

ELLEVE

Kapitlet om sex



Berus jer i elskov!

— HØJSANGEN 5,1

Da vi satte os for at planlægge denne bog, var vi fra starten klar over, at vi også ville endevende de problemstillinger, der knytter sig til sex. Nu hvor vi skal til det, er vi imidlertid lige ved at fortryde. *Kære Herre, skal der absolut være et kapitel om sex? Hvad i al verden skal vi skrive? Hvad skal vi fortælle?*

Vi besluttede så at begrænse kapitlet til følgende tre udtalelser:

- I skal gøre det. Tit. På en måde, som I begge to nyder. Rigtig meget.
- Hvis det ikke er sådan for jer, så må I finde ud af hvorfor og gøre noget ved det.
- For I skal altså gøre det. Tit. På en måde, som I begge to nyder. Rigtig meget.

Det er kun delvist for sjov, vi siger det, men hvorfor skal vi overhovedet lave sjov? Hvad er vi alle sammen så nervøse for? Hvad er det ved

sex, der gør det så akavet at tale om det – gør det til en 'zone med flyveforbud' – selv for ægtepar, som har været gift i mange år? (Taler I to måske særlig meget om sex, og kan I gøre det afslappet?) Er det ikke fordi, det kommer så tæt på, hvem vi er, og hvordan vi har det som mand og kvinde, og fordi det indebærer en langt mere omfattende nøgenhed end den rent fysiske?

I Første Mosebog står der: "Adam og hans kvinde var nøgne, men de skammede sig ikke" (1 Mos 2,25). Herligt. Hvilken vidunderlig frihed, vi her får indblik i – frihed med deres respektive legemer, med hinandens legemer, med deres seksualitet og hele deres væsen. Ville det ikke være skønt, hvis vi kunne opleve det samme?

Jeg sad en dag og lyttede til en samtale mellem to ægtepar – hvis børn er fløjet fra reden – om hvordan det er, når børnene ikke er der mere:

"Det er skønt – vi har meget bedre tid til at læse i Bibelen," sagde det ene par.

Læse i Bibelen?! Er de tossede?

"Vi kan gå nøgne rundt i huset og dyrke sex, lige når vi vill" sagde det andet par.

Det ene af disse ægtepar er meget tættere på paradiset end det andet, og det er ikke det par, der har et bibelleksikon liggende på natbordet.

Mennesker, der ikke kender meget til Bibelen, bliver som regel overraskede over, at Gud snakker så meget om sex, og at han gør det med så stor *begejstring*. De strenge befalinger er kun en mindre del af billedet, og de er ikke givet med en undertone af "Det ville være bedst, hvis I bare lod det ligge," men snarere som en sidste sikkerhedsgennemgang, før de nye rekrutter springer ud i faldskærm. Budene er udelukkende tænkt som en beskyttelse. De udspringer af er-

kendelsen af, hvor vildt og dragende og magtfuldt sex er; hvor farligt og vidunderligt det er at springe ud i det.

Tre ting er ufattelige for mig,

fire forstår jeg ikke:

ørnens færden på himlen,

slangens færden på klippen,

skibets færden ude på havet,

mandens færden hos den unge kvinde.

(ORDSP 30,18-19)

Prøv at læse skriftstedet én gang til. Forfatteren forsøger at udforske den fysiske kærligheds mysterium, og han gør det ved hjælp af *poesi* (det er sikkert også den eneste mulighed – tekniske beskrivelser kan ikke bruges). Læg mærke til sammenligningerne. En ørn på himlen, majestætisk svævende og opløftet, højt hævet over jorden. Sex er transcendent. Sex hjælper os til at hæve os over det smålige, 'de små ræve'. Hvis sex skal være godt, er vi simpelthen *nødt til* at transcendere os selv i vores kærlighed til hinanden. Det er en af de største gaver, sex giver os: frihed – om det så kun er for et øjeblik – fra den konstante selvopmærksomhed, vi mennesker ellers aldrig formår at sætte os ud over. Sex skal hæve dig op over dig selv; det skal få dig til at svæve.

En slange på en klippe ligger normalt og varmer sig selv ved at absorbere solens stråler og den varme, der stråler op fra klippen. Her fører digtet os fra det himmelske tilbage til det jordiske. Ned til det varme og svedige. Stasi og jeg lægger os ofte tæt op ad hinanden og varmer hinanden, varmer vores kroppe op til kærlighedsakten. Når slangen så begynder at bevæge sig, er den yndefuld og smidig.

Forfatterens næste billede på den fysiske kærlighed er et skib på havets vældige bølger. Det er et fantastisk indholdsrigt billede: sex som en storm. Sex som et skib, der drives af sted af stormen, mens

bølgerne slår ind over dækket, og alle klamrer sig til rælingen. Sex er noget, der skal tage magten fra os og føre os med i al sin majestætiske væld. Sex kan aldrig være 'sikker', for sex er ikke noget, vi kan kontrollere, og vi ønsker egentlig heller ikke at kontrollere det (selv om vi i vores frygt og sårethed ofte prøver på det). Den utæmmelige vildskab i sex bør gøre os ydmyge og forurolige os og vække et ønske i os om at lære dens hemmeligheder at kende, ligesom når en sømand søger at forstå havets natur, så vi i det mindste kan rebe vores sejl, vende vores stævn op mod bølgerne og med fryd og bæven bjerge os gennem stormen. Hvis vi er tåbelige og lemfældige i vores omgang med sex, risikerer vi at skabe vold og ødelæggelse (det er her, de strenge befalinger kommer ind i billedet). Når vi kommer gennem stormen på en god måde, vil vi føle ærefrygt og måske lyst til at lovprise.

Gud har skabt den menneskelige krop og det menneskelige hjerte til at opleve lidenskab og ekstase, når vi giver os selv helt og fuldt til hinanden på en himmelsk og jordisk og stormfuld måde. Sex er en gave, som det er meningen, vi skal nyde. Tit. Det kan ændre vores billede af Gud, når vi indser, hvor meget han går op i nydelse. Midt i Højsangen, hvor de to elskende er helt opslugt af deres kærlighed, taler Gud og siger: "Berus jer i elskov" (Højs 5,1). Prøv, om I kan adlyde *den* befaling.

Helhjertet sex

Man kan også dyrke sex uden for ægteskabet. Det ved enhver teenager.

Man kan også opleve orgasme og ekstase uden for ægteskabet. For en tid.

Ægteskabet er imidlertid det hellige og trygge sted, Gud har givet som ramme for sex, og kun dér, i den forpligtende kærligheds tilflugtssted, kan man opleve sex, når det er bedst. For hele livet. Når to kroppe mødes i samlejets sensuelle fyrværkeri, skal det være en

fuldbyrdelse. Det skal være et klimaks for to, som allerede har forenet sig i hjerte og sjæl, og som næsten ikke kan vente på at fuldbyrde deres enhed fuldstændigt ved også at få deres kroppe med. Lidenskab kommer indvendig fra, fra sjælen, og ouverturen til denne symfoni starter længe før, der ligger fire bare ben i en seng.

Lad os derfor starte med at slå dette fast: *Sex, der udspringer af ægte kærlighed, er det bedste sex, der findes.*

At dyrke sex uden at elske hinanden er i virkeligheden at prostituere sig selv. At kræve sex, hvor der ikke er kærlighed, er misbrug. Sex skal være to *hjerter*, der forenes i en fysisk handling. Jo mere I har den sandhed i baghovedet, jo bedre vil det gå.

Gud gav os altså kvinden. Kvinden 'tænder' på *nært samvær* i form af omsorg og kærlige ord og på styrke, som tilbydes uden for soveværelset og længe før, I når derind (heraf mundheldet "sex begynder i køkkenet", som de fleste mænd misforstår og opfatter som en opfordring til også at 'gøre det' i køkkenet. Desværre, drenge. Gulvet er nu også så koldt derude. Det handler – som i det hele taget – om at vinde hendes hjerte). Hvis en kvinde skal give sig selv fuldt ud til en mand – og sådan skal sex være – så må han først vinde hendes hjerte og derefter blive ved med at vinde det på små enkle måder hver dag. Hvis hun skal kunne overgive sig fuldstændigt – og det er næsten altid helt nødvendigt for hendes nydelse – så kræver det, at hendes mand har været opmærksom på hendes behov for *nærvær og samvær*.

Genialt af Gud således at binde os til kærlighedens ramme. Der er ingen genveje. Sex fungerer kun godt som klimaks på en vedvarende forening i sjæl og sind.

I min rådgivning har jeg hørt mange gifte kvinder sige: "Jeg giver ham min krop, men jeg giver ham ikke min sjæl." Årsagen er, at han ikke med sine ord og handlinger har erhvervet sig retten til at nyde hendes sjæl. Noget andet er så, at han i mine øjne derved også har forspildt retten til at nyde hendes krop. Når en kvinde åbner sig for

en mand, gør hun sig uendeligt sårbar. Den åbenhed kan en mand kun indbyde til gennem kærlighed og troværdighed. På den måde har Gud i den seksuelle intimitet indbygget et *krav* om kærlighed og troskab også uden for sengen. Det harmonerer også så godt med Guds karakter: Det nytter ikke noget at komme til ham og bede om 'godterne' – bønnesvar og velsignelser af den ene eller den anden art – hvis ikke man er parat til også at stå i et nært forhold til ham. Skatene er reserveret dem, der elsker ham og *lever* derefter.

Sådan er det også med kvinden.

Mens vi nu taler om kvinden, skal vi også bemærke, at Gud skabte hendes seksualitet sådan, at hun ofte – ikke altid, men ofte – er længere om at nå et seksuelt crescendo end hendes mand. Han er som en stang dynamit, hun er som en gejser. Han har en kort lunte, og så siger det bum; hun bygger det op lidt for lidt, og til sidst synger englene. Hvorfor har Gud indrettet det sådan? Hvorfor nedlægge endnu mere potentiale for frustration i denne ømtålelige, risikable og meget vigtige fysiske fuldbyrdelse af to menneskers kærlighed til hinanden? Ligesom forskellen i forberedelsen, må forskellen i færdiggørelsen vel tjene et eller andet formål?

Den tjener et formål, ja, og det er et skønt formål. Sex skal nemlig ikke være tju-bang, farvel og tak. Men hvad er det så, Gud forventer af manden, når han har skabt Evas seksualitet sådan? Han forventer, at manden holder igen for hendes skyld og kysser og kærtegner og spiller op til hende, så *hun* ender med at nå samme grad af ekstase som den, *han* så hurtigt kommer til.

Det er en smuk måde at indrette det på, for dette kræver uselviskhed fra hans side.

Nu må jeg [Stasi] heller prøve at beskrive tingene fra den anden side, før du begynder at tro, at sex er ren uselviskhed fra Adams side. Det vanskeligste og mest skræmmende for en kvinde overhovedet er at tilbyde sin skønhed – ikke sandt, damer? Og det er jo vores skønhed,

Adam længes efter. Det er vores skønhed, der vækker hans interesse. Her taler jeg ikke bare om fysisk skønhed, selv om det selvfølgelig er en del af det. Evas hemmelighed er, at enhver kvinde inden i sig selv bærer (og skjuler) en stor skønhed. Enhver kvinde. Skønheden er hendes kvindelige hjerte, og når hun tilbyder den sammen med sin kvindelige seksualitet, kan hun tage vejret fra sin mand. Desværre tvivler de fleste kvinder på deres skønhed. Ikke desto mindre har jeg bemærket, at når der skal tages billeder til en familiekomsammen eller en fest, så kommer næsten alle kvinder ud af busken, om end kun for et øjeblik, og 'tænder' deres skønhed for kameraet.

Der er også tale om et valg.

Det skønne ved Adams seksualitet er, at den får Eva ud af busken. Mænd er typisk oftere opsatte på sex end kvinder (det er ikke sandt for alle, men det er en generel tendens, som er bevidnet gennem historien). Mænd har oftere lyst til sex, og de er mere umiddelbart parate til det end kvinder. Hvad kræver det så af Eva? Det kræver, at vi løber en risiko; at vi vover os ud af vores trygge skal. De fleste kvinder skjuler sig i travlhed og effektivitet, for vi tvivler alle som én på, at vi har nogen skønhed at tilbyde. Hvis en kvinde skal tilbyde sig til sin mand, kræver det derfor både kærlighed og mod fra hendes side. Det kræver, at hun sætter ham højest, selv om hendes seksualitet beder ham om at sætte hende højest.

Den seksuelle handling er et fascinerende billede på, hvad en mand og en kvinde har at tilbyde hinanden i alle livets aspekter. Det er en metafor; et passionsspil om, hvad det vil sige at være henholdsvis maskulin og feminin.

Styrke og skønhed

Vi vil tillade os at drage nogle meget intime paralleller. Når en mand og en kvinde har samleje, tilbyder manden sin styrke ved at trænge ind i kvinden. Kvinden på sin side inviterer manden ind i sig selv. Hvis manden ikke vil eller kan samle sin styrke, bliver der ikke no-

get samleje, ikke noget festfyrværkeri. Hans styrke må vågne, og han må bevæge sig for at trænge ind i hende. Hvis han er passiv, sker der ingenting. Men kærligheden kan heller ikke fuldbyrdes, hvis ikke kvinden åbner sig for ham. Hvis hun vogter indgangen til sin helighed, vil der ingen forening finde sted. Manden trænger altså ind i kvinden og giver hende sin styrke, mens hun favner og omslutter ham med sin skønhed. Sådan bliver livet til.

Et godt ægteskab består af mange gode ting, men i sin kerne består det af styrke og skønhed. Det rækker langt ud over det seksuelle. Det er en virkelighed, der gennemtrænger alle aspekter af vores liv som mænd og kvinder.

En mand bærer Guds billede på mange måder, men først og fremmest i sin styrke. Ikke med store muskler, men med mod, engagement og initiativ. Har I, damer, nogensinde undret jer over, hvad mænd elsker ved superhelte? Eller ved Le Mans? Boksning? Fodbold? Hæren? Hvorfor elsker mænd at se programmer, hvor ting bliver kvast? Hvorfor har fodboldspillere det med at opføre en lille dans, når de scorer? Det er fordi, mænd gerne vil føle sig *kraftfulde*. Sådan er de simpelthen skruet sammen.

Bemærk, at den forføreriske kvinde i film ofte er en hjælpeløs kvinde, der kan få manden til at føle sig som en mand. "Jeg synes, du er fantastisk," siger hun og blinker med de lange øjenvipper. Hun signalerer, at hun vil overgive sig til ham, og haps – så har hun ham i nettet. Hun lokker ham i fælden ved at få ham til at føle sig stærk og kraftfuld.

En kvinde bærer også Guds billede på mange måder, men først og fremmest i sin skønhed. Ikke i den perfekte figur, men i ømheden, sårbarheden og den mystiske tiltrækningskraft. Måske har I mænd undret jer over, hvad kvinder elsker ved romantik? Film som *Fornuft og følelse* eller *Broerne i Madison County*? Pedicure? Hvorfor et gråt hår får hende til at bestille tid hos frisøren? Hvorfor hun elsker bryllupper? Hvorfor hun elsker romantiske bøger? Hvorfor hun ser

Vild med dans? Det er fordi, en kvinde gerne vil føle sig efterstræbt; hun vil gerne føle sig attråværdig og skøn. Sådan er hun simpelthen skruet sammen.

Bemærk, at hvis der optræder en gigolo i en film, er det altid den mand, der gerne vil snakke med hende, gerne vil høre om hendes følelser og få hende til at føle sig skøn. "Du er den smukkeste kvinde i hele verden," siger han, "og jeg ville gøre hvad som helst for dig." Haps, så er hun fanget. Han fik hende til at føle sig smuk.

Alt dette udspiller sig på uendeligt mange måder, længe før vi ender i sengen. En mand tilbyder sin styrke bare ved at henvende sig til sin kone ved dagens slutning. Han skal bare slukke for fjernsynet, vende sig om mod hende og sige: "Hvordan har du haft det i dag? Lad mig høre" (det behøver ikke altid være så dramatisk). En mand engagerer sig, når han beskytter sin kone mod en overkontrollerende mor. "Hun kan ikke komme til telefonen lige nu, svigermor. Jeg skal få hende til at ringe om et par dage." Eller når han giver rum for hendes følelser – uden at lade sig opsluge af dem – og tilbyder sin kærlige forståelse.

En kvinde tilbyder sin skønhed, når hun viser venlighed. Der er ikke meget ømhed eller nåde at finde i verden i dag, og vi har alle sammen brug for det. At tilbyde sin mand en tryk havn for hans tanker, bekymringer eller tvivl, uden selv at give efter for frygt, er en skøn måde at udtrykke sin kærlighed på. Når du ser din mands styrke og fortæller ham, hvad du ser, nærer du hans sjæl. En af de mest uvurderlige gaver en kvinde kan give sin mand er at lade ham vide, at *hun tror på ham*; at han er den ægte vare; at han er en rigtig *mand*. Vi tilbyder vores skønhed, når vi hverken frygter hans mandighed eller vores egen kvindelighed. Det kan vi udtrykke på en håndgribelig måde ved at tage en lille silkekjole på til natten. Det føles faktisk meget usikkert for en kvinde at iføre sig noget sofistikeret lingeri. Det får hende til at føle sig sårbar. Det er at sænke paraderne for at

tilbyde sin mand ens kærlige sårbarhed, og det sender ham et budskab om skønhed, som ord ikke kan formidle.

Når en mand bliver passiv, handler han stik imod sin natur, og det sårer mennesker i hans nærhed, ikke mindst hans kone. Han kan udsulte sin kone ved at lade være med at tale til hende, og han kan få hende til at føle sig fuldstændig forladt ved ikke at engagere sig i hendes liv. Det er derfor, en mand elsker sin kone ved at tilbyde sin styrke.

Når en kvinde gør sig hård, handler hun på samme måde stik imod sin natur, og det sårer mennesker i hendes nærhed, ikke mindst hendes mand. Hun kan få sin mand til at føle sig svag og ubrugelig ved at være kontrollerende og effektiv og nægte at gøre sig sårbar. Hun kan udsulte sin mand gennem sin travlhed og manglende opmærksomhed. Det er derfor, en kvinde elsker sin mand ved at tilbyde sin sårbarhed.

At løbe en risiko

En af vores venner skulle til at giftes, og jeg [Stasi] ville gerne købe hende noget dejligt til hendes bryllupsrejse – en smuk og lille blondeting. Jeg gik ind i lingerieafdelingen i det lokale supermarked og begyndte at se de mange dejlige ting igennem. Hvor var der meget at vælge imellem! På et tidspunkt fik jeg øje på en lang lyserød ting i silke, der mindede mig om noget, jeg selv havde haft på på min bryllupsnat. Jeg gik hen og følte lidt på stoffet. Så løftede jeg mit blik og så, at jeg var kommet ind i afdelingen for fruer, den med de store størrelser – mine størrelser. Jeg tænkte straks: *Du gødeste. Den vil le da se frygtelig ud på mig.* Jeg nåede imidlertid dårligt at tænke tanken, før jeg mærkede Helligåndens tilskyndelse til at prøve den. Jeg følte mig lidt genert og flov, men mærkede også en dyb længsel røre på sig, så jeg tog natkjolen og satte kursen mod prøverummet. Hvor

længe var det siden, jeg sidst havde købt noget af den art for min egen skyld og for Johns? Mere end et årti.

Jeg gik ind og skiftede i en flyvende fart til natkjolen. Et hurtigt blik i spejlet, og jeg besluttede at købe den.

To uger senere havde John stadig ikke set den. Vi stod og skulle til Boulder i Colorado, hvor han skulle vie det unge par. Da jeg gik og pakkede til turen, tænkte jeg på natkjolen i skuffen. Jeg følte en tilskyndelse fra Gud til at tage den med og tage den på og bruge den til at tilbyde John min skønhed og gøre mig sårbar. Jeg pakkede så den lille silketing ind i noget papir og gemte den i min kuffert. Jeg tog ikke noget andet nattøj med og tvang på den måde mig selv til at vove det.

Efter 'øve-middagen' vendte John og jeg tilbage til vores hotelværelse. Allerede på vej op i elevatoren var jeg godt nervøs. Den natkjole ville sende et meget klart signal. Det var meget sjældent, jeg indbød til intimitet på den måde, og det faldt mig ikke nemt.

John børstede tænder og satte sig på sengen for at gennemgå sine noter til bryllupstalen næste dag. Jeg gik ud på badeværelset for at gøre mig klar til natten og iføre mig den lille, lyserøde sag. Jeg fortrød straks, at jeg ikke havde taget et alternativ med i form af min sædvanlige, slidte og omfangsrige natkjole. Men jeg sad i saksen. Jeg var nødt til at bruge den nye silkedrøm. Jeg børstede mine tænder. Jeg børstede mit hår. Så tog jeg den på og bad: *Hjælp mig, Gud. Kom ind i det her. Giv mig mod. Lad det gå godt.*

Jeg følte mig ikke spor sexet eller tiltrækkende. Jeg var på det tidspunkt temmelig overvægtig, og det gik den gale vej med det. Anklagende tanker, om at jeg så latterlig ud, at jeg var latterlig, fløj gennem hovedet på mig. Samtidig indbød Gud mig til at gøre mig fri af de anklager, der lammede mig, og tilbyde min mand den skønhed, jeg virkelig ejede. Jeg bad lidt mere. Så tog jeg mod til mig og gik ind i soveværelset og stillede mig ved fodenden af sengen.

John så overrasket op og sagde: "Wauw! Flot!"

Så vendte han igen blikket mod sine papirer.

Åh nej. Det var ikke sådan, jeg havde håbet, det ville gå. Hvad skulle jeg nu gøre? Jeg tog et blad og satte mig ned på min side af sengen. Jeg prøvede at indtage en forførerisk stilling, men fandt snart ud af, at den natkjole ikke var beregnet til almindelig brug. Den var ubehagelig at sidde i. Jeg tror simpelthen, den var beregnet til at have på så kort tid som muligt. Jeg vidste ikke, hvordan jeg mere skulle lægge op til John, og blev helt lettet, da hans telefon ringede, og han tog den. Det var vores sønner, der ringede, så jeg skulle selvfølgelig snakke efter John. Jeg gik om til hans side af sengen og stod så bare der og ventede – og håbede.

John rakte mig telefonen, og denne gang blev hans blik ved med at hvile på mig. Gud ske lov. Da jeg havde snakket færdig, lagde han sine papirer fra sig og reagerede, som jeg havde håbet. Det blev en vidunderlig aften, fordi jeg valgte at tilbyde min skønhed – hjerte, sjæl og krop.

Så er det min [Johns] tur. Det, jeg vil fortælle om, skete for omkring to måneder siden, midt om natten.

Jeg vågnede klokken halv tre og mærkede, at Stasi lå og vendte og drejede sig ved siden af mig. Vi har haft store problemer med at sove gennem årene, især efter vi startede Ransomed Heart Ministries. Det meste af det er åndelige angreb. Vi har mange gange måttet kæmpe hårdt for vores søvn. Nogle gange frygter jeg ligefrem sengetid, fordi det så ofte har været en slagmark. Efter en tid bliver en mand træt af at kæmpe den samme kamp – især når han ikke altid vinder. Det kan føles så udmattende og ydmygende: Jeg må være et ynkeligt fjols, når jeg ikke kan skaffe os beskyttelse her.

Nå, men denne nat vågnede jeg altså og hørte Stasi sukke. Hun vidste endnu ikke, at jeg også var vågen. Hun havde brug for, at jeg greb ind og kæmpede for hende i bøn. Jeg var bare så træt af alt det, og hvis det ikke virkede, måtte jeg indkassere endnu et nederlag. Jeg

lå lidt og kæmpede med mig selv. De fleste mænd venter med at gå ind i kampen, til de er rimeligt sikre på at sejre. Det var sandhedens time. Jeg kunne have valgt stille at vende mig om på siden og lade, som om jeg sov. Stasi ville aldrig have opdaget, at det ikke var tilfældet.

Jeg åndede dybt ind og åndede langsomt ud igen. Jeg ville ikke være nogen tøs dreng, så jeg rullede over mod hende og spurgte: "Er der noget galt, skat?" De fleste mænd frygter at stille det spørgsmål, for det åbner døren ind til en verden, hvor de ikke ved, hvordan de skal gebærde sig. Derfor er det også et magtfuldt udtryk for styrke og kærlighed at spørge.

Baggrunden for historien er, at Stasi på det tidspunkt døjede med nogle smertefulde sår, som hendes forhold til en veninde havde givet hende. Klokken var halv tre om natten, og jeg ønskede egentlig bare at bede for hende og få det overstået, så jeg kunne sove videre, men jeg var klar over, at hun havde brug for at snakke. Jeg kunne se tårer i hendes øjne i månelysset. "Hvad føler du lige nu, skat?" spurgte jeg og lod hende så fortælle og forklare. Vi prøvede sammen at bearbejde det.

Vi nåede frem til nogle dybe løgne om hende selv, som hun havde indgået en overenskomst omkring. Nu var der for alvor brug for styrke. Jeg begyndte blidt, men fast at føre hende ind i sandheden. "Det er Fjenden, der taler i det her, skat. Alt det er ikke sandt om dig. Du må *ikke* lade en dæmon ræsonnere for dig, elskede." Det lykkedes mig at få hende til at gennemskue løggen. Indtil nu havde jeg været blidt, men nu var det tid til at blive mere aggressiv. Jeg begyndte at bede over hende, imod den onde. Jeg måtte vælge at tilbyde min styrke og ofre mig. Jo mere jeg gik ind i kampen, jo mere lysvågen blev jeg, og dermed forsvandt muligheden for at lægge sig til at sove igen. Jeg påkaldte Kristi gerning mod de løgnagtige ånder, anklagerne og angrebet på vores søvn. Jeg måtte gøre det igen og igen, for det er lidt som at fælde et træ: det kræver en serie kraftige hug.

Da jeg var færdig, forhørte jeg mig hos Stasi. "Hvordan går det nu?" "Meget bedre," svarede hun, og jeg kunne mærke, at hun var følsom og sårbar. Øjeblikket næsten skreg på en fuldbyrdelse. En risiko mere. Hvad hvis hun ikke var parat til sex? Hvad hvis denne fornemmelse ikke var fra Gud? Klokkeren var nu halv fire om natten. Måske havde hun bare lyst til endelig at sove. Jeg tog hende i mine arme og begyndte forsigtigt at lægge op til sex, mens jeg blev ved med at fortælle hende, hvor vidunderlig hun i virkeligheden var.

Det blev en dejlig nat, fordi jeg tilbød min styrke – hjerte, sjæl og krop.

Med alt det her vil vi egentlig bare sige til jer mænd og kvinder, at hvis det ikke føles risikabelt, så er det nok fordi, I tager for få chancer. Risikoen sætter lidenskaben i brand.

At genvinde den seksuelle glæde

Menneskesønnen er kommet for at opsøge og frelse det fortabte.

(LUK 19,10)

Det håb, der udspringer af dette løfte, er som en solopgang. Selv om jeg har læst det mange gange før, gør det mit hjerte stille nu, hvor jeg læser det igen. Det er, som om al larmen og frygten i mit sind forsvinder. Guds ærinde i verden er også at genoprette alt det, som jeg elsker. Hvilken lettelse. Vi har en mægtig hjælper på vores side – en hjælper, der ved alt om opstandelse og genoprettelse.

Vi lever i en kærlighedshistorie, der udspiller sig midt i en frygtelig krig. Derfor burde det ikke overraske os, at vi ofte oplever skuffelse, sorg og smerte også i vores seksualitet. Måske *især* i vores seksualitet. Fjenden har specialiseret sig i at volde skade på netop dette område, for når han sårer en mand og en kvinde her, sårer han dem så dybt som muligt. Derfor skal det ikke undre jer, når I oplever

modstand mod jeres seksuelle intimitet, for ægtesengens hellige sted er også en slagmark. Før ægteskabet virker begær og lidenskab ikke som noget, der volder problemer (ud over måske de kortsigtede problemer med at kontrollere det). Men når først man har sagt ja ved alteret, så forvandles lidenskaben til frygt og begæret til tøven. Det sker ikke kun i dit ægteskab; sådan er det for alle. Vores hidtidige liv og de ofte dybe sår, det har givet os, gør det svært for os at finde vedvarende, uhæmmet seksuel nydelse i vores ægteskab. Meget kan dog genoprettes, og meget kan helbredes.

Og det er værd at kæmpe for.

Seksuelle problemer kan have mange forskellige årsager, og derfor er nogle problemer også langt mere vanskelige at løse end andre. Det gælder om at tage problemerne alvorligt og gøre sig klart, hvilken dyrebare skat det seksuelle samliv er. I det følgende vil vi give jer redskaberne til at gå et langt stykke af vejen mod at genvinde en dyb, gensidig seksuel glæde i ægteskabet. Det er ikke sikkert, vi helt får dækket årsagerne til jeres seksuelle vanskeligheder, og selv om vi gør, så er forståelse ikke det samme som helbredelse, og klarhed fører ikke altid til genoprettelse. Måske har du brug for personlig terapi, og så må du vise din ægtefælle den kærlighed at søge professionel hjælp.

Godt, hvordan skal vi så finde tilbage til paradiset seksualitet? Eller hvordan skal vi bare finde tilbage til noget, der ligger i en radius af et par hundred kilometer fra paradiset? Det begynder med at tilbyde hinanden styrke og skønhed uden for soveværelset. Jeres daglige måde at leve på og vise hinanden kærlighed baner vejen til jeres elskovsrede, forbereder jeres hjerter og helbreder jeres indbyrdes kærlighed, så I lige så stille optændes af begær efter hinanden.

Det næste skridt på vejen er at tale om det. Det kan føles næsten umuligt at overvinde sig selv til at gøre det, men I må tale om jeres seksuelle samliv. Spørg din ægtefælle, hvad han eller hun føler ved at have sex med dig. Spørg hinanden, hvad I nyder mest, og hvad I

hver især godt kunne tænke jer. Som regel er jeg lidt genert ved bare at lade Stasi se mig nøgen. I mange år talte vi ikke om vores seksualitet overhovedet, men siden har vi haft stor glæde af at vove os ud i det og spørge: "Hvordan var det for dig i går aftes?" eller: "Hvad kan du godt lide?" eller endda: "Må jeg fortælle dig, hvorfor jeg ikke har virket så interesseret på det sidste?"

Når I snakker om det, sparer I jer selv for en masse grublerier, som Fjenden kan udnytte. For rigtig at snakke er I også nødt til hver især at gøre jer jeres følelser omkring sex klart, og det er meget gavnligt. Hvis man ignorerer dette 'rum', fyldes det hurtigt af edderkopper og spindelvæv. Du skal have hjertet med i dit sexliv, og hvis du ikke har det, må du spørge sig selv hvorfor.

Dernæst skal du bede over det. Bed Kristus om at komme ind i din seksualitet og i jeres ægteseng. Det var vi simpelthen *nødt* til konsekvent at gøre i en årrække, fordi vores fortid altid hang og rugede over sengen som en mørk sky. Først bad vi hver for sig uden at vide, at den anden også bad, men efterhånden nåede vi dertil, hvor vi åbent kunne bede for det sammen. Det har været helt utroligt for os. Så sent som sidste uge følte jeg, at der var ved at blive for stor afstand mellem os. Det føltes akavet. Stasi havde oplevet noget fysisk ubehag, når vi var sammen, og jeg havde tilladt Fjenden at bruge det som en anklage mod mig. Heldigvis var jeg klog nok til at bede Jesus om at komme ind og helbrede vores fysiske samliv og fylde det med sin nåde. Det gjorde han så – igen.

Nogle af jer har måske været seksuelt aktive før jeres ægteskab. Det knuser mit hjerte at måtte indrømme, at det har både Stasi og jeg også været. Der er intet skønt og vidunderligt ved det, selv om Hollywood prøver at bilde os noget andet ind. Det volder kun skade – stor skade. For at tage kontrol over fremtiden må du gøre op med fortiden. Jeg blev introduceret til pornografi allerede i tredje klasse. Stasi blev misbrugt seksuelt, da hun var ung; hun blev voldtaget, da hun var en kvinde på tyve. Vi har begge oplevet smerten og sorgen

ved en abort. Mere end én gang. Men hvis vi kan finde vej – en vej ud af smerten og mørket og synden og frem til en seksualitet, som er rigere og bedre end nogensinde før – så kan I også.

I kommer til at kæmpe for et gennembrud og for helbredelse, det er ikke noget, der kommer af sig selv. Den gode nyhed er, at gennembruddet og helbredelsen er inden for rækkevidde. Vi fandt det dels gennem rådgivning, dels gennem helbredende bøn. Noget af det tilkæmpede vi os ved at imødegå Fjenden, noget af det var et resultat af, at vi valgte at elske hinanden. Bag i denne bog finder du en bøn for seksuel helbredelse. Den har mange mennesker haft meget stor nytte af. Især hvis du har været seksuelt aktiv uden for ægteskabet, bør du bede denne bøn.

Vi har venner, som er holdt helt op med at dyrke sex enten på grund af uforløste, smertelige oplevelser i fortiden eller på grund af svære problemer i nutiden. Vi forstår dem godt. Samtidig synes vi, det er en helt forkert beslutning. Vi tror også, Gud synes, det er en forkert beslutning. I Bibelen åbnes der for, at man kan lade sig separere for en tid. Det kan være nødvendigt. Men så siger Gud:

En mand skal give sin hustru, hvad han skylder hende, og en hustru ligeså sin mand. En hustru råder ikke over sit legeme, men det gør hendes mand; ligeså råder heller ikke en mand over sit legeme, men det gør hans hustru. I må ikke unddrage jer hinanden, hvis I da ikke er blevet enige om det for en tid, for at I kan hengive jer til bøn og så komme sammen igen ...

(1 KOR 7:3-5)

I skal altså ikke opgive sex, med mindre I er enige om det, og da kun for en kort periode. Det duer ikke bare at gøre det én gang om året på jeres bryllupsdag for skams skyld. Alle står selvfølgelig i hver deres personlige og helt særlige situation på dette område, og i nogle

forhold kan sex ligefrem udarte til misbrug. Det kan aldrig retfærdiggøres og bør ikke have lov at fortsætte.

De fleste ægteskaber oplever perioder med alvorlige seksuelle problemer. Hvordan kan vi dyrke sex under de betingelser? Prøv alligevel at tage initiativ til det. Begge to. Selv om I er nervøse ved det og bange for, hvordan jeres ægtefælle vil reagere. Som en af mine venner sagde til en ung kvinde:

Nogle gange er man nødt til at kysse for at få lyst til at kysse; nogle gange er man nødt til at gå i seng med hinanden for at få lyst til at gå i seng med hinanden. Når vi underkaster os Guds gode ordning for ægteskabet, uanset om vi har lyst eller ej, så sætter Jesus tingene i bevægelse, som vi aldrig selv kunne forestille os det eller selv sætte dem i bevægelse.

Som kvinde har jeg den store glæde at være i nær kontakt med et par gudfrygtige kvinder, som er ældre end jeg selv. En eftermiddag midt i en fortrolig samtale fortalte en forstandig ældre kvinde mig, at når hendes mand udtrykker ønske om intimt samvær, siger hun aldrig nej. Aldrig. Hun har virkelig taget det skriftsted til hjerte (se ovenfor), som siger, at hendes krop ikke længere kun er hendes at råde over, men også hendes mands. Jeg havde læst et godt råd om det samme i en bog, før jeg blev gift, og jeg har prøvet at praktisere det, så godt jeg kan. Sagen er jo, som vi alle ved, at kvinder er længere om at komme i en tilstand af seksuel ophidselse end mænd. Her blev jeg altså opmuntret til på trods af dette altid at reagere positivt på min mands interesse, overgive mig selv til Gud og elske min mand med min krop, også selv om jeg ikke umiddelbart følte nogen lyst selv. Mine erfaringer med denne praksis er udelukkende positive.

Hvis I er 'gamle i gårde', kan det sætte lidt mere fut i det hele at bryde ud af det sædvanlige mønster. Find et nyt sted. Find en ny

stilling. Sæt noget musik på. Luk en flaske vin op. Gør det ude i skoven. Tag på weekendophold på et godt hotel. Find ud af, hvad din ægtefælle kan lide, og prøv at tilbyde lige netop det.

"Jeg ville ønske, *han* vidste ..." Hvordan ville I kvinder færdiggøre den sætning? Det, jeg gerne vil sige til John, er, at det hele drejer sig om forspillet. Tonen i din stemme. Blikket i dine øjne. Den ømme berøring af min skulder, når du går forbi. Når du rydder af bordet og hjælper med opvasken. Din latter. Når du sætter dig hos mig og spørger, hvordan jeg har det, og hvad jeg går og tænker på. Når du læser noget, der har rørt dig, højt for mig. Alle dine små signaler, om at du nyder mig. Det er det, jeg elsker. Så er mit hjerte dit. Og så er jeg også din i sengen.

"Jeg ville ønske, *hun* vidste ..." Hvad ville I mænd ønske, jeres hustru vidste? Det, jeg gerne vil sige til Stasi, er noget i denne stil: Hvor gemmer du egentlig den natkjole? Kunne du ikke bruge den lidt mere? Jeg elsker, når du tager initiativet. Du må gerne vække mig midt om natten, hvis det er. Jeg elsker, når du får mig til at føle mig som en helt og siger: "Du er fantastisk, skat." Jeg vil gerne høre, hvad du godt kan lide. Jeg vil gerne høre, at du godt kan lide mig.

Berus jer

Vores pointe er: Værn om denne dyrebare gave fra Gud, og opgiv den ikke, før en høj alder eller en alvorlig fysisk lidelse tvinger jer til det.

Et godt ægteskab er et sted, hvor vi bliver set og elsket og kan hvile i en tryk forvisning om, at vores ægtefælle stoler på vores gode hjerte, tænker godt om os og ligefrem nyder os. Al den kærlighed, tillid og accept finder sit naturlige klimaks og hjemsted i ægtesengen. Vores seksuelle forening i ægteskabet er netop tænkt som et tilflugtssted, et trygt sted, et helligt sted. Ægteskabet er det forhold mellem mennesker, hvor vi har størst håb om at finde hvile – en pau-

se fra den verden, hvor vi hele tiden skal bevise vores værd. Her behøver vi ikke knokle for at gøre os selv forståede og bemærkede. Ægteskabet er det sted, hvor du skal kunne sænke paraderne og bare være dig selv, fordi du føler dig kendt, elsket og velkommen. Her kan vores sjæle og vores kroppe få lov at finde hvile og lindring i hinandens favn.

God sex har en stor helbredende virkning i et ægteskab. Det kan skubbe andre problemer helt i baggrunden, men ikke permanent. Sex kan også være med til at afsløre, hvad der eventuelt halter i ens ægteskab. Måske dyrker I slet ikke sex? *Hvorfor ikke?* Måske er det lang tid siden. *Hvorfor det?* Måske føler hun ingen lyst, eller måske nyder han det ikke. *Hvorfor?* Ni ud af ti gange er problemer i soveværelset bare symptomer på dybereliggende problemer i ægteskabet. Det ville være dumt af jer at ignorere disse symptomer.

Sex i ægteskabet er som en fin vin. Den bliver bedre og bedre med årene! Jo mere du lader dig synke ned i trøsten og trygheden i din ægtefælles kærlighed, jo bedre forudsætninger får du for også at opleve nydelse. Det tager lidt tid at lære hinanden rigtig at kende. Tilliden vokser med tiden. Det gør venskabet også. Samtidig øges din evne til at tale ærligt og ligefremt om din seksualitet.

Som på så mange andre områder af livet er det ofte nemmest bare at opgive. Det kan føles som en lettelse bare at overgive sig og trække sig tilbage. Derfor må I kæmpe for at bevare et sexliv, hvor I ofte er sammen, og hvor I begge to nyder det mest muligt. Løb en risiko. Tilbyd din styrke. Tilbyd din skønhed. Gør dig sårbar. Vær fuldt ud til stede. Sådan udlever og bevarer I kærligheden, *især* i krigstid.

Som Gud siger: Berus jer i elskov.

At lære at elske



Mine kære, når Gud har elsket os således, skylder vi også at elske hinanden

(1 JOH 4,11)

Nogle ægteskaber klarer skærene, nogle gør ikke. Chancen er stadig omkring fifty-fifty.

Chancen for at få et lykkeligt ægteskab er endnu mindre, for som vi alle ved, er der mange, der ikke trives i deres ægteskab, selv om de ikke ligefrem lader sig skille. Enhver kan jo stille sig op og smile til kameraet til jul. Mange overlever i deres ægteskab ved at lære at leve i en halvbedøvet tilstand, der langsomt kvæler sjælen, ved at bruge travlhed som undskyldning (travlhed med børnene f.eks.) eller ved at blive enige om at leve hver sit liv under samme tag. Hvis vi skal måle ægteskabelig lykke på en skala fra 1 til 10, så vil de fleste overlevende ægteskaber vel kunne placeres omkring 3: "Vi hutler os igennem." Nogle ægteskaber fortsætter år efter år som voldelige og skadelige malstrømme.

Men der er også ægtepar, som finder vej til noget smukt. Noget ægte og smukt.

Vi beder til, at I vil være at finde i denne gruppe.

Vi tror også, at hvis I vil tage imod den hjælp, vi her tilbyder jer, og holde ud i mere end et par uger – længere end I holder ud med je-