuancerede fremstilling af mange aktuelle problemstillinger, som man støder på i samlivet mand og kvinde i mellem.

DVD-pakken indeholder:

- "The Tale of Two Brains"
- "Why Does He/She Do That?"
- "The #1 Key to Incredible Sex"
- "How to Stay Married and Not Kill Anyone"



\$59,99
laughyourway.com

Åh, den kærlighed ...



Nogen siger, at hjerte rimer på smerte – eller også er det omvendt – eller også er det noget vrøvl! Men uanset, så er det der med kærlighed en svær størrelse. Langt de fleste af os har oplevet vores forældres ubetingede kærlighed, men lige pludselig begynder vi selv at mærke, at noget inden i os vækkes til live. Vi tænker på det – vi mærker det – vi længes efter det. Længslen efter at få en kæreste, som man selv kan give kærlighed begynder at presse sig på.

Og sådan skal det være, for det er sådan, Gud har skabt os. Men man kan også få sit hjerte knust af ulykkelig kærlighed, eller ligegyldig kærlighed eller af kærlighed, der gives, men som kastes til jorden og rammer med et 'smask' og splintres i tusind stykker. "Alting kan gå itu, et hjerte kan gå i tusind stykker," synger Anne Linnet så smerteligt smukt (Anne Linnet ... ja, jeg er gammel ...). Med kærligheden følger risikoen for at blive såret, og med kærligheden følger chancen for at opleve noget af det mest berigende og smukke, man kan tænke sig. Så lad os sammen se lidt på det der med KÆRLIGHED.

JORDENS FØRSTE KRISE

Ved du, hvornår den første krise opstod i denne jords historie? Hvornår Gud første gang sagde, at noget ikke var godt? Ved syndefaldet? Nej, før det – den første krise opstod i Paradis, da Adam mærkede, at han var alene. "Gud Herren sagde: 'Det er ikke godt, at mennesket er alene.'" (1 Mos 2,18). Men havde Gud ikke gennem hele skabelsen sagt, at "alt var godt"? Og kunne Gud skabe noget, som var "ikke godt"? Gud valgte at skabe manden (mennesket) med en indbygget "alene-hed", som kun kan fyldes af an-

dre menneskers kærlighed. Adam mærkede selv, at han havde et behov for at elske og for at blive elsket af et andet menneske. Gud har skabt os med et behov for kærlighed, som kun andre mennesker kan opfylde. Og Gud har sat os her for at kunne fuldende skaberværket sammen med ham. Vi tjener Gud, når vi opfylder vores kærestes, ægtefælles, vens følelsesmæssige behov. Gud har givet os en opgave, nemlig at elske hinanden. Det er ikke noget, som han vil udfylde for os. Det er noget, som han har kaldet os til at gøre. Når vi elsker hinanden, så opfylder vi Guds plan for os, og Gud får ære og vi glæder ham, når vi gør det!

GUD ER KÆRLIGHED

Måske tænker du, at det da er mærkeligt, at Gud har skabt os med et behov, som kun andre kan opfylde. Men egentlig er det ikke. For vi er skabt i Guds billede. "Gud skabte mennesket i sit billede; i Guds billede skabte han det, som mand og kvinde skabte han dem" (1 Mos 1,27). Der skulle altså både en mand og en kvinde til, for tilnærmelsesvis at vise, hvem Gud er. Og Bibelen lægger heller ikke skjul på, at et af Guds fornemste karaktertræk er netop kærlighed (Gud ER kærlighed! Se 1 Joh 4,8). Når vi elsker hinanden – når vi tager hinandens ensomhed væk, så viser vi Guds kærlighed til vores kæreste. Så opfylder vi Guds bud om, at vi skal elske hinanden og blive ét. Gud lever selv i et kærlighedsforhold. Faderen, Sønnen og Helligånden er bundet



sammen i en relation fuld af kærlighed. Det var ikke kun Sønnen, der fandt på, at mennesket skulle skabes – nej det var dem alle. Der står: "Gud sagde: 'Lad OS skabe mennesker i vort billede, så de ligner OS!'" (1 Mos 1,26 – *min fremhævnings*). Så i en fælles kærlighedserklæring skaber de mennesket til at leve i kærlighed.

Nogle tænker, at Gud da må kunne opfylde vores "alenehed" og at hvis vi bare har et nært nok gudsforhold, så behøver vi ikke andres kærlighed. Og ja, Gud kan opfylde alle vores behov. Men tænk igen på Adam. Han gik sammen med Gud, han kunne se Gud, tale med Gud, måske røre ved Gud, og alligevel så Gud, at det ikke var godt nok. Selv i så tæt en relation, som Gud havde med Adam, var det nødvendigt at skabe en Eva, så menneskene kunne opfylde hinandens følelsesmæssige behov – fordi sådan havde Gud udtænkt det! Gud har skabt os – både som kærester/ægtefæller og som hinandens venner og menigheds – til at tage den ensomhed væk, som ligger i os.

HVORDAN VISER DU KÆRLIGHED?

Kærlighed er også svært, som jeg skrev i indledningen. Man kan blive såret og skuffet, når man har elsket. Når kærlighed ikke gengældes, dør den. Når kærlighed ikke går begge veje, bliver det smertefuldt. Og når kærlighed udvises på måder, som den anden ikke forstår, så opstår der konflikter og frustrationer. Måske har du hørt om kærlighedens fem sprog? Fem måder at udtrykke kærlighed på, som de fleste mennesker bruger i større eller mindre grad: Anerkendende ord, tid, gaver, tjenester og fysisk berøring. Det er måder, som vi bruger til at udtrykke eller modtage kærlighed på. Men alle mennesker har ikke samme måde at opfatte kærlighed på. Jeg holder f.eks. rigtig meget af, når Thomas giver mig komplimenter, roser mig eller bare siger, at han er stolt af mig og elsker mig, altså anerkendende ord. Og hvis han aldrig sagde det til mig, så ville jeg begynde at tvivle på hans kærlighed til mig. Men nu kunne det jo være, at han tænker: "Blomster og gaver. Det er lige det, kvinder, vil have, så hvis jeg bare køber dyre fødselsdagsgaver og blomster hver uge, så ved hun, at jeg elsker hende." Og selvom jeg synes, at det er dejligt at blive forkælet med lækre ting og smukke blomster, så taler det ikke lige så stærkt til mig, som f.eks. anerkendende ord. Og sådan kan vi komme til at tale forbi hinanden, hvis vi opfylder nogle kærlighedsbehov, som den anden person ikke har, eller ikke forstår. Og vi kan selv blive frustrerede, når vi tror, at vi udøser en masse kærlighed ved at brug al vores tid på at støvsuge bilen, bære tasken, gøre rent, hjælpe med lektierne, tage opvasken (tjenester), når vores partner allerhelst bare vil have lidt alene-tid sammen med os uden forstyrrelser!

Så når du ønsker at vise kærlighed til andre, så er det vigtigt, at du taler et "sprog", som den anden forstår. Og det er vigtigt, at du er opmærksom på, hvordan der bliver vist dig kærlighed, og at du tager imod den kærlighed, selvom den er givet på en anden måde, end du lige forstod.

Når vi opfylder hinandens kærlighedsbehov, så opfylder vi også Guds formål med os.

NÅR MAN ENGANG ER BLEVET SÅRET

Enhver fortrolighed kan misbruges – ethvert udtryk for kærlighed kan afvises. Og det gør smertelig ondt. Når man har elsket og hjertet nu ligger i stumper på jorden, så kan det være svært at skulle samle det op. Det kan være hårdt en anden gang at turde åbne sig op for et andet menneske, når man en gang har oplevet smerten ved ulykkelig, ugengældt, mislykket eller svigtet kærlighed. Nogle holder sig tilbage fra at elske igen af samme grund. Men vi er skabt til at elske og blive elsket.

Og når du så går ind i et kærlighedsforhold til et andet menneske, så tal om, hvor forpligtede I er til hinanden. Tal om, hvor jeres grænser går for, hvor meget I åbner jer for hinanden, og hvor meget tillid I har til hinanden. Og når forholdet og kærligheden kan bære det, så forpligt jer til hinanden. For kun når I har tillid og tiltro til hinanden opstår den fortrolighed og den trygge kærlighed, som er så givende og fantastisk. Er du i et forhold, hvor den tillid og forpligtelse ikke er til stede, så tal med din kæreste om det. Og overvej, hvordan I kan gå fra et overfladisk forhold (på det følelsesmæssige plan) og ned på et dybere niveau, hvor I frit tør dele tanker og følelser med hinanden. Og ønsker I ikke at gå på et dybere niveau, så er det måske her, I skal stoppe forholdet?

Committed kærlighed (også kaldet ægteskab) er grundlaget for tryghed i forholdet. Det er ikke kun et green-card til sex, men fundamentet for, at I er totalt sikre på den andens loyalitet, og at I sammen med Gud opfylder den andens inderste ensomhed og følelsesmæssige behov. Den ensomhed, som Gud lod Adam opleve, så han i fuld bevidsthed kunne nyde og elske den kvinde, som Gud skabte til ham, og opfyldte hendes inderste behov for at elske og blive elsket.

VIL DU VIDE MERE?

- "Kærlighedens fem sprog" af Gary Chapman (Forlagsgruppen Lohse)
- "Never alone" af David & Teresa Ferguson (Tyndale House Publishers)
- "Kæmp for kærligheden" af Markman, Stanley og Blumberg. (Høst & Søn)
- kaerlighedssprog.dk – her kan du læse mere om de fem kærlighedssprog og tage en simpel test for at finde dit og din kærestes primære kærlighedssprog.
- Adamogeva.dk – kristen hjemmeside med meget information om kærlighed, kærester og sex specielt for teen-agerne og unge. Der er rigtig mange oplysende og ærlige artikler og en omfattende brevkasse.

BEDSTE VENNER RESTEN AF LIVET

VORES ÆGTESKAB

Vi har nu været gift i lidt over et år (2012). Inden da var vi kærestes i 7½ år, hvorfor det var et naturligt skridt i vores forhold at gifte os, omend stort. Vi elsker hinanden og ønsker at tilbringe resten af vores liv sammen. Vi ønskede at bekræfte vores kærlighed for hinanden foran familie, venner og Gud.

Det har været et spændende år og en utrolig dejlig tid, at flytte sammen, at være sammen hver dag, at bygge en hverdag op sammen og få den til at fungere. Før var det dit og mit, nu er det vores. Man står med fælles ejendele, fælles økonomi, fælles ansvar. Man står med et ansvar om at passe på og tage vare på hinanden. Man er ikke bare én, man er to.

Det er en gave, at være så tæt på sin bedste ven. At have en at kunne dele hverdagens glæder og sorger med. En der

kysser farvel når man smutter på arbejde om morgenen og en der tager imod når man kommer hjem efter en lang dag. En der overrasker, får dig til at grine og hjælper når alt ser uoverskueligt ud. I virkeligheden er det med meget få ord, at have et fast holdepunkt og det er en dejlig sikkerhed og enorm tryghed at vide, at man har en der altid er der, uanset hvad livet byder.

Som et par er man hinandens bedste venner, og det er en dejlig ting at kunne tilbringe tid med sin bedste ven hver eneste dag, resten af livet.

CODE RÅD OG TIPS

Til de par, der går med tanker om at man vil leve resten af livet med den man er sammen med, kan vi kun råde jer til at tage næste skridt. Hvad holder jer tilbage? Hvis du er i tvivl, så overvej følgende;

det handler ikke om at finde den man kan leve med, men om at finde den man ikke kan leve uden! Hvis du allerede har fundet den person, du ikke kan leve uden, hvad venter du så på?

Når beslutningen er taget, eller endda inden, vil vi også råde jer til at gå til ægteskabsforberedelse hos jeres præst. Dette kan åbne op for samtaler og overvejelser, der måske ikke før er dukket op. Desuden får man nogle værktøjer til konflikthåndtering og gode råd. Og så er det også en god måde at lære præsten at kende på (og omvendt), inden vielsen.

Parweekend, som arrangeres en gang hver andet år, kan også stærkt anbefales, både som kærestes, forlovede eller ægtepar. Det er ligesom en time-out, hvor der er total fokus på jer og jeres parforhold.

Held og lykke med beslutningen!



**"SOM ET PAR ER
MAN HINANDENS
BEDSTE VEN-
NER, OG DET ER
EN DEJLIG TING
AT KUNNE TIL-
BRINGE TID MED
SIN BEDSTE VEN
HVER ENESTE
DAG, RESTEN AF
LIVET."**

NOTER #

SEX & KÆRLIGHED

Lined area for notes.

NOTER

[illegible]

Dette temahæfte har til formål at opmuntre teenagere og unge til at tænke over og tale om noget, der berører deres hverdag.

Visionen for Adventistkirkens ungdomsafdeling er at lede unge til Jesus og til beslutninger for at følge ham. Vi ønsker at teenagere og unge skal opleve en nærværende kirke, som hjælper dem i deres personlige udvikling og en voksende tro, der leder til et positivt engagement i kirken og deres lokalsamfund.

Dette temahæfte er en del af en serie.

