

# Любовният живот за всяка брачна двойка

Ед Уит

Originally published in the U.S.A.  
under the title  
LOVE LIFE FOR EVERY MARRIED COUPLE  
Copyright "1980 by The Zondrvan Corporation  
Grand Rapids, Michigan  
All rights reserved  
Първо издание на български език  
"1992, Издателство НОВ ЧОБЕК  
София 1373, п.к.15  
ISBN 954 407 040-0  
Превод от английски: Ваня Димитрова  
Редактор: Александра Хрусанова  
Коректори: Ст. Генчева и В. Абаджиева  
Художник на корицата: Алла Георгиева

## Предговор

Когато започнах моята практика като семеен лекар в един красив малък район на Спрингдейл, Арканзас, преди повече от 25 години, аз нямах намерение да ставам нито дипломиран сексолог-терапевт, нито брачен консултант. И тъй като изобщо не бях запознат с Библията, възможността да стана библейски съветник изобщо не стоеше пред мен.

Но скоро открих, че семейният лекар е принуден да се занимава с проблеми, които не могат да бъдат разрешени само с медицината. В желанието си да помогна на моите пациенти да подобрят семейния си живот аз започнах да давам и брачни консултации.

Преди около 20 години Бог употреби един мой пациент, който беше загрижен за моята безсмъртна душа, да ми представи Неговия Син -- Господ Исус Христос. От деня, в който станах християнин, аз се отдадох на Божието Слово. Учех какво казва за мен като баща и съпруг, и след това го прилагах на практика, доколкото можех. Последваха грандиозни резултати.

Днес имам привилегията да консултирам хора от целия свят в областта на любовта, секса и брака както от библейска, така и от медицинска гледна точка. Нашите издадени книги, албуми от касети с консултации и семинари предизвикват поток от писма и молби за лично съветване. Проблемът на повечето хора не е секса, а същественният въпрос за любовта -- липсата ѝ, копнежът за нея.

Ето някои от типичните молби за помощ, получени за една седмица:

В писмо от африканския континент една двойка пита дали има някакъв начин да се научат да се обичат един друг.

Съпруг и съпруга, със смутени и съкрушени сърца, телефонират: "Ние сме женени и като християни не искаме да се развеждаме. Но в нашия брак няма никаква любов. Какво можем да направим?"

"Знам, че трябва да се върна при съпругата си -- признава един новоповярвал християнин, -- но аз не се интересувам от нея. Честно казано, никога не съм се интересувал."

"Аз съм толкова съкрушен, толкова разочарован от брака си" -- пише един мисионер.

Една съпруга ми доверява: "И двамата сме новородени християни. Но моят съпруг не вижда възможност любовта да се върне отново в нашия брак. Аз знам, че нашият Бог е достатъчно силен да се справи с това!"

Добрата вест, която споделям с всички тези хора, искам да споделя и с вас. Вие и вашият брачен партньор можете да имате вълнуващо любовно взаимоотношение, по-прекрасно от всички светски романтики, написани или филмирани, но само ако го изградите по Божия начин.

Много от принципите, изложени в тази книга, са проверени и доказани през двегодишния период на брачен стрес в началото на моя християнски живот, когато моята прекрасна съпруга Гей и нашите три дъщери не приемаха нито Евангелието, нито мен. (Сигурен съм, че са се чудели какво става с техния съпруг и баща, като са гледали как се променям пред очите им.) Винаги съм бил благодарен за сърцераздирателното преживяване на продължително отхвърляне, което ме приближи към Божието Слово за да се науча какво точно трябва да правя. Аз научих, че е моя отговорността да обичам съпругата си така, както Христос ме е възлюбил. Много пъти не можех да изпитам любов, защото отблъскването, дори мълчаливо и любезно, е трудно за понасяне. Но аз го правех от послушание към Бога. Разбрах, че като прилагам на практика принципите от Библията и като се науча истински да обичам моята съпруга, това се превръща не само в отговорност, но и в удоволствие. Послушанието донесе жизнерадостните потоци на радостта!

След като бавно се превръщах в съпруг, какъвто Бог беше планирал да бъда, моята съпруга започна да ми отвърща с любов точно както Бог е обещал. Когато тя се довери на Господ Исус Христос като на неин личен Спасител, това беше истинско начало на нашето любовно преживяване според първоначалния Божий план. Ние искрено се влюбихме един в друг и от собствен опит разбрахме, че Бог открива на съпрузите, които сериозно приемат Неговите съвети, сърдечна романтична любов, вкоренена в същността на любовта агаре.

Нашето любовно изживяване, родено от посвещението ни, сега е много по-обогатено. Трепетът на романтиката, удоволствието от приятелството, спокойствието от чувството за притежание, сладост от интимността -- фактически всички аспекти на любовта, дискутирани в тази книга, станаха неразделна част от нашия брак. Не защото Гей и аз сме нещо уникално. Разбира се, никой не би включил един лекар на средна възраст и неговата съпруга към великите любовници от тоя свят. Напротив, моето мнение е, че същите принципи, които ние използваме в нашия брак, ще действат и във вашия. Те действат, защото са основани върху библейски истини.

Нашата молитва е тази книга да послужи във вашия живот не само за да запази или възстанови брака ви, но също да ви свърже с вашия партньор като влюбени, чиито взаимоотношения с всеки изминал ден стават все по-прекрасни.

Любовно преживяване -- това може да се случи с вас!

ПРЕДМЕТ на тази книга са любовта и бракът -- любовта, която можете да изпитате към своя собствен съпруг или съпруга.

Повечето хора разбират любовта като страстно приключение между мъж и жена, които не са семейни -- или поне не са женени един за друг. Векове наред светът се е опитвал да убеди хората, че тайната любов е по-вълнуваща от любовта в брака. Но речникът дава следното определение за любовното преживяване: "Привличане между двама души... особено изживяване в състояние на любов." Особеното изживяване, което ние разглеждаме, е чудесното любовно преживяване, което Бог е планирал за съпруга или съпругата през целия им съвместен живот. Той е осигурил всички удоволствия, познати на човека, в тяхната нормална, здравословна, задоволителна форма. Като Творец на брака и Източник на любовта Неговото обезпечаване включва любовно преживяване, изпълнено с трепет и радост, и непрекъснато задоволство за всяка двойка, а не само за малцина избрани.

Разбира се, от нас самите зависи дали ще открием този промисъл за нашия брак чрез едно внимателно изследване на Библията, както и готовност да следваме принципите, напътствията и примерите, които намираме в нея. Като пиша тази книга, моята цел е да ви помогна с изследване и практическо приложение на истините, така че да започнете да опитвате всичко, което Бог е приготвил за вас във вашия брак.

Просветлени от библейските принципи и образци, вие ще откриете една основна, повратна истина: Божията воля за всяка брачна двойка е двамата да се обичат един друг с всепоглъщащо духовно, емоционално и физическо привличане, което непрекъснато да расте през целия им съвместен живот, докато са живи.

От тази велика истина логично произтича и един друг факт: Всяка християнска двойка може да достигне такова любовно взаимоотношение в своя брак, тъй като това е в хармония с Божията воля.

Тъй като Той е, който ни е направил, който е замислил идеята за брака и го е ръкоположил за наше благословение, дал ни е способност да обичаме, Той е, който най-добре знае как се изгражда любовта в брака. Той трябва да бъде тясно свързан с всички наши усилия да съградим брак по Неговия вкус. Като следваме Неговите принципи, ние ще започнем един брак, какъвто Той е планирал от самото начало, пълен с "блясъка на нещо ново и сладката увереност в единство" през всичките ни дни.

Като християнски брачен съветник, който приема Библията за пръв авторитет, аз не предлагам на моите пациенти само съчувствие или някакви сладникави идеи за бъдещето, които може да действат, но може и да не действат. Аз предлагам солидни библейски принципи, които винаги помагат, но ако се прилагат правилно към индивидуалните проблеми. Уверил съм се, че Божието Слово -- Библията, е напълно вярна и последователно свързана. Културата и обичаите се променят, начинът на живот се изменя, стиловете на мислене идват и си отиват с течение на времето, но Божиите принципи не се променят и човешкото поведение в самата си същност също не се изменя. Зад прекалено изтънчената и интелигентна външност на съвременния мъж и съвременната жена действа същото греховно поведение, с разрушаваща сила -- точно такава, каквото беше в дните на Адам и Ева или Авраам и Сара. Древните хора са имали същите наклонности към грешни дела, същите вътрешни желания и нужди, които вие и аз имаме днес. Тъй като нито Бог, нито хората са се изменили съществено от зората на времето, то и принципите за живота, набелязани в Библията, са напълно приложими към брака днес.

Разбирате ли какво означава това за хората от последното десетилетие на ХХ век? Вие не сте оставени сами да вземате решения или да се чудите дали вашето поведение е правилно или не. Не е необходимо да се отдавате на размишления върху незадоволителните взаимоотношения. Казано ви е в Библията какво да правите с тях и ви е даден всеки източник, от който се нуждаете, за да вършите онези неща, които ще ви донесат благословение и щастие. Вие и аз можем да бъдем сигурни, реалистични и

обективни относно проблемите, нахлуващи в нашия живот, тъй като действаме на базата на непоклатими истини.

Това вероятно ви изглежда твърде идеалистично от гледна точка на живота с вашия съпруг или съпруга. Може би си мислите: "Това не звучи лошо. Но д-р Уит не знае какъв е нашият брак."

Моля ви, обърнете внимание на заглавието: "Живот в любов за всяка брачна двойка". Това включва и вашата. Аз разбирам различните и трудни ситуации, които могат да възникнат между двама души в брака, тъй като сме дискутирали със стотици семейства проблемите им. Някои са потресаващи, други са невероятно заплетени и сложни. Но неразрешими ситуации няма.

За вас ще бъде полезно да разберете какво е вашето положение и да решите какви взаимоотношения бихте желали да имате. Когато уточните къде се намирате сега и къде трябва да бъдете, вие сте направили първата стъпка в посока на конструктивната промяна. Следващите изречения вероятно ще опишат положението на вашия брак, така че мислено поставете знак на някои от тях:

Сега имаме добър брак, но искаме да продължаваме да растем в любов един към друг.

Ние никога не сме били влюбени един в друг, дори при самата женитба.

Ние изгубихме предишната любов помежду си.

Откровено казано, повече не съм влюбена в партньора си.

Моят партньор е безразличен към мен или вероятно обича друг.

Ние се грижим един за друг, но бракът ни е скучен.

Бих искал да знам какво мога да направя, за да усъвършенствувам нашите взаимоотношения.

Искам да възродя нашата любов и да спася брака ни, но партньорът ми е несговорчив.

Моят партньор иска развод.

Ние имаме сериозни проблеми, но сме готови да опитаме да спасим брака си.

И двамата искаме да знаем как можем да се влюбим един в друг.

Ние сме младоженци, които желаят да изградят трайна любов, която непрекъснато да се засилва.

А сега ще ви насърча относно бъдещето на вашия брак. Взаимоотношенията, които желаете да имате, могат да се постигнат, но не случайно. Едно близко взаимоотношение рядко може да се получи спонтанно, както и нарушените взаимоотношения почти никога не могат да се подобрят от само себе си. Аз не мога да ви предложа лесно лечение -- за една нощ. Няма хапчета за щастие, които могат да променят брака ви автоматично. Но ако прочетете внимателно тази книга и прилежно изпълнявате рецептите, които ви давам, то вие ще се научите да обичате по начин, който ще породи ответна любов у партньора ви. Ако сега имате добри взаимоотношения, те ще станат удивително по-добри.

Любовта може да дойде при вас на всяка възраст и при всяко положение на вашия брак, ако сте готови да отворите вратата и я поканите. Няма значение колко лошо изглежда състоянието на вашия брак; вие и вашият партньор можете да се влюбите един в друг отново, а може би и за пръв път. Ако сте се движили по травматизиращия ръб на развода, можете да разпалите любовта си. Можете да се научите как да се справяте с проблемите така, че бракът ви да се вкорени в любовта, да бъде стабилен и достатъчно силен да устои на сътресенията на времето. Даже ако се опитвате да спасите брака си само с вашето участие, без подкрепата на партньора си, и това може да стане. Когато се прилагат правилно и постоянно, Божиите вечни правила (без изключение), никога не се провалят.

Надявам се да възприемете тази книга като наръчник със съвети, а не като още една книга, която трябва да бъде прочетена за запълване на свободното време. Тези страници съдържат живителната, подробна информация, необходима на всяка брачна двойка за изграждане на любовта и за предпазване на брака от разрушителни сили. Наръчникът е ръчен указател или справочник, който показва какво трябва да се прави и как трябва да се прави. Това означава действие. Знаете, че желаните резултати ще дойдат от действия, а не от мечти. Така че изпълнявайте практичните съвети, които намирате тук, като не забравяте, че те се базират на специалните библейски инструкции относно мисленето, отношението и държанието. Това са същите съвети, които моите лични пациенти получават. Надявам се, че ще гледате на тях като на мое лично послание към вас, все едно че разговаряме с вас в моята кантора. Като пиша тази книга, аз се моля вие и вашият партньор да се научите да се обичате така, че светът, който търси любовта, да може да я види показана чрез вашия брак.

В тези редове вие ще срещнете хора с проблеми, подобни на вашите. Предал съм техните истории такива, каквито са ми ги разказвали. Но при всички случаи съм променил имената им, както и онези подробности, които биха ги издали.

Алисън е само един пример. Тя е семейна от 30 години. Въпреки че е искрена християнка, тя се бореше с изкушението да напусне своя съпруг поради едни и същи проблеми, които траеха вече години. Той не изпълнявал финансовите си задължения, не се съобразявал и с чувствата ѝ. А това, което най-много я безпокоеше, беше, че през дългия си брачен живот никога не е живяла в завършена къща!

Ето как го описа тя: "В ъглите и край стените винаги има строителни материали. Ужасно е да поддържаш такава къща и е унизително за мен. Не мога да покана хора вътре, когато дойдат за нещо. Ще ми се да се скрия някъде. Като млада се надявах, че нещата ще се оправят, но като станах на 50 години и всичко си беше същото, аз загубих надежда. Разбрах, че до края на живота ми ще бъде така. Един мъж на 54 години не може да промени начина си на живот. Когато споменахте, че нашата спалня може да стане любовно гнездо, сърцето ми се сви, защото винаги съм си представяла нещо такова. Но как може да стане това при недовършен под, недовършени стени всичко е импровизирано?"

След като се запозна с концепциите за любов, които са приложими за всякакви случаи, Алисън беше насочена от Господа да вземе решение да се научи как да обича съпруга си. Процесът започва с вземането на доброволно решение и продължава през различни етапи на възстановяване любовта в тяхната връзка. Всяка стъпка съдържа някакво решение да правиш неща по богоугоден начин. Резултатът е, по думите на Алисън, "чудо" в техния брак. Днес тя казва: "Аз наистина изпитвам любов към съпруга си сега и желанието ми за полово общуване е възобновено. Преди сексът беше последното нещо, което ме интересува. Но сега така обичам съпруга си, че желая да му доставя удоволствие и във физическата ни връзка."

Алисън може да бъде сигурна, че като продължава да обича съпруга си според библейските принципи и примери, с него ще станат знаменателни промени. Нейната любов е вече един залог за значителни мотиви за промяна. На 54 години, а и на всяка друга възраст, човек може да промени начина си на живот, като има предвид Божиите източници. Тази история все още не е завършена, но "чудото" на любовта вече се е появило, за да благослови тяхното семейство.

Алисън казва: "Познавам толкова много разочаровани и нещастни жени, които все още се борят с техните ситуации. Аз им съчувствам. Моля ви, окуражете ги..."

Моето окуражаване е това: Аз непрекъснато виждам тези чудеса в семействата. Вие и вашият партньор можете да имате чудесни любовни преживявания. Вие можете да ги предизвикате да се случат.

## Разграничаване на лъжата от истината

КОГАТО изучавах математика в колежа, аз разбрах, че ако не започна с верни предпоставки решаването на задачите, няма начин да получа правилния отговор. Когато станах християнин, аз започнах да изучавам Библията както математиката -- прекарах повече време с първите 3 глави на Битие, отколкото с всяка друга част от Писанията, защото знаех, че тези глави ще формират основата за всичко останало в Библията. Аз разбрах, че тук, в тази капсула, се намира есенцията на Божията истина за мъжа и жената, за тяхното взаимоотношение с Бога, а и с всеки друг. Така можах да разбера себе си, съпругата си, Божия съвършен план за нашия брак, а също и Неговото намерение за съвместния ни живот.

И така, като математиците аз се захех с усърдно изучаване на тези фундаментални глави. Знаех, че трябва да построя живота и брака си върху верни предпоставки, за да изляза прав накрая. Резултатът беше по-добър, отколкото очаквах -- великолепно семейство, благочестив дом и житейско служение, с възможност да показвам на много други двойки как да намерят щастието заедно, следвайки Божия първоначален план.

Разбира се, за да изградя един брак, основан на истините в Битие, трябваше да се откажа от някои мои предишни убеждения. Аз можех да направя това, защото знаех, че имам правилна информация. Можех да заместя погрешните идеи с верни и да живея в сигурност. Разбрах, че мога да разчитам на тази истина, че тя никога няма да ми даде лоши съвети.

А как е положението при вас? Кое е оформило вашето мислене относно брака? Можете ли да разчитате на него?

Аз искам внимателно да премислите кои са скритите мотиви, които направляват вашето отношение към женитбата и любовта. Някои могат да са лъжливи, други -- истински. За вас е от голямо значение да разберете кои предпоставки са верни, кои заслужават да се гради върху тях и кои концепции трябва да се отхвърлят, тъй като са фалшиви и неприемливи, даже е възможно да са угнетяващи.

Съпрузите, които ще нарека Дийн и Керъл, трябваше да дойдат до това положение след дългогодишно активно християнство в голяма евангелска църква. Керъл считала съпруга си за "чудесен, галантен мъж" и добър баща на техните синове. Съвместният им живот бил "спокоен". Трепетът в техните взаимоотношения си отивал, но Керъл отдавала това на техния двадесетгодишен брак и възрастта им -- малко над четиридесетте.

Но когато Дийн си признал любовната авантюра с една млада жена, с която работел в църковната музикална група, основите на нейния свят се разклатили. Дийн казал, че случаят е приключен, но близка приятелка християнка посъветвала Керъл да се разведе незабавно, като я предупредила: "Прелюбодейството убива брака. Не е правилно да се оставяш да те използват като изтривалка за обувки."

Керъл се почувствала обърквана и измамена и се отдръпнала от Дийн, докато младата жена продължила настоятелно да го преследва. Той се срещнал с дяконите и изповядал прегрешението си, но сега вече нямал желание да посещава църквата със съпругата и синовете си. Църковните водачи сметнали това като доказателство за неговата неискреност и заявили на Керъл, че бракът не може да бъде спасен, тъй като "Дийн не е прав пред Бога".

Дийн, дълбоко депресиран, започнал да си търси работа в друга част на страната. Той обяснил на Керъл: "Раздялата ще ни покаже дали наистина се обичаме или не." Съветничката на Керъл реагирала с гняв, като я посъветвала: "Само му стегни багажа и го остави отпред на стълбите. Колкото по-скоро замине, толкова по-добре!"

Когато Керъл ми разказа историята, аз бях поразен от факта, че всички хора, замесени в тази болезнена ситуация, претендираха, че са вярващи в Исуса Христа и разбират Неговото Слово като истинно -- съпругата, съпругът, другата жена, приятелката съветничка и църковните водачи. И всеки от тях по различен начин беше показал непознаване на библейските принципи, които могат да предпазят и да излекуват брака. Толкова много и важни библейски принципи относно брака, любовта, прощението и възстановяването бяха изкривени или пренебрегнати, че няма нищо чудно в това, че и Дийн, и Керъл се чувстваха "приковани" към трагичното събитие и не бяха в състояние да се измъкнат от него.

За съжаление това е една трагична история. Слушал съм я много пъти, с малки разлики. Споделям я с вас, защото от нея могат да се научат много неща.

Като започнах да работя с Керъл, тя си припомни подробно своя начин на мислене и поведение. Колко правилни са били нейните действия и реакции по време на кризата в отношенията и какво ги е предизвикало? Бяха ли нейните решения следствие от погрешни човешки съвети или на вечните Божии съвети? От какви основни правила се ръководеше нейното мислене? Бяха ли тези предпоставки истинни или лъжливи?

И тогава с Керъл се случи нещо много интересно. Когато се обърна към Божието Слово, тя взе решение да следва Неговите съвети, където и да я заведат, и да се остави на Неговите резултати. Тя премахна от мисленето си небиблейските съвети, които беше получавала, и започна ясно да разпознава истината и лъжата. Разбра, че има пълно разминаване между Библията и светската система на мислене за брака и развода и че тя без малко щеше да бъде изиграна от Сатана -- майстора лицемер, -- за да повярва на лъжите му относно брака. Осъзна, че Сатана може да работи дори и чрез най-добросъвестните християни, които приемат брака според човешкия мироглед, а не според ясното Божие учение. Тя научи също, че когато мъжете и жените реагират съгласно своите природни наклонности, те обикновено вземат грешни решения.

Както тя го описа, и тя, и Дийн бяха попаднали в клопката на обърканото мислене, разбърканите чувства и погрешните реакции. Единствено истината можеше да ги направи свободни. Те заедно започнаха да преосмислят наученото, като започнаха с Битие 1-3 глава.

Всяка брачна двойка трябва да знае истината за брака, но никога няма да я намери в ученията или примерите на настоящата светска система. Най-доброто, което светът може да предложи, е развод на ниска цена, без затруднение, в местния универсален магазин (Услуга, която се извършва в САЩ.) -- нова услуга за хиляди хора, влизащи и излизащи слепешката във и от брака, като че ли той е въртяща се врата. Тук е уместно да споменем думите на един социолог, които ясно обрисуват ситуацията. Той казва: "След 1970 г. разводът се превърна в естествен изход от брака."

Щом през 70-те години разводът е бил естествен резултат от брака, това е едно обезсърчително наследство на 90-те години. Разбира се, ние не бива да го приемаме в нашето мислене. Вярващите в Библията християни от всяка култура, от всяка възраст са намерили мъдростта и силата да се противопоставят на падението в начина на живот. Забележете, че първо идва библейската мъдрост, след това -- силата за противоборство срещу широко разпространените мнения, независимо колко са влиятелни.

А сега нека да придружим Керъл и Дийн в тяхното пътешествие през Писанията в търсене на истинската основа, върху която да изградят брака си. Ще започнем в началото със сътворението на мъжа и жената. Нашата цел е да разберем женитбата, както Бог я е планирал, в противовес на разбирането на заобикалящия ни свят. Ние трябва да видим онези стихове в Битие така, като че ли никога преди не сме ги срещали. Ще ги разгледаме не като догми, а като истина за собствения ни живот.

1) Идеята за мъжки и женски пол беше Божия идея

"И Бог създаде човека по Своя образ: по Божия образ го създаде; мъж и жена ги създаде" (Битие 1:27).

Битие 1 гл. поднася факта за човешкото сътворение, докато 2 гл. разкрива процеса, чрез който това се извършва. В 1 гл. ние откриваме основната истина, която е толкова съществена за разбиране същността на брака -- че Бог създаде мъжа и жената за Свои собствени добри цели. Въпреки че е очевидно, все пак ще спомена, че сътворението на два пола -- мъжки и женски -- не беше никаква тъмна конспирация за осуетяване амбициите на движението за освобождаване на жената. То не беше потъпкване на жената. Напротив, то стана свидетелство за това, че сътворението е непълно без жената. С един любящ, удивителен творчески акт, всемогъщият Бог постави началото на прекрасната тайна на мъжа и жената, мъжествеността и женствеността, която да носи радост в нашия живот. Помислете колко безцветен и еднообразен би бил светът с хора от един пол. Кой би желал да живее в свят само с мъже или само с жени? Така в света щяха да бъдат пренебрегнати и потиснати всички белези на рода. Човек, който отказва да види и да се наслаждава на основните различия между мъжа и жената, никога няма да опита божествената благодат на Бога, който е планирал брака.

2) Бог създаде брака, за да разреши първия проблем на човечеството -- самотата

"И Господ каза: Не е добре за човека да бъде сам; ще му създам подходящ помощник. И Господ Бог създаде от земята всички полски зверове и всички въздушни птици и ги приведе при човека, за да види как ще ги наименува; и с каквото име човекът назовеше всяко одушевено същество, това име му остана. Така човекът даде имена на всеки вид добитък, на въздушните птици и на всички полски зверове. Но помощник, подходящ за човека, не се намери. Тогава Господ Бог даде на човека дълбок сън и той заспа и взе едно от ребрата му и изпълни мястото му с плът. И Господ Бог създаде жената от реброто, което взе от човека, и я приведе при човека" (Битие 2:18-22).

Представете си един човек, заобиколен от прекрасна природа, но сам. Той имаше общение с Бога и компанията на птици и животни. Имаше и интересна работа, тъй като му беше дадено да наблюдава, да отделя и наименува всички живи същества. Но той беше сам. Бог видя, че това "не беше добро". И така мъдрият и любящ Създател намери съвършено разрешение. Той направи още едно създание, подобно на мъжа, и все пак удивително различно от него. Тя беше напълно подходяща за него -- духовно, интелектуално, емоционално и физически. Според Бог тя беше предназначена да бъде "помощник" на мъжа. Терминът "помощник" е свързан с тясно взаимоотношение, при което един човек помага или подкрепя друг човек като другар и съюзник. Вероятно сте разбрали помощника като подчинен, като вид възвишен слуга. Вие ще видите жената в нова светлина, когато разберете, че е използвана същата еврейска дума от самия Бог в Псалм 46:1, където Той е наречен наш помощник, "винаги изпитана помощ в трудност".

Бракът винаги започва с нуждата, която съществува още от зората на времето -- нуждата от общуване и пълнота, която Бог разбира. Бракът беше планиран да запълни самотата, която всеки човек изпитва. Във всеки случай, ако вашият другар не посреща вашите нужди -- духовни, интелектуални, емоционални и физически -- и ако вие също не посрещате неговите нужди, то вие и двамата сте самотни. Но това не отговаря на Божия план и може да бъде поправено. Неговият план е пълнота за двамата заедно.

3) Бракът е планиран и постановен, за да носи щастие, а не нещастие

"А човекът каза: Тази вече е кост от костите ми и плът от плътта ми; тя ще се нарече Жена, защото от Мъжа бе взета" (Битие 2:23).

Това е първата любовна песен в света! Еврейските експерти казват, че Адам бил обладан от трепетно вълнение и радостна въздишка. "Най-после имам някой, който ми



подхожда." Неговите думи "кост от костите ми" и "плът от плътта ми" са любими за изразяване на интимно човешко общение. Но пълнотата на неговото значение принадлежи на Адам и неговата невеста. Д-р Чарлз Райри прави интересно предположение, че еврейската дума за жена произлиза от корена на дума със значение "да бъдеш нежен" -- вероятно израз на великолепната и достойна женственост на жената. И така, когато Бог приведе жената при Адам, мъжът изрази своите чувства с думи, подобни на тези: "Най-накрая намерих един, който да ме допълни, който да запълни моята самота, който ще ми бъде скъп като собственото ми тяло. Тя е толкова красива! Тя е съвършено подходяща за мен. Тя е всичко, от което някога съм се нуждаел!"

Представяте ли си чувствата, избликнали у мъжа и жената когато са осъзнали какво означават те един за друг? Схващате ли целта, с която Бог сътвори жената за мъжа? Обратно на всички изтъркани шеги бракът е планиран за наша радост, за наше щастие. А Божието намерение никога не се променя.

4) Бракът трябва да започне с изоставяне на всички останали връзки, за да се установи постоянно взаимоотношение между един мъж и една жена

"Затова ще остави човек баща си и майка си и ще се привърже към жена си; и двамата ще бъдат една плът" (Битие 2:24).

В началото Бог даде тази заповед от три части, когато постанови институцията на брака. Това си остава най-стегнатата и изчерпателна брачна консултация. Тя е съставена от кратки, лесно разбираеми думи, въпреки дълбочината на тяхното значение. Тези 22 думи обобщават цялото учение за брака в Писанията. Всичко друго, което е казано, подчертава или разширява 3-те основни принципа, постановени тук, но никога не ги променя ни най-малко. Те заслужават вашето внимателно изследване, тъй като всеки проблем, възникващ във вашия брак, идва от незачитането на някои страни на Божието постановление в Битие.

Най-напред трябва да разберем, че бракът започва с оставяне -- оставяне на всички други връзки. Най-близката връзка, намираща се извън брака, която трябва да бъде прекъсната, е с вашия баща и вашата майка. Разбира се, след това трябва да бъдат прекъснати и всички по-далечни връзки -- променени или забравени.

Естествено връзките на любовта с родителите остават. Но тези връзки трябва да бъдат променени така, че мъжът да се отдава напълно на жена си. И пълното отдаване на жената сега вече принадлежи на нейния съпруг. Господ даде тази заповед на мъжа, въпреки че този принцип се отнася и за жената, защото дело на мъжа е да установи нов дом, за който да бъде отговорен. Той не може да бъде повече зависим от баща си и майка си, не може да бъде под тяхна власт, тъй като сега става глава на свое собствено семейство.

Писанията са много ясни, че зрелите синове и дъщери трябва да продължават да почитат родителите си. Сега, макар и независими, те трябва да се грижат за тях, когато е необходимо и да са задължени към родителите си, вместо да очакват това от тях (Матей 15:3-9 и I Тимотей 5:4-8). Но оставянето трябва да се осъществи, защото нито родителите, нито кой да е друг трябва да застават между съпруга и съпругата.

Това означава, че вие и вашият партньор трябва да пренасочите вниманието си един към друг, вместо да очаквате друг човек или група хора да удовлетворяват вашите емоционални нужди. Това означава също да отдаваме по-малко значение на другите неща -- на работата, на кариерата, къщата, хобито, талантите, интересите, та дори и на църковната работа. Всичко трябва да бъде поставено на мястото си. Нищо в този живот не бива да бъде по-важно от брака.

Съпругата на един преуспяващ бизнесмен, който влага цялата си енергия в работата, се оплаква: "Той винаги ми дава парични възнаграждения, а аз си мисля

колко по-добре би било, ако имах неговото време и любовта му. Д-р Уит, аз не искам всички тези неща. Искам поне мъничко внимание."

За повече от двадесет и пет години практика добих впечатлението, че когато мъжът поставя работата и кариерата си на първо място, нищо, което може да се купи с пари, не доставя удоволствие на съпругата му.

Много са причините, поради които може така и да не успеем да изградим истински брак. Виждал съм жени, погълнати толкова от работата или образованието си, че стават нещо като съквартирантки, а не съпруги. Други толкова педантично се отдават на домашните си задължения, че забравят какво още е нужно за добрия брак.

Познавам мъже, които вместо да имат любовно общение със съпругите си поддържат връзките си с приятелите от ловната дружина или групата за бридж. Други не могат да се откъснат от телевизионните спортни предавания, вместо да общуват със съпругите си. Наблюдавал съм положения, при които съпругът или съпругата са толкова увлечени в църковната работа, че забравят брака си. Има тъжни случаи, когато майката и бащата отдават абсолютно всичките си чувства на децата. Когато тези деца пораснат и се задомят, не могат да се откъснат от родителите си и техните бракове биват също емоционално разрушени.

Първият принцип, който можем да научим от Битие 2:24, е, че бракът означава оставяне. Ако не си готов да оставиш всичко друго, никога няма да постигнеш вълнуващо единство в общуването, което Бог е определил за всяка брачна двойка.

5) Бракът изисква неразрушима връзка между съпруга и съпругата през целия им живот

"Затова ще остави човек баща си и майка си и ще се привърже към жена си; и двамата ще бъдат една плът" (Битие 2:24).

Следващият принцип, който може да се научи от тази заповед, е, че няма смисъл от оставяне, ако не сме готови да се привържем за цял живот. Забележете още веднъж, че Господ отправя това специално към мъжа, въпреки че се отнася и за двамата.

Какво означава да се привържеш, да се прилепиш? Този глагол внушава определено действие в неговото съществено значение, така че няма нищо пасивно в действието прилепване. Например думата "изкачвам" по динамичност е сходна с "прилепвам".

Същото чувство на действие придружава еврейската дума дабак, която Библията Кинг Джеймс превежда като "прилепвам". Ето някои дефиниции на дабак: прилепвам се или залепвам се, придържам се към, прилепват се заедно, да следвам някого постоянно, да бъдат съединени заедно. Съвременните преводачи на Библията обикновено променят "прилепвам" в "придържам се". Ако се обърнем към гръцкия превод Септуагинта, думата означава сплотявам се -- да се залепят като с лепило -- да се споят така, че да не могат да се разделят, без да се повредят и двамата.

От това става очевидно, че Бог има строго послание към всеки от партньорите и активни действия, възложени най-вече на съпруга. Предимно съпругът е отговорен да направи всичко възможно да изгради такива връзки със съпругата си, че да станат неразделни. И съпругата трябва да отвърне по същия начин. Тези връзки не приличат на красиви копринени панделки, с които завързват сватбените подаръци. Напротив, трябва да бъдат поставени като печат както в ежедневието, така и при криза, за да се формира съюз, който да не може да бъде разрушен.

Най-добре ще разберем значението на думата "привързвам", като видим как Святият Дух е използвал еврейската дума във Второзаконие. Следните четири примера говорят за привързване към живия Бог.

"От Господа твоя Бог да се боиш, Нему да слугуваш, Нему да бъдеш привързан и в Неговото име да се кълнеш" (Второзаконие 10:20).

"...Да любите Господа вашия Бог, да ходите във всичките Му пътища и да сте привързани Нему" (Второзаконие 11:22).

"Господа вашия Бог да следвате, от Него да се боите, Неговите заповеди да пазите, Неговия глас да слушате, Нему да слугувате и Нему да сте привързани" (Второзаконие 13:4).

"...Да любиш Господа твоя Бог, да слушаш гласа Му и да бъдеш привързан Нему" (Второзаконие 30:20).

Това показва, че в Божиите очи привързването означава отдаване от цяло сърце - най-напред духовно, но разпространяващо се във всички части на нашето същество. Така че привързването е интелектуално, емоционално и физическо. Това означава, че ще имаш постоянна възможност да се привързваш към партньора си и в най-дребните детайли на живота. Всъщност всяко нещо, което сближава и сплотява вашите взаимоотношения по-силно, ще бъде част от привързването. Всичко, което ви раздалечава -- умствено или физически, -- трябва да се избягва, тъй като разрушава божествения модел на брака.

Много от практическите съвети в тази книга ще ви покажат как да се привързвате към вашия партньор при различните обстоятелства и по всякакви начини. Както и да е изразено, привързването винаги включва две характеристики: 1) неизменна вярност; 2) действена любов, която няма да отминее.

Ако искате да проверите едно действие, отношение, дума или решение дали е в унисон с библейските принципи за привързване, можете да си зададете няколко въпроса. Това сближава ли ни, или ни раздалечава? Изгражда ли нашето взаимоотношение, или го събаря? Каква реакция предизвиква -- положителна или отрицателна? Изразява ли това моята любов и вярност към партньора ми, или показва моята себичност и егоизъм? Не забравяйте, че Божият план за вас и партньора ви е неразделно единство, което се постига, като се подчинявате на Неговата заповед да се привързвате един към друг.

б) Бракът означава единство на всички възможни сетива, включително интимно физическо единство без стеснение

"Затова ще остави човек баща си и майка си и ще се привърже към жена си; и двамата ще бъдат една плът. А и двамата -- човекът и жена му -- бяха голи и не се срамуваха" (Битие 2:24,25).

Виждаме, че моделът за брак, който Бог постанови при сътворението, ще създаде нещо много забележително, ако го следваме. Двамата ще станат едно. Това е нещо повече от съединяване! Все още никой писател, учител или теолог не е могъл да обясни пълно какво означава за двама души да станат "една плът". Ние само знаем, че това става!

Трябва да бъдат отбелязани някои основни изисквания. За да се изпълни това, бракът трябва да бъде моногамен (един мъж -- една жена). В същото време се отхвърля всяко прелюбодейство и смесване, тъй като, както Господ Исус потвърди в Новия Завет, двамата станаха едно. Библията обрисова жалките резултати от многоженството и прелюбодейството. В Притчи 6:32 се казва: "Оня, който прелюбодейства с жена, е безумен. Който прави това, би погубил душата си." Разбира се, никой не може да се извинява с пренебрежението на другия. Бракът също така трябва да бъде хетеросексуален (двамата да са от различен пол). Бог направи една жена за един мъж. Хомосексуалният "брак", който приемат днес в някои среди, е покъртително, должно разрушаване на плана на Твореца за свят съюз между един мъж и една жена.

Въпреки че далеч надхвърля физическото, ставането една плът включва и интимното физическо съединяване в сексуален смисъл, и то без срам между брачните партньори. Бог никога не е предвиждал срам при брачното полово общуване. Напротив,

библейското изразяване на половото общуване между съпруга и съпругата е да се познаят -- израз на достойнство. "Адам позна жена си Ева; и тя зачена..." (Битие 4:1). "И тъй Йосиф... взема жена си, но не я познаваше, докато тя роди първородния си син" (Матей 1:24,25).

Тази дума "познавам" е същата, която е използвана за Божието любящо, лично познаване на Авраам в Битие 18:19: "Защото съм го познал, за да заповяда на чадата си и на дома си след себе си да пазят Господния път, като вършат правда и правосъдие..."

Следователно в божествения образец за брачно полово общуване между съпруга и съпругата се включва както интимно физическо познаване, така и нежно, интимно личностно познаване. Така че оставянето, привързването и познаването един друг довежда до една нова същност, при която два индивида се сливат в едно -- едно в ум, сърце, тяло и дух. Затова разводът има такъв опустошителен ефект. Не се оставят двама души, а едно цяло се разделя на две части. В Новия Завет Святият Дух използва тайната от Битие на превръщането в една плът с нейното сексуално измерение, за да обрисова една още по-дълбока тайна: Тази на общението между Исуса Христа и Неговата невеста -- Църквата. "Затова ще остави човек баща си и майка си, и ще се привърже към жена си; и двамата ще бъдат една плът. Тая тайна е голяма, но аз говоря това за Христа и за църквата" (Ефесяни 5:31-32).

Това е божественият план, положен от Бога в самото начало -- толкова дълбоко, нежно, чисто и интимно взаимоотношение, което е използвано след това за образец на отношенията между Христа и Неговата църква. То е основата за живот, изпълнен с любов, който можете да изпитате в собствения си брак, основа, върху която можете безопасно да градите.

## Дали планът все още действа?

ПОВЕЧЕ от един милион разводи ще разцепят американските домове и тази година.

Около 75% от семейните съюзи в тази страна ще се нуждаят от брачна консултация за известно време.

Най-малко 40% от всички брачни двойки може би ще се разведат.

Дали тези предположения, базирани върху последните статистики, означават, че планът на Създателя вече не действа? Дотук ние подробно разгледахме постановяването на брака в Битие 2:24 с цялата мъдрост, но бихме могли да предположим, че това е било дадено на един съвършен свят за невинни хора, които все още не са били вкусили забранения плод на греха. Може ли божественият модел за брак да се приложи действително във от Едемската градина? Или взел ли е Бог предвид как са се изменили нещата оттогава досега? Ревизирал ли е планът си за брака, за да подхожда на преобладаващите обстоятелства?

Днес често възникват такива въпроси, когато хората говорят за развода. Ето как една жена изразява това в писмо до редактора на християнско списание:

Тъй като съм се омъжила за неподходящ мъж, направила ли съм грешен избор, трябва ли да продължаваме да бъдем заедно, за да "оправим" това? Четири години сме се молили нашите чувства да се променят, нашият брак да се промени. Ходили сме при съветници и в семейни домашни групи. Но разбираме, че от ден на ден охладняваме все повече един към друг. Вместо да продължаваме да се унижаваме след 5-годишен брак, ние решихме да се разведем. От две злини това е по-малката, макар че това решение е

болезнено. Виновна съм, благодаря за особеното отношение на църквата. Бог ще ме разбере...

Друга жена даде следното обяснение на християнски семинар за брака: "В крайна сметка Бог ми е дал мозък. Ако разбере, че съм направила грешка при избора на брачен партньор, тогава разводът ще бъде едно решение." Явно тя си мисли, че Бог ще разбере нейните усилия да се избави от неуспешния брак като го елиминира напълно -- както се заличава грешка върху листа с контролната работа.

Трябва да погледнем този въпрос от друг ъгъл. Дали Бог все още очаква от хората, живеещи в този грешен свят, да изпълняват брачната заповед, дадена в едни идеални условия?

Господ Исус Христос е отговорил на този въпрос. В Марк 10:2-12 и в Матей 19:3-12 Исус коментира божественото становище за женитбата. Като четете Неговите думи, ще видите истината в чиста форма, неопетнена от изопачаванията на човешките сърца.

И някои фарисеи се приближиха и Го попитаха, за да Го изпитат: Позволено ли е на мъж да напусне жена си? В отговор Той им каза: Какво ви е заповядал Мойсей? А те рекоха: Мойсей е позволил мъжът да напише разводно писмо и да я напусне. А Исус им рече: Поради вашето коравосърдечие ви е написал тая заповед; обаче в началото на създанието Бог ги е направил мъж и жена. Затова ще остави човек баща си и майка си и ще се привърже към жена си, и двамата ще бъдат една плът; така че не са вече двама, а една плът. И тъй онова, което Бог е съчетал, човек да го не разлъчва. И вкъщи учениците пак Го попитаха за това. И Той им каза: Който си напусне жената и се ожени за друга, прелюбодейства против нея. И ако тя напусне мъжа си, и се омъжи за друг, тя прелюбодейства (Марк 10:2-12).

Фарисеите дойдоха при Исуса с надеждата да го въвлекат в бурен спор относно развода. В онези дни е имало последователи на три различни школи за тълкуване на еврейските закони, които са търсели приемливи причини за развода. Техните дебати се въртели около Второзаконие 24 гл. Там Мойсей е регулирал съществуващата практика на разводи, като е ограничил причините за безчестие и неблагоприличие до най-сериозната им същност. Внимателното изучаване на Стария Завет показва, че прелюбодейството не се е считало за основателна причина за развод (Числа 5:11-31 дава специални указания относно прелюбодейството). Това "безчестие", "оскверняване" или "неблагоприличие", което Мойсей описва като единствена причина за развод, се отнася за кръвосмешение, блудство или прелюбодейство. В Новия Завет Исус нарича това безчестие прелюбодейство. На български това звучи така: "Който напусне жена си освен по причина на прелюбодейство и се ожени за друга, той прелюбодейства; и който се ожени за нея, когато бъде напусната, прелюбодейства" (Матей 19:9). Така че Исус не посочва блудството, а прелюбодейството като причина за развод.

Ето няколко примера за това как евреите по времето на Исус погрешно са тълкували Мойсеевата заповед относно развода. Последователите на Шимон твърдели, че всеки акт на блудство представлява оскверняване, за което Мойсей говори. Последователите на Хилел определят безчестието или оскверняването в най-широк аспект. Съпругата може да е загоряла супата. Това е безчестие. Тя може да говори твърде високо вкъщи. И това е безчестие. Може да се е появила на обществено място с непокрита глава. Отново безчестие, ако съпругът реши да го сметне за такова. Това означава, че и най-малкият пропуск би могъл да се счита като основание за развод. Последователите на най-свободомислещия равин Акиба изкусно решават въпроса с твърдението, че всяка съпруга, която не намери благоволение в очите на съпруга си, е безчестна и може да бъде оставена -- безусловно позволение за развод.

Забележете, че фарисеите отиват една стъпка по-нататък и не зачитат посочената от Мойсей причина изобщо, когато питат Исуса: "Позволено ли е на човек да напусне жена си по всякаква причина?" (Матей 19:3) -- попитаха те. "Позволено ли е на мъж да напусне жена си?" (Марк 10:2).

Начинът, по който Исус отговоря на фарисеите, ни показва какво трябва да бъде нашето собствено отношение към брака и развода:

1. Той отхвърли разпалваните "религиозни" пълномощия на онези дни и техните многобройни оправдания за развод.

2. Той се съсредоточи върху Писанията като единствен авторитет.

3. Той се върна към първоначалния план за женитбата в Битие, като го счете за единствена правилна тема на обсъждане. Матей е записал, че най-напред Исус отговори на фарисеите по този начин: "Не сте ли чели поне Битие 1:27 и 2:24, вие, които винаги парадирате с вашите знания върху Писанията." Или, с други думи: "Защо не се обърнете към първоначалното учение за брака и да намерите отговор?"

Съвсем ясно Исус счита тези два пасажа от Битие като божествена наредба за брака -- първата и последната дума, -- която остава все така ефективна и днес, дори в пълния с грехове свят. Исус дава да се разбере, че отстъпката за развод, дадена от Мойсей във Второзаконие 24:1, не беше просто обяснение за всеки, който иска да разбере Божия план и намерение относно брака. "Каза им: Поради вашето коравосърдечие Мойсей ви е оставил да си напушате жените; но отначало не е било така" (Матей 19:8).

Отначало не е било така! С тези думи Исус ни връща към началото, където намираме инструкции за брака и насоките, които трябва да следваме. Нека внимателно да вникнем в единственото допълнение, което Божият Син добави към закона в Битие: "Онова, което Бог е съчетал, човек да го не разлъчва" (Матей 19:6; Марк 10:9).

Това прибавя три важни факта към нашето основно разбиране за брака:

1. Сам Бог е събрал мъжа и жената заедно. Мъжът и жената се женят по свой избор, но след като направят това, Бог ги съединява, като превръща "двамата" в "едно".

2. От Божествена гледна точка бракът е неразделим съюз, който никой съд по земята не може да разтрогне. Как може парче хартия да промени това, което сам Бог е направил? Единствено смъртта може да раздели двама, които са свързани в брак.

3. Всеки индивид, който се опита да раздели това, което сам Бог е съединил, извършва акт на арогантно незачитане на Божията воля. Всеки, който е решил да направи това, трябва да живее с резултатите от своето действие.

Да обобщим: Исус казва на хората, които търсят всякакви оправдания за развод, че всичките им твърдения са грешни. Мнението на Бога и тогава, и днес е неизменността на брака и почитането му в личния ни живот.

Ако някой днес отхвърли тези заключения като несъстоятелни, то аз само ще цитирам думите на Господа Исуса: "Защото ако се срамува някой от Мене поради думите Ми в този блуден и грешен род, то и Човешкият Син ще се срамува от него, когато дойде в славата на Отца си със светите ангели" (Марк 8:38).

Как стои въпросът с развода във вашия живот? Ако се опитвате да изградите взаимоотношение на обич в своя брак или се опитвате да премахнете, да се отървете от проблемите в брака си, дори най-малката мисъл за развод ще въздейства неблагоприятно върху вашите усилия. Поддържането на идеята за развод, дори като най-последна възможност, напълно ще затрудни усилието, което иначе би подобрило брака ви. Това ще саботира вашите опити да подобрите взаимоотношенията си и в дома ви ще се получи една нерадостна ситуация. Мисълта за развод като един евентуален изход предизвиква пукнатина в отдаването ви един на друг. Макар нищожно малка

пукнатина, тя може фатално да се разрасне чрез многото сили, действащи за разрушаването на домове и семейства.

Мрачните статистики, показани в началото на тази глава, се дължат отчасти и на непрестанните опити на Сатана да подкопае дома и семейството -- най-ценната институция на земята. Те могат да бъдат обяснени с широко разпространената идея, че ако бракът не върви, може да бъде разтрогнат и да се направи друг опит с нов партньор; както видяхме, под влияние на Сатана се прокарва една напълно небиблейска гледна точка.

Има друга фундаментална причина за съществуващата брачна дисхармония, която трябва да осъзнаем, докато работим за достигане на истинско любовно взаимоотношение. Предлагам да прочетем задълбочено Битие 3 гл., в която се описва непослушанието на мъжа и жената към Бога; тяхното падение от състоянието на невинност в греха и смъртта; Божието обещание за изкупление и изгонването на тази двойка от Едемската градина да живеят с морална отговорност при нови и трудни условия.

В 3 гл. ще намерите произхода на греха и срама, на себичността, егоизма и разделението, подкопаващи магнетичната любов и единение, на които Адам и Ева в началото са се наслаждавали.

Както някога така и сега всяка двойка си слага смокинови листа и крие зад дърветата собствените си дела. Ние всички имаме склонност да се отдръпваме един от друг, да се разделяме, да се съсредоточаваме върху своите собствени потребности и желания, за да живеем за себе си, да обвиняваме най-близките си, за да се защитим или оправдаем, и да правим това, което не задоволява Бога.

Грехът поражда измамливия глад не за единение и общуване, а за индивидуализиране на грешната ни природа. Разбира се, Сатана с радост окуражава тази наклонност. Не забравяйте, че грехът слезе на земната сцена при първия брак и още в първото семейство се породил разделението и омраза. Ето къде започна Дяволът своята омразна работа и точно поради това вие никога няма да имате здрав, щастлив и хармоничен брак просто така, от само себе си.

Егоцентричността води до разделения между съпруга и съпругата. Ние сме свидетели на това навсякъде около нас, а и по телевизията постоянно го показват. Например ето какъв диалог се появява често в телевизионните сериали:

Млад съпруг се връща вкъщи неимоверно щастлив от новината, че има прекрасна възможност да подобри професионалната си кариера като бейзболист, като играе в Порто Рико за няколко месеца. Той е радостен, че ще може да вземе и съпругата със себе си.

Младата съпруга отговаря студено: "Защо трябва да искам да ходя в Порто Рико?"

Съпругът (невярващ на ушите си) заеква: "Но...но...Сюзън, ти си моя съпруга!"

Сюзън отговаря ядосано: "Да, но аз имам свой собствен живот!"

Последствията от Битие 3 гл. ясно са отразени в този разговор. Промъкващото се разделение понякога въздейства и върху широко известни фамилии. Много хора бяха разочаровани, когато прочетоха във вестник, че олимпийска звезда, която беше станала тема на деня след забележителна победа, се развежда. Той и съпругата му дотогава бяха предизвиквали възхищение заради съвместните си усилия да работят заедно години наред за постигане на победа. Пресата отбелязваше, че тези млади мъж и жена законно се развеждат след седемгодишен брак, защото "чувстват, че животът през последната година се е променил и всеки един от тях желае да се съсредоточи върху своя собствен живот". Вероятно това семейство все още може да бъде спасено, но забележете

причината за тяхната раздяла: Така че всеки един от тях да може да се съсредоточи върху своя собствен живот! Отново виждаме резултатите от Битие 3 гл.

Във втора глава ви разказах за Керъл и Дийн, една християнска двойка, която претърпява всички видове яростни атаки срещу своя брак както отвътре, така и отвън. Натискът за раздяла е бил неимоверен. Нека да го анализираме и да видим как една грешка води след себе си друга. Във всеки момент е липсвало разбиране или приложение на библейските принципи, които помагат и поправят такива ситуации.

1. Преди всичко те не са се привързали един към друг през тези години като са пренебрегвали любовното общуване. Любовните преживявания между съпруга и съпругата постоянно трябва да се поддържат и растат.

2. Това е оставило емоционална празнина, която друга жена с радост е запълнила, с надеждата Дийн да се раздели със съпругата си и да се омъжи за него.

3. Последвалият грях от прелюбодейството на Дийн атакува тяхното взаимоотношение като една плът.

4. Керъл прави грешка, като обсъжда брака си с приятелка, която постоянно критикува Дийн и кара Керъл да се раздели със съпруга си.

5. Тази приятелка ѝ дава небиблейски съвет, изтъквайки развода като необходимост поради прелюбодейството.

6. Физическото и емоционалното отдръпване на Керъл от съпруга ѝ през това критично време спомага за дълбокото разделение между тях и оставя всичко в ръцете на другата жена, която продължава да преследва Дийн.

7. Църковните водачи не съветват Дийн правилно съобразно прощението и възстановяването след неговата открита изповед на греха пред църковното настоятелство.

8. Като резултат Дийн е бил завладян от чувство за вина, която му пречи да приеме правилни стъпки към подновяване на любовта и доверието в брака.

9. Това е нанесло също така поражение върху способността му да израства като християнин. Чувството за вина след изповядването на греха и покаянието има сатанински произход и е предназначено да попречи на духовния растеж.

10. Разбираемо е, че Дийн се е почувствал неудобно сред хората в църквата, които го одумват и критикуват. Той започва да отбягва събранията.

11. Някои църковни водачи правят грешка, като изтъкват развода като неизбежен за тази двойка. Това допълнително обърква Керъл във време, когато е имала нужда от съвет как да действа библейски в тази ситуация.

12. Тъй като Керъл не е простила на съпруга си и не е забравила миналото, както Библията съветва, те двамата се заплитат безнадеждно в проблеми, които могат да бъдат разрешени бързо само с добри съвети.

13. Всички тези фактори с емоционалната болка и объркване принуждават Дийн да търси изход чрез отдръпване, физическо отдалечаване от съпругата си, с цел да разберат дали още се обичат един друг. Рядко раздялата подпомага затруднения брак и няма вероятност да докаже каквото и да било за любовта. Сближаването в брака е библейско. Разделянето е сатанинско. Това може да звучи много опростено, но е напълно в синхрон с Писанията относно семейството. Надявам се ще си припомните това правило в трудни ситуации.

И Дийн, и Керъл разбраха, че чувствата им ги заблуждават, че не могат да разчитат те да ги водят. Почти навсякъде те чуваха думата развод. Натискът, който се оказваше върху тях, ги подтикваше към раздяла вместо към единство. Но когато те откриха основния принцип на брака, че в Божиите очи съпругът и съпругата са едно и трябва да станат едно, те бяха в състояние да възродят любовното си взаимоотношение



и да възстановят брака си. Днес те имат голямата възможност да помагат на други двойки, които преминават през подобни трудности.

Както виждате, съгласно Новия Завет е възможно да се възвърне първоначалното райско положение в женитбата. Ние можем в голяма степен да се върнем към идеала в нашите взаимоотношения и трябва да го направим, ако искаме брак, изпълнен с любов. Въпреки че поради грехопадението винаги съществува склонност към себичност, ние можем отново да постигнем себеотдайната любов, единството, радостната свобода в общението, което Адам и Ева отначало изпитваха. Чрез източниците на Господ Исус Христос християните имат не само образец за идеална женитба, но също целта, за да изпълняват този образец, както и сила за това.

В началото ние зададохме въпроса: Ревизирал ли е Бог Своя план за женитбата, за да го пригоди към условията в греховния свят? Видяхме, че отговорът е категорично НЕ. Напротив, Той очаква от нас да ревизираме поведението си, за да подхожда на Неговите определения за брака, за наше собствено добро и благословение, и Той знае, че ние можем да направим това поради новия живот в Христа.

Разбира се, аз пиша, като имам предвид положението, в което сте сега. Каквито и минали грешки в брака и развода да имате, помолете Бог да ви прости и приемете това, като знаете, че сте оневинени. Той винаги се занимава с нашето настояще и вие имате всички възможности да вървите напред по нов път, "като забравям задното и се простирам към предното" (Филипяни 3:13). С поглед към Исуса и с ум, нагласен според Словото, вие можете да обновите живота си с вашия партньор от този момент нататък.

Вярвам, че вие ще намерите ново разрешение за вашия брак, за да превъзмогнете външното влияние, което ви кара да виждате себе си отделно от вашия другар, с нова решителност да направите всичко възможно да изградите любовно взаимоотношение в съгласие с Божия план; с нова увереност, че е възможно да подобрите вашия брак и да го формирате според първоначалния план.

Един човек беше казал: "Идеалите са като звездите -- ние няма да можем да ги докоснем с ръцете си, но като ги следваме, както мореплавател в морската шир, ние ще достигнем нашето предназначение."

Ние няма да постигнем съвършенство в нашия брак, но като следваме Божествения образец от Битие 2:24, ще открием трепета и вълненията, които Той е предвидил за нас. Ние ще изпълним целта, която Той е поставил пред нас -- да покаже Своята любов на нуждаещия се свят чрез примера на нашия живот.

## Любовта -- решаване на загадката

Двойката, която седи срещу мен на бюрото, е дошла от другия край на Щатите за съвет. Хол, добре сложен мъж, който вече има успех в избраната професия, говори от името на двамата: "Д-р Уит, моля помогнете ни, ако можете. Ние сме отчаяни."

След няколкочасов разговор, аз забелязах колко рядко Хол поглеждаше към съпругата си Джини. А тя, красива блондинка с топъл глас и приятна усмивка, изглеждаше покорна в негово присъствие. Понякога проблясваше искрица светлина в нейните сини очи, но тя никога не беше насочена към съпруга ѝ. Те изглеждаха като любезни непознати, дотолкова чужди, че дори липсваше враждебност; свързани в най-интимната връзка, а по-далечни даже от стените на моя офис. По дух бяха на двете срещуположни страни на света.

Те изглеждаха като хора, сполучили в живота. Бяха привлекателни, финансово задоволени, добре образовани, с подходящи професии и което е най-важно, познаваха и обичаха Исуса. Бяха се запознали в университета, разбрали, че имат еднакви духовни цели и решили да се оженият след известен период на молитва. Отстрани бракът им изглеждаше идеален. Но аз виждах пред себе си двама крайно нещастни хора, борейки се да издържат поне до следващата седмица заедно.

"Ние мислехме, че сме се оженили по Божията воля -- тъжно обяснява Хол. -- Изучавали сме какво учи Библията относно женитбата и знаем, че разводът е недопустим за нас като християни. Но какво да правим? Ние просто не се обичаме."

По-нататъшната дискусия изясни това становище. Двамата се уважаваха и зачитаха като личности и всеки желаше доброто на другия. Но това беше всичко. Какво липсваше?

"Чувства, д-р Уит" -- съгласиха се и двамата. -- Ние не изпитваме емоциите, които придружават любовта. Не чувстваме никакъв трепет от това, че сме заедно. Липсва ни стремеж да се докосваме един друг. Нямаме желание да разговаряме за нашето минало или да правим някакви планове за бъдещето."

"Ние нямаме претенции, не спорим -- казва Хол. -- Но също така не се и наслаждаваме един на друг."

Когато вечер останат двамата сами, появява се някаква досада. Хол счита, че при полово общуване Джини не е достатъчно пламенна, въпреки че и двамата изживяват редовно сексуално освобождение. Той мисли, че му липсва желание да седне близо до нея и да я прегърне. "А бих искал да го направя" -- казва той.

Джини намира Хол за себичен и мрачен. "Но той е добър в много отношения -- казва тя. Той ми помага в къщната работа. Води ме навсякъде, където поискам. Казва ми, че съм отлична съпруга. И въпреки това знам, че не мога да му угодя. Например той мисли, че изглеждам ужасно, преди да съм гримирана. Ако ме обичаше, щеше ли да прави разлика? Винаги съм вярвала, че истинската любов прикрива недостатъците."

"В действителност тя е твърде съвършена, твърде хубав човек -- казва Хол. -- Може би затова аз чувствам, че тя никога не би разбрала какъв начин на живот съм водил, преди да стана християнин."

"Ние не сме на една и съща вълна -- заключава Джини с тъга. -- Бракът въобще не е това, за което съм си мечтала. Чувствам се разочарована и обезсърчена почти винаги."

"Може би сме се самозалъгвали -- свива рамене Хол. -- Нашите най-добри приятели обичат да бъдат заедно. Но не е така с нас. Не знам какво може да се направи за това сега. Ние сме женени, а сме отчаяни. Просто не се обичаме."

Аз чувам често такива оплаквания. Най-срещаните фрази са: "Ние не се обичаме повече." Или безжизнените заключения: "Моят съпруг (съпруга) не ме обича повече." Но в учудващо много случаи самотни хора ми казват, че никога не са се обичали, дори при самата женитба.

Като консултант аз трябва да се занимавам с трагичните резултати при лишените от любов бракове. Липсата на любов е станала причина много християни да бъдат въвлечени в прелюбодейство или пък да търсят липсващата им любов някъде другаде. В много трагични случаи нещата завършват легално морално, като напълно разбива цялото семейство. Без да навлизам в подробности, мога да ви уверя от опит, че и мъжете, и жените изпитват безпределен копнеж за любов в брака и понякога самите те са шокирани от това, което могат да направят, за да намерят заместител. Разбира се, един християнин никога не бива да бъде завладян от чувствата си -- в брака или в която и да е област на живота. Но брак без чувства е страшно непълен и многото двойки, които съм съветвал, са почти винаги обезпокоени от липсата на любов. Ето защо по мое

мнение не е достатъчно само да напишеш книга за брака. Виждам нуждата от фокусиране върху любовта в брака -- пълния спектър от любов, включително емоционалния глад, който Бог е вложил в нас. Знаем, че любовта включва неописуема гама от чувства, като се започне от трепетите и се стигне до сладостното упоение. Това може да бъде и влудяващо удоволствие, и топла подкрепа. Те придават колорит и красота на брачния живот. Те ни даряват с щастие и добро самочувствие дори при наличието на външни проблеми. Но отсъствието на тези чувства оставя болезнена празнота, която иска да бъде запълнена. Ние не бива да пренебрегваме чувствата на любов и копнежите, които те пораждат. Само когато ги опознаем и задържим по градивен начин, само тогава те ще заемат подходящо място в нашия живот, без да владеят над нас.

Следователно в практичния семеен живот ние трябва да осъзнаем значението на любовта заедно с придружаващите я емоции. Но също така трябва да отделим истините относно любовта, както направихме, когато разсъждавахме върху основите на брака. Неяснотите и митовете трябва да се премахнат. Бих желал внимателно да разграничите лъжата и истината в любовта. Моля ви, запитайте се: В моя любовен живот, въз основа на истината или на фалша действам аз?

Всеки може да види, че нищо не започва с такива големи надежди и блестящи очаквания, а толкова често угасва, както романтичната любов в брака. Днес това се потвърждава от съотношението между разводите и браковете -- на всеки два брака се пада по един развод. Но защо толкова често любовта се проваля? Със сигурност причината е, че "любовниците" просто нямат представа какво е любов; те не знаят как да обичат, а в много случаи никога не са се отдавали на любовта. Държанието и отреагирането на много брачни двойки се влияе не от истината, а от техните собствени погрешни представи за любовта.

Откъде идва това неразбиране? Основно Бог е любов и обвързва истината за любовта със Своето слово -- Библията. Сатана е анти-любов така, както е и антихрист, и разпространява идеи, които изопачават и разрушават любовта чрез световната система, която той контролира.

Има три главни източника на погрешни идеи за любовта. Вие можете да ги считате като инструкции за анализиране на вашите собствени идеи за любовта и да определите техния източник, където е възможно.

Объркани впечатления. Всеки човек има натрупани известни впечатления относно любовта, включително и случайни мнения, взети оттук-оттам, като се започне още от най-ранно детство. Някои от тях са извлечени от семейна практика или философии. Например За За Габор, член на многобрачния клан Габор, досега се е омъжвала седем пъти. Пред репортер тя изразява семейна философия: "Досадни жени вечно ме питат защо аз и моето семейство имаме толкова много съпрузи. Те не могат да разберат, че освен влюбване има и разлюбване. Когато разлюбиш, по-добре е да смениш партньора и да останете приятели, отколкото да живеете заедно, а омразата ви един към друг да расте."

Смесицата от неопределеност и неясни впечатления, които повечето хора натрупват, обяснява отчасти защо хората гледат на любовта като на необяснима загадка. От една страна, то е поради това, че тяхната собствена гледна точка за любовта е объркана и неясна: любовта трябва да бъде загадка! Нещо повече, ако любовта е нещо нелогично с цялото му тайнствено вълнение, то и човек може да бъде извинен за нелогичното си държание в това състояние.

Това популярно мнение за любовта като тайна, в която да не се бъркаме, беше изразено от сенатора Уилям Проксмаер, когато федералното правителство отпусна парична сума за научно изследване на любовта. Той направи такъв коментар: "Двеста

милиона американци желаят някои неща да останат тайна и на първо място в списъка на нещата, които не искаме да знаем, е как мъжът се влюбва в жената и обратно."

Погрешни заключения, основани върху личен опит. Разбрал съм, че много хора действат на основата на погрешни впечатления, извлечени от техни собствени преживявания. Проучванията показват, че един доста голям брой хора считат себе си за опитни. Един социолог, който е анкетираше повече от хиляда души, заключава, че голямо мнозинство е започнало с увлечение в тринадесетгодишната си възраст и е имало още едно или повече "истински любовни преживявания" до двадесет и четвъртата си година. Но тези преживявания често довеждат до другите два вида неправилни разбирания за любовта, до едно определено състояние, завършващо с емоционално падение. Такива индивиди са склонни да развият болезнено безпокойство спрямо любовта или неверие в доброто вместо истинска мъдрост за бъдещето. Личният опит дава понякога съмнителна, винаги ограничена информация и води до погрешни заключения, които не са полезни за изграждането на трайни любовни взаимоотношения.

Деформирано мислене, дължащо се на влиянието на местната култура. Не може да се прецени точно колко деформираното отношение към любовта е повлияно от въздействието на културата -- филмите, телевизията, различните видове реклама, списания, романи, преобладаващи отношения на приятели, думи и примери от популярни припеви и др. Тях едва ли бихме могли да класифицираме като благонадеждни източници на истина и мъдрост, но техният неуловим и властен ефект върху нас не може да бъде отречен.

Докато хората са погълнати от тези погрешни убеждения относно любовта, научните и интелектуалните среди в голямата си част стоят настрана. С малки изключения повечето психоаналитични, психиатрични и психологични книги и учебници не споменават думата любов. Дори Британската енциклопедия не е поместила статия върху този предмет. Но един психиатър, осъзнавайки нуждата от вярна информация за любовта, е написал: "Любовта е търсена от всеки и навсякъде. Към нея съществува постоянен интерес, тя винаги е желана. Може ли да се намери? Ние мислим, че да, ако е разбрана достатъчно добре и се търси правилно..."<sup>1</sup>

Разбира се, ние всички се нуждаем от точна информация и ясно разбиране относно това, което е наречено най-желаното и най-неуловимото чувство -- толкова желано, че браковете, лишени от него, се превръщат от скучни в жалки; толкова неуловимо, че някои хора прекарват целия си живот в търсенето му, оставяйки след себе си следи от разбити взаимоотношения.

Целта на тази книга е да ви предам основните принципи и знанията, от които се нуждаете, за да изпитате пълнотата на любовта във вашия собствен брак. Библията е основният източник на нашия материал. Всъщност тя е единственият авторитетен, напълно точен източник на познания за любовта, който може да се намери някъде.

Сега, като разглеждаме четирите основни истини, които могат да реформират вашето отношение и да реструктурират вашия подход към любовта, вие трябва да разберете следното: Това, което вярвате за любовта -- истинско или фалшиво, в момента върши три неща за вас. То (1) влияе на вашия брак; (2) формира вашето поведение и реакции към вашия другар; (3) спомага за разрешаване на вашето бъдещо щастие и емоционално състояние. Толкова е важно това, което вярвате. Колко по-добре ще бъде да вярвате в истината!

Всеки от следващите принципи може да ви помогне да възродите любовта в брака си или да обогатите любовните преживявания, които имате със своя партньор. Всеки принцип коригира някакво общо неразбиране за любовта, което може да ви е

повлияло в миналото. Разгледайте ги внимателно. След това ще ви покажа как те помогнаха на двойката, която ви представих в началото на тази глава.

1) Аз мога да науча какво е любов от Словото Божие. То е нещо разумно, а не неразумно. Аз мога да разбера любовта и да раста в познаването ѝ през целия си живот.

Вероятно никога не сте се замисляли, че всъщност цялата Библия е историята на една любов, от която можем само да се поучим -- историята за Божията неувяхваща любов към едно, много често, нелюбящо човешко племе. Това е последователна любов. Ние виждаме как Бог се интересува, крепи, грижи се и прави всичко възможно за тези, които обича; винаги се стреми да приближи към себе си мъже, жени, момчета и момичета. Ето един стих, който звучи като обяснение на това:

"Господ ми се яви отдавна и рече: Наистина те възлюбих с вечна любов; Затова продължих да ти показвам милост" (Еремия 31:3).

Старият Завет ни разказва за любовта между Бог Йехова и израилтяните, любов, често уподобявана на любовта на един съпруг, който е готов отново да приеме съгрешилата си съпруга.

Обсегът на откровението в Новия Завет се разширява до степен на една забележителна картина на Божията любов към всички хора -- любов без граници. Господ прави жертва, за да ни доведе до Неговата вечна грижа. Ние го виждаме в лицето на Исус -- Човекът, готов да мине през смъртта, за да направи всичко за тези, които обича. Йоан 3:16 ни казва кои са те: "Защото Бог толкова възлюби света, че даде Своя Единороден Син, за да не погине никой, който вярва в Него, но да има вечен живот!"

Ако трябва да обобщим всичко, което можем да научим за любовта чрез Божието Слово, може би ще го изразим просто така: Любовта прави винаги най-доброто за обекта на любовта. Това представлява и прави любовта, и тук няма нищо мистериозно.

Но вероятно мотивите за тази любов са загадъчни. Кое е това, което ни кара да вършим всичко за този, когото обичаме? Отговорът, отново базиран върху библейски принцип, е, че любовта открива уникална ценност у възлюбения и избира да утвърждава винаги тази ценност. Любовта е избор.

Разбира се, можем да научим много повече за любовта от Писанията. Ако се вгледаме в ежедневието на Господ Исус Христос, ние ще видим как Той показва съвършена любов във всяка една ситуация. В Ефесяни 5 гл. ние намираме описание на начините, по които Исус Христос показва любовта си към църквата, и това ни е дадено като идеален образец за брачна любов. А I Коринтяни 13 гл. показва същността на любовта, особено когато е изпитвана. Ние научаваме, че истинската любов винаги е избор, подкрепен от дела.

Така че ние не бива да бъдем неинформирани относно любовта. Можем да се поучаваме от Божието Слово -- единствения правилен източник на знания за любовта. Вие и аз трябва да разберем любовта, за да я изградим в нашия брак и това е напълно възможно, тъй като имаме Писанията.

2) Любовта не е нито лесна, нито проста. Тя е изкуство, което трябва да изучавам и животът ми да се изпълни с нея. Аз мога да се науча как да обичам.

Този принцип коригира едно всеобщо неразбиране за любовта, разпространено предимно сред юношите, които мислят, че любовта е най-простото нещо в света, че е лесно да обичате и не изисква нито мислене, нито усилия. С други думи, не е необходимо да изучавате любовта, нито дори да мислите за нея. Въпросът е да правите това, което идва по естествен път.

Истината е, че любовта струва нещо. Тя изисква много от обичащия, дори когато дава чиста радост. Ако правите това, което естествено идва, почти винаги ще бъркате.

Любовта е изкуство, което трябва да се научи, както и дисциплинираност, която да се утвърждава. Бихме могли да сравним изкуството на любовта с изкуството на музиката или коя да е област в живота, която изисква обучение. Аз прекарах години в изучаване изкуството на медицината, след това учих как да прилагам теорията на практика. Но по-важно е, че толкова много желяех да се науча да практикувам медицина, че бях готов да вложа всичко, което имах, за да го постигна. Много години по-късно подходах към изкуството да обичам съпругата си по същия начин!

Ако желаете да усъвършенствате изкуството на любовта и да бъдете възнаграден с вълнуващ щастлив брак, трябва да научите принципите за изграждане на любовта в брака си и да ги практикувате ежедневно. Най-вече трябва да желаете да се учите и да сте готови да изпълните живота си с това. От опит мога да кажа -- заслужава си усилията.

Как да учим? Пак ще кажа -- Библията има информацията, от която се нуждаем. Най-задълбочените уроци върху изкуството на любовта към другаря ви се намират в Песен на Песните от Соломон, които ще дискутираме в гл. 12. На много места в Библията се дават директни указания относно любовното изкуство. Ние ще разгледаме доста от тях. Реалните житейски проблеми не са откъснати от Божието Слово и вие ще разберете, че Библията ви дава всичко, от което се нуждаете, за да станете специалист в любовта -- като съпруг и съпруга.

3) Любовта е активна сила, която мога да контролирам със собствената си воля. Аз не съм безпомощен роб на любовта. Аз имам избор.

Много е важно да схванем този принцип на фона на пропагандната вълна, която твърди, че любовта е неконтролируемо чувство, което идва и си отива като едно своенравно врабче, което каца, където не го желаят, и тръгва, накъдето настроението го тласне. Повечето от филмите и телевизионните програми, които представят най-различни срещи и раздели, се основават на предпоставката, че любовта е чувство, което просто идва или пък не идва, или идва, а после си отива, така че нищо не може да се направи за възвръщането му, след като веднъж си е отишло.

Истината е, че любовта е активна сила, която трябва да бъде контролирана от собствената ти воля. Вие не сте просто "пленник на любовта", както се казва в песните. Ако сте християнин, с Божията любов в сърцето си можете съзнателно да изберете да обичате, можете да вършите това, което е необходимо за възстановяване на любовта в брака ви, можете да се възпротивите на заробването от преливащи емоции.

4) Любовта е силата, която ще произведе любов, когато се науча да я раздавам, вместо да се напъгам да я привлека.

Многобройните реклами днес учат хората, че трябва да знаят как да бъдат привлекателни, за да ги обичат. Казва им се, че ще привлекат любовта, ако изберат подходяща паста за зъби, парфюм, крем за бръснене, шампоан или дезодорант. С други думи, списъкът от тези продукти почти ти гарантира, че ще ти доведе евентуален любовник, който ще почука на вратата ти или ще те спре на улицата. Нашето ориентирано към средствата за масова информация общество измерва привлекателността на любовта в три измерения -- популярност, сексапилност и употреба на подходящи продукти.

Но само Божието Слово разкрива истинската тайна на това да бъдеш желан и обичан от брачния си партньор. Тя включва да се научиш да даваш любов, вместо да се стремиш и да се напъгаш да я привлечеш -- много голяма тайна, която твърде малко хора знаят. И едно предупреждение -- много грешки са правени в името на любовта. Трябва да се научиш как да даваш любов по библейски, така че да задоволиш нуждите и желанията на своя партньор. Библията ни показва как да обичаме мъдро и истински.

Франк Райт, публицистът от Палм Бийч, е написал стотици спонтанни любовни думи за своята съпруга, някои от които са публикувани в малката книга "Привет, мила!" Този пример показва как любовта произвежда любов, когато я даваме свободно (и мъдро). Съпругът пише: "Колкото по-дълго сме женени, толкова повече разбирам, че щастието в брака не се появява току-така, случайно. Нека винаги да си държим ръцете и да си казваме, че се обичаме. Нека не вземаме нищо в залог. Нека да "даваме" и да "отстъпваме" на драго сърце. Това е, което ние правим и то действа, нали?" Останалата част от бележките илюстрира факта, че даването на любов поражда романтични любовни емоции. Той добавя: "Тази сутрин размишлявам за някои неща. Как да отскочим донякъде, след като се наобядваме? Да приготвим багажа и просто да се усамотим в някое романтично кътче в почивните дни, и да запазим това като наша тайна!"

И да обобщим:

Истинската любов не е мистериозна или неосъзната.

Истинската любов не е лесно, просто вършене на това, което идва по естествен път.

Истинската любов не е неконтролируемо чувство.

Истинската любов не е резултат от опити да я привлечем.

Аз мога да разбера какво е любовта чрез Божието Слово.

Аз мога да науча изкуството на любовта.

Мога да избира да обичам.

Мога да предизвикам любов, като първо аз я дам и я дам мъдро.

Любовта открива уникална ценност у любимия.

Любовта винаги утвърждава ценността на възлюбения.

Любовта постоянно върши най-доброто за възлюбения.

Любовта е активна сила, която трябва да бъде контролирана от волята.

Любовта винаги е избор, подкрепен от дела.

Любовта ни коства нещо дори когато даването е чиста радост.

Всъщност дотук дискутирахме как причината и чувството работят заедно за изграждане на любовно взаимоотношение между съпруга и съпругата. Докато повечето хора считат чувството за най-важно, надявам се, че вие открихте, че това, което мислите за любовта, ще контролира вашето държание и желаните чувства ще дойдат в резултат на правилното мислене и правилните действия.

Това може да звучи твърде сухо и далеч не романтично, но в действителност сочи пътя към нежните любовни преживявания за теб и твоя другар и ще донесе задоволеност и вълнуващи трепети, които ще удовлетворят и най-романтичната натура. Когато от любовните вълнения се изключи причината, резултатът не е любов, а похот, сляпо увлечение или празна сантименталност. А кой желае това в своя брак? Ако са мъдри, християните ще изградят целия си живот върху истината. Колко по-важна е тя за любовта и семейството.

Хол и Джини, които споменахме в началото на тази глава, имаха искрено желание да градят живота си върху истината. Но както разбрахте, техният главен проблем беше свързан с невярното разбиране за любовта. В последвалите разговори Хол установи, че вината е у него, а не у Джини, въпреки че не можа да посочи причината. "Предполагам, че това е грях, непокорство или глупост от моя страна -- каза Хол, -- защото знам, че бих могъл да накарам Джини да се влюби в мен, ако просто й дам нещо, на което да откликне. Но чувствам, че Джини не е подходящата жена, жената, която Бог има за мен, и въпреки че не съм за развода, във всичките ми фантазии съществува друго място, друго време и друго момиче."

Аз помолих Хол да вземе списъка с библейските принципи, които вие току-що прочетохте, и да прецени своите собствени действия според концепциите, които му бях обяснил. В резултат очите на този млад човек се отвориха.

Той разбра, че има няколко дълбоко втълпени му, но неправилни представи за любовта, които бяха останали от живота му преди да повярва и от многобройните романтични приключения, които беше преживял. Той все още мислеше за любовта като за мистериозно преживяване, наситено с пикантни чувства, които идват просто така. Когато се оженил за Джини, която била авторитетно, запазено християнско момиче, той очаквал трепетните чувства просто да се появят отново без никакви усилия от негова страна. Когато след време те не се появили, той започнал да негодува и вместо да се научи да бъде любящ, той тръгнал от консултант на консултант, опитвайки се да намери някой, който като с магическа пръчка да предизвика любовта. Хол се съгласи, че въпреки че беше примерен съпруг, погледнато от страни, той не беше дал на съпругата си това, от което тя се нуждае и желае. Той искаше една съпруга, която да го развълнува, но не искаше да премине през процеса, който щеше да предизвика това. Никога не беше взел решение да обича Джини, тъй като е негова съпруга; никога не беше осъзнал или потвърдил уникалната ценност на съпругата му за него. Не беше направил опит да научи изкуството на любовта. Вместо това чакаше тя да възбуди любов у него.

"Въпреки че по-рано не разбирах някои от тези неща -- каза Хол, -- аз знаех, че съм отговорен за Джини както Христос за църквата. Знаех, че съм длъжен да обичам по начин, по който Той обича църквата. Но аз използвах израза "подходяща жена" като вратичка за измъкване, като извинение за моята себичност. Искях да се самозаблудя, тъй като знаех, че Божията заповед в Битие да оставя всичко друго, да се привързва и да бъдем една плът се отнася за момичето, за което съм женен, а не за някакво друго, което бях създал в мечтите си!"

Хол беше готов да прави каквото му кажа. Изучаването на изкуството за любовта щеше да премине през детайлите, които са включени в останалата част на тази книга. Но той можеше да започне с избора да обича съпругата си, с отдаване на нея, разчитайки, че добрите чувства ще дойдат с промяната на неговото държание.

"Бог има възпламеняващо действие, което ще породи романтика у тебе, като вършиш тези неща, които предизвикват ответна любов у нея -- обясних му аз. -- Ако се научиш как да я обичаш по библейски и правиш това, след шест месеца вие ще бъдете силно влюбени един в друг. Опитай и ще видиш."

Хол и Джини имаха вълнуващ живот, като започнаха да прилагат на практика онези неща, които възпламеняват трайно любовно преживяване. Във вашия случай аз ви предлагам да преминете през списъка, както Хол направи. Дайте си сметка наум в каква ситуация сте относно изредените положения. А другите положения? Помнете, че като повярвате в тях, приемете ги като свои и действате въз основа на тях, вие се приготвяте за ефективна употреба на практическите инструкции, които се намират в тази книга.

## Петте страни на любовта

ДУМАТА "любов" вероятно е най-необичайната дума. Въпреки че е наситена със съдържание, изглежда несъответстваща и недостатъчна, когато наистина искаме да изразим нещо. (Толкова достатъчна, че Едгар Алън По пише: "Ние обикнахме с любов,



която е повече от любов.") Някои речници изреждат 25 значения. В англ. език има една и съща дума за любов и обичам. Има и значение "харесвам". Б.пр. на думата "любов" и ние сме склонни да ги употребяваме в ежедневните разговори.

Наличието на една дума за всяко нещо води до объркване и абсурдни сравнения. Например ние обичаме нашето любимо за цял живот същество. Но ние също така обичаме печено пиле и кока-кола, следователно можем да сравняваме нашия брачен партньор, с когото сме женени от 30 години, с печено месо! Ние обичаме родителите си и децата си. Но също така обичаме книгите, футбола и ски-спорта. Така изглежда, че мама и татко са на един кантар с ваканцията в планината, а малкия Джони сравняваме с някой футболен отбор. Ние обичаме свободата -- нещо, което със сигурност е по-ценно от една лъскава луксозна кола. Но ние обичаме тази нова кола; също така обичаме нашето коте и грамофонната плоча, която сме купили миналата седмица. Ние обичаме не само Исус Христос -- Царя на царете и Господ на господарите, но също така обичаме Робърт Редфорд -- или Боб Хоуп. От всичко това произлизат безотговорни разговори и понякога неясни мисли.

Объркването нараства, когато четем книга с любовна тематика. Един автор говори за любовта и ние разбираме, че той има предвид сексуалното привличане. Друг явно я свързва с някакъв абстрактен идеал. Някой друг пише за романтиката. А друг пък за семейна вяроност. Пети автор описва едно вечно приятелство с драматични краски. Очевидно всеки писател има предвид различни взаимоотношения. А всички те използват една и съща дума за описание на взаимоотношението -- "любов".

За щастие, като пишем книга за любовта в брака, ние можем да се обърнем за помощ към ценния език на гръцкия Нов Завет. Както един експерт отбелязва: "Гръцкият е много стабилен език, пълен с деликатни вариации и нюанси на думи, способни най-точно да отразят значението." Гърците от новозаветната епоха имат най-малко пет думи, които можем да използваме, за да постигнем и опишем различни аспекти на любовта в брака.

Когато ви давам тези пет гръцки думи и тяхното значение в брака, помнете, че това не е упражняване на езика, а практическо обяснение какъв трябва да бъде любовният живот в семейството, когато любовта е изразена с пълнота във взаимоотношенията.

Между другото тука не става дума за нещо, което стои на витрина в магазин. Вие не можете да изберете и вземете този вид любов, който предпочитате, и да се откажете от другите. Всеки един е изграден върху друг. Всеки от тях има свое специално, значително място, както ще разберете, когато започнете да прилагате на практика всички тези видове във вашия брак. Но въпреки че са доста различни, те са и взаимно свързани, така че физическите, емоционалните и духовните процеси се застъпват и подсилват един друг в любовта.

Първата страна на любовта, която ще разгледаме, е изразена от гръцка дума, която Библията не нарича любов. Тя обаче описва един много важен аспект на любовното преживяване между съпруга и съпругата. Думата е епитумия -- силно желание -- понякога добро, понякога лошо. То означава и сърдечна подбуда; копнеж -- истински или не, а може да означава да желаеш силно, безгранично. Когато се употребява в Библията в отрицателен смисъл, думата се превежда похот, а когато е в положителен смисъл -- желание, и това е значението, към което ние се обръщаме. В брака съпругът и съпругата трябва да имат силно физическо желание един към друг, което се изразява в приятно сексуално общуване.

Половият контакт не е най-важният аспект на вашето взаимоотношение, но е своего рода индикатор (показател) за здравината на вашия брак. Ако съществува някакво напрежение във вашия живот, то обикновено рефлектира в половия. От друга

страна, ако нямате полова близост, то в резултат на това може да бъде повлияно и цялостното ви общуване. Понякога вашата сексуална отзивчивост е притъпена поради различни притеснения или проблеми. Това не е нещо необичайно и може почти във всички случаи да бъде оправдано. Даже когато се опитвате да поправите проблемните места на вашето взаимоотношение, можете да се научите да общувате физически и да изпитвате взаимно удоволствие в половия живот. Така че възстановяването и изграждането на сексуално желание става важна част от цялостното преживяване на влюбване във вашия другар. В най-щастливите семейства двойките намират, че могат винаги да подобрят своето сексуално общуване с допълнителни знания, по-голямо разбиране и повишена чувствителност един към друг. Тази страна на любовта, известна като физическо желание, никога не бива да се пренебрегва в брака.

Следващият аспект на любовта, който ще дискутираме, произлиза от известна гръцка дума, която не се среща в Новия Завет, въпреки че нейното съответствие е употребено в Стария Завет. Говоря за ерос -- любовта, която повече от всеки друг вид носи в себе си романтика. Ние може би мислим, че ерос е дума със съвсем плътски смисъл поради нашата дума еротика, но това не е така. Ерос не винаги е чувственост, но съдържа копнеж за единение и желанието да притежаваш любимия. Ерос означава романтичност, страст, сантименталност. Често това е началната точка на брака, този вид любов, в който влюбените попадат и за който пишат песни и стихове. То е наричано възторг, унес, удоволствие, силно, сладко и страхотно, тъй като е всепроникващо.

Ерос има обаче един проблем. Той се нуждае от помощ, защото е променлив и не може да продължава през целия живот така, от само себе си. Ерос иска да обещае, че връзката ще продължи цял живот, но не може сам да изпълни това обещание.

Поради това трябва да поставим граница между глупавото, временно сляпо увлечение и истинската романтична любов в добрите бракове. Сляпото увлечение се определя като една емоционална и физическа реакция на лъжливи впечатления или просто несъществени неща, които не са били правилно оценени, а само силно желани. В противовес на това истинското влюбване е духовен, разумен, емоционален и физически отговор на действително лице, което притежава дълго търсени качества, от които се възхищаваме.

Любовта ерос, на която се наслаждаваме в трайното обкръжение на християнския брак, предлага чудесни емоции и лични дарове, които са създадени от самия Бог. Този вид любов е изцяло емоционален и не може да бъде предизвикан от волята, но той се появява като сигурен отговор, когато всички останали страни в брака са задействани. Вие ще изпитвате любовта ерос обогатена, зряла, изключително радостна, когато усвоите изкуството да обичате. Повече от всеки друг вид любов ерос трансформира сивото съществуване в прекрасен живот, наситен с много цветове. Това е пълна с наслада част от любовния живот, предназначен за брака.

Третата любов в брака, характеризирана от гръцката дума сторге, може да се опише като удобно, уютно, улегнало взаимоотношение, включващо естественото чувство за усещане, че си принадлежим един на друг. Тази любов, спомената няколко пъти в Новия Завет, е любовта между родители и деца или братя и сестри. Робърт Фрост има предвид тази любов, когато описва дома като "място, където трябва да бъдеш заведен, без да е необходимо да го заслужиш". Любовта сторге в брака осигурява нуждата, която всички имаме -- да принадлежим, да бъдем част от тясно свързан кръг, където хората се грижат и имат най-голяма вярност един към друг. Докато светът показва себе си като едно студено, неприятно място, сторге предлага емоционален подслон. Брак без такава любов е като къща без покрив, в която дъждовете могат да ваят. Но когато съществува, сторге донася атмосфера на

сигурност, в която останалите видове любов в брака могат спокойно да обитават и процъфтяват.

Четвъртата любов в брака е обозначена от гръцкия глагол филео, който често се среща в Новия Завет. В тази дискусия ние ще го използваме като съществително, защото е по-познат термин на читателите. Филео е изпълнен с нежни чувства и обич към възлюбения, но винаги очаква отзивчивост. Това е любов на общението -- другарство, споделяне, общуване, приятелство. Докато ерос прави любовници, филео прави скъпи приятели, които се наслаждават на близост и общение. Те споделят мисли, чувства, отношения, планове и мечти -- най-интимните неща, които няма да споделят с никой друг. Те споделят също време и интереси. Очевидно, необходими са двама за пълно изживяване на филео, но ако се стремите да възстановите любовта във вашия брак без особено участие на вашия партньор, вие можете да развivate филео, доколкото са необходими вашите усилия. И ще очаквате евентуален отговор, когато библейските концепции са приложени на практика. Семейство без филео няма да бъде задоволено дори ако има много страст в леглото. Брак с филео със сигурност ще бъде интересен и задоволителен.

Ние се движим от физическото към духовното, като разглеждаме петте начина на любов. Аз запазих най-доброто за най-накрая: агапе, напълно неецентрична любов, която е способна да дава и да продължава да дава, без да очаква нещо в замяна. Агапе оценява и служи по противоположен начин на филео, която обичаше и се радваше. В Новия Завет често се говори за агапе, тъй като това беше любовта, която накара Христос да дойде на земята като човек заради нас. Бог обича цялото човечество с любовта агапе. В допълнение Той има любовта филео за онези, които имат общение с Него чрез Исус Христос. Любовта агапе е с особено значение за онези от вас, които точно сега се опитвате да спасите вашия брак и да възстановите любовта, която сте загубили. От всички видове любов агапе е тази, която можете да донесете в семейството си веднага, защото тя е избор по ваша воля и не зависи от чувствата. Това е любов на делата, а не на емоциите. Тя се насочва към това, което вършите и казвате, а не към това, което чувствате.

К. С. Луис показва разликата между агапе и другите видове естествена любов, като ги сравнява с една градина. Той описва естествената любов като градина, която скоро ще буреняса в плевели, ако се изостави. Това е неизбежно поради егоцентричността, своеволието и други грехове, идващи от падението. Любовта агапе действа като греблата, мотиките, ножиците, торове и препаратите против плевели, използвани от опитен градинар, за да се развива градината добре, подредена и красива. Когато Бог засади градината на нашата природа и постави цъфтящи, плодоносни видове любов да растат там, той остави нашата воля да се грижи за тях, да ги пази и наблюдава като мъдър градинар. Това действие на волята е любовта агапе -- любов на знание и умение, винаги заета да върши най-доброто за любимия.

Любовта агапе в брака може да спаси всяко нещо! Агапе е, която поддържа брака, когато естествената любов отпада и умира. В "Отнесени от вихъра" имаме класическа картина на бурна, продължителна, естествена любов, която накрая свършва. Сцената между Рет Бътлър и Скарлет О'Хара остава в американския фолклор завинаги... Рет Бътлър стои на вратата и изговаря с пълно безразличие: "Наистина, скъпа моя, пет пари не давам!" Може да не ни се нрави неговия език, но всички разбираме какво казва: че и най-силната естествена любов свършва, когато няма отговор от отсрещната страна.

Но агапе е различна. Това е една от най-възбуждащите истини в цялото Писание. Тя е свързана с източника на вечна сила и може да продължи дори когато всеки друг вид престане. И не само това. Тя обича независимо колко любвеобвилен е другият

човек. Агапе е толкова безусловна, колкото е Божията любов към нас. Това е съзнателно отношение, базирано върху обмислен избор на волята, така че вие можете да решите точно сега да започнете да обичате другаря си с любовта агапе без значение колко различия или отблъскване ще срещнете.

Това е преживяването на един човек, който желаше да му помогна, след като чу нашата съветваща касета. Той писа:

Аз наистина оценявам вашето поучение върху "Живот в любов" относно любовта агапе, защото това е единственото нещо, което поддържа нашето взаимоотношение. Ние разговаряме за децата, за други хора, за работата и т.н., но никога за нещо лично. Кети няма да разреши да я прегърна, да я целуна, да я докосна по някакъв начин през деня. Ако ѝ купя подарък, не го приема, ако ѝ направя комплимент, казва: "Не е вярно" или "Ти не искаш да кажеш това", или нещо друго, което обезсмисля това, което съм искал да кажа. Ние нямаме полов контакт. Аз искам да имам с нея пълноценно, любящо взаимоотношение, но това е като да разбивам стена с глава. Продължавам да се моля на Бога да ми помогне да я обичам и да посрещам нуждите ѝ, въпреки че не получавам отзивчивост.

Това е точна картина на любовта агапе в действие, която предпазва брак, който при друг случай би се разпаднал. Бракът на Зах и Кети не е разрушен благодарение на агапе.

В следващите глави ще ви дам специфични предложения за следване, с които да развivate различните начини на любов във вашия собствен брак. Но първо трябва да сте убедени в тази основна истина: Библията ви заповядва да се обичате един друг с вашия брачен партньор! Нека да разгледаме това в контекста на Библията.

Битие ни показва, че жената беше създадена да запълни самотата на мъжа, като бъде негов другар за цял живот и обичана от него. Мъжът беше инструктиран да остави всички други, да се привърже неразделно към жена си и да я познава интимно през целия си живот -- един процес, предназначен да утвърди силна любов между съпруга и съпругата. Останалите старозаветни писания хвърлят светлина върху любовта, романтиката и секса в живота на патриарсите.

В Псалм 45, наречен "Песен на любовта", авторът разказва за една царска сватба, където царицата е увещавана да зачита добрата външност на съпруга си, неговата чест, искреност, величавост, а да забрави близките и бащиния си дом. В замяна "така царят силно ще пожелае твоята красота". Подробностите на любовното преживяване между царя и неговата невеста са изящно изваяни в Песен на песните като образец за подражание от всички благочестиви влюбени.

А заповедта да се отдадем на другаря си за цял живот се намира в Притчи, които са една практична, съобразена със земните условия дискусия за ежедневните проблеми и предлага съвети от мъдростта на самия Творец. Притчите винаги разглеждат причините и резултата: Ако правиш това съгласно с Божествената мъдрост, ето това добро ще ти се случи. Но ако правиш това противно на Божията воля, онова неприятно нещо неминуемо ще стане. Темата на Притчи 5 гл. може да бъде обобщена така: Отдалечавай се от прелюбодейство и винаги ще бъдеш лудо влюбен в съпругата си. Тук е сърцевината на посланието с неговата ясна заповед: "Да бъде благословен твоя извор и весели се с жената на младостта си. Тя ще ти бъде като любезна кошута и мила сърна. Нейните гърди да те задоволяват по всяко време. И възхищавай се винаги от нейната любов" (Притчи 5:18-19).

Съпругът вече е предупреден да отбягва блудницата, защото тя ще го разруши сексуално (ст. 9-11), духовно (ст. 12-13) и социално (ст. 14). Същият принцип се отнася за съпругата, защото тя ще изпита същите вреди като естествен резултат от прелюбодейството.

А сега се появява наградата за брачната вярност и тя е много богата. Съпругата е обрисувана (тук и в Песен на песните) като източник, кладенец, пролетен поток, фонтан, запечатан за съпруга ѝ, чиито води ще задоволяват в пълнота. Дори описанието може би е недостатъчно. На еврейски да бъдеш "очарован" означава да бъдеш омаян, като че ли опиянен, пламенен и ободрен. Да бъдеш "задоволен" значи да ти е уталожена жаждата, да вземеш много, да си преситен и изобилно напоен с това, което ти е приятно.

Че това е физическа любов, става ясно от оригиналния език, който еврейските учебни термини отразяват с графични линии в Писанията. Стихът говори буквално за зърната на гърдите на съпругата и след това метафорично ги описва като фонтан от вино, който винаги ще държи съпруга опиянен от нейната любов. Забележете, че това се отнася за "жената на младостта ти", то осигурява трайно качество на любовното дело, радост за двамата, неразделна част на брака от началото до края.

Но това е повече от физическа любов. Думата, използвана за любов (да бъдеш винаги пленен от нейната любов), е ахавах, която включва елемент на емоционална любов в отговор на привличането, въпреки че не е ограничена от емоциите. Ахавах всъщност е еврейското съответствие на агапе любов, любовта на духа и волята, отдадена да прави винаги най-доброто за възлюбения. Както виждаме, според това Писание за възлюбения в брака, трябва да изразяваме агапе любов с нейните духовни качества чрез емоционалните и физически контакти на нашето същество, за да задоволим напълно нашия брачен партньор. Това не е жертва, защото като правим това, ние също ще бъдем задоволени.

Тука имаме любовно изживяване, което е заповядано от Бога за всеки съпруг и съпруга -- всепоглъщащо, вълнуващо обновяване на ума, тялото, духа и емоциите. Ясно е, че има задължителни причини за послушание на Библията относно брака. Ние сме свободни да се откажем от любовта, да отхвърлим радостта и нищо не може да ни предпази да следваме това, което сме избрали. Но също така сме свободни да обичаме и ако го правим по библейски начин, ние ще изпитаме благословенията от това, че обичаме дълбоко и силно.

Освен личното благословение ние трябва да разберем, че Бог е планирал брака да изобразява вечното, чудесно любящо взаимоотношение между Исус Христос и Неговата невеста Църквата и че тази истинска романтична любов е необходим компонент на брачното общуване, за да довършим картината на Христовата любов към Неговия народ.

Вълнуващ факт е, че когато встъпите в брак, планиран от Бога, с вашата любов един към друг вие отразявате като в огледало Христовата любов. Всички трябва да видят, че встъпвате в лично служение, което ще свидетелствува на другите, като подсилва всичко, което правите в името на Христа, и ви дава възможност да служите на Господа по много специален начин. Няма достатъчно много библейски съветници, които да помагат на всички нуждаещи се двойки днес, но съпрузи, научили се да обичат по описаните начини, могат да помагат ефективно на други двойки.

Спомням си времето, когато се доверих на Христа, а моята съпруга все още не беше направила това. Аз действително търсех някоя двойка, която би могла да ѝ покаже чрез личния си пример колко чудесно е да си влюбен и да си с Христа същевременно! Ние се нуждаехме от такива хора за приятели. Когато се стремите да постигнете живот, изпълнен с любов както Библията го описва, не забравяйте, че това не е само за ваше удоволствие, но ще се превърне във ваше служение, ако сте чувствителни към други двойки, нуждаещи се от такова приятелство.

Примерът, който ще дадете на вашите деца, ще бъде най-голямата ви награда. Помнете, че вие постоянно ги учите чрез личния си пример. Те ще учат за любовта и

брака (правилно или не), като наблюдават взаимоотношенията между техните баща и майка.

Ето какво пише една жена до сина си и снаха си, които имат намерение да се развеждат:

Вашите деца ще изпитват неопишуема несигурност, ако не могат да разчитат на любовта на майка им към бащата и любовта на баща им към майката. Децата имат право на любовта между майката и бащата. Тя е единствената им сигурност. Тя е или скала, или срутваш се пясък под първите им стъпки към зрелостта.

Като показвате истинска любов един към друг и към децата си и като им показвате образа на библейско семейство по Божествен модел, ще спомогнете дарът на любовта да обогати техния брак и служение през идните години.

Дотук, в светлината на библейските концепции, които разгледахме, вярвам сте се убедили, че несъмнено Божията воля за вас и вашия партньор е да се обичате с всепоглъщаща духовна, емоционална и физическа любов, растяща през годините на съвместния ви живот. Това значи, че можете да уповавате на Него да работи с вас и във вас, когато започнете да следвате съветите за влюбване и запазване на любовта във вашето семейство.

Сега искам да ви покажа как да направите всеки от петте начина на любов значима част от вашия брак.

## Как да обичаме своя партньор сексуално

КОГАТО използвам термина "живот, изпълнен с любов", някои обикновено си мислят, че ще говоря за секса. В нашата култура често се бърка любовта със секса, въпреки че те не са взаимозаменяеми понятия. Едно малко момиче правилно схвана това, когато ѝ бяха казани фактите от живота. "О -- каза тя разочаровано, -- мислех, че ще ми обяснявате любовта. Аз вече имам познания за секса!" Очевидно любовта е онази част, която дава значение и обогатява удоволствието от секса. Изследванията показват, че от 168 часа на седмицата една нормална двойка рядко прекарва повече от 1 или 2 часа във физическо общуване. Това, което правите през седмицата, определя качеството на вашия любовен живот.

За да се развие обаче любов за цял живот, вие и вашият партньор трябва да установите положително полово общуване. Идва ми наум песента на стария Джони Мърсър: "Ти трябва да наблегнеш на положителното, да елиминираш отрицателното и да се затвориш с желаното..." Ето това се надявам да изпълните след съветите в тази глава. Дори вече да имате добро общение, то може да бъде по-добро. Пълноценният полов живот ще обогати целия ви брак и това е в кръга на вашите възможности!

Нека да започнем с положителното. Вие имате основание да очаквате повишено сексуално удоволствие с всяка измината година. Някои хора се страхуват от загубата на младежката си енергия или се боят, че сексуалният им живот ще стане скучен и безинтересен от много повтаряне. Работата не стои така. Хора, които израстват заедно в любов, намират, че тяхното полово общуване им носи смисъл и радост през цялото време. В средна възраст, а и след това преизобилната полова енергичност може да бъде заменена със зряло, чувствено, умело извършване на полово общуване с влюбения партньор, чиито реакции са ви добре познати. Препоръчвам ви да четете тази глава с очакване за положително полово общуване, на което вие и вашият другар можете да се наслаждавате в брака.

Но вие вероятно се безпокоите за отрицателните неща във взаимоотношението ви. Ако трябва да ги елиминирате, първо е необходимо да ги разберете. Физическото желание с половото му изразяване несъмнено е най-сложният аспект на любовта в брака. Съществуват много вероятни причини за затруднения, а разрешаването на проблемите се усложнява от мълчанието, подозрението, гнева, обидата, неразбирането, страха или вината, които често се крият в сянка. Физиологичните механизми на сексуалното изразяване са сложен комплекс и могат да бъдат засегнати по всяко време, но когато пречките се премахнат, те действат заедно и плавно, без излишни усилия, за да възбудят вълнуващи трепети, водещи до пълно задоволяване и приятно отпочиване.

Божият план за физическо свързване в една плът е удивителен! Насочвам ви за допълнителни обяснения към нашата книга "Предназначени за удоволствие"<sup>1</sup>. Обаче вие трябва да разберете доколко сексуалното преживяване е свързано с негативни неща: процесът на полов контакт включва три фази на физическа реакция, които са свързани, но и лесно разграничими. Това са желание, възбуда, оргазъм. Можем да използваме метафората на д-р Хелън Каплан, според която трите фази имат общ генератор, но всяка от тях има различна орбита на действие. Сексуалното желание идва от специалната нервна система в мозъка; възбудата се поражда от рефлекс на гениталните кръвоносни съдове, а оргазмът зависи от рефлекс на определени генитални мускули. Тези два генитални рефлекса се управляват от различни рефлексни центрове на гръбначния мозък.

Проблемите възникват, когато някое "копче" във вашата система изключи някоя от тези физически реакции. Водещи терапевти се опитват да определят и да водят борба срещу специфичните причини за негативните задръжки във всяка една фаза. Както д-р Каплан обяснява: "Една група причини като че ли "духа фитила -- загасява" процеса на оргазъм; други видове конфликти могат да "прекъснат жицата на ерекцията", докато друга група промени вероятно причиняват намеса в мозъка относно либидото."<sup>2</sup>

Например страхът и враждебността са две главни пречки във фазата на желанието. Сексуалното безпокойство, породено от различни причини, поврежда фазата на възбудата. Прекалената себевзискателност съкращава продължителността на оргазма. Това не е една бърза диагноза за сексуалните проблеми, а само ни напомня, че половото общуване е винаги едно огледало на други области от вашия живот, разкрива вътрешни страхове и безпокойства и почти винаги служи като барометър на цялостното взаимодействие между вас и партньора ви, като може да варира в зависимост от това, как се развиват останалите страни на вашия брак. Негативните чувства в брака често се отразяват най-напред в половия живот на двойката.

Скоро видях една двойка, която се беше записала за консултация, тъй като съпругата не беше в състояние да се наслаждава на половото общуване. Стана очевидно, че истинският проблем беше нарасналата враждебност на съпругата поради нещо малко, което трябваше да се подобри в сексуалното умение. След кратко време, когато въпросът беше осъзнат от двамата партньори и оправен, двойката ми съобщи, че сега половият им живот е по-добър от всякога.

Друг мъж ми каза: "Съпругата ми и аз имаме добър, макар и не превъзходен, полов живот. Но когато възникне някакъв друг проблем, ние използваме секса като наказание срещу другия." Той добави с тъжна усмивка: "Вие трябва да проведете семинар върху това, как не трябва да използваме секса!"

За съжаление лошите чувства лесно рефлексират в акта, който Бог беше планирал да събере двама души в една плът. Сексът може да бъде използван да нагруби, да разочарова, да отхвърли, да "върне тъпкано" на другаря, когато човек не осъзнава какво всъщност върши или какво е причинило това "прекъсване". Разбира се, това често се прави преднамерено и обмислено.

Сексуалните проблеми понякога отразяват вашето самочувствие или отрицателно отношение към секса, което вие трябва да забравите. Много сексуални проблеми произтичат от пренебрегването на основни медицински факти и могат лесно да бъдат излекувани чрез правилни съвети. Всеки от споменатите негативи може да съкрати някоя фаза на половата отзивчивост, така че желанието да е потиснато, да се появят физически смущения, оргазмът да изглежда безнадеждно недостижим. Това от своя страна поражда нови негативи, които създават по-нататъшни затруднения в любовта на брачната двойка.

Ето защо аз наблегнах на това, че трябва да се стремите към положителни полови отношения с вашия другар. За да направите това, вие се нуждаете от три неща: 1) вярна медицинска информация; 2) библейско разбиране за секса, което премахва страха и фалшивите задръжки; 3) правилен личен подход към половото общуване във вашия собствен брак.

#### 1. Пълна, сигурна медицинска информация

Никой човек не е роден експерт! За щастие много хора днес осъзнават важността на всичко, което Бог е дал за сексуална наслада. Моята препоръка към вас е да прочетете нашата книга "Предназначени за удоволствие" или да прослушате заедно касетата "Сексуални умения и сексуални проблеми в брака"<sup>3</sup>.

Тези материали съдържат голямо количество медицински инструкции, обяснения и съвети, които не могат да бъдат включени в тази книга. Например вие ще научите как да разрешите най-често срещания полов проблем и специално как да доведете партньора си до сексуално освобождаване. Голямо предимство е да слушате касетите заедно, като спирате, за да обсъждате. Това ще отвори вашето общуване по този деликатен проблем и за доста от вас ще бъде по-добро, отколкото една брачна консултация.

Вие сте длъжни да бъдете напълно информирани както за себе си, така и за партньора си. Няма причина да не бъдете чудесен любовник (казвам това и за съпруга, и за съпругата). Само се уверете дали знаете всичко, което трябва да знаете. Когато мистерията около този физически процес се изясни, вие ще можете да разберете и разрешите негативните неща във вашето полове общуване.

#### 2. Библейска представа за секса

Повечето погрешни становища са изградени в ранната възраст, но разбирането на Божието становище за секса, което идва директно от Писанията, може да донесе свобода на уплашените и затормозени хора. Евреи 13:4 заявява факта, че брачният съюз е почтен и леглото неосквернено. Гръцката дума, която е преведена като "легло", е което означава сексуално общуване.

Онези викторианци, които считали секса за нещо неприлично и отвратително, което съпругът върши, а съпругата понася, са били далеч от истината, но те са оставили в наследство това погрешно мнение, което все още съществува. Кралица Виктория писала до своята дъщеря: "Животинската природа на хората е твърде ужасна за мен." Има викторианци, които са на същото мнение днес и възпитават децата си (и синовете, и дъщерите) в отвращение от секса. Резултатът е тежко страдание в брака и за двамата партньори.

Една съпруга ме запита в отчаянието си: "Как мога да помогна на съпруга си да приеме секса като нещо добро... че моето тяло трябва да бъде докосвано, че той трябва да го гледа и да му се наслаждава? Зная, той е бил възпитаван, че сексът е нещо мръсно и грешно, че е нещо, от което трябва да се срамуваме и да го вършим на тъмно. Той е любезен и разумен. Но аз желая той да ме обича сексуално."

Друга съпруга ми разказа за възпитанието, което е довело нея и съпруга ѝ до ръба на развода. Тя каза:



Аз не знаех нищо за секса, освен че майка ми не го одобрява. И така аз взех една медицинска книга от лекаря точно преди да се омъжа. Не можех да повярвам на това, което прочетох! Мисълта, че брачните двойки вършат такива неща, беше толкова трудна за приемане, че без малко да разваля годежа. Но аз обичах годеника си много и затова се омъжих. Прекарах медения си месец, като се опитвах да избягвам полов контакт. Когато се върнах, аз се опитах да разговарям с майка си за това. Тя не можеше да скрие отвращението си, че нейното малко момиче се занимава с такова отвратително нещо като секса. Тя ме увери, че повечето мъже очакват това, но то никога няма да бъде удоволствие за мен. Първите няколко години аз търпях това и исках да отговоря бързо, за да може това да свърши колкото е възможно по-скоро. След раждането на нашето бебе, казах на съпруга си, че не желая повече полови контакти. Аз все още го обичах, но не по този начин. Мразех дори мисълта за секс. Той се опита да бъде мил и внимателен с мен, но между нас се породило напрежение и раздразнение. Дойде време, когато той ми каза, че ако аз не се променя, всичко ще бъде свършено. Опитахме и с брачна консултация, но това беше неприятно преживяване. Най-после дойдохме при християнски съветник, който започна да ми разкрива какво учи Библията относно секса в брака. Аз разбрах колко далече е било моето отношение от истината и осъзнах, че мога да разчитам на Бога да ме промени. Съпругът ми и аз се прегърнахме в онази нощ, плакахме и се молихме на Бога да ни помогне да се обичаме сексуално. Това беше началото на нещо добро. Аз се уча какво означава сексуалното задоволяване. Съпругът ми и аз сме толкова близки.

Библията ясно ни казва, че сексуалният израз на любов между съпрузите е Божий план. Както казва авторът на Посланието към евреите, то е неосквернено, не е грешно, не е мръсно. Това е място на голяма почит в семейството -- пресвятото място, където съпругът и съпругата се срещат лично да отпразнуват своята взаимна любов. Това е време, предназначено да бъде свято и пълно с наслада. Неинформираните хора считат викторианското гледище за библейско, тъй като мислят, че Библията забранява всички земни удоволствия. Разбира се, че не! Всъщност Библията е далеч "по-либерална" към секса, отколкото естествените хора си представят. Според Божията гледна точка между съпруга и съпругата има пълнота на преживяванията. Всеки от тях има еднакво право над тялото на другия. Всеки от тях има не само свобода, но и отговорност да доставя удоволствие на другия и в замяна да получава удоволствие.

Тези основни принципи за насладата от секса в брака се намират в I Коринтяни 7:3-5. Библейските учители ги наричат принципа на потребността, принципа на властта и принципа на навика.

Принцип на потребността. Библията ни казва не като предложение, а като заповед да задоволяваме сексуалните потребности на нашия другар, тъй като и двамата имаме същите нужди. Когато съпрузите се хванат здраво за този принцип и започнат да правят всичко, което могат за задоволяване потребностите на партньора си, те със сигурност ще изградят едно вълнуващо взаимоотношение.

Принцип на властта. Библията ни казва, че когато се оженим, ние оставяме правото си над собственото си тяло и прехвърляме тази власт върху нашия другар. Този удивителен принцип е показател за това, че Бог е планирал женитбата за цял живот. Очевидно той изисква висше доверие. Хората трябва да разберат този принцип, преди да решат да се женят. В деня на сватбата те се отказват от правото си върху своето тяло. Ние бързо научаваме, че най-лесният начин да нараним другаря си е да откажем да отдадем физическите си чувства. Но ние нямаме това право! Казано накратко, тялото на съпругата сега принадлежи на съпруга. Тялото на съпруга сега принадлежи на съпругата. Това означава, че трябва да обичаме тялото на другаря си и да се грижим за

него като за наше собствено. Следователно неоснователни изисквания са напълно изключени.

Принцип на навика. Библията ни казва, че не трябва да мамим нашия партньор, като се въздържа от полово общуване, освен по взаимно съгласие за кратък период от време. Защо? Защото ако престъпим тази заповед и измамим партньора си чрез отбягване на обичайното полово общуване, ние със сигурност ще отворим нашия брак за сатанински изкушения. Нашият Създател знае това, ето защо Той ни казва да водим редовен полов живот с нашия собствен другар. Това е библейски, а не спорен въпрос. Това е неразделна част от брачния живот.

За да приложим тези принципи относно секса на практика, аз ви предлагам да положите всички усилия да снабдите своя другар с добро полово задоволяване, като обичайна част от вашия съвместен живот.

### 3. Правилния подход

Предполагам, че започнахте да гледате на секса във вашия брак като на една възможност за истинско любовно общуване чрез даване и получаване по задоволителни и за двамата начини. Не се безпокойте за огъня и пламенните искри; трепетите ще дойдат по-късно, когато овладеете висшето изкуство на любовта. Засега се концентрирайте върху най-същественото: физическа и емоционална близост и положителна реакция, която може да включва сексуално освобождаване.

За да се постигне реална близост, трябва да видите вашия полов живот в контекста на цялостното ви взаимоотношение. Една жена от нашия семинар ме запитва: "Какво може да направи една съпруга християнка с християнин съпруг, когато той желае единствено секс и не го е грижа за нищо друго. Той забравя нейния рожден ден, не се грижи за нейните емоционални нужди и няма никакво духовно ръководство над семейството." Урокът е очевиден. Секс без любов със сигурност предизвиква отблъскване, а не отзивчивост у вашия партньор.

Нещо, което винаги разваля близостта, е критиката. Ще разберете, че е невъзможно да постигнете приятни физически изживявания, ако не престанете да критикувате и не започнете да изразявате по най-добър начин любовта си, грижата и желанието да угодите на другаря си и да посрещнете неговите или нейните нужди. Не сте длъжни да изнасяте лекции на вашия партньор върху библейските заповеди, които току-що дискутирахме, или да настоявате за изпълнението им. Ако вашият другар ви разочарова, вие трябва да внимавате да не би да покажете с дума или с действие, че той е несполучил човек. Дори едно дребно изпускане на езика може да развали нещо, градено със седмици. Затова изказвайте своята висока оценка на вашия партньор. Думите са изключително важни в тази ситуация. Едно критикарско изречение на съпруга към съпругата, в която и да е област, може да прогони желанието, което тя може би е имала през деня. От друга страна, една похвала или одобрение (колкото по-специфично е, толкова по-добре) ще създаде учудваща и за двамата близост в половото общуване.

Съпругът може да започне да показва на съпругата по други начини, че я обича. Да ѝ даде романтична ласка във време, когато не се подготвят за полово общуване... възхитени погледи... нежно потупване... усмивка и намигване от другия край на стаята... малки знаци на внимание, които ще ѝ покажат, че тя е много специален човек в неговите очи. Съпругата може да направи същото за съпруга си.

Всичко това подготвя почвата за сексуалното преживяване. Може да бъде наречено "предварителна игра". Изследванията показват, че без времето, прекарано заедно в такава игра, сексуалният интерес спада. Така прекараното време създава близост в половото общение. То трябва да бъде приятно, пълно с наслада и отмора. В

нашето забързано време може да планувате и да отделите специално време един за друг. Мислете за това като за нещо съкровено във вашата спалня.

Когато сте останали насаме, светът не трябва да съществува за вас. Трябва да имате ключ на вратата си и да го използвате. Уверете се, че децата са заспали, и вземете мерки против всякакво прекъсване. Трябва да можете да се концентрирате напълно един към друг в една отморяваща, приятна и романтична атмосфера. Чувал съм съпруги да казват: "Как да изкажа на съпруга си нуждата от романтичност и нежност преди половия акт? Това се случва рядко, а без него сексът не ми харесва."

Една скорошна анкета на женското въображение и фантазия показва, че жените си мечтаят най-вече за романтика, а не за самия секс и най-вече за романтичната прелюдия със своя съпруг.

Съпрузи, вашите съпруги се нуждаят от романтична прелюдия към половото общуване. Може би не осъзнавате колко много съпругите ви желаят това и какво означава това за тях. Жените трябва да бъдат възбудени както физически, така и емоционално. Те се наслаждават на близостта и интимността в секса, радват се на нежното докосване и ласките по цялото им тяло, но дадени не механично, а с внимание.

Те искат съпругът им да зачита цялото им тяло, а не да ги погали само по гърдите и половите органи с цел по-бързо възбуждане.

Физическата страна на любовта почива върху човешката потребност от близък личен контакт, особено нуждата да бъдеш докоснат с топлина, нежност, внимание и грижа. Мъжете също имат тази нужда от топлина и внимание за по-пълно сексуално задоволяване, но те са много по-малко склонни да го признаят или да го осъзнаят. Терапевтите са стигнали до извода, че мъжете често не разбират тази нужда и искат полов контакт, когато всъщност реалното им желание е физическо потвърждение на любовната близост.

Съпрузи, които се интересуват само от физическото задоволяване, трябва да знаят, че дори заради тяхното пълно удоволствие от половото освобождаване трябва да имат най-малко двадесет минути предварително сексуално възбуждане. Ние понякога наричаме оргазма климакс (върховен момент) и това трябва наистина да бъде така -- най-високата точка на вълнение и възбуда от всичко преживяно. Как достигате висока точка? Като се катерите до нея. Климакс е гръцка дума, която означава стълба. Вие се придвижвате към климакса с бавно, прогресивно издигане, което преминава в най-високата точка с бързо, трепетно освобождаване -- нещо като скоковете във вода, с дългото бавно изкачване и след това вълнуващия плонж от върха.

Така че, когато се съберете, отделете време да се отърсите от ежедневните проблеми. Отделете време за събуждане на желание. Отделете време да се наслаждавате на физическата близост и чувственост. Отделете време да се обичате един друг с думи. Не бива да се безпокоите дали ще кажете нещо умно или оригинално. Вашият партньор няма да бъде отегчен от повтарянето отново и отново на едни и същи любовни думи, когато си личи, че са от сърце. Отдайте се на удоволствието.

Когато двойките се стремят да достигнат оргазъм, без да зачитат времето за наслаждаване един на друг, сексът се превръща в работа, а не в удоволствие. Не забравяйте, че оргазмът продължава само няколко секунди. Емоционалното задоволяване и удовлетворение продължава през целия процес. Някои жени са ми казвали, че те не винаги желаят или се нуждаят от оргазъм по време на половото сношение, но съпрузите им не могат да разберат това и считат за неуспех, ако не са го постигнали.

Неотдавна беше проведено разискване върху някои моменти, за които съпругите считат, че могат да развалят удоволствието от половото общуване. Съпрузите могат да

използват този списък, за да видят има ли области, където техните умения могат да бъдат подобрени.

По време на предварителната любовна игра съпругът стимулира съпругата си механично, а не спонтанно.

Съпругът е заинтересован повече от усъвършенстване на физическите умения, отколкото от постигането на емоционална интимност.

Съпругът изглежда горящ от желание съпругата му да изживее оргазъм, което да го представи като превъзходен любовник, а не за да ѝ достави на нея удоволствие или тя да се наслаждава от секса независимо дали е достигнала до оргазъм или не.

Съпругът не успява да стимулира физически съпругата си да достигне отново оргазъм след сношението, въпреки че тя желае това.

Съпругът се повтаря и става отегчителен в подхода си.

Съпругът не е чувствителен към предпочитанията на съпругата.

Съпругът изглежда страшно сериозен в секса.

И така, съпрузи, ако искате да породите любов в брака си, ще трябва да избягвате тези разпространени грешки в подхода и уменията. Стрежете се да доставяте удоволствие на съпругата си, вместо нетърпеливо да я подтиквате към полово освобождаване. Ако тя мисли, че я насилвате, ще започне да се страхува от възможността за неуспех, вместо да се отморява и да се предава на физическа наслада. Не е необходимо да питате съпругата си дали е получила сексуално удовлетворение. Повечето жени намират този въпрос за затормозяващ. Просто дайте на съпругата си цялостно стимулиране за допълнително разтоварване след сношението. Ако тя не чувства нужда от това, тя може внимателно да ви го каже. Много жени, които харесват физическото (с ръце) стимулиране, се страхуват да не отегчат съпруга си и това да му бъде скучно. Покажете на съпругата си колко много се радвате, когато ѝ доставяте удоволствие и пълно задоволяване. Ако тя е уверена в това, ще се чувства свободна да ви покаже кое ѝ доставя удоволствие при различни случаи.

Непременно бъдете чувствителни към предпочитанията на съпругата си. Може би ще бъде трудно за нея да изкаже направо какво ѝ харесва и какво не в секса. Ако се престаши да сподели, а вие не го вземете предвид, тя ще се почувствува отблъсната и разочарована.

И накрая, не бъдете прекалено строги и сериозни при половото общуване. Най-добре ще е да създадете една спокойна, уютна обстановка в спалнята, без да изключвате и смях по време на контактуването. Понякога сексът може да бъде забавен и весел.

Задайте си въпроси за вашето любовно общуване. Всеки отрицателен отговор ви открива възможност за подобряване в тази област.

Положително ли е?

Отморяващо ли е?

Приятно ли е?

Романтично ли е?

Задоволява ли ви физически?

Задоволява ли ви емоционално?

Разгледахме какво желае съпругата от общуването. Съпругът силно желае отзивчивост от съпругата си. Тя може да му даде този красив дар и да зарадва сърцето му. Обаче като съдя по случаите и консултациите ми с мъже, много жени не разбират колко важно физически и психологически е сексуалното контактуване с техните съпрузи. Те не осъзнават колко зле може да се отрази отбягването на секса и липсата на отзивчивост върху цялостния им брачен живот. На безразличната съпруга бих дал

следното предупреждение: Когато няма физическа интимност между вас и съпруга ви, каквато и емоционална и духовна близост да съществува, тя ще отпадне.

Ето как един съпруг изрази болезнените си чувства вследствие липсата на отзивчивост у съпругата му. Той пише:

Съпругата ми и аз се нуждаем от помощ. Чувствам, че всичките ни неприятности идват от една причина. Съпругата ми не желае да имаме сношение, а аз не приемам това. Тази ситуация съществува през всичките 18 години на нашия брачен живот. Най-често имаме контакт веднъж месечно. Това обикновено става след много дни отчаяни опити от моя страна да получа отговор от нея, което не е любовно преживяване за нея, а задължение. Аз я обичам. Тя е чудесна съпруга, майка и другар, с изключение на това, че не ме обича физически. Страхувам се да не би причината да е във факта, че тя не обича мене и не иска да е отзивчива към мене. Много пъти съм си задавал въпроса: Защо все още си женен? Но нямам отговор. Не зная какво да правя.

Сега ние не говорим за буйна, страстна отзивчивост на съпругата, а само за положително откликване. Когато съпругата откликва, тя дава отговор чрез думи и действия на любовните действия на съпруга си. Отговорът може да бъде внимателен, прост и любящ. Може да бъде ентузиазизиран, но не е нужно да е драматичен. Но съпругата трябва да посрещне съпруга си с разтворени обятия и топлота. Липсата на отговор означава, че пренебрегвате някого, който се доближава до вас, и не може да има по-лошо отношение към човек, който се грижи за вас. Безразличието е враг на любовта. Така че аз ви съветвам да отговаряте на съпруга си по тези прости начини (като помнете, че различните спонтанни отговори ще му доставят удоволствие) и да приемате половото общуване с него като възможност да породите повече любов в брака ви.

Направени са няколко проучвания за определяне скритите емоционални фактори, които пречат за отзивчивостта на партньора. Най-напред е установено, че неспособността на жената да достигне оргазъм е свързана с чувството, че на "обекта на любов" не може да се разчита. Обобщаването на данните показва, че способността за оргазъм у жената е свързана с чувството на зависимост от общението със съпруга ѝ. С други думи, съпругата, изпитваща висша форма на оргазъм, има доверие в съпруга си, а тази, която не достига до тази степен, се страхува, че съпругът ѝ може да я унижи. Тъй като тя не може да му се довери, мисли, че трябва да разчита на себе си. Тя смята за невъзможно да разчита на него в сексуалния живот и да се отпусне спокойно в неговите обятия. Нейното дълбоко вкоренено опасение ограбва способността ѝ да откликне пълноценно на съпруга си. По-нататъшното обучение показва, че след време, когато тези тревоги утихнат, възможността за сексуална отзивчивост нараства.

Какво означава това за съпруга, който копнее съпругата му да стане сексуално отзивчива? Ако той желае от нея страстен отклик с красиво отдаване и потопяване в любовния акт, то трябва да ѝ даде сигурно доказателство за своята любов с постоянно посвещение на нея. Когато той я убеди, че тя няма да бъде унижена, тогава ще види нейната засилваща се отзивчивост.

Едно от тези проучвания показва също, че жените, изпитващи върховен оргазъм, са имали бащи, които не са били пасивни към тях -- бащи, които сериозно са се грижили за тях и тяхното благополучие. Тези бащи не са били либерални, а напротив, поставили са стандарти и добре определени правила за предпазване на дъщерите им в годините на израстването.

Очевидно вие не можете да промените начина на възпитание у съпругата си, но можете да ѝ дадете това, от което се е нуждаела от своя баща -- силна, любяща опора от човек, който е водач, покровител и пример за нея. Ако тя повярва, че вие се грижите действително за нейното благополучие и ако ви уважава като глава на вашия дом,

имате големи шансове да видите удивително увеличаване на нейната сексуална отзивчивост след време. (Което предполага, че ще се държите с нея и като любовник във вашето любовно общуване.)

Тези от вас, които са чели Ефесяни 5 гл., разбират, че тези научни познания произхождат от съвета, който Бог дава на съпруга да има постоянна, пожертвувателна любов, покровителска любов, грижовна, милосърдна любов. Това не е нещо, което правите само за да получите Божието одобрение. То е действено! То довежда до такъв брак, какъвто Бог иска за всеки съпруг и съпруга -- брак, който включва изгарящо сексуално желание както у жената, така и у мъжа.

Какво да кажем за съпруг, чиято отзивчивост към съпругата му не е наред поради някаква причина? Съпругата, чийто съпруг е безразличен, трябва да отговори на следното: Уважавате ли съпруга си като глава на семейството, като ръководител, като баща на децата ви и като любовник? Ако му покажете чрез думи, действие или отношение, че не го уважавате в никоя област от неговия живот, вие ще намалите неговото желание към вас. Това е и библейски принцип, а също принцип, приет от светски специалисти в областта на половата терапия. Когато самочувствието на съпруга е накърнено поради неуважението на съпругата, техният полов живот страда.

Помислете и върху това: Злоупотребявали ли сте с вашето полово общуване преди? Използвали ли сте секса като инструмент за манипулиране или като оръжие срещу вашия съпруг? Отблъсквали ли сте го поради прищявка? Отказвали ли сте физическа близост през вечерите? Била ли сте нечестна с него, да си играете с него? Потъпквали ли сте неговата сексуалност чрез раздражение, критикарство или нелепост?

Трябва да знаете, че вашият съпруг е психологически уязвим и нараним в областта на секса така, както е и физически уязвим. Ако сте накърнили чувството му за мъжественост и сте породили комплекс за малоценност у него, ще трябва да започнете отново всичко и да го приповдигнете с вашата нежност, чувствителност, уважение и грижовност.

Въпреки че говорихме как цялостното взаимоотношение може да влияе върху вашата сексуална хармония, вярно е също и обратното -- някакъв сексуален проблем понякога въздейства върху целия ви брак по начин, който не може и не бива да се пренебрегва. Не са рядкост семейства, в които съпругата никога (или почти никога) не е достигала оргазъм. Това заплашва любовните взаимоотношения, като се превръща в проблем, и се появява верижна реакция на отрицателни емоции.

Ето какво се случва обикновено. Съпругата започва да се чувства неудачник, тъй като, както и да се опитва, не може да предизвика физически отклик. Разбира се, колкото по-усърдно се стареа, толкова повече естественият рефлекс на оргазма ѝ се изплъзва. Това понижава самочувствието ѝ и самоувереността ѝ като жена. Също така тя усеща неодобрението или разочарованието на съпруга си и половият акт става за нея все по-болезнен емоционално. Тя започва да отбягва секса. Ако съпругът ѝ настоява, тя се чувства използвана и на сцената се появява негодувание. Ако той се опитва да я ухажда с комплименти и ласки, тя не може да повярва, че той е искрен поради чувството си на малоценност. Тя мисли, че той има скрити мотиви, за да бъде добър с нея.

Самоувереността на съпруга като мъж е разклатена най-напред от чувството за неуспех, като не може да доведе съпругата си до сексуално освобождаване, още повече се разклаща, когато тя започне да не харесва и да отбягва секса и той чувства, че тя повече не се интересува от него. Той се пита дали тя изобщо го обича. Раздразнението идва, когато той разбере, че тя не се опитва да намери разрешение. Отблъскването на съпруга от съпругата поражда страхотна депресия. Съпругът прави всичко възможно да

се съобрази с жена си, като вярва, че това ще подейства, но отблъскването продължава. Разгневен и обезкуражен, той казва: Защо да опитвам повече?

В действителност и двамата копнеят за любов и за уверение в любов от другия. И двамата обаче искрено са убедени, че не са обичани.

Тези от вас, които се намират в такава ситуация, трябва да разберат, че това е двоен проблем, породен в период от време, така че не можете да очаквате моментално разрешение. Вашето становище, че положението е безнадеждно, стои между вас и разрешението. След като веднъж бариерите от постоянно обезсърчение, отхвърляне и чувство за неуспех са премахнати, умелите сексуални стимули ще осигурят сексуалното освобождаване като естествен резултат. Така че и двамата трябва да се отвърнете от съсредоточаването върху тези няколко секунди на полов климакс и да се научите да се наслаждавате на цялото любовно преживяване, с всичката му топлина и близост. Оргазмът може да бъде краят на преживяването, но целта ви трябва да е да доставяте удоволствие един на друг, за да задоволите емоционалната нужда от любов, която и двамата имате -- нуждата да бъдете приети такива, каквито сте.

Вие веднага трябва да започнете да се приближавате един към друг по пътя на физическото сближаване. Когато се появи проблем, вие се отдалечавате един от друг. Така че сега се съберете чрез топло физическо общуване, като се прегръщате, сгушвате, държите за ръце, както от времето на младежките ви години. Винаги, когато имате възможност, сядайте близко един до друг. Спете сближени един до друг. Една двойка, която съветвах, заздравиха своя брак, като решиха да спят голи и прегърнати, докато работеха върху разрешаването на проблемите си. За известно време насочете вниманието си към половото общуване и избягвайте много дискусии върху проблема ви. Същевременно започнете да изучавате физическите връзки, описани в книгата "Предназначени за удоволствие".

Съпрузи, направете стъпки в положителна посока към задоволяване нуждите на партньора си. Вашата съпруга копнее да бъде насърчена, приповдигната и похвалена. Тя иска да се чувства максимално близо до вас. Това ще стане, когато я обикнете по библейски начин. Съпругът може винаги да удовлетвори най-дълбоката нужда от любов у съпругата си, като я обича както Христос обича нас. А когато съпругата отвърща на тази любов, тя е готова да откликне и сексуално.

Любовта на съпруга се сравнява с топло палто, което той намята върху раменете на съпругата си. Докато тя се чувства обкръжена и подслонена под тази любов, може изцяло да му се отдаде. При такава сигурност тя може да възприеме себе си като жена и да оцени своята женственост. Тогава тя ще бъде в състояние да повери себе си на съпруга си в половото общуване така, както птицата се отдава на въздуха и рибата на водата.

Ние, съпрузите, може да не сме способни напълно да оценим дълбоките копнежи, които въздействат върху съпругите ни, но ако ги обичаме с покровителствена любов, описана в Ефесяни 5:28-29, тогава ще видим резултатите! Нашите съпруги отразяват любовта или липсата на любов от наша страна.

Когато се приближавате един към друг физически и емоционално, трябва също така да се сближавате и духовно. Ако споделяте мнения относно библейски истини и се молите заедно, това ще ви помогне да подготвите пътя за сексуално удовлетворение като естествен резултат от духовното единство. След това ще разберете, че вашето сексуално единство може да ви доведе още по-близо до Бога, така че вие често ще имате желание да се молите заедно след края на любовното общуване. Любовта произвежда любов във всички посоки!

Като се подсилят с практически знания за физическите умения, принципите, описани в тази книга, ще ви направят способни да изградите любов във вашия брак по

пътя на секса чрез установяване на физическа и емоционална близост, което е добро и угодно. Помнете, че това усещане за близост се развива най-добре в атмосфера на сигурност и стабилност. При това положение вие си давате възможността да бъдете красиви, разнообразни и непредсказуеми, открити, отворени и приемащи. Опитайте. Ако се боите да опитате поради страх да не бъдете наскърбени, разберете това: цената на живота е винаги рискът на болката.

Когато разберем как да градим другите видове любов в брака, ще видим, че всички те подсилват сексуалните взаимоотношения. Както д-р Каплан казва: "Най-силното средство за възбуждане на полово желание, открито досега, е любовта."

## Романтична любов -- вълнуващият фактор

НА пръв поглед романтичната любов изглежда спорен въпрос. Например...

Някои ученици се подиграват с романтичната любов, че била измислица на Холивуд.

А някои искрени християни разглеждат романтичната любов в брака като сметанов крем върху сладолед -- украса, а не необходимост. Те я виждат като нещо помаловажно в любовта между съпруга и съпругата, нещо, което трябва да оставят настрана в търсенето на по-висши цели.

Някои хора се чувстват несигурни по отношение оценката за романтичната любов, тъй като бъркат истинската същност с едно временно увлечение.

Някои се опитват да отхвърлят всяка мисъл за романтична любов, тъй като никога не са изживявали такава. Те заключават: "Аз не съм я изпитвал, сигурно не съществува." Други мислят: "Това е невъзможно в моя брак."

Независимо от всичко това всеки един човек вътрешно жадува за онова трепетно любовно общение с единение, дълбока интимност, радост и оптимизъм, пикантност и вдъхновение и онази превъзходно, еуфорично, почти неопишуемо чувство, което наричаме "да бъдеш влюбен". Някои хора казват, че са "на седмото небе". Те искат да кажат, че са вдъхновени, подкрепени, сигурни в победата, защото знаят, че са обичани. Има нещо благоговейно в чувството, че си бил избран за това благословение. Заедно с това идва и трепетното очакване да бъдете заедно. И най-важното -- свежото чувство подслажда живота, тъй като двама са се намерили и са се влюбили.

Това не е преувеличение. Като лекар съм виждал, че емоциите на романтичната любов дават на хората нов поглед към живота и чувство за благополучие. Романтичната любов е добро лекарство за страховете, безпокойствата и ниското самочувствие. Психолозите посочват, че истинската романтична любов има организиращ и изграждащ ефект върху нашата личност. Тя извлича най-доброто от нас, като ни дава воля да станем по-добри и да се стремим към по-голяма зрелост и отговорност. Тази любов ни прави способни да функционираме на най-високо ниво.

Казано честно, ако не сте влюбен във вашия партньор, вие пропускате нещо чудесно, независимо колко искрено сте се отдали на този човек. Дори задоволството ще бъде отегчително и еднообразно в сравнение с радостта, която Бог е планирал за вас с брачния ви партньор.

В тази глава ще ви предложим начини за съживяване на вашите взаимоотношения чрез прибавяне на ерос любов към вашия брак, както и да се научите как да засилите сегашната си любов, за да стане по-вълнуваща, а не да намалява с годините.



А какво да кажем, ако имате сериозни семейни проблеми? Тази глава е също така и за вас. Скоро една филмова реклама привлече погледа ми. Аз обикновено не се интересувам от продукцията на Холивуд, но заглавието задаваше уместен въпрос: Какво да правим, когато между двамата нищо не върви? Отговорът: Влюбете се!

Това може да звучи твърде приповдигнато, но в действителност то е добър съвет за двойки с брачни затруднения. Аз съм виждал семейства да разрешават проблемите си, като се влюбят. Библейски съветници говорят за подобни резултати. Книгата на Ана Кристин Карол "На ръба на развода" съдържа редица случаи, където бракът е висял на косъм. Във всеки от тях двойката е запазила брака си чрез влюбване. Консултантът Джей Адамс разказва за много съпрузи, идващи в неговия офис, които считат тяхната ситуация за безнадеждна поради това, че повече не се обичат. Неговият отговор е: "Много съжалявам да чуя това. Мисля, че трябва да се научите как да се обичате един друг." Той казва, че шест или седем седмици по-късно можете да ги видите хванати за ръка, с добри чувства, ако са погледнали сериозно на въпроса.<sup>1</sup>

Във всички тези случаи двойките са приложили специфични библейски съвети като дадените в тази книга. Може би се чудите как е възможно, дори при най-добри обстоятелства, да се предизвика такова вълнуващо нещо като влюбването. То прилича на мистериозно смесване на лунни сигнали и магии. Съдържа в себе си физиологически реакции -- като учестено дишане и биене на сърцето. Това е едно от най-виталните човешки преживявания, които човека някога е имал. И така, как може да се постигне това, особено при брак, в който двама души са впрегнати в сивото еднообразие на ежедневието?

Отговорът е, че романтичната любов можем да я научим емоционално. Това я прави възможна за всички, които желаят да я изпитат.

Има два начина да се изпълнят условията, при които може да се научи тази любов. Първо, когато използвате вашата собствена, дадена от Бога способност на въображение; второ, като осигурите подходящ емоционален климат за вашия партньор.

Въпреки че ще използвате вашето въображение, това не значи, че трябва да насилвате чувствата си. Ние не можем да заповядаме на чувствата да се появят; те ще дойдат, когато им създадем подходящи условия. Започнете с готовността да се влюбите в човека, за когото сте женени. Влюбването започва във вашия ум, с избора да се предадете на настъпващите чувства на любовта (това е противоположно на агапе, където трябва да се направи избор да се дава постоянно любов). Доброволното предаване крие и вероятността да бъдеш наранен; но в брака това е и възможност за голямо щастие.

Мъжете може би намират за по-трудно да направят избор да се влюбят, отколкото жените. Изследователите заявяват, че въпреки че мъжете са по-практични и реалисти те не позволяват на практичните разбирания да ръководят техния любовен живот. След като техните романтични чувства са събудени, те са по-склонни от жените да бъдат контролирани от любовните си емоции и не вземат решения, базирани върху лични приоритети. Например кралят на Англия е абдикирал заради жената, която обичал. Но би ли се отказала някоя дама от короната при подобна ситуация? Четвърт век по-късно принцеса Маргарет Английска, изправена пред подобен избор, е избрала общественото си положение.

Изследователите са стигнали до извода, че жените са по-малко настойчиви, но по-разумни в любовта. Те инстинктивно знаят как да се влюбят и имат по-голяма готовност да опитат, когато виждат, че им е изгодно. Едно момиче каза: "Ако не съм влюбена в мъж, който има всички качества, които желая, тогава бих могла да убедя сама себе си да се влюбя!"

В християнския брак предимствата да сте влюбени един в друг са толкова очевидни, че се надявам съпрузите и съпругите да вземат това решение. Започнете с желанието да се предадете и да позволите на чувствата да ви свържат. Такива препятствия като гневът и непростителността, разбира се, ще ви пречат на това отдаване и трябва да бъдат отхвърлени. (Виж гл. 14 за напътствия.) Тогава вие сте готови да създадете условията за романтична любов.

Романтичната любов е откликване с удоволствие и наслада на начина, по който партньорът ви гледа и чувства, на това, което партньорът ви казва и върши, на емоционалните преживявания, които споделяте. Ако вие постоянно мислите за тези приятни неща, вашият отклик към тях все по-силно ще се връзва в ума ви. Вие научавате чувството на любов чрез вашия мисловен процес и става по-лесно да се развълнувате от изгледа, гласа или докосването на вашия партньор.

Библейската учителка Шърли Райс казва на своите ученички, че би желала да вдъхне в тях същото огромно желание за израстване на любовния им живот с техните съпрузи, каквото те имат за израстването си в Христа. След това им показва как да използват своя мисловен живот -- способностите на паметта и въображението, -- за да изградят романтична любов във взаимоотношенията си. Тя казва:

"Влюбена ли сте във вашия съпруг? Не ви питам дали го обичате. Аз зная, че го обичате. Той е с вас от дълго време и вие сте свикнали с него. Той е бащата на вашите деца. Но влюбени ли сте в него? От колко време сърцето ви не е трепвало, когато го видите? Погледнете го през очите на друга жена -- той все още изглежда добре, нали? Защо сте забравили нещата, които отначало са ви привличали у него? Ние сме достигнали до такова отношение -- да приемаме нашите мъже като нещо дадено. Ние горчиво се оплакваме, защото не искаме да ни имат за нещо дадено, и толкова. А правим това с тях. Мъжете са по-сантиментални от жените. Ние плачем и изразяваме чувствата си гласно. Това, че те не правят това открито, не означава, че не са емоционални. Съпругът се нуждае да му казвате, че го обичате, че ви привлича. С Божията благодат аз искам да започнете да променяте вашия мисловен модел. Утре сутринта вдигнете очите си от сандвичите или от бебешкото шише, за да го ПОГЛЕДНЕТЕ. Не виждате ли как раменете му изпълват сакото? Погледнете ръцете му. Спомнете си как само един поглед към неговите силни ръце караше сърцето ви да трепне? Така, ПОГЛЕДНЕТЕ към него и си припомнете. След това отворете устата си и му кажете, че го обичате. Ще се помолите ли на Бога да ви даде сантиментално, романтично, физическо влюбване във вашия съпруг? Бог ще ви даде това. Неговата любов във вас може да промени действителното физическо качество на вашата любов към съпруга ви."2

Съпрузите трябва да спрат и да си припомнят как са се чувствали, когато са се влюбили. Един съпруг описва това така: "Да я държа в прегръдките си в полумрака и да бъда неин другар завинаги -- това беше всичко, което желяех за цял живот."3

"Когато един мъж обича с цялото си сърце, той изпитва силно, вълнуващо усещане -- обяснява един писател, -- то може да се опише като нещо подобно на болка... Той се чувства преливащ от живот и е така лек, като че ли плува в облаците. Понякога се чувства омаян и очарован от момичето. Заедно с тези вълнуващи и трепетни усещания има една нежност, желание да закриля и пази своята жена от всички опасности, накърнявания и трудности..."

Как беше с тебе отначало, когато се влюби в момичето, за което се ожени? Или (ако мислиш, че никога не си бил влюбен) погледни я с очите на някой друг мъж. Мисли за тези неща у нея, които са привлекателни. Обичай я, като я цениш високо, и наблюдавай как се разхубавява, когато отразява и излъчва любовта, с която си я обгърнал.

Аз смятам, че съпругът и съпругата трябва да използват въображението си, за да се влюбят, да подновят романтичната любов или да поддържат жива любовта ерос, която имат сега. Запомнете, че любовта трябва да расте, иначе ще умре. Въображението вероятно е най-силната природна сила, която притежаваме. То засилва чувствата по същия начин, по който илюстрациите разширяват въздействието на една книга. Също като че ли имаме екран в нашия ум и притежаваме способността да показваме картини на този екран -- какъвто вид си изберем. Ние можем да прожектираме красиви, бленувани ситуации с нашия партньор по всяко време, когато пожелаем.

Опитайте. Изберете момент на романтични чувства с вашия партньор от миналото, настоящето или предполагаемото бъдеще. Като започнете да мислите за това чувство, вашето въображение започва да работи с визуални картини. Въображението подхранва вашите мисли, засилва ги невероятно, а тогава мислите ви подсилват чувствата. Ето по този начин действа. Въображението е дар от Твореца, за да бъде използвано за добро, да помогне за изпълняване на Неговата воля по стотици различни начини.

Така че правете това, което се изисква от ваша страна, за изграждане на романтична любов в брака ви, като мислите за партньора си. Концентрирайте вниманието си върху хубавите преживявания и удоволствия от миналото и след това ежедневно си мечтайте и предвкушайте бъдещата наслада с вашия другар. Честото и всеотдайно предаване на тези положителни, пълни с топлина и нежност еротични мисли за партньора ви, подсилени от въображението, ще ви помогне да се влюбите.

Разбира се, това означава, че трябва да се откажете от всякакви връзки и мечти за някой друг, който сте били избрали за заместител, върху когото сте били насочили вниманието си. Много хора, които не са влюбени в своя партньор, започват да мечтаят за някой друг, в стремежа си да запълнят емоционалната си празнота. Даже това да е само във вашата фантазия, вие трябва да го отхвърлите и да насочите мислите си върху този, за когото сте женени.

В една книга на тема как да излезем от състояние на влюбеност, психоложката съветва своите пациенти да практикуват мълчаливо, подигравателно, намалено докрай внимание, насочено към недостатъците на другия, даже да си го представят в абсурдни, нелепи положения, докато всеки респект към този човек изчезне. Това показва колко е важно, ако искаш да се влюбиш, да премахнеш всяка критика от ума си и да я замениш с високо оценяване.

За да затвърдиш уважението си към своя партньор, никога не позволявай на друг човек да ти говори нещо лошо за него. Една от десетте заповеди на Абигейл Ван Бюрън към съпругите, казва: "Не позволявай на никого да ти казва, че ти е тежко -- нито на майка си, нито на сестра си, нито на съседката си, защото съдията няма да оправдае никоя, която допуска да се клевети съпруга ѝ." Говори добри неща за съпруга си пред другите хора. Мисли си колко много значи за тебе твоя другар и наблюдавай на положителната страна на характера и личността му.

Докато правиш това, което описахме дотук, трябва да осигуриш подходящ емоционален климат, в който любовта да расте. Какво имам предвид? Ще ви покажа как един мъж е спечелил своята невеста. Като четете писмото ѝ, помнете, че същите действия, които пораждаат любов, ще действат още по-добре в брака.

"От вечерта, в която се срещнахме, ние някак си разбрахме, че Бог има специален план за нас. С голяма трудност понасяхме времето, през което сме разделени, през десетте месеца преди да се оженим. Той правеше всичко възможно да прекарваме част от деня или вечерта заедно. Пишеше ми любовни писма, изпращаше ми картички, телефонираше през деня и ми носеше специални малки предмети. Винаги ме прегръщаше, когато се срещнем. Целуваше ме страстно и тъй като прекарваше

много време да ме слуша и говори, аз не можах да устоя да не се влюбя в него. Той беше толкова горд с мен, че ме показваше на всеки. Чувствах се като че ли съм възкръснала."

Забележете всички начини, по които този човек е създавал романтичен климат, и се запитайте кога за последен път сте показали романтично отношение към своя партньор.

В книгата "Чаровното момиче" Хелън Анделин<sup>4</sup> говори как може да се получи романтична ситуация. Тези предложения могат да бъдат използвани от съпруги, които се стараят да създадат романтична атмосфера за съпруга си. Например полуздрав; уютна зимна вечер пред горяща камина; седите на открита веранда или чардак в пролетна или лятна лунна вечер; почивка близо до езеро, особено вечер; разходка в красив парк, из горичка или високо в планината; пътуване сред хълмове; спокойна домашна обстановка; романтична, интимна почивка; пикник в тих парк. Каквото и да правите, запазете го само за двама ви. Мъжете рядко стават романтични, когато наоколо има други хора.

И съпругът, и съпругата могат да предложат кратко пътешествие (даже само за едно денонощие), което ще стане много специално. Споделените моменти придобиват голямо значение. Изследователите са разбрали, че споделянето на възникнали емоции е катализатор в развитието на романтична, страстна любов. Не е нужно емоциите да са положителни, но трябва да са преживени заедно. Например можете заедно да изживеете вълнуващи моменти или да споделите огъня на успеха, но също така можете да се сблизите, когато отговаряте съвместно на заплахата от някоя опасност. Това може да обясни поразителното засилване на романтиката във военни години. Ключовите фактори са: трябва да има споделени емоционални изживявания със силни чувства, достигащи до физиологичен отговор, както и сближаваща любов в умовете и на двамата.

Един съпруг ми описа подробно преживяване. Той и съпругата му били пред раздяла:

"Онази вечер иммахме задълбочен разговор за нашето бъдеще. И двамата се чувствахме безнадеждно и не знаехме какво да правим. Тя започна да плаче, аз също си поплаках. Беше много странно, защото в края на краищата ние завършихме с прегръдки. Изведнъж се случи нещо неочаквано, но много важно. Аз чувствах, че тя се нуждае от мен, и знаех, че и аз се нуждаю от нея. Това беше рядко преживяване, което ни беше дадено, за да градим върху него."

За да създадете добър емоционален климат, правете всичко възможно, за да избягвате скуката, даже ако живота ви си има определен ред. Мислете за вашето взаимоотношение като за едно постоянно любовно преживяване и гледайте на всяка нежна, мила, романтична дума или действие, с които дарявате вашия партньор, като на попълване на приятните спомени и емоционални изживявания, които могат да прераснат в романтична любов.

Има две допълнителни неща, които можете да направите, за да осигурите подходящи стимули за романтична любов. Първото е физическото сближаване. Нямам предвид сексуалното привличане, а онзи вид физическа близост, която тласка младите хора в романтично увлечение. Ето защо юношите се влюбват толкова бързо и силно.

Брачните двойки с тяхното еднообразно общуване имат какво да научат относно изграждането на любовни чувства. Ние всички се нуждаем от нежно докосване, грижи, ласки и прегръдки. Когато получаваме това от нашия партньор и отвърщаме със същото, любовта се изменя и искриците разпалват романтични пламъци.

От същото значение е и визуалният контакт. Психолозите заключават в резултат на опити, че хората, които са силно влюбени, са имали възможност по-дълго време да

се виждат, отколкото други двойки. Както се казва в една стара песен: "Очите ми виждат само теб..." Това е вярно за влюбените.

Един от най-значимите контакти още от ранна детска възраст е зрителният, когато бебешките очи започват да насочват погледа си. Оттогава нататък бебето търси нечий очи, към които да се насочи, и това се превръща в необходимост. Детските емоции се подхранват от зрителния контакт. Но дори и вече големи ние не надрастваме тази необходимост и когато обектът на любовта ни избягва да се виждаме поради безразличие или раздражение, това ни действа съсипващо.

Когато практикувате топло, нежно, привързано зрително контактуване с вашия партньор, ще видите колко приятно е това. Когато очите ви излъчват романтична заинтересованост и емоционален изблик, най-вероятно е да получите подобна реакция.

Както всички знаем, любовта ерос е визуално ориентирана. Това показва, че съпругът и съпругата по възможност трябва винаги добре да изглеждат и да са привлекателни.

Вие не можете да задължите никого да се влюби във вас, нито дори съпруга или съпругата си. Но можете да създадете подходящи условия, за да се влюбят във вас. Винаги внимавайте какъв емоционален отговор ще предизвикате във въображението и мислите на вашия партньор чрез действията и думите си, с това, как гледате на любовта. Не забравяйте да излъчвате сигнали, които са приятни, предизвикващи наслада, а не болезнени или отвращаващи, тъй като има значение как учите своя партньор да откликва -- положително или отрицателно. Има още една причина, поради която никога не трябва да осъждате вашия другар -- никога, ако искате да разпалите романтичната любов, и тя да остане жива.

Една от най-големите пречки на романтиката е навикът (който за съжаление често се среща) да мърморим. На един християнски семинар за семейството Алън Петерсън анализира синдрома на мърморенето (натякването) по следния начин:

"Мърморенето е най-вече женско оръжие, използвано срещу съпруга. Непрекъснатото дразнене с натякването има за цел съпругата да постигне каквото желае. Когато съпругът ѝ излезе от търпение и отстъпи, той тайничко мрази себе си за това, което е направил, и следващия път "запъва краката" малко повече, така че е необходимо тя да мърмори още повече от преди, за да постигне същия резултат. Това положение на нещата продължава, докато накрая жената си създаде навик да мърмори, за да получи това, което желае. Тя наистина постига своите егоистични намерения, но за сметка на брака си. Докато тя получава лично и бързо удовлетворение на желаното, същевременно жертва нещо много ценно -- взаимоотношението. Жена, която постига своето чрез натякване, сама си подписва провала като съпруга. Тя казва: "Не знам как да накарам съпруга си да бъде доволен от мен, удовлетворен и горд с мен, така че да ми доставя удоволствие." Мърморещата съпруга трябва да си зададе въпроса: "Доколко го обичам истински? Какво зная за истинската любов?" Мърморенето е най-вече израз на себична независимост."

Трябва да отбележим, че в някои семейства, където доминира съпругата, съпругът може да прибегне към мърморенето. Няма значение кой го прави; то успешно потушава всяка искра на романтичната любов и трябва да се избягва!

В началото на тази глава споменахме някои противоречия около романтичната любов. Вероятно ще трябва да изясним фактите в тези случаи. Ако някой читател все още счита романтичната любов за мит, създаден от филмовата индустрия, можем да посочим, че въз основа на библейски, литературни и исторически доказателства тя винаги е съществувала. Изследователите заключават: "Независимо от твърденията на някои антрополози феноменът нито е нещо ново, нито невъзможно за нашето съвременно общество. Въпреки че не винаги е считана като необходима прелюдия към

брака, романтична и страстна любов е имало винаги и навсякъде."5 В едно обзорно изследване през 1967 г. в културата на 75 общества с изненада беше установено, че романтичната любов преобладава.6

Като християни трябва да бъдем сигурни, че романтичната любов е стара колкото времето, тъй като дойде в битието на Едемската градина, когато първият мъж и първата жена се вгледаха един в друг. Ние трябва да съзнаваме, че Творецът е Този, Който ни е надарил със способността за силни и страстни емоции, необходими, за да се влюбим. Ясно е, че Бог е планирал нашите емоционални способности да бъдат напълно развити в брака и да намерим тяхното изпълнение в единението с нашите любими.

Ние говорихме вече за някои, които смятат, че романтичната любов в брака трябва да се потиска, защото в зародиша си била егоистична. Те отсъждат, че тя е егоистична, тъй като желае ответ. Тези хора пропускат факта, че тази любов е библейска. Една цяла книга от Библията -- Песен на песните -- е била посветена на темата за романтичната любов в брака, като ни дава идеален образец за семейство. След като разгледахме петте начина на любов в брака, надявам се ще запомните, че всички те са дадени от Бога и представляват различни страни, а не различни степени на любовта. Никой от тях не бива да се пренебрегва или игнорира. Всяка клетка от човешката любов между съпруг и съпруга зове за отклик и в това няма нищо грешно. Агапе може би е най-неегоистичната, но тя не е единствената, която има изключителното право в живота да дава. Естествената любов също включва даването, даже жертването за любимите. Изследователите са наблюдавали, че важна съставна част на романтичната любов е лудото желание да вършим всичко за щастието на любимия (любимата), независимо какви усилия са нужни.

Това ми напомня за Яков от Стария Завет -- Яков, егоистичният млад мъж, който впоследствие така дълбоко се влюби в Рахил, че работи седем години на несговорчивия си тъст, след това още седем, за да се ожени за нея. Битие разказва, че тези години на труд му се сторили като няколко дни поради любовта му към Рахил.

"Да бъдеш влюбен -- пише един писател -- е вид обожание, което отвърща влюбения от собственото му аз."7 Той описва личните си преживявания в брака и влюбените ще се съгласят с него. В друг смисъл тези думи могат да се приложат към естествената любов, която вярващият изпитва към Господ Исус Христос -- любов, която съпътствува много често чувствата и реакциите на влюбените съпрузи. Геологът Чарлз Уилямс пише, че е бил "удивен, като разбрал, че романтичната любов е точен праобраз и паралел на християнството."8 Това ни напомня, че истинската романтична любов заедно с любовта агапе, тържествуваща в цялостния контекст на християнския брак, красиво обрисова любящите взаимоотношения между Исус Христос и Неговата църква. Следователно изграждането на романтична любов в семейството може да бъде предмет на усърдна молитва, защото е угодна на Бога.

Някои хора може би бъркат временното увлечение с романтичната любов. Увлечението е основано върху фантазията; романтичната любов има за основа силен, но нежен реализъм. Увлечението се занимава с несъществени неща; реалната любов е реакция, отправена към цялостната личност. Увлечението замира с течение на времето; любовта продължава да расте като живо същество. Увлечението изисква и взема; любовта се радва, когато дава.

Чувствата и мерилото на Божието Слово са важно ръководство, което християните трябва да следват. Ако сте увлечени, вашите чувства ще претендират за цялостно ръководство и може би това ще стане. При истинската любов вашият разум, напътстван от библейските насоки, направлява емоциите ви и формира вашето взаимоотношение съгласно Божията мъдрост. За изразяване на тази любов са изкопани по-дълбоки канали, от които и да е други при увлечението. Трепетите и силните

чувства при това взаимоотношение ще прибавят сладостен вкус към ежедневиия брачен живот.

Ако сте считали за безнадеждна възможността за романтична любов във вашия брак, то вземете всичко това присърце. Романтична любов съществува, и то не само за другите. Аз ви предизвиквам да проверите тези предложения.

Докато увлечението вирее върху неизвестност, несигурност и риск, то истинската романтична любов разцъфтява в атмосфера на емоционална сигурност. Следващата глава обяснява как да подкрепим това чрез дара чувство за принадлежност.

## Чувство за принадлежност

ПО любов ли се женят повечето хора? Или голямото мнозинство от тях се женят поради други причини? Изглежда невероятно някой да стигне до авторитетен отговор на тези въпроси, но аз съм чел две светски книги, които претендират, че имат отговора. Техните автори твърдят, че повечето хора само си мислят, че са влюбени; че те в действителност се женят водени от други чувства -- полово привличане, страх, самотност, желание да угодят на родителите и др.

Идеята за брак по любов, казват авторите, е опасен мит. Във всеки случай, твърдят те, щастливият брак не се нуждае от любов или дори от практикуването на Златното правило. Вместо романтика и любов те съветват двойките да се държат един към друг любезно, както биха се държали с изискани непознати, и да се опитат брачният им живот да върви.

Интересно, че дори тези книги познават един от петте вида любов. Въпреки че не й дават специално име, тя прилича на любовта, която гърците наричат сторге. Авторите на едната книга смятат, че истинският любовен съюз е по-вероятно да се срещне при възрастни двойки, женени от много години, изгледали вече децата си, пенсионирани, и сега заедно очакват смъртта. Те имат реалистично чувство един към друг, нуждаят се от компанията на другия и се грижат за благополучието му. Авторът на втората книга счита, че двойка, която се жени без любов, може да я намери след 10, 20 или 30 години. Това описание на взаимоотношенията отново прилича на любовта сторге -- естествената привързаност в брака.

Но не е нужно да се чака 30 години или да станете член на съюза на старейшините, за да бъдете готов за любовта сторге. Много от вас, които четете тази книга, сте млади брачни двойки, а даже и младоженци. Аз бих искал да ви покажа важноста на изграждането на тази любов в брака ви сега.

Майк и Нан Лоурънс са отпразнували двадесет и петата годишнина от сватбата си. Но те са развили любовта сторге в ранните години от брака си. Ето какво е означавало това за тяхното общуване през "каменливите години", както те ги наричат:

"В навечерието на нашата сватба през юни, ние мислехме, че всичко ни е наред. Приятелството ни беше топло, романтичните ни чувства -- даже по-топли, а колкото до огъня на страстта -- достатъчна беше само клечка кибрит! След като се приспособихме към семейния живот, общението, сексуалното желание и романтичните тръпки си бяха все още на мястото. Но всичко беше малко под идеалното, под очакванията ни, тъй като и ние не сме идеални хора. Розовите очила на романтиката не бяха ни приготвили за това. Тогава ние не бяхме християни, така че не знаехме, че любовта агапе би могла да ни сплоти. За щастие, нещо друго ни преведе през тези първи каменливи години, когато сватбеното блаженство почти беше погребано. Вие бихте могли да наречете това, което

се породи между нас, усещане за принадлежност. Ние бяхме решили още от самото начало, че сме двама души, представляващи едно цяло. И каквото и да се случеше или както и да се поддърпахме насаме, ние бяхме влюбени един в друг. Бяхме като брат и сестра на игрището. Можеше да се поспречкваме един с друг, но само някой външен да се опиташе да се вмъкне между нас, трябваше да се справя с двама ни. Ако единият от нас страдаше, другият му избърсваше сълзите. Стана ни навик да вярваме един на друг, когато кариерата ни не вървеше. Оказвахме си внимание, доколкото двама млади хора може да се очаква да покажат, а след това и повече. Не мина много време, за да разберем, че си принадлежим. Станахме едно и винаги ще бъдем. Тъй като ние си принадлежим един на друг, никой не може да разбие нашето единство и любов. Само ние можем, но никога няма да го направим. То е толкова хубаво, за да го загубим. Струва ми се, че много хора прекарват живота си в търсене на чувство за принадлежност. Вероятно те не знаят, че семейството е най-доброто място, където могат да го намерят."

Новият Завет в Римляни 12:10 ни заповядва за любовта сторге, като ни казва: "Обичайте се един друг като сродници." Други преводи казват: "Бъдете посветени един на друг" или "Обичайте се топло."

Злото на последните дни, описано във II Тимотей, 3 гл., ще бъде липсата на любовта сторге. Хората ще бъдат "без семейна обич", в английския -- "без естествена обич".

Като приложите тези библейски откровения специално за вашия брак, ще разберете, че да нямате към партньора си топли, мили, посветени чувства е неестествено. Защо? Защото вие принадлежите един на друг. Сторге е любов вътре в семейството -- било между родители и деца, братя и сестри в Христа или съвсем лично между съпруг и съпруга, свързани заедно на практика в едно, както знаем от Битие 2:24.

Тъй като това не е парадна, а твърде земна форма, нейната важност може да бъде подценена. Както се казва: "Познатото създава удобство, а удобството е като хляба -- необходим и хранителен, но тъй като го има, никой не му отдава заслуженото."

Аз ви уверявам, че тази страна на любовта, която наричаме принадлежност, е съществена за щастieto в брака ви. Всички ние се нуждаем от едно място, което да назовем свой дом -- не тухлите, цимента и четирите стени, а атмосферата на сигурност, в която се чувствуваме уютно и удобно един с друг, с увереността, че си принадлежим и че нашето щастие и благополучие са най-важни за нашия партньор. Джон Пауъл е изказал същността на тази любов с едно изречение: "Ние се нуждаем нечие сърце да бъде дом за нашите сърца."

Имате ли вече тази любов във вашето семейство? Опитайте следните тестове:

Съпруги, как реагирате, когато съпругът ви си идва у дома преуморен и ви каже, че е понижен в работата или уволнен? Или че началникът му го е "сдъвкал" за нещо?

Съпрузи, как реагирате, когато съпругата ви каже, че е блъснала новата кола и със сълзи на очи ви обясни, че катастрофата е изцяло по нейна вина?

Или си представете следната сцена: Приятна вечер в хола. Съпругът гледа футболен мач по телевизията, докато съпругата плете и от време на време прави приятелски коментар (въпреки че дълбоко в себе си изобщо не се интересува от играта). Или докато той се е заровил в поправката на техника, която е донесъл от работа, за да си помогне, тя седи на канапето с ролки на главата и чете загадките на Агата Кристи. А може и двамата да седят пред камината да слушат меките звуци на стерео музика и да мълчат. Ако съпругът, който се е замислил за нещо, се извини, че не е добър компаньон, съпругата отговаря: "Аз се наслаждавам дори само на това да бъда



в една стая с теб независимо дали разговаряме или не." Би ли могло това да се случи във вашия дом?

Или пък да обрисоваме някои домашни неприятности: Съпругът спира колата до дома и заварва жена си в паника. Гостите за обедата ще дойдат скоро; миачната машина за чинии е опръскала със сапунена вода цялата кухня; Джони се е разболял на училище, така че се е наложило тя да го вземе и не ѝ е останало време да изчисти с прахосмукачката. Някой съпруг може да каже: "Какво очакваш от мен да направя? Аз самият бързам!" или "Защо не си по-организирана?" или "Нямаш късмет, гълъбче" и да излезе. Съпруг, който изпитва любовта сторге, ще подкрепи съпругата си, като ѝ помогне в бедата -- ще измие пода или ще изчисти с прахосмукачката, а същевременно ще ѝ каже някои думи, от които тя се нуждае: "Не се притеснявай, мила, ще се справиш", плюс комплимент: "Подредила си масата чудесно!" и предложение: "Какво мога да ти помогна? Ще измеря температурата на Джони, преди да тръгна." Кой вариант се случва във вашия дом при подобни обстоятелства?

Принадлежната любов има много качества, които едва ли могат да се отделят от общия модел, обаче ние трябва да видим качествата поотделно, ако е възможно, за да развием съзнателно тази страна на любовния живот в брака. Ето някои от най-важните елементи, но вие можете да се сетите и за други, и да ги прибавите към списъка:

Практично единство. Съпругът и съпругата изграждат единна гледна точка. Каквото накарнява единия, накарнява и другия. Коего отслабва единия, вреди и на другия. Личното израстване подсилва и двамата. Така се избягва конкуренцията и дребнавото заяждане, което понякога се случва публично, когато съпругът и съпругата се опитват (с хумор, на шега?!) да "кльцнат" другия.

Това единство, постигнато в един продължителен период, се доразвива в единна философия, в която личните потребности и ценности на двамата партньори са слети в един общ начин на живот.

Подкрепителна вярност. Една съпруга ми каза: "Моят съпруг е такъв реалист, че вероятно вижда недостатъците ми по-добре от мен. Но знам, че той винаги е за мен, никога не е против мене, така че ми дава сигурност и пространство, от което се нуждая за лично израстване."

В книгата си "От сърцето на една жена" Карол Мейхол споделя урока, който е научила за верността към съпруга ѝ. Тя пише:

"Джак беше заминал надалеч, а писмата му не пристигаха редовно. Моето живо въображение извикваше всякакъв вид ужасни неща, едно от които беше следното: "Него просто не го е грижа, че аз стоя тук сама и че ми липсва. И не ме обича така, както аз го обичам."

Както се предавах на най-лошото на света скрито занимание -- самосъжалението, Святият Дух ми проговори чрез един стих, който зная наизуст -- I Коринтяни 13:7."

Забележете, че комбинацията от практично единство и подкрепителна вярност успешно издига щит срещу всяка външна намеса. Една млада съпруга ме запитва: "Какво да правя с критичното отношение на свекърва ми към мен? Толкова се страхувам, че тя ще убеди сина си да се съгласи с нея." Ако този съпруг обичаше съпругата си с любовта сторге, която описахме, то тя не би имала причина да се страхува от влиянието на свекърва си или от нахалната намеса на съседите, или от хищническите действия на някоя жена в работата му. Принадлежната любов донася сигурност в семейството.

Пълно доверие. То е описано като "връзка на пълно доверие, толкова дълбоко, че е несъзнателно". Писанията го казват най-добре: "Кой може да намери добродетелна жена? Защото такава е много по-ценна от скъпоценни камъни. Сърцето на мъжа ѝ

уповава на нея; и той не ще има недостатък от печалба. Тя ще му донесе добро, а не зло през всичките дни на живота си" (Притчи 31:10-12).

Същото трябва да се каже за идеалния съпруг. Сърцето на съпругата ви трябва да може да уповава на вас, че ще бъдете там, когато е нужно да помогнете, а не да причинявате болка. Защото вие сте нейн съпруг и защото нейното щастие и сигурност значат за вас точно толкова, колкото и вашите собствени.

Много е важно да показвате, че имате доверие на другаря си. Една съпруга описва трудния период, когато работата на съпруга ѝ като технически представител и отговорник по качеството в една корпорация е изисквала пътуване до далечни страни. Често пъти е било невъзможно да се свържат даже по телефона, когато е възниквала трудност въкъси. Тя казва:

"Едно нещо ми помогна неописуемо много. Моят съпруг често ми казваше и го показваше, че е тръгнал от дома с пълната увереност в способността ми да се справя, каквото и да възникне. Той казваше, че винаги ще направя най-доброто при всички обстоятелства. И в подкрепа на това никога не ме критикуваше за нещо, което съм направила, докато го е нямало. Неговото доверие в мен значеше твърде много. И това ме накара да го обичам много повече."

Една съпруга може да помогне на мъжа си, като го изслушва, разбира и съчувствува на проблемите му, а след това изразява своята увереност в способността му да разрешава проблемите и да преодолява препятствията. Той не се нуждае от майчинските ѝ грижи, известно количество "положително мислене", нито даже от съвет, колкото и разумен да е. Напротив, той има нужда съпругата му да го увери, че има доверие в него, че гледа на него като на мъж, който е в състояние да се справи с обстоятелствата. След като това е установено, той може вече да я помоли за съвет и да се възползва от него.

Емоционален подслон. Ако чувствате, че трябва да прикриете своите неприятности от партньора си, това означава, че има нещо нередно във вашето взаимоотношение. Любовта сторге (усещането за принадлежност) е предназначена да бъде за другия подслон и убежище от безчувствието на заобикалящия свят. Ние всички се нуждаем раните ни да бъдат превързани; всички имаме нужда от съчувствие и утеха от най-близкия ни. Любовта трябва да означава рамо, върху което да си поплачем. Ако съпругът и съпругата се отзовават винаги в сублимни моменти и се отнасят с грижовност, те ще изпълнят една важна цел на богоугодния брак.

Както Писанието обяснява: "По добре са двама, отколкото един, понеже те имат добра награда за труда си. Защото, ако паднат, единият ще дигне другаря си, но горко на оня, който е сам, когато падне, и няма друг да го дигне. И ако легнат двама заедно, ще се стоплят, а един как ще се стопли самичък? И ако някой надвие на един, който е самичък, двама ще му се опрат. И тройното въже не се къса скоро" (Еклесиаст 4:9-12).

Това описва предимствата на любовта сторге, но забележете, че тройното въже се споменава като нейна най-голяма сила. Тройното въже на християнския брак се състои от следните силни нишки: любовта на съпруга, любовта на съпругата и любящото присъствие на самия Бог.

Спокойна интимност. Това означава, че се наслаждавате да бъдете заедно. Ако анализирате защо се чувствувате приятно отпуснати и удобно един с друг, вие ще намерите доброта, вградена във вашето взаимоотношение. Свикнали сте да прекарвате времето заедно, без кавги и взаимни нападки, така че се чувствувате спокойно един с друг. Същевременно близостта никога не бива да поражда неучтивост. Учтивата любезност, която показваме към нашите партньори, трябва да бъде даже по-голяма, отколкото към всеки друг, защото е основана върху лично разбиране и загриженост.

Въпреки че топлото чувство на любовта сторге изглежда просто и неусложнено като удобството на стара обувка, изисква се период от време и постоянство в поведението, за да бъде изградена във вашия брак -- време, прекарано в осигуряване доверие във вашата вярност, подкрепа и учтивост. Казано накратко, да може да се разчита на вас.

Възможно е да започнете да изградите тази любов сега, даже ако не сте успели в миналото да направите това. То ще изисква прощаване и забравяне на минали грешки. Ще бъде необходимо да усвоите гледна точка като тази на Лоурънсови, описана в техния брак -- практично решение да бъдете едно срещу света. То трябва да съдържа неизменна учтивост в ежедневно ви поведение, тъй като това е основното за постоянството в любовта.

Понеже тази любов, както всички други, може да започне с вашия избор, което е и необходимо за нейното изграждане, вие притежавате силата да дадете на вашия партньор чудесния дар на притежанието.

По тази причина не е важно дали сте се оженили по любов или по някаква друга причина. Оставете психолозите да водят дебати върху техните теории. Животът трябва да се живее днес. Ако имате семейство, то може да стане домашно огнище и вие можете да започнете да се движите към тази цел още днес -- първо, като направите избор да обичате, и след това, като показвате вашето посвещение с ежедневни действия -- големи и малки.

"Любовните страсти са толкова вълнуващи -- казва Нан Лоурънс, -- но това, което прави толкова хубав всеки ден от брака, е споделеното доверие."

## Да станем най-добри приятели

ВЗЕМАШ ли тази жена да бъде твоя съпруга...да живееш с нея и да се отнасяш с любов към нея?"

"Вземаш ли този мъж да бъде твой съпруг...да живееш с него и да се отнасяш с любов към него?"

Тези прастари въпроси са задавани на хората, които изричат брачния си обет и отговорът винаги е бил "Да". Но какво означава да се отнасяш с любов към брачния си партньор и какво трябва да се направи?

Когато разберем любовта, която гръцкият Нов Завет нарича филео (в глаголна форма), ние ще имаме отговора и ще знаем какво значи да се отнасяме с любов.

Нека да разгледаме накратко какво ни учи Библията за любовта филео. Ще разберем, че филео е любовта, която човек изпитва към любими приятели и от двата пола. Исус изпитваше такава любов към един от учениците: "...един от учениците, когото обичаше Исус..." (Йоан 13:23).

Петър изрази своята любов филео към Исуса: "Да, Господи, ти знаеш, че те обичам" (Йоан 21:17).

Йонатан и Давид ни дават пример от Стария Завет: "Душата на Йонатан се свърза с душата на Давид и Йонатан го обикна като собствената си душа" (I Царе 18:1). В други преводи се казва, че Йонатан го обикна "като себе си" или "като собствения си живот".

Бог също обича с любов филео: "Защото Отец люби Сина и Му показва все що върши сам" (Йоан 5:20).

Бог Отец обича вярващите по същия начин: "Защото сам Отец ви люби, понеже вие възлюбихте Мене и повярвахте, че Аз от Отца излязох" (Йоан 16:27).

От Библейските доказателства ние можем да направим още изводи за филео:

1. Тя е емоционална по същност, затова не може да бъде контролирана, а само може да се развива.

2. Тя е избирателна любов, базирана върху качествата на другия, които някой намира за привлекателни, възхитителни и прекрасни.

3. Тя е приятелска любов, изискваща наслаждаващо взаимодействие чрез другарство и общуване. (Двама души, свързани заедно...).

4. Това е проявление на жизнено, растящо общение между двама приятели.

Любовта филео е подхранващата любов в брака. В Библията на по-възрастните жени се заповядва да учат по-младите как да развият филео към своите съпрузи: "Също и старите жени...да поучават това, което е добро; за да учат младите жени да обичат мъжете си..." (Тит 2:3-4).

Нежното приятелство на филео прибавя допълнителна сила и радост като част от многообразната любов, свързваща съпруга и съпругата. Когато двама души в брака споделят помежду си -- своя живот и всичко, което са, те развият тази любов на зрели чувства, съгласие и другарство. Наслаждават се на компанията на другия. Грижат се нежно един за друг. Здравно се държат. Това значи да се отнасяш с любов!

Никоя друга любов в брака не предлага толкова постоянно удоволствие, както филео. Приятелството може да достигне своя зенит в семейството, тъй като останалите видове любов го подсилват. Връзката е по-тясна, обстановката е по-сигурна. Другарството между мъж и жена, които освен това са и любовници, изглежда двойно по-вълнуващо и много по-скъпоценно.

Но филео в никакъв случай не е нещо сигурно. То не трябва да се счита за вградено в брака предимство. Не се появява автоматично веднага щом обетът е даден и халките са разменени.

Всъщност като съветник съм наблюдавал, че липсва в много семейства. Поради небрежност двойките загубват другарството, което първоначално са имали. Други никога не са се стремили да го развият, вероятно защото не знаят как или пък не го считат за нещо важно, като наблягат повече на романтичните и сексуалните влечения в тяхното взаимоотношение.

Следното писмо описва нерадостния (типичен) брак, който се е проточил няколко десетилетия без любовта филео:

"Дали всички бракове стават скучни след 25 години? Нашият стана. Съпругът ми и аз нямаме повече за какво да си говорим. Преди разговаряхме за децата, но сега те пораснаха и се пръснаха, така че нямаме такива разговори. Не мога да се оплача от нещо кой знае какво, но предишният трепет го няма. Гледаме много телевизия и четем, имаме приятели, но останем ли насаме, тогава е ужасна скука. Дори спим в отделни стаи. Има ли някакъв начин да възвърнем предишната магия? Подпис: Песента свърши."

Острата светска сатира си прави шега с тази ситуация: "Скъпи, моят брак беше толкова скучен, че когато съпругът ми ме напусна, аз забелязах това чак след два месеца."

Но безсъдържателните бракове не са толкова забавни, а липсата на филео създава огромни празни пространства и двойките понякога правят драстични стъпки, за да ги запълнят. Затова свидетелства писмото, публикувано в едно списание в рубриката "Пощенска кутия".

"След 13 години семеен живот и с две деца, моят съпруг и аз решихме да рискуваме, като опитаме с раздяла... Позволяваме си най-малко 6-месечна раздяла, като

се срещаме с други и си поделяме сметките за плащане. Правим го, защото желаем истински да споделяме живота си, а не това да става по навик или заради установени правила."

Тази двойка в стремежа си да излекува липсата на любов, прави възможно най-неправилните неща. Как може в ситуация на ухажорска конкуренция да се породи истинска любов, възможна единствено между двама зрели хора, отдадени един на друг? Как може раздялата да подсили общението, когато тези две неща са напълно взаимно изключващи се?

Има един-единствен начин да се научиш как да споделяш с другото. И той е, като го правиш! Споделянето е ключът, който отключва чувствата на любовта филео. Това е основният принцип, който трябва да помните, ако искате да развиете в пълнота филео във вашия брак.

Следващото нещо е да не забравяте, че филео се състои от чувства. Следователно трябва да осигурите подходящи условия във вашите отношения, за да могат чувствата да оживеят. Веднъж породили се, те трябва да се утвърждават непрекъснато при благоприятни условия.

Запомнете, че филео е приятелска любов. Условията, които създавате във вашето семейство, трябва да благоприятствуват приятелството. Нужно е да имате усет за основните взаимоотношения, които влияят при създаване и запазване на приятели. Разбира се, всеки знае това от личен опит. То е въпрос на прилагане на познанията. Погледнете творчески вашия брак като модел за приятелство -- творчески, защото виждате обичайното по нов начин. Как можете да използвате правилно във вашето семейство вече изпитаните и верни принципи? Представете си вашия партньор (поне потенциално) като ваш най-добър приятел. Как можете да приложите общите си познания за приятелството към специфичните ви знания за вашия съпруг(а)?

Вероятно се сещате за поговорката: "Да имаш приятел, това значи да бъдете едно." Това е едно добро начало. Ние казахме, че ключът е в споделянето на всички нива. Но това, което "завърта ключа в ключалката" е просто да бъдете заедно вече. Трите съставни части на приятелството и любовта филео са другарство, дружба и общуване. Всички имат значение на някакви съвместни действия "заедно".

От това става ясно, че и двамата трябва да планирате да бъдете заедно; това включва зрелост в разбиранията и задоволство. Ще трябва да намерите начини да споделяте значително време. А това е само началото. "Да бъдеш приятел" изисква съзнателни усилия и посвещение. Но да станете най-добри приятели с вашия брачен партньор, това може да се превърне в най-възнаграждаващия план в живота ви.

Ще бъде полезно за вас да разгледаме какво считат някои психолози за трите фази на приятелството, отнесени специално за семейството. Ще видите, че те включват споделяне в по-голяма дълбочина. Тези три фази могат да се развиват в процеса на взаимоотношенията, обаче никога не трябва да оставяте едното заради другото. Изпълнението на всяка фаза принадлежи постоянно на брака ви. Приятелството има три фази.

#### 1) Отпускане

Това трябва да стане, преди да се развие близостта. То е времето, когато се учим да се чувстваме удобно един до друг, докато практикуваме основните неща за приятелството. Започва се просто с това да бъдем заедно. Да се намерят неща, които можем да вършим заедно, рамо до рамо. Може да бъде пребоядисване на старите мебели, игра на тенис, вземане уроци по френски, посещаване на фотолюбителски курс или някакви други интереси. Можем да започнем заедно нещо ново. Или единият от нас да пожертва нещо свое, за да намери общи интереси. Каквото и да вършим, трябва да се стремим да бъдем заедно, за да се свързваме и наслаждаваме един на друг.

Християнската двойка трябва да си избере някоя служба, в която и двамата да са включени може би -- домашна библейска група или служение в църквата, което могат да вършат и двамата. В нашето забързано време двойките трябва да отдават времето си там, където могат да бъдат заедно, а не отделно. Ако досега изразходвате вашата енергия за планове, които ви водят в различни посоки, то сега трябва да промените тези планове.

Споделеното време, споделените действия, споделените интереси и споделените преживявания водят до споделени чувства и доверие. "Това беше каймакът на женитбата -- казва Жан Стрътър. -- Всяка нощ да споделяш преживяното от деня." Андре Мороа определя щастливия брак като "един дълъг разговор, който винаги изглежда твърде кратък".

Когато всичко това се изпълни във вашето общение, вие ще разберете, че обичате едни и същи неща, изпитвате подобни желания и придобивате сходни гледни точки. Някои двойки планират общи излети насаме на всеки шест месеца, по време на които обмислят някои предстоящи действия и по-далечни цели за своя брак и семейство. Ежедневното общуване с четене на Библията и молитва ще ви даде един ум в Христа и така ще намерите споделени ценности и идеали, които ще подкрепят вашето приятелство.

В тази фаза ще се научите да се доверявате един на друг -- съществен фактор на филео. В едно проучване на повече от 40000 американци, извършено от списание Психологията днес, са оценени следните качества у приятеля: 1) способност да запазва доверието; 2) вярност; 3) топлота и отзивчивост. Тези качества трябва да споделяте и това ще ви доведе до усещане за откритост по между ви, което ще ви приближи пък към следващата фаза. Когато навлизате дълбоко в споделянето, вие получавате растяща радост от времето, прекарано заедно.

Следващите няколко изречения описват едно обикновено приятелство. Използвайте ги да оцените нивото, което сте достигнали с вашия партньор. Трябва да ги практикувате всичките като трамплин към следващата фаза. Това е само началото на любовта филео.

Ние прекарваме заедно времето.

Ние се забавляваме заедно.

Ние споделяме интереси и действия.

Ние се познаваме и харесваме един друг.

Ние обсъждаме нещата.

Ние сме сигурни един в друг.

Ние се обръщаме един към друг за помощ.

Ние разчитаме на верността на другия.

2) Разбирателство

Тази фаза се достига, когато сте готови да споделяте твърде лични, скъпи и уязвими страни от себе си. Не само сте готови, но даже изпитвате радост от споделянето с вашия партньор. Крейг Мейси определя любовта като "обмислен акт да предадеш себе си на другия, така че другият човек постоянно да получава наслада. Най-богатата награда за любовта идва, когато обектът на любовта откликва на подаръка". Това е, което започваш да изпитваш, и когато стане, вече не само харесваш да бъдете заедно, а обичаш да бъдеш с него. Вече е започнала любовта филео!

Фазата на разбирателството е време за задълбочаване уменията да общувате. Най-често слушам оплаквания от съпруги, които желаят да споделят най-съкровените си мисли, докато на съпруга това му е неудобно, тъй като никога не му е било лесно да изрази себе си. Трудностите могат да се преодолеят с практикуване фазата на

разбирателството, като двойките се учат да се доверяват един на друг и започнат да разбират каква награда и пълнота има в това.

Аз бих искал да припомня най-вече на съпругите петте основни правила за общуване:

1) Никога не казвайте на някой друг неща, които съпругът ви е споделил насаме.  
2) Отдайте на съпруга си цялото си ентузиазизирано внимание и слушайте с интерес, докато той се отпуска в разкриването на себе си. Помнете, че това може би не е много леко за него.

3) Не го прекъсвайте, нито бързайте да си вадите заключение относно това, което той ви казва.

4) Покажете, че го разбирате даже когато не сте съгласни, и повторете мислите и чувствата, които е изразил, за да бъде сигурен, че сте го разбрали. Не допускайте несъгласието ви да звучи като неодобрение.

5) Когато споделяте вашите мисли, внимавайте да не изглежда, като че ли хвърляте вината върху него. Ако всеки от вас премине в защита, същото става и с общуването ви и тогава разбирателството ще има нужда да бъде установено наново.

Съпрузите трябва да разберат, че мълчанието предизвиква отрицателни емоции. Като съветник съм виждал, че мълчанието на съпруга се тълкува като безразличие към чувствата на съпругата, и отказът да обсъжда нещата с нея може да разруши брака. Казано е: "Блудството поваля хиляди, а мълчанието -- десетки хиляди!"

Тъй като жените обикновено чувстват по-голяма нужда да разговарят, съпрузите трябва да знаят, че проява на обич към съпругите им е просто като ги изслушват. Имам предвид истинско слушане: насочено внимание, придружено от зрителен контакт. Д-р Рос Кембъл препоръчва подчертаното внимание като най-важно за изграждане на любовно взаимоотношение. Съпрузи, това означава да дадете на своята съпруга пълното си внимание, така че тя да чувства без всякакво съмнение, че е обичана; че е достойна за правото си да бъде оценена и почитана. Ето няколко начина, как да показвате внимание във вашия брак:

1. Прекарвайте насаме двамата, като истински изслушвате съпругата си поради желанието да я разберете по-добре. Естествено, това значи, че телевизорът трябва да бъде изключен.

2. Гледайте съпругата си и бъдете близо до нея, докато разговаряте.

3. Подберете време, през което няма да бъдете прекъсвани, и я дарете с внимание и заинтересованост.

4. Осигурете повече време за това, така че и двамата да бъдете увлечени, да можете да успокоите евентуално възникналите позиции на отбрана, за да сте свободни да споделяте най-съкровениите си чувства.

5. Обръщайте внимание на съпругата си в присъствието на други хора. Не можете да си представите колко много може да значи това за нея!

Съпрузите също се нуждаят от такова внимание от страна на съпругите си, както и от увереността в себе си, която то носи. Чрез действието на филеа двете отделни "аз" започват да се вплитат заедно и да се сливат, когато изграждате разбирателството -- хармонично единство. Същевременно тази приятелска любов дава увереност, че и двамата сте единствени и ценни индивиди. Според законите на човешкото поведение това ще ви направи повече обичани и в замяна на това повече да обичате.

Да чувствате че ви приемат, е необходимост, когато се учите да споделяте за себе си. Както някой е казал: "Нещо велико има в това да си обичан от някого, който няма да те изостави когато си в беда, а и няма да използва споделеното срещу теб." Любовта е сляпа -- казва поговорката, а приятелството си затваря очите.

Когато започнете да практикувате любов с разбирателство, радостта от това ще ви пренесе в по-зрялата фаза на приятелството, където желанието да опознаете партньора си става изгарящо, а също и да бъдете колкото е възможно по-близо до него. Преминаването на филео през тези етапи може да се оприличи на търкалящо се колело, което набира скорост. Колкото повече инерция набира това колело, нараства удоволствието, че сте заедно, близостта става начин на живот и грижовността към партньора е вече реалност, а не само сватбено обещание.

### 3) Откровеност

Това е фазата на зряло и вярно разбиране. "Мисля, че един мъж и една жена трябва да направят избора си за цял живот -- казва Дж. Б. Ийтс, по простата причина, че този дълъг живот едва стига да се разберат и опознаят един друг; а да разбереш, значи да обичаш."

Семейните хора ще се съгласят, че "разбирането" продължава през целия живот. То изисква усет -- качество, което се развива като част от любовта. Да си чувствителен означава да чувстваш възлюбения си като цялостна личност, да осъзнаваш неговата уникалност и да познаваш кое най-добре ще задоволи неговите нужди.

Във фазата на откровеността и двамата партньори са открити един пред друг. На драго сърце са заменили първоначалното положение на независимост с емоционалната взаимна зависимост, която не се бои да се облегне, да се довери и да търси задоволяване на личните потребности и желания. На това ниво и нуждите, и бляновете на двете личности са разбрани и посрещнати в един процес, който става почти толкова естествен като дишането.

Но в процеса на последователно узряване и задълбочаване на връзките в брака при подходящи условия, това описание на любовта филео трябва да бъде придружено с едно предупреждение. Колелото може да се върти в две посоки. Както може да се търкаля бързо напред, също така може да се търкаля и назад при дадени условия. Обратната инерция може да се появи така неочаквано, че да останете изненадани. Когато има някакво предателство спрямо доверието или пренебрежение на личностните нужди, естествено е филео да затихне. Помнете, че филео се подхранва от отзивчивостта и не може дълго да просъществува без нея.

Представете си картината на приятелството във вашия брак като огън, който угасва, ако се появи безразличие. Но огънят може да бъде запален отново и засилен, когато разбирателството между вас оживее -- като искри, възпламеняващи пространството, споделяно от вас.

Представете си вашето приятелство като скъпа къща. Ако я занемарите, скоро ще се разбере. Приятелството ще избледнее, ако се пренебрегва. Вашето взаимоотношение може да се нуждае от малка поправка, но както и при скъпа къща, възстановяването е възможно само ако отделите време и внимание.

Не забравяйте, че приятелството се нуждае от внимание. То трябва да има нещо, което да подхранва и на което да отговаря. Запитайте себе си и партньора си: Кое нещо пренебрегваме, което би могло да подобри нашето общение? Ако сме малко отегчени, какво да правим, за да приложим жар в нашето приятелство?

Всеки брак би имал полза от повече филео. Тъй като приятелството е живо същество, то трябва постоянно да расте, иначе ще започне да вехне. Така че мислете за нещо реално, което можете да направите, за да му помогнете да расте.

Винаги ми е било интересно да слушам двойки, които активно се занимават с изграждането на филео, тъй като те постигат това по различни начини. Например за Пол и Оливия това означаваше боровинки и едно бебе!

Тази двойка имаше реално единство в своя брак, по-специално в радостта от християнското служение и духовно израстване, но между тях имаше емоционална



дистанция. По природа Пол не беше много любвеобилен. Оливия беше затворена и не споделяше своите нужди. Те съзнателно бяха заживели в два отделни свята: Пол в неговото училище, а Оливия в нейния дом. Той се занимаваше по цял ден с млади хора, докато тя усъвършенстваше своите умения като домакиня и майка. Вечер водеха кратки незначителни разговори. След осем часа работа с ученици Пол казвал, че се чувства твърде уморен за разговори. Накрая казал на съпругата си: "Ти не би могла да разбереш моето ежедневие, а аз не считам за нужно да ти обяснявам какво е станало, когато се прибера у дома." Когато се изправили пред този проблем, те намерили следното разрешение -- Оливия да ходи в училището и да наблюдава света на Пол. Така се разви по-дълбоко разбиране.

След това решиха да започнат общо занимание -- отглеждане на боровинки с възможността да печелят пари. Истинското възнаграждение всъщност бяха дългите часове, прекарани заедно около храстите -- ред след ред, с безбройните възможности за интересни разговори, като същевременно получават удоволствието от съвместната работа. Сега Пол казва, че времето за плевене всъщност е време, прекарано в разговори с Оливия!

Но най-вълнуващият момент за тази двойка беше идването на третото им бебе, което от самото начало бе очаквано с радост. Пол и Оливия бяха решили, че времето около раждането ще прекарат заедно в подготовка за гледане на бебето. "Преди, с другите деца, това беше много трудно време за мен -- обяснява Оливия. -- А този път се превърна в приключение. Пол се ентусиазира да върши всичко заедно с мен. Той дори проучи коя храна е най-добра за мен. Той отдели толкова много време да учи заедно с мен -- посещаване на курсове, упражнения заедно с мен и това означаваше много в емоционално отношение -- най-вече, защото раждането на едно дете е такова емоционално събитие, в което бяхме включени."

"Това по всякакъв начин ни събираше заедно -- казва Пол. Моята работа беше да я масажiram, когато получава контракции, да я пазя да си отпочива, да ѝ приказвам и да съм внимателен към това, което чувства. Ние практикувахме това много преди раждането. Това ме научи колко е важно физическото докосване по несексуален начин. Като се научих да я докосвам нежно и грижовно, аз видях истински отклик и узнах, че моето докосване я предразполага."

"Ние бяхме женени от единадесет години -- казва Оливия, но никога не сме били така близки. Мисля, че за пръв път Пол разбра колко много се нуждае от него. Преди не се чувствах свободна да му покажа това. Сега съм сигурна, че ме обича и мога да изкажа своите потребности поради начина, по който показва своята любяща грижовност към мен през всичките девет месеца -- и досега!"

"Когато работех с нея, станах по-чувствителен -- разказва Пол. Когато Оливия разбра това, започна повече да ми се доверява и това продължи след раждането на нашето бебе. То е част от нас сега."

"Чрез това преживяване ние достигнахме до възхищение един от друг, добавя Оливия, и нова увереност в способността на другия да се справя с житейските ситуации. Аз бях толкова впечатлена от грижата и вниманието на Пол, от неговата мъдрост и интуиция. И той беше впечатлен от способността ми да се грижа за нашето бебе по един естествен, чудесен начин. И тримата се върнахме у дома от болницата в един и същи ден. Когато дойдохме у дома, ние не можехме да повярваме, че бяхме го направили така лесно! Ние го изпълнихме заедно! Какво прекрасно чувство!"

Пол обобщава: "Сега ние в много по-голяма степен сме една личност."

Един от най-интересните примери за изграждане на любов филео е семейството на Ан и Чарлс Линдберг. Заслужава си вниманието поради илюстрацията на приятелство в брака.

Светът нарече това приказен романс -- дъщерята на посланика и прочутия "Самотен орел". Но свенливото, проникателно момиче, което щеше да се омъжи за героя от авиацията Чарлс Линдберг, вижда това по друг начин. Себе си -- "най-съзнателната млада девойка, която някога е съществувала". Него -- "бомба, паднала в нашето вечно четящо семейство."1

Затворена млада поетеса и мъж на бурните действия. Той -- винаги пред очите на хората, умът му привързан по-скоро към науката, отколкото към поезията. Ще може ли дълбоката разлика между тях да бъде преодоляна в брака? Ан Мороу, по всеобщо признание "силно влюбена", осъзнавала техните различия относно средата, възпитанието, личността, интересите, начина на живот, и се е опитала да се отдръпне.

Тя пише на една от сестрите си: "Аз... мисля изумена: Кой е този мъж всъщност? Аз не мога истински да го харесвам. Това е и сън, и грешка. Ние сме пълна противоположност."

На другата си сестра тя пише: "Всичко е обърнато с главата надолу, аз съм слисана и смутена. Той е най-голямата, най-завладяващата личност, която някога съм срещала, а няма никакви допирни точки с мен."2

Когато взели решение за женитба, тя пише до една приятелка с болка и откровеност:

"Очевидно ще се омъжа за Чарлс Линдберг. Сигурно ти изглежда безумие, както ми се струваше и на мен, когато размишлявах върху моите изисквания за брака. "Спокоен брак", "обща неща", "харесване на едни и същи неща", "тих живот" и т.н. Всичко, срещу което явно вървя насреща... Може би е фатално да избереш мъж, за когото не искаш да се омъжиш, и начин на живот, който не искаш да водиш. Ти решително обръщаш гръб на това, като се насочваш в противоположна посока, и го правиш по превъзходен начин, истинска "Алиса в огледален образ." И ето го, изваян по вълшебен начин, могъщият и силен юнак от Запада и живот безжалостен и безпощаден. Но... какво да правя? В края на краищата той е тук и аз трябва да вървя."

Тя добавя: "Не ми пожелавай щастие -- не очаквам да бъда щастлива. Нещо повече, пожелай ми кураж, сила и чувство за хумор -- ще се нуждая от всичко това."3

И така писателката и авиаторът започват да развиват приятелство, общуване и взаимност, което ще ги направи най-добрите приятели и верни любовници през почти 50 години живот -- години, пълни с постоянно щастие, както и с триумфи, неволи, противоречия и удовлетворение.

Публикуваните дневници и писма на Ан Мороу Линдберг разкриват големите усилия, които правят две толкова различни индивидуалности, за да се слепят в дълбок, близък съюз. Изглежда тя е направила по-големите усилия, така както и Библията казва в Новия Завет: Жени, покорявайте В англ. превод -- "адаптирайте се (приспособявайте се) към" се на мъжете си!

Приспособяването на Ан се изразява в изучаване на навигаторство, радио и въздушна фотография, даже става и сръчен пилот, криейки страха си от рискованите и опасни мисии. През първите години пътуват без да се установят в свой дом, следвайки безкрайни компании под непрощаващите погледи на околните. Приносът на Чарлс в процеса на развитие на техните близки взаимоотношения, макар и не толкова очевиден, е бил съществен и постоянен.

И което е най-забележителното за нас, тази двойка доказва, че любовта филео може да се изгради между две различни по характер личности, и то при трудни условия, когато и двамата се стараят да я постигнат.

Обич! Тя никога не се постига бързо. Както казва една двойка на средна възраст, която има 6 деца: "Любовта показва доколко си се свързал с някого." Но ако двамата се

обедините, можете да достигнете до обичта -- бавно, красиво, като разтварянето на цветете.

## Агапе

НО, д-р Уит, как постъпвате при бракове, в които няма никакви емоции?" Съпругата, която ми зададе този въпрос, имаше пълно основание за това. Барбара, която на 30-годишна възраст беше красива като манекенка, прекарваше дните си в къщи с двете си малки деца, докато нейният съпруг, човек от хай лайфа, кръстосваше континента поради задачи свързани с бизнеса (и удоволствията), често придружаван от своята любовница.

Мисля си за много други лишени от емоции бракове, в които липсват чудесните чувства на любов, които описахме. В тези бракове не съществува приятелство или чувство за принадлежност, нито пък физическа, романтична любов. Поне в настоящето.

Това ми напомня за Ерик, чиято съпруга, вплетена в интересните впечатления от новата си работа, счита, че няма нужда от това, което той може да й предложи, и иска развод...

За Френ, чийто съпруг отдава всичките си чувства и внимание на породистите коне и й казва "да си намери хоби..."

За Куентин, в чиято съпруга е настъпила внезапна промяна и след един епизод, довел до арестуването ѝ, тя отказва да се върне вкъщи...

За Айрис, която трябва да стои у дома, да се грижи за децата, да поддържа къщата, да се справя с финансите и всичко това без дума на одобрение, насърчение или поне потупване с обич от страна на нейния съпруг -- блестящ, но себичен учен.

За Джон, чиято съпруга студено го отблъсква като приятел и любовник...

И за Уна, чийто съпруг прекарва повечето от свободното си време вкъщи в алкохолен унес...

Какъв е отговорът за тези хора, които нямат основание да чувстват обич към своите брачни партньори?

Бог е промислил забележително разрешение: любов, направлявана и разпалвана не от емоциите, а от волята. От своята собствена мощна природа Бог предоставя източниците за тази любов и те са на разположение на всеки живот, свързан с Него чрез вяра в Исуса Христа: "...Божията любов е изляна в сърцата ни чрез дадения нам Свети Дух" (Римляни 5:5). Това е любовта агапе, в Новия Завет -- безусловна, неизменяема, неизчерпаема, изобилна, без мярка и превъзходно нежна!

Никоя книга за любовния живот на съпруга и съпругата не може да бъде пълна без разглеждане на любовта агапе. Дори и в най-добрите бракове се проявяват отношения без любов и у двамата партньори. И във всеки брак, рано или късно, възниква нужда, която може да бъде удовлетворена единствено чрез безусловна любов. Агапе е отговорът за всички наранявания в семейството. Тази любов е способна да устои срещу отблъскване, и да продължи и когато няма никакъв ответ. Тя може да прескочи всяка стена, която студено може да възпре всяка човешка любов. Тя не може да бъде отклонена от безчувствено държание и с радост дава на незаслужилите, без да държи сметка за цената. Тя лекува и благославя по непретенциозни, практични начини, тъй като винаги е реалистично вплетена в детайлите на обикновения живот. На взаимоотношението между съпруга и съпругата, което в противен случай щеше да се осланя на благоволенieto на колебливите емоции и човешката изменчивост, агапе

придава стабилност и постоянство, които са вкоренени във Вечния. Агапе е Божественото разрешение за браковете, които са съставени от несъвършени човешки същества!

Сред стотиците стихове в Новия Завет два от тях са достатъчни да илюстрират същността на любовта агапе:

"Защото Бог толкова възлюби света, че даде Своя Единороден Син, за да не погине ни един, който вярва в Него, но да има вечен живот" (Йоан 3:16).

"Но Бог препоръчва Своята към нас любов в това, че когато още бяхме грешници, Христос умря за нас" (Римляни 5:8).

Можем да направим следните обобщения относно агапе:

- 1) Агапе означава действие, а не само добро отношение.
- 2) Агапе означава въвличане, а не удобна безпристрастност към нуждите на другите.
- 3) Агапе значи безусловна любов към необичайния, незаслужил, неотговарящия.
- 4) Агапе означава трайно посвещение на обекта на любовта.
- 5) Агапе означава конструктивно, целенасочено даване, основано не върху сляпата сантименталност, а върху знание; знанието, кое е най-доброто за обичания.
- 6) Агапе значи постоянство в държанието, което показва непрестанна грижа за най-доброто на възлюбения.
- 7) Агапе е най-доброто средство и начин за благословение на вашия партньор и брак.

Нека илюстрирам с една история -- най-прекрасния пример за любовта агапе, който някога съм наблюдавал лично.

В този случай един мъж обича съпругата си силно и нежно цели 15 години, без да получи в отговор любов от нейна страна. Тук не би могло да има отговор, тъй като тя развиваше церебрална артериосклероза, хроничен мозъчен синдром.

В началото на болестта тя беше хубава, жизнена жена на 60 години, изглеждаща поне десет години по-млада. Най-напред започна от време на време да има смущения. Например, когато трябва да шофира до някой квартал, тя се озовава на пресечка, без да знае къде се намира или как да се прибере вкъщи. Бивша учителка, тя е шофирала собствената си кола много години. Но накрая съпругът ѝ беше принуден да ѝ отнеме ключовете за колата, за да бъде в безопасност.

С развитието на болестта тя постепенно загуби всичките си умствени способности и дори не познаваше своя съпруг. Той се грижеше сам за нея у дома през първите 5 години. През това време той често я водеше на гости. Тя изглеждаше прекрасно, но без да знае къде се намира, а той, гордо я показваше като негова съпруга, като я представяше на всеки, въпреки че тя се включваше най-неуместно в разговорите. Той никога не се извиняваше заради нея, дори не отбелязваше, че има нещо нередно в нея. Винаги се отнасяше към нея с мило внимание. Обсипваше я с любов и добри обноски, без значение какво е казала или направила.

Дойде време, когато лекарите казаха, че тя трябва да постъпи в инвалиден дом за специални грижи. Тя живя там 10 години (част от това време бе прикована на легло от артрит) и той беше с нея ежедневно. Докато все още можеше да стои седнала, той я разхождаше с колата всеки следобед -- навън до тяхната ферма, до центъра на града или на гости в някое семейство. Той никога не каза лоша дума по неин адрес. Никога не съжали за многото пари, необходими за престоя ѝ в дома през всичките тези години, никога не намекна, че това може би му създава проблем. Никога не се оплака от каквато и да е подробност в грижите за нея през време на продължителната ѝ болест. Винаги се стараше за нейното благо и вършеше всичко най-добро за нея.

Този мъж беше верен на своята съпруга, въпреки че за петнадесет години неговата любов нямаше отговор. Това е агапе -- не на теория, а на практика!

Аз мога да говоря за този случай с много по-големи подробности, тъй като тези хора бяха моите прекрасни родители. Това, което баща ми ме научи за любовта агапе чрез своя пример, аз никога не мога да забравя.

Сега бих желал да приложите принципите на агапе във вашата ситуация в брака. Помнете, че агапе дава най-доброто на този, когото обича. Във вашия брак партньорът ви се нуждае най-много от безусловна любов! Християнските терапевти говорят за "почти невероятна нужда от агапе". Психиатърът Рос Кембъл посочва, че няма никакъв заместител за несравнимото емоционално самочувствие, което идва от чувството да си обичан и приет в пълнота и безусловно.

Вие и двамата ще имате невероятна полза, когато безусловната любов стане част от брака ви.

Първо, самочувствието на партньора ви многократно ще нарасне. Колкото по-добра представа за себе си има един човек, толкова по-добър и по-пълноценен е той в брачните взаимоотношения. Този, който чувства, че винаги е обичан не поради делата си, а поради ценността му като личност, ще бъде способен в замяна на това да обича нежно и безрезервно.

Човек, който знае, че е приятен на някого, може да изрази всички страни на любовта в брака. Онзи, който съзнава, че има какво да даде, ще го отдаде с удоволствие. Партньорът ви ще се чувства свободен и в резултат ще стане по-приятен компаньон.

Второ, постоянната и безусловна любов може безопасно да изведе вашия партньор от периоди на силен стрес. Понякога нашите другари са уязвими и нараними поради преживян стрес. В такъв момент са склонни да се държат недружелюбно. Това е сигнал, че е нужно да им дадем повече любов от всякога. Безусловната любов ще посрещне техните нужди през трудни периоди, в които изпада почти всеки. Дошла от мъдростта на Бога, агапе е най-доброто лекарство за психическо здраве.

Трето, в една атмосфера на постоянна любов и двамата ще намерите сигурност и стабилност, която ще ви помогне да израствате и да станете личности, каквито искате да бъдете. Авторът на Псалм 52 илюстрира това, като започва със следното: "Благостта Божия пребъдва до века" и завършва с описание на себе си като зелено маслиново дърво в дома на Бога, уповаващ на Божията милост завинаги -- насаден, вкоренен, жив и растящ. Това върши безусловната любов за нас.

Четвърто, с безусловната любов всеки ден се превръща в по-спокойно преживяване, дори в най-големите изпитания. Тъй като вече сте установили навика да изразявате агапе, вие не се държите неразбрано само защото сте депресирани, обезпокоени или уморени. Продължавате да бъдете любезни и учтиви и избягвате онези неконтролируеми избухвания, които биха разрушили любовта в брака. Тъй като сте практикували, знаете да прилагате търпение с Божия помощ. Следователно вашият партньор не се превръща в емоционална футболна топка, защото вие винаги се отнасяте с любов, независимо от чувствата си.

Пето, безусловната любов премахва войнствения дух и от двете страни. Ето защо не чувствате нужда да се защитавате от атаки или да отрежете другия с критики. За щастие, синдромът на оправдаване и обясняване изчезва от вашия дом.

Безусловната любов означава, че можем да обичаме нашия партньор даже при изключително нелюбезно поведение. Това значи например, че един съпруг може да тръгне да търси съпругата си, когато тя е избягала, за да стане проститутка. Той може да я намери при уличниците и да я прибере обратно у дома, да я излекува и да я възвърне на почтено място. Това звучи ли ви твърде драстично? Твърде

неправдоподобно? Един съпруг на име Осия обикна своята съпруга с безусловна любов и тяхната история завърши щастливо. Вие можете да я прочетете в Стария Завет, в същата книга Осия 1:1 -- 3:3 тя придобива драматична повествователна форма. Но това все още се случва и днес. В моето съветничество съм срещал няколко "Осии" -- и мъже, и жени, които са показвали тази последователна, безусловна любов към техните съпрузи.

Ще бъде важно за вас да спрете и да направите преценка на вашия собствен подход към любовта. Обичате ли понастоящем с безусловна любов? Или любовта ви е условна? Опитайте се да отговорите искрено на следните въпроси:

Моето държание с другите хора базирано ли е обикновено на тяхното поведение?

Дали действията на моя партньор определят степента на любов, която му (й) давам?

Мисля ли, че трябва да показвам любовта само като награда за добро държание?

Чувствам ли, че първо партньорът ми трябва да се промени и тогава да го (я) обичам повече?

Считам ли, че мога да подобря поведението на партньора си, като му откажа любовта си?

Реагирам ли към другите хора в повечето случаи?

Както може би сте разбрали, хората, които постоянно реагират, никога не са истински свободни. Винаги са под нечий контрол, който определя как да се чувстват и как да се държат.

Вашето отношение към безусловната любов ще реши въпроса за щастието в брака ви. Запомнете, че агапе може да започне и само с един човек. Може да започне с вас, независимо какво прави вашият партньор. Това е предимството на тази любов.

Като възприемате вашия другар чрез любовта агапе, ще можете неизмеримо по-лесно да разрешавате възникващите проблеми каквито и да са те. Но това приемане трябва да бъде в рамките на постоянно посвещение. Не е кой знае колко ценно да знаете, че днес сте приет, но още утре може да бъдете отхвърлен. Пълното посвещение на агапе се превръща в твърда основа за вашия брак. Като изразявате винаги агапе, ще имате един нов простор на духа, тъй като вече няма да реагирате като гумена топка на всичко, което се случва. Сега постоянно ще давате любов, която извира право от сърцето на Бога и се влива във вашето сърце, за да благослови живота на вашия брачен партньор.

Ето как да направите агапе главна сила във вашия брак:

1) По собствена воля изберете да обичате другаря си безусловно и постоянно чрез отношения, думи и дела.

Когато ни е създал, Бог ни е дал в допълнение към ума чудната способност да мислим, а емоциите, за да чувстваме. Дал ни е свободна воля. С волята си ние желаем и избираме и тя се превръща в най-влиятелната част от нашата личност. Когато нашата воля упражнява властта си да избира, тя действа за личността ни като цяло и останалата част от нашето същество действа съобразно това, което сме избрали.

Така че ние избираме да прилагаме Божиите библейски принципи относно любовта и да дадем тази любов на нашите другари без ограничения или условия.

2) Разширете познанията, от които се нуждаете, за да направите най-доброто за обекта на вашата любов.

При упражняването на агапе знанието е напълно наложително. Ако любовните действия на агапе не са водени от точно познаване на вашия партньор, те няма да достигнат целта.

Включени са два вида познания. Първият е библейски. Когато аз станах християнин и разбрах, че мога и трябва да обичам съпругата си с любовта агапе, трябваше да изучавам Писанията, за да се науча как съпругът трябва да обича съпругата си и какво очаква съпругата от своя съпруг. Като наш Творец, Бог знае как ние най-добре ще се свържем един с друг и не е скрил тези факти от нас.

Чрез простичко изучаване на Библията един мъж открива, че най-доброто, което може да направи за съпругата си, е да бъде какъвто е описано в Ефесяни 5 глава. Жената научава, че най-доброто, което може да направи за съпруга си, е да бъде съгласно описанието в I Петрово 3 глава. Има няколко хубави книги, обрисувачи ролята на съпруга (съпругата) в Писанията. Желателно е да ги прочетете по време на вашето лично изучаване на Библията. Накратко, като изучава Новия Завет и Песен на Песните, съпругът ще разбере, че Бог го е определил да бъде закрилящ, компетентен водач, който ще се грижи за съпругата си, и нежен, внимателен и мил любовник, който ѝ отдава любовта си. Това е, което съпругата му иска да получи от него. Съпругата, която изучава тези Писания, ще разбере, че Божият план за нея е да откликва на любовта на съпруга си; да бъде готова за помощ; с желание да се приспособи към неговото призвание в живота; да притежава красотата на мил, кротък дух с уважение и утвърждаване на своя съпруг; да продължава да му се наслаждава през целия му живот. Това е, което той очаква от нея.

Този основен план, постановен от Божията любяща мъдрост, отразява вътрешната природа на съпруга и съпругата и не може да бъде изменен от никого. Той е залегнал дълбоко в проекта на Бога, датиращ от зората на Сътворението, и независимо какви културни промени се стремят да постигнат хората в името на "равенството" между половете, остава фактът, че Бог ни създаде мъже и жени с отличаващи се права и отговорности. Мъжете и жените са различни, слава Богу, и така ние можем да се обогатяваме един друг, и изпълним брака си с пълнота от радост.

За да обичате своя партньор пълноценно, трябва да прибавите към библейското познание и лично. То трябва да бъде интелигентно, интимно, задълбочено знание за уникалната индивидуалност на този, за когото сте женени. Ако не познавате до тънкости специфичните потребности и желания на вашия другар, няма да сте в състояние да ги удовлетворите с любовта агапе.

Съпрузи, на вас ви е казано в I Петрово 3 гл. да живеете благоразумно с жените си. Трябва напълно да си отпочивате у дома с нея, тъй като я разбирате така добре. Тъй като я разбирате, ще знаете какво желае и от какво има нужда; как да задоволите нейните нужди; как да направите да се чувства обичана; кое е най-доброто за нея.

Съпругата трябва да изучава своя съпруг по същия начин, за да разбере какво да направи, за да се чувства обичан, и какво желае той, и от какво се нуждае, и как най-добре тя може да посрещне тези нужди. Това е творческият проект за живота на двамата партньори. Помнете, че агапе е винаги приспособяваща се любов, дадена не да подхожда на вашите собствени желания, а да утвърди и обогати благополучието на вашия партньор. Едно от вълнуващите неща в брака е да знаем, че снабдяваме любимия си с това, което желае!

Твърде странно е, че някой може да бъде обичан и приетан безусловно, а все още да не се чувства истински обичан. Всеки индивид чувства различно любовта; ето защо трябва да познавате вашия другар така добре. Един може да измерва любовта според начина на задоволяване на материалните му нужди или чрез реални, осезаеми неща, например като скъпи подаръци. Други могат да се чувстват обичани, когато съпругът им помага да измие чиниите. Един ще измерва любовта с времето, прекарано заедно или чрез степента на откритост и споделяне мислите между двамата. Някои много често желаят да чуват думите: Обичам те. Други пък измерват любовта с

физически досег -- прегръдки и целувки. Трети държат много на привързаността, особено да се показва публично. Други ценят вниманието към чувствата. Някои измерват любовта според подкрепата на тяхното личностно израстване и развитие. Има толкова много езици на любовта! Въпреки че всички, които споменах, са важни, някои от тях ще имат особено, дори критично значение на емоционално ниво за вашия другар. Научете се какво значи любов за вашия собствен партньор и тогава изразете любовта си по начини, които не будят никакво съмнение.

Ако и двамата четете тази книга заедно, отделете известно време да поговорите за чувствата си. Споделете с другаря си точно кое ви прави да се чувствате обичани. Нека дискусиата ви винаги да бъде върху положителна основа без никакъв намек за укор относно минали грешки, направени от вашия партньор. Запомнете, че никога няма да засилите или разпалите емоциите на любовта, като напластявате чувство за неудачност у партньора си. Не мога да отмина това. Никога, дори и по най-фин начин не насаждайте чувство за вина у другаря си.

Ако вие сте по-загрижени за изграждането на любов във вашия брак, отколкото е вашият партньор, и не сте в състояние да обсъждате чувствата си заедно, тогава се концентрирайте върху по-задълбоченото опознаване на другаря си. Така ще можете да изучите неговия или нейния специален език на любовта чрез наблюдение и опознаване.

3) Приложете всичко, което знаете, за отдаването на любовта агапе. Положете живота си върху това.

Не забравяйте никога, че агапе е действие, не само отношение. Освен това което сте, ежедневно правете и допълнителни усилия да вършите дела с любов. Мъдрият съпруг или съпруга слушат със сърцето си, за да разберат и узнаят какво желае и от какво се нуждае партньорът, и след това действат, за да задоволят тези копнежи.

Ето как една съпруга е посрещнала най-съкровените нужди на съпруга си чрез изразяване на агапе:

"Беше настъпило мрачно време за нас -- обяснява Сю. -- Тъй като съпругът ми си смени работата, ние оставихме нашия приятен живот в едно малко градче и се преместихме в големия град, където нищо добро не ни очакваше. Къщата, която наехме, беше като затвор за мен. Чувствах се, като че ли съм загубила всякакъв контакт с външния свят! Съседите ни не бяха вярващи, нямах приятелки или поне една добра съседка. Църквата ни беше много отдалечена -- на другия край на града. Роб работеше нощна смяна, така че аз бях сама и имах много време за самосъжаление. През тези дълги самотни вечери аз се обърнах към Библията.

Роб и аз бяхме християни от години, но никога не бяхме се радвали на единство в Господа, за което копнеех. Сега, като се насочих към изучаване на Библията и молитва, борейки се с моите страхове и незадоволени потребности, Господ насочи вниманието ми към Роб, към неговите нещастия и неговите нужди. Аз обичам съпруга си и не мога да понеса такъв нерадостен, безинтересен живот.

Започнах да моля Бога да ме научи правилно да обичам съпруга си. Изследвах Писанията, за да разбера как да посрещна нуждите на Роб. И знаете ли, Бог ме спря на I Петър 3 гл. и ме задържа там с месеци! Аз бях мислила дотогава, че в стих 1 се говори за спасения съпруг: "Подобно и вие, жени, покорявайте се на мъжете си, така щото, даже ако някои от тях не се покоряват на Словото, да се придобият без Словото чрез поведението на жените си." Сега аз осъзнах, че спасените съпрузи могат да не са винаги послушни на Словото. Много от тях не знаят какво казва то. Моят съпруг беше от тази категория и се нуждаеше да бъде "придобит без Словото". "Без Словото" беше нещо ново за мен: винаги се бях опитвала да подбутвам съпруга си да върви в християнския път. Сега реших да обичам Роб, като в ежедневните си отношения и поведение се



подчинявам на I Петрово 3:1-6. Това бяха условията, които трябваше да изпълня, за да постигна това обещание.

Аз реших също да насоча всичките си мисли и цялото си сърце към Бога и към моя съпруг. Всеки ден повтарях Филипяни 1:6, тъй като знаех, че много отдавна е започнато доброто дело в Роб. Сигурна бях, че Бог ще го завърши. Четях също Псалм 112 ежедневно като потвърждение на Божиата цел за Роб и поставях името му в тези стихове. Какъв прекрасен портрет на праведния човек. Това е, в което се превръща Роб.

И ето, вече минаха 6 месеца. Мога да ви кажа, че с Роб стана такава промяна, че ни е трудно да повярваме. Божието Слово е абсолютно вярно, ако само вършим с вяра това, което то казва. Ние изграждаме с Бога, като център на нашето семейство, такава чудесно взаимоотношение между нас. Сега Роб и аз прекарваме превъзходно време заедно. Това е толкова велико, както винаги съм вярвала, че може да бъде. Аз съм на 50 години, а съм така влюбена в моя съпруг! Толкова е прекрасен животът! Сега Роб желае да прави различни неща за мен и с мен. С истинска радост разговаря с мен, чете ми от Библията и споделя вътрешни преживявания и духовни въпроси. Бог по чудотворен начин отговори на молитвата на Роб да може да работи денем, а вечерите да бъде у дома с мен.

Скоро Роб ми каза, че от дълго време имал едно голямо желание -- да му се възвърне радостта на спасението. И сега, каза той, това желание е изпълнено! Господ ми позволи да имам дял в доставяне на съпруга ми това, което най-много е искал, като реших да го обичам с любовта агапе!"

Тази съпруга ни даде конкретен пример за начина, по който агапе може да преобрази и да направи живота пълен с любов, даже когато само единият партньор избере да прави най-доброто за възлюбения си -- Библейски най-доброто и личностно най-доброто. (Изглежда че двете винаги вървят заедно.) Агапе често се разминава с нашите стари заучени навици на условна любов, така че, когато изберете тази любов както Сю, вие поемате нещо рисковано.

Трябва да ви предупредя за нещо важно. Моля ви, не започвайте да обичате с агапе, само защото искате да промените другаря си. Това няма да е агапе, а друга форма на условна любов. Промяната идва само от дълбоко вътрешно убеждение. Затова приемоте партньора си точно такъв (такава), какъвто е сега, и се стремете да промените собственото си поведение според библейските стандарти, за да посрещнете с любов нуждите на вашия другар. Останалото е работа на Святия Дух, действащ чрез Божието Слово.

Може би ще ви е интересно да знаете, че почти всички хора, споменати в началото на тази глава, тръгнаха по пътя на агапе. Не срещнали отзивчивост в техния брак, те имаха само два избора: да се откажат, или да се научат да обичат по нов начин. Куентин бързо се обезсърчи и се отказа. Резултатът беше трагична раздяла в дома и семейството. От друга страна, Уна вече вижда семейството си напълно преобразено. Другите продължават вярно да обичат другарите си с агапе, някои с невероятни резултати. Например при този процес Барбара стана блестяща християнка, а промяната на Ерик е забележителна. Сега той е нов човек в Христа.

Като съветник от много години мога да ви уверя в следното: никой, който истински е опитвал с агапе, не е съжالياвал. В крайна сметка това е заповядано от Бога, а Той винаги има приятна изненада от любов за онези, които му се покоряват!

## Тайната на запазване на любовта (Особено за младоженци)

ИНТЕРЕСЕН факт е, че докато милиони мъже и жени се влюбват много лесно, то най-малко половината от тях не могат да запазят любовта. Тази глава предоставя тайната на отдаване в любовта за всяка двойка, която е заинтересована да запази любовта през целия си живот. С една дума, тази тайна е интимност.

Въпреки че двойките от всички възрасти и от всички периоди на брака могат да ползват тези съвети за подобряване на техните взаимоотношения, желанието ми е да говоря директно на току-що създадените брачни двойки. Това е идеалното място, където трябва да започне процесът на изграждане на интимността.

Като семеен лекар и предбрачен консултант имам дял в подготовката на стотици двойки за очакващите ги изненади в брака. Интересно е да разгледаме различните отношения на тези двойки в подхода им към най-значителното събитие в техния живот.

Някои идват в моя офис обзети от романтична мъглявина, която едва ли някой може да разсее. Те летят в облаците, подхранват блянове и не чувстват нужда от някакъв съвет. "Вечното щастие" изглежда гарантирано в техните очи. За тях е невъзможно да повярват, че тяхната емоционална еуфория би могла някога да бъде разрушена от монотонността на ежедневието, растящото раздражение, различни примамки или пък от някакъв финансов и семеен проблем. В края на краищата те са влюбени -- нима това не е всичко?

Някои пък идват доста обезпокоени, страхувайки се да не открият някакво несъответствие или пък, че нещо не знаят. Те мислят, че колкото са щастливи сега, след женитбата ще бъдат много повече. Те като че ли разчитат събитието женитба да им осигури нещо, което иначе не биха получили. А в действителност женитбата ще задълбочи още повече проблемите, които имат сега, поотделно за всеки или в техните взаимоотношения. (За да перифразираме Джон Кенеди, трябва да запитаме не какво нашият брак ще направи за нас, а какво ние можем да направим за нашия брак.)

Други бързат да се погрижат за най-нужното преди включването на брак като едно от многото неща в дългия списък от поръчки преди венчавката, безгрижни и сигурни, че бракът им ще успее и без всякакви инструкции за любовта. Малко съвети за секса и изискването от закона изследване на кръвта са напълно достатъчни! Техните големи очаквания неизменно са базирани върху способността на партньора им да посрещне всичките им искания, нужди, желания и копнежи през следващите 50 години. Следователно тяхното щастие зависи от това, колко добре се отнася с тях партньорът им -- несигурна работа.

За жалост по-късно срещам доста от тези двойки при много по-различни обстоятелства. Затрупани с товара на проблемите, те приветстват всяка дума, която може да им помогне, за да се справят с брачните конфликти и неприятности.

А има и двойки, които считам за щастливи -- тези с реални цели; готови да научат всичко, което могат, за да изградят положително, пълно с любов взаимоотношение, което ще устои; желаещи да вложат съзнателни, разумни усилия и внимателно да планират развитие и интимност, която ще им запази любовта за цял живот.

Например Ван и Тери пътуваха 800 мили за предбрачна консултация. Те дойдоха добре подготвени, след като вече бяха слушали нашите касети и изучили книгата ми "Предназначени за удоволствие", както и други християнски материали за брака. Бяха си записали предварително въпросите, предвиждайки проблемите, които биха могли да възникнат, и планирайки как да ги предотвратят. Очевидно беше, че те очакват един прекрасен живот и не искат да пропуснат нищо добро, което ще подсили брака им. Ван

и Тери вярваха, че взаимоотношението им заслужава усилията и планирането, които влагат в него. Те бяха напълно отдадени на намерението да останат влюбени през целия си живот и да се радват на всяка минута от него!

И така ние обсъждахме заедно принципите за изграждане на интимност в брака - принципите, които всяка новобрачна двойка трябва да практикува. Тяхната наложителност може да се разбере, като отбележим, че средната продължителност на брака преди развод е само седем години, а според изследователите -- от три до пет години за хора, които са се събрали поради сексуално привличане. "Сега е времето за интимност!" -- това трябва да се гравира във всеки новобрачен дом или сърце.

Какво представлява интимността? В наши дни това е модерна дума, която означава този вид взаимоотношение, за което винаги хората са бленували. Интимността (идва от латинската дума "интимус", означаваща вътрешност) се отнася за състояние на нещо най-лично, собствено, дълбоко. Тя обрисова специално качество на емоционална близост между двама души, в което и двамата са постоянно интересувани се и отзивчиви към хода на чувствата и доброто самочувствие на другия. Това може да значи да разбираш и да бъдеш напълно разбран от някой, който се грижи с внимание за теб.

Разбира се, за такова пълно съзвучие се изисква време и съзнателни усилия от двамата партньори, но произтичащата близост извежда взаимоотношението от баналността в уникалното и незаменимото.

Д-р Хелън Каплан определя интимността като "една важна съставна част от качеството на любовта и живота". Високата степен на интимност между двама любовници или съпрузи допринася за щастието и за емоционалната стабилност на двамата. Всички действия са по-приятни и животът по-обогатен и колоритен, когато са споделени с интимен партньор.

"Интимното взаимоотношение действа като буфер, осигурява убежище от угнетението и напрежението на ежедневиия живот. Без интимно общуване ние ставаме самотни и депресирани. Наличието на интимни взаимоотношения показва колко добре овладяваме житейските кризи."1

Няма по-ценна и възнаграждаваща интимност от тази, която изживяваме в брака. Когато тя липсва, тогава се зараждат досада, мрак, опустошение. Както д-р Уилям Епълтън посочва: "Добре е да помните, че скуката в брака не се отнася само за по-късните години, а може да се появи още през първата година."

Той нарича скуката предупредителен сигнал, като набляга на това, че "сега хората проявяват по-малка търпимост към досадата... Списанията и телевизията поражда очаквания. Американците очакват добър материален и междуличностен живот. Те искат пълноценни бракове, добре прекарвано свободно време, вълнуващ секс, топла интимност, стимулиращи разговори, добре изглеждащи съпруги (съпрузи)! За жалост тяхното знание и търпение, подплатени с необходимата брачна подложка често са толкова минимални, че шансовете им за достигане на високите им цели за взаимоотношенията са почти равни на нула."2

Разбира се, един емоционално сив, хронически скучен брак сигнализира за нуждата от положителни стъпки за изграждане на интимност, инжектиране на нови жизнени струи в общуването. Скоро един млад съпруг ми каза с нотка на отчаяние в гласа: "Ние с моята съпруга вече изгубихме допирната си точка." Това беше графично описание на липсата на интимност, тъй като да имаш близост означава докосване -- емоционално, физическо, умствено и духовно.

Ето някои от нишките, които създават връзката на интимност между съпруга и съпругата. Те не са дадени в някакъв определен ред, а и вие може да добавите някои от вашите:

Физическо докосване с любов и привързаност, не от сексуално естество  
Споделени чувства  
Близост без психически задръжки  
Отсъствие на психологически бариери  
Открито общуване и откровеност  
Интелектуално съгласие по повечето въпроси  
Духовна хармония  
Високо оценяване на физическите и емоционалните реакции на партньора  
Поддържане на сходни ценности  
Споделени тайни  
Истинско разбиране  
Пълно доверие  
Усещане на топлота, сигурност и отмора, когато сте заедно  
Чувствена близост  
Сексуални удоволствия, споделени с любов  
Жестове на любов, давани и приемани свободно  
Пълна отзивчивост и грижа

Двойки, които се радват на интимност, имат свои специални символи за това. Една съпруга, която говори за дълготрайната близост, я определи като "разбиране без думи... семейни шеги, които не се нуждаят от обяснение... и топъл гръб в широко легло".

Най-общо интимността е съчетание от петте страни на любовта, които описахме в предишните глави. Това не става лесно в брака, тъй като има твърде много пречки, които възпрепятствуват това развитие. А и никога не се получава автоматично. Ако използваме описанието на У. Аудън, един интимен дълготраен брак "не е неволен резултат от пробягало чувство, а творение на времето и волята". Времето и волята са главните фактори в развитието на интимността, поради която ще запазите любовта! Аудън заключава, че това прави брака "неимоверно много по-интересен и забележителен, отколкото романтиката." Когато младоженците вземат решение да изграждат интимност, защото си заслужава, и тъй като ще бъдат възнаградени за цял живот, те ще се уверят в истинността на заключението на Аудън! Бракът им ще се превърне в техните очи в най-вълнуващото и интересно взаимоотношение на земята. Романтичните фикс идеи ще избледнеят в сравнение с реалността, на която се радват ежедневно. Но времето и волята трябва да бъдат придружени със знание и търпение, за което говори д-р Епълтън -- "знание и търпение с необходимата брачна подложка". Ако браковете са направени в небесата, тяхното обезпечаване става на земята, което изисква не само знание, но и търпение.

В Библията, Господ предвиди една година за младоженците да бъдат непрекъснато заедно, за да се установи близост, която да трае за цял живот. Второзаконие 24:5: "Ако някой се е оженил наскоро, да не отива на война; и нищо да се не натоварва на него. Нека бъде свободен у дома си една година и нека весели жената, която си е взел."

Еврейската дума "весели" означава да се наслаждава на своята съпруга, да я опознава и да открива какво би й доставило удоволствие.

При днешната икономика твърде малко мъже могат да си позволят една година отпуска за меден месец, но всяка новобрачна двойка трябва да схване важните библейски принципи:

1) Нищо не е така важно, както здравината на вашия брак и вашето израстване в единство.

2) Да се концентрирате (съсредоточите) в опознаване един друг и изграждане на интимно общение е угодно на Бога.

3) За да се положат правилно основите на брака, се изисква време, прекарано заедно.

4) Съществено е съпругът да се научи как да посреща нуждите на съпругата си.

5) Познаването на партньора е необходимо, за да се живее по библейските образци. За да обичаш, разбираш, помагаш и насърчаваш, трябва да познаваш партньора си в дълбочина.

6) Съпрузите трябва да са като един тим, свързани заедно, за да служат на Бога успешно. За да станат "един тим", се изисква време и обвързване в атмосфера, доколкото е възможно необезпокоявана.

7) Съгласно мъдростта на Твореца първата година от брака е решаваща и трябва да се живее внимателно и обмислено.

Може да се разгледа и един друг принцип -- че здравите бракове са от най-голям интерес за нацията като цяло. Здравината на обществото зависи толкова много от брачния съюз, че в Израел формирането на здрави семейства има предимство пред бизнеса и военното дело. Очевидно вътрешната сила на нацията има най-голяма важност.

Има специални начини за изграждане на интимност, като се избягват някои пречки. Тъй като ние изживяваме близост, като имаме допир в различни области на нашите взаимоотношения, тези принципи ще разпределим в четири заглавия: Физически допир, Емоционален допир, Умствен допир и Духовен допир.

#### 1) Физически допир

Имам предвид несексуалните физически ласки между съпруга и съпругата -- сгушване, притискане, прегръщане, държане за ръце, седене и спане близо един до друг не като редки случаи, а като неразделна част от вашия ежедневен живот.

Допирът е най-естественото действие на света и нуждата от него е по-важна от нуждата от полово общуване. Сексът спада в категорията на желанията, тъй като несемейните хора могат да живеят щастливо и без него. Но внимателният допир на друго човешко същество е нужда, която не бива да се пренебрегва. При раждането допирът е нашата първа комуникация. Прегръдките и обичта, които сме получили, са били необходими за нашето емоционално развитие, даже за физическото ни благосъстояние. А когато вече сме зрели хора, много малко се променя. Ние все още имаме дълбока нужда от топлотата, увереността, близостта на несексуалното докосване, независимо дали го осъзнаваме или не. Често се обръщаме към секса, когато всъщност желаем уют на любящата близост. Както един съпруг е забелязал: "Сексът е много допълнителни усилия, когато всичко, от което се нуждаеш, е истинска топла прегръдка!" Психолозите вярват, че американската презаангажираност със секса в днешни дни е всъщност копнеж за емоционално подкрепена физическа привързаност, за която всеки човек жадува, но рядко се среща в нашата култура.

Ако имате съмнения как да започнете да развивате интимността физически, разгледайте определението на Уебстър за ласка: "Акт на нежност; топла и любяща прегръдка, допир. Да докоснеш, да погалиш, да потупаш нежно, любящо, ласкаво." Започнете да правите тези неща, като втъкавате семпъл физически допир в платното на вашия ежедневен живот. Например хванете се за ръце, когато се молите на масата. Отделете време за близост рано сутринта и се сгушете заедно през нощта. Седнете на канапето така, че да се допирате по някакъв начин, вместо да седате на столове в различни ъгли на стаята. Прегърнете се и се целунете, когато тръгвате в различни посоки през деня, и направете същото, когато се приберете вечерта.

Като правите това постоянно, ще споделите същите приятни усещания за топлина, сигурност и психологическо удовлетворение, които сте имали в детството, когато сте били близо до майка си. Това е осезаемата основа на вашето интимно общуване. Тя е реална, защото можете да я докоснете.

Бети Форд казва в "Сезоните на моя живот": "Това, което най-ярко си спомням за Мей, съм документирала със снимки. Толкова много техни снимки изглеждат нагласени, като че ли са били уловени в момент на допир." Тя отбелязва какво казва за "чудесните ръце" на съпруга си Мейми, вече вдовица на 80-годишна възраст. "Всяка костичка на ръцете му беше чупена от футбол или от нещо друго, но през всичките тези години на брака ни аз съм чувствала винаги, че мога да се хвана за тях, когато съм болна или разтревожена, и нищо няма да ми се случи."

Една млада съпруга отразява нуждата си от осезаем израз на внимание към своя съпруг в следната поема:

Моля те --  
ела вземи ръката ми  
и да вървим!  
Дай ми твоите  
очи, които казват ми "Здравей!"  
Погледи, мълвящи: "Аз се грижа!"  
Хващащи ръце, които ми показват, че си ме задирял;  
прегръдки, които проговарят: "Благодаря ти, че сити!"  
Целувки, които нежно искат мен;  
а след това -- любов,  
която казва -- Аз ще бъда тука утре  
и всеки следващ ден.<sup>3</sup>

Физическият контакт е много съществен при градежа на трепетите на интимността и разпалване пламъците на романтичната любов между съпруга и съпругата. Наблюдавал съм, че хората, които идват в моята кантора и казват: "Обичам моя партньор, но не съм влюбен(а) в нея (него)", са такива, които имат малко чувствителен допир в техния брак -- без прегръдки или нежно потупване, съвсем малко целувки, без притискане през нощта.

Докато физическият допир е най-лесният и успешен начин за начало при изграждането на интимност във вашия брак, понякога съществуват някои пречки, които могат да се превърнат в проблеми, ако им позволите да се развиват.

Първо, много млади двойки, които имат силно любовно общение преди брака, след като се оженят прекратяват нежните допири. Причината? Сега те използват допира единствено като сексуален сигнал, за да изкажат готовността си да се любят. В останалото време те стоят настрана, за да не би нежният жест да се изтълкува погрешно.

Двойките трябва да се освободят от навика да използват допира изключително като сигнал за секс. Това ще ви лиши от топлината и физическата нежност, които всеки брак трябва да има. Може би ще ви е интересно да знаете, че изграждането на истинска интимност в семейството ще намали нуждата от сексуални сигнали. Между вас ще се появи една по-голяма откритост, по-приятно общение дори в чувствителната област на секса. Много често съпругата се чувства по-свободна да започне полово общуване. Съпругът и съпругата си отпочиват, когато са заедно, а също така имат прекрасен усет към чувствата и желанията на другия. Така че аз ви окуражавам да поддържате физическа близост, което на първо място ще ви помогне да се влюбите. И освободете се

от мита, че самото докосване винаги трябва да води към полов контакт. Разговаряйте за това с любов, докато постигнете съгласие, че честият допир ще доведе до израстването на интимността. Трябва да сте в състояние да се докосвате по разтоварващ начин без страх от отблъскване или неразбиране.

Втората спънка се причинява от хора, които встъпват в брак предубедени, че те просто не са нежни по природа. Някои бързат да ми кажат, че се различават от останалите хора... че не обичат да бъдат докосвани... че това не е в тяхната природа. В повечето случаи това се дължи на тяхното възпитание. Но независимо от причината всеки може да се научи да изразява любовта си чрез физическа близост. Всеки може да стане чувствителен, даже за няколко месеца, при правилна мотивация и насърчение. Помнете, че християнинът не трябва да вижда себе си в определен калъп -- "Аз съм си такъв и не мога да се променя." Факт е в християнския живот, че не бива да оставаме каквито сме, тъй като Бог ще ни промени, ако сме Му послушни. Ние имаме духовни източници за каквато и да е промяна, която е нужна.

Двойки, които са изпитали тези промени, казват, че техните нови образци на нежен допир им носят чудесни чувства на спокойствие, уют и оптимизъм. Те са открили, че даването и получаването на физическа нежност прибавя нови нотки на удоволствие към техния съвместен живот.

Но какво ще стане, ако развиете някои отрицателни отношения един спрямо друг? Означава ли, че трябва да стоите разделени, докато преодолеете гнева? Отговорът е не! Лекарите са открили, че действията променят отношенията и че физическата близост трябва да бъде подновена незабавно. Дори когато двойките са преживели години на враждебност и кавги, ако се научат да се докосват топло и интимно, това ще им помогне.

Един съпруг ми разказа, че неговата съпруга не била нежна личност. Когато започнал да практикува принципите за изграждане на интимност, изминали месеци на търпеливи, постоянни, внимателни, любящи действия, преди тя да започне да му отговаря. Но скоро тя му казала (докато се прегръщали в леглото в една събота сутрин): "Това е толкова забавно! Чудя се защо сме чакали толкова дълго!"

## 2) Емоционален допир

Един университетски професор, който беше преподавал за любовта дванадесет години, каза, че най-често дискутираният проблем по този предмет е трудността, която имат хората при формирането на дълбоко, смислено взаимоотношение с друг човек. Очевидно емоционалният допир е далеч по-сложен от физическия! Когато разгледаме сложността при емоционалната интимност, ние ще разберем защо Господ отделя първата година на младоженците, за да се занимават напълно един с друг. Създаването на емоционална близост включва събирането и смесването на две различни мрежи от емоции. Предизвикателствата са смесени, тъй като двата характера, които се учат да са в хармония, са мъжки и женски.

"Един мъж, който може да разбере собствената си съпруга, може да разбере и всяко друго нещо" -- смята един философ. И действително, Писанията показват, че жените са по-деликатни и далеч по-сложни в емоциите, отколкото мъжете. Благочестивата жена също е неимоверно ценна според Притчи 31. Тя е по-ценна от най-скъпоценното украшение. Но тя трябва да бъде интимно опозната и разбрана, за да бъде оценена. Ето защо апостол Петър в първото си послание съветва съпрузите да дават най-голям приоритет на разбирането на своите съпруги: "Вие, мъже, живеете благоразумно с жените си... отдавайте почит на тях... Бъдете единомислени..." Съпрузите трябва да изучават съпругите си, за да могат да се чувстват спокойни, когато са заедно у дома, с пълно познание един за друг. Крейг Мейси предлага мъжът да

изучава и разбира реакциите на съпругата си към самата нея, към него и към влиянието на околния свят.

Но ако по-голямата отговорност е поставена върху мъжа, то за да развият емоционална интимност, която да запази любовта им, е необходимо пълното съдействие и на двамата партньори.

Емоционалната интимност започва, когато двама души свободно споделят един и същи свят -- споделят време, интереси, чувства, мисли, цели и идеали. Възможно е влюбените младоженци бързо да създадат два свята различни като два континента без мостове, ако не положат съгласувани и постоянни усилия да прекарват свободното си време заедно, да развиват общи интереси, да извършват заедно задачите в живота, рамо до рамо. Най-ценното взаимоотношение на разбиране се получава, когато двамата с готовност общуват един с друг, като си споделят преживявания, мечти, страхове, тайни, които не биха казали на никой друг. Разговорите насаме за лични неща изграждат интимност, както нищо друго. Много студенти вярват, че споделянето е това, което поражда раздялата между брачните партньори и убива любовта. В такъв случай двойките трябва да сплетат живота си заедно през тази важна първа година, за да формират един модел на интимност, изтъкан от много общи нишки.

Интимността може да вирее само в място на сигурност. Когато съпругът и съпругата се страхуват от обида, отблъскване, критикуване, неразбиране, те ще срещнат трудност при допир и свободно споделяне. Така че, ако желаете истинска интимност във вашия брак, трябва да се установи доверие във взаимоотношенията ви.

Божие Слово ни показва как да стане това: "Любовта покрива множество грехове" (I Петрово 4:8) и "Любовта назидава" (I Коринтяни 8:1). С други думи, вие трябва (1) да не забелязвате грешките и никога да не критикувате, и (2) винаги да насърчавате и да давате на партньора си разбиране и съчувствие.

Като съветник съм наблюдавал много хора, които се стремят да подобрят брачния си партньор, като го критикуват, посочват му неуспехите и грешките. Но това никога не променя към по-добро. То само издълбава още по-голяма пропаст между съпруг и съпруга, които може тайно да копнеят за близост.

Опасно е когато се задълбочим в критикуване. Критикуването в действителност може да бъде смъртоносен полъх за любовта, интимността и всички други неща, които искаме да изградим в своя брак. Така че, мислете преди да говорите! Помнете скритата сила на похвалата и си съставете навик да градите, вместо да рушите. Аз не си спомням кога сме се критикували за последен път с моята съпруга. След години на градеж ние дори не забелязваме недостатъците на другия, тъй като сме грабнати от удоволствието да живеем всеки ден заедно. Гей и аз можем с ентузиазъм да препоръчаме този образец на взаимодействие на двойките, които току-що тръгват по семейния път, защото знаем, че действа добре.

Има и един друг елемент, който ще спомогне за вашето пълно доверие. С прости думи, това правило е следното: Никога не разочаровайте партньора си в нещо, което значи много за него (нея). Приложението на това правило ще бъде определено от партньора ви, не от вас. Вие може да си мислите, че се държите правилно, но то съвсем да се разминава с емоционалното възприемане на вашия партньор, с очакванията му от вас. Много често брачният живот започва с фантазия и неоснователни очаквания за един партньор, който да бъде всичко, свършено да отговаря на всяко желание. Но разумните младоженци ще се научат да заменят тези мечти (които никога не биха могли да се изпълнят от едно несвършено човешко същество) с реалистични очаквания. За това се изисква откровен диалог, с любов. Какво реално можете да очаквате един от друг? Какво всъщност има значение за вас отвътре, във фибрите на вашия уникален емоционален пласт?



Една двойка от Хаваите ми даде примери от техния брак. Тя каза: "Моят съпруг мислеше, че съм твърде капризна, когато го помолих да промени плановете си, за да дойде с мен на зъболекар спешно, докато разбере, че аз съм уплашена и имам нужда от неговата подкрепа. Ако беше отказал, щях да се чувствам пренебрегната. Но тъй като ние обсъдихме това, той разбра моята нужда и я посрещна с обич." Той разказва: "Никога няма да забравя как моята съпруга захвърляше всичко друго само и само за да печата моите изследвания, как стоеше до късно през нощта. Тя ме обезоръжи, като не изрече ни дума на оплакване, тъй като бях ѝ обяснил колко е важна за мен тази работа."

Диалогът, който води до истинско разбиране, е нещо много повече от разговор. Той включва изслушване един друг още от самото начало на разговора, с внимание какво всъщност другият казва и чувства. Връзката се определя като способност да изпращаш и получаваеш съобщения точно -- не само съобщения от факти, но и сигнали от емоционално естество. Да се научиш да слушаш и да общуваш е съществена част от усъвършенстването изкуството на любовта.

Джон Пауъл нарича диалога "акт на най-чиста любов". Той обяснява: "Слушането и говоренето в диалога са насочени към другия. Диалогът е ориентиран най-вече към другия..."

В диалога няма победители и победени -- посочва той, а само победители. В него не се отказва и не се отстъпва, а само се дава, дава се от себе си. След диалога никога не оставаме с чувство, че сме ограбени, а на обогатени. Да живееш в диалог с друг, означава да живееш двойно повече. Радостта се удвоява при размяната, а тежестта се разделя наполовина при споделянето."<sup>4</sup>

Тези три указателни линии трябва да следвате, когато общувате в началото на вашия брак:

1) Разговаряйте по-свободно за вашите чувства, но не така, че вашият партньор да се чувства отблъснат или критикуван.

2) Показвайте уязвимите си страни на своя другар. Кардиналното правило за изграждане на интимност е: Осмели се да бъдеш нуждаещ се; не се страхувай да кажеш: Нуждая се от теб.

3) Помнете, че мълчанието почти винаги има отрицателен ефект, освен ако не е придружено от негласни сигнали, че вашият партньор споделя чувствата ви, например стискане на ръката или усмивка.

Очевидно, за да изградим интимност и създадем доверие, трябва много бързо да премахнем всеки емоционален конфликт. В предбрачната консултация аз давам това указание: Никога не си лягайте с неразрешен конфликт. Библейските принципи са: "Гневете се, но без да съгрешавате" (Ефесяни 4:26) и "Прощавайте...както Христос е простил" (Колосяни 3:13). Конфликтите са неизбежни във всеки брак, но те се превръщат в проблеми единствено когато не са разрешавани бързо и с любов. Истинската любов се въздържа от гняв. Когато обичаш някого и си достигнал известна интимност, гневът бързо изчезва. Облекчение да прощаваш и да забравяш, да се чувствувате близко един до друг отново. Нужно е и двамата да усетите момента, когато нямате достатъчно любов в поведението си, да се обърнете към вашия партньор с искреното "Извинявай". Извинението е осъзнаване на факта, че взаимоотношенията ви са толкова важни за вас, че искате да са винаги в добро състояние. Когато "бдите" в емоционална интимност, общението лесно може да се възстанови. Бденето е много по-лесно от "догонването" (и то след години) на емоционалната дистанция.

Някои от спънките, които могат да предизвикат сериозни заплахи за вашата емоционална интимност, се излъчват като предупредителни светлини от писмото на Уолт -- един разочарован съпруг:

"Преди няколко дни съпругата ми започна преписки за бракоразводно дело. По съвет на адвокат аз отлагах писмения отговор, но времето изтича.

Д-р Уит, без съмнение аз имам вина за повечето неща, за които вие предупреждавате. Нито Ивон, нито аз разбирахме напълно нашите задължения към Бога, както и един към друг, когато се женехме. С течение на времето ние се отдалечихме един от друг, като не споделяхме нашите светове. Ивон поставяше манипулиращи условия в нашия полов живот. Аз трябваше да направя нещо, например да измия чиниите, за да спечеля няколко мига интимност. Съзнавам, че не съм следвал повечето от указанията, които вие давате за любовта. Не че не я обичах в сърцето си, а бях сляп за нейните потребности, бях егоцентричен. Работата ми отнемаше голяма част от времето, но и от останалото си време не отделях колкото трябва за нея.

Нейните родители никога не ни оставяха да съединим живота си в едно. Майка й постоянно искаше от нея да ходи до тях или да излиза някъде с нея. Така че не се чувствах необходим в нейния живот. Аз започнах да се връщам у дома, за да хапна край печката и да намеря бележка: "Отивам еди-къде си с мама."

Аз така и не направих нищо за подобряване на това положение. Вместо това намирах начини да се забавлявам и след време пътищата ни съвсем се разделиха; нашият дом се превърна в малка спирка за преспиване. Тази раздяла предизвика у мен сексуален глад и аз направих още един провал. Имах едно приключение в старанието да заглуша разочарованието си. Знаех, че това е грях и съвестта ме гризеше. Сега разбирам, че съм заменил търпението, което е трябвало да имам, с егоизма си и съм мислел само как да задоволя себе си.

Когато накрая реших да потърся помощ за нашия брак, беше вече много късно за Ивон. Направих усърдни опити да постигна прощение и помирение, но тя ми отвърна с омраза... Нашето 4-годишно дете, винаги когато съм с него, се моли на Бога да помогне мама и татко да се съберат отново заедно..."

От илюстрацията с писмото на Уолт става ясно, че родителите на другия могат да бъдат най-сериозната пречка за постигане на интимност. Господ наблегна на това в Неговите заповеди към Адам (още преди грехът да е влязъл в човечеството). Той даде две заповеди на Адам и едната беше да се държат тези родители настрана от брака. Като е виждал напред във времето причините за семейната дисхармония, Бог е казал, че родителите не бива да се намесват в семейния ви живот, че трябва да бъде образуван един съвсем нов социален съюз. Това означава, че е необходимо отделяне от родителите и от двете страни:

Физически. Не живеете заедно с родителите си след женитбата. Дори не прекарвайте доста време заедно с тях. Чувал съм от някои двойки, че вземат със себе си родителите си на сватбено пътешествие през медения месец. Няма значение колко добронамерено е това, то създава нежелан образец. Интимността в брака е нещо лично. Нещо, което не споделяш с други. Може да прекарате добре пътешествието с компания, но това не е интимност. Истинската интимност може да разцъфти единствено когато сте насаме заедно. Между другото, никога не обсъждайте интимни брачни проблеми с родителите си.

Емоционално. Не се женете, ако не можете да бъдете емоционално независими от семейството на родителите си. Социологически изследвания показват, че "ходенето у дома при мама", когато се появи конфликт, е все още разпространено и днес, както и преди, независимо от новата жажда за независимост. Не позволявайте някой родител да играе емоционална роля, която би трябвало да е запазена само за вашия другар. Никой истински обичащ родител не би очаквал или търсил това.

Финансово. Не се женете, ако не можете да си създадете домакинство. Финансова помощ може да се приеме само ако сте напълно свободни от господството на тези, които ви осигуряват средствата.

Друга спънка за интимността, така живо отразена в писмото на Уолт, е, че живот в различни светове води само до едно кратко събиране у дома като спирка за преспиване!

Тази самота започва, когато една млада двойка не прави никакви усилия да изгради нов съвместен живот. Вместо това те преследват различни интереси, а понякога имат различни приятели. В статията "Сатанински доктрини за брака", Крейг Мейси посочва, че сатанинската лъжа казва: "Вие можете да прекарате времето си далеч един от друг, без да нарушите брачните взаимоотношения." Несъмнено това е една любима лъжа на Сатана! Интимността -- физическа, емоционална, интелектуална и духовна -- просто не може да бъде постигната чрез раздяла, а това е интимността, която запълва и задоволява, която прави от двамата едно, както е според Божия план.

Третата сериозна пречка за емоционалната интимност е тази повсеместна неприятност -- телевизорът. Някои телевизионни предавания са информационни и приятни, разбира се. Но твърде малко хора имат необходимата дисциплина да избират само най-добрите програми, а в противен случай да изключват телевизора. В предбрачната консултация аз насърчавам всяка двойка да се въздържа от купуване на телевизор първата година. Казвам им, че телевизорът им ограбва чудесни часове, които биха могли да прекарат заедно, като споделят и се учат да свикват един с друг. Не може да има нито даване, нито получаване, ако очите ви са приковани в телевизора.

Денис Гънси казва:

"Глупаво е да правиш опити за общуване, когато телевизорът е надут до крайност, между футболните полувремена... За пълноценно време е необходимо концентриране на вниманието, което е невъзможно дори при най-слабо разсейващо средство. Повечето от нас ще бъдат шокирани, ако сумират времето, прекарано с внимание един към друг през последната седмица, месец или година. Могат да минат седмици без съвместно прекарано пълноценно време за споделяне."

Той обръща внимание на осмисленото и редовно отделяне на време един за друг:

"Много двойки се справят успешно с "повредите" в техните взаимоотношения, защото със сигурност знаят, че ще има време и възможност да разрешат проблемите си. И, обратното, и най-малката неприятност в брака може да стане нетърпима, ако изглежда, че ще остане завинаги... Ние спираме, като се опитваме да тръгнем във всички посоки едновременно и след това се чудим защо сме загубили допира един с друг."

Никой съпруг или съпруга не бива да гледа леко на емоционалната интимност. Интимността ще бъде в помощ да запазите любовта. Без интимност единият или и двамата могат да бъдат силно изкушени да я потърсят някъде другаде. Д-р Мери Ан Бартъсис при изучаване на брачните триъгълници е открила, че най-често любовни афери се получават с най-добрите приятели на другия съпруг. Защо? Защото човешките същества имат един "ненаситен копнеж" за смислено общуване един с друг, който, когато не е задоволен вътре в брака, намира много възможности за интимност с "най-добрия приятел" на партньора. Интимните разговори често са ключовият фактор за развиване чувствата на влюбените. Д-р Бартъсис счита, че близостта, присъствието и приемането са ключовете -- условия, лесно изпълними с един близък приятел на семейството.<sup>5</sup>

И така имайте емоционална близост с вашия собствен брачен партньор и открийте щастието, което няма да ви донесе разочарование или горчиви последици.

3) Умствен допир

Това ниво на интимност представлява достигане до съгласие по всички важни въпроси, които определят насоките на вашия живот. То изисква практика на изготвяне интелигентни планове за вашия стил на живот и благополучието на вашето семейство. Двойки, които се учат да развиват този вид интимност, намират истинско удоволствие при поставянето на общи цели и след това изпълняването им със съвместни усилия.

Един пример ще бъде достатъчен. Областта на финансите е решаваща за бъдещето на брака. Специалистите смятат, че 50% от всички разводи днес се дължат на финансови несъгласия, а с растящата нестабилност на нашата икономика този процент със сигурност ще расте. Самите неуспехи в запазването на домашната и семейната платежоспособност в наши дни са достатъчни да създадат конфликти, освен ако финансовите затруднения не са предизвикателство за сближаване на съпруга и съпругата. Прекрасна интимност може да се получи, когато съпрузите се изправят пред бюджетни недоимъци и ги преодоляват заедно. Това не е просто въпрос на елиминиране причините за конфликт, а положителната стойност на съвместната работа за изграждане на богоугоден живот с финансова свобода, което прави това важен аспект на постигането на интимност.

Джордж и Мериън Фуши в книгата "Ти можеш да надвиеш паричния натиск", предупреждават за "капана на дълга". Те определят капана като привлекателен, лесен за влизане в него, а почти невъзможно да се отървеш от него -- точно описание на живота с кредитни карти. (Става въпрос за широко разпространена практика в САЩ.)

Лесният кредит, който е на разположение в нашето общество, е научил много хора постоянно да са в преразход, като се надяват в бъдеще да спечелят достатъчно, за да си платят това, което изхарчват в аванс днес. Вероятно повечето брачни двойки днес се намират повече или по-малко в такъв капан.

Младоженците, които искат да създадат модел на финансова свобода, трябва да бъдат много чувствителни към следните предупредителни знаци:

Вие сте презаангажирани от мисли за парите, за сметка на мислите ви за Бога.

Вие не давате това, което чувствате, че Бог иска да давате.

Нямате спокойствие да живеете с това, с което Бог ви е снабдил.

Спорите в семейството си по парични въпроси.

Не можете или не плащате напълно всеки месец задълженията по кредитните си карти.

Имате нужда от заем.

Получавате бележки (известия) за плащане на стари сметки.

Плащате по сметка, тъй като не можете да платите в брой.

Използвате харченето като емоционална терапия.

Харчите импулсивно.

Теглите от спестяванията, за да плащате покупките си.

Вашите влогове не нарастват годишно.

Вие "просто не можете да спестявате".

Вие сте застраховани.

Разочаровани сте, защото бихте искали да имате план за спестяване и харчене, а нямате.

За да бъдете финансово свободни, са нужни две основни решения, -- казват семейство Фуши: 1) Да решите от самото начало да не харчите това, което не притежавате. 2) Уповавай на Бога, а не на заеми.

Християнски финансови концепции (Christian Financial Concepts) -- организация с идеална цел, оглавявана от Лари Бъркет, може да ви даде помощ за изпълнение на тези решения, като държи финансите ви съгласно Библейските принципи и разумни икономически вложения. Аз настоятелно ви препоръчвам техните книги, албуми със

съветващи касети и семинари, които се организират в цялата страна по църквите. Пишете до организацията за по-големи подробности: 209-A Norcross -- Tucker Road, Norcross, GA 30071, USA.

Доказано е, че финансите имат разделяща роля в семейството, независимо от икономическото ви положение, освен ако и двамата си формирате правилни отношения заедно -- друга важна стъпка в растежа на интимността.

#### 4) Духовен допир

Друга моя предбрачна препоръка е: Изучавайте Библията заедно поне по малко всеки ден. Това е основният път за развиване на духовна интимност. Когато Божието Слово преминава през вашите умове, вие сте формирани и превръщани заедно в нови хора с общи отношения, цели и общ мироглед, който идва от Божиата гледна точка за всеки аспект на живота. Голяма отговорност на съпруга е да започне ежедневно библейско изучаване. Ако не знаете как, един от начините е да слушате заедно библейски учебни касети.

Също препоръчвам на всяка новобрачна двойка да се включи активно в живота на местната църква, където могат да се учат, да израстват и да служат на Господа заедно с другите хора, които ще ги опознаят добре и ще се грижат за тях.

Нищо не може да сближи така двама души, както истинската, разкриваща сърцата съвместна молитва. Аз ценя високо свидетелството, което моята съпруга Гей споделя в "Предназначени за удоволствие" относно възнаграждението за духовната интимност. Тя пише:

"Сега, тъй като сме християни, аз знам, че любовта на Ед към мен е същата, каквато Христос има към мен. Аз съм спокойна и сигурна в тази любов. Знам, че винаги мога да разговарям с моя съпруг и да разчитам на неговата мъдрост като духовен водач на нашето семейство. След като свикнахме да изливаме сърцата си в молитва заедно, сега ние сме свободни да общуваме за всяко друго нещо. Не се боим да покажем себе си и неуспехите си, защото знаем, че се приемаме точно такива, каквито сме -- с грешките и недостатъците си, и с добрите си страни. Колко прекрасно е, че не съм преценявана въз основа на извършеното от мен -- независимо колко съм недостатъчна, пак ще бъде обичана. И това трябва да ме нуди да се държа по-добре."

В началото на тази глава аз споменах за Ван и Тери -- една двойка, която беше пропътувала 800 мили (1280 км) за предбрачна консултация. С голямо удоволствие научих за техния напредък в изграждането на интимен, близък и чудно щастлив брак. Те са започнали разумно, с меден месец насаме сред красотите на планината, ползвайки нескъпите удобства на държавен парк. Целта им е била не да отидат някъде за развлечение, а да се съсредоточат един в друг и те твърдят, че са прекарвали смислено времето си заедно и никога няма да го забравят.

Сега те са си поставили една специална цел живота. Когато Ван се дипломира, те ще заминат за Африка, където той ще преподава. Сега той все още следва, Тери работи, но животът им е внимателно свързан. Той ѝ помага в домакинската работа, а тя работи с него при подготовката на учебния материал. Всъщност тя проверява курсовите му работи и така изживяват една реална интелектуална интимност.

Тери произхожда от семейство, свързано с много топлина, докато родителите на Ван са индивидуалисти, които водят напълно различен живот. Те вече са се съгласили да моделират своето семейство по примера на родителите на Тери. За да изпълнят този план, те отдават първостепенно значение на тяхното общение и време, прекарано заедно насаме. Тъй като нямат кой знае колко богати финансови източници, те внимателно са планирали бюджета си, без излишно разточителство, като проучват какво могат да използват от географската област, в която живеят. Тя шие повечето от дрехите си, а той изцяло подкрепя нейните усилия, като дори ходи с нея да избира

платове. Той винаги изразява своята висока оценка и ѝ дава да разбере колко е благодарен за приготвената вечеря след усърдната работа през деня.

С точна информация за приспособяването в секса в началото на техния брак и с любяща откритост в общуването, те вече са успели да постигнат задоволяващ полов живот.

Недоразуменията поради различия в характерите са избягнати посредством предвидливост и разбиране. Тери е намирала за привлекателни силата и твърдостта на Ван, но се е опасявала от появата на трудности поради своята упорита и независима натура. Обаче Ван цени нейната способност да взема решения и да се справя с предизвикателни ситуации. Като не се отказва от своята ръководна роля, той я окуражава да използва своя силен характер в най-добрия смисъл.

Тери и Ван често си споделят духовни преживявания. Докато почистват кухнята заедно, те наизустяват и обсъждат Библейски стихове. Като посветени християни, те вземат участие в живота на местната църква и заедно растат духовно.

Един техен близък приятел казва, че отношенията им се характеризират с взаимност и постоянна заинтересованост един от друг. "Те винаги търсят начини да си помагат" -- отбелязва той.

В тези времена, когато повечето бракове са слабо свързани, аз бих присъдил 100% оценка за техния добър, утвърден брак с растяща любов. Тяхната тайна е интимността!

## Модел за любовната връзка между съпруга и съпругата

ВСЯКА брачна двойка, която притежава Библия в своя дом, трябва да стане експерт по книгата в Библията, посветена изключително на любовта и брака. Имам предвид Песен на Песните, написана от Соломон. Песен на Песните ни дава модел за любовта в брака така, както Бог я е планирал да бъде, представена с такива удивителни подробности, че може да служи като практически образец за нашия собствен брак почти 3000 години след написването му.

Чрез вдъхновението на Святия Дух ни се разказва за женитбата на царя на Израил с едно красиво, неподправено провинциално момиче, с естествено държание, което той срещнал на север в лозята на своето царство. Тук може да прозвучи като в онези приказки, които завършват така: "От този ден нататък те заживели честито." Но това не е прекрасна фантазия, измислена от някой разказвач. Това е Словото Божие, което както винаги вярно отразява случките, преживени от една двойка, както и думите, и чувствата, изразени от тях, които от своя страна обрисуват любовния живот в брака, който почита и удовлетворява Бога.

Твърде изненадващо е, че Писанията говорят толкова ясно за предмета на любовта и сексуалната задоволеност в брака. В края на краищата Библията се занимава с всяка друга област на човешкото поведение. И ние се нуждаем от нещо повече от увещание, когато навлизаме в сложните взаимоотношения на брака -- ние се нуждаем от примери, които да следваме! Забележителни са обсегът, степента на тънкостите и усета, които могат да бъдат извлечени от Песен на Песните, приложими за всеки брак, във всяка цивилизация. Само ръководещата десница на Твореца би могла да създаде тази малка книга с изящна любовна поезия за един цар и царица през 945 г. пр.Хр., така удивително свързана с коя да е двойка днес. Отново виждаме доказателство, че Божиите принципи за брака преминават над времето и културните различия и действат

винаги, когато се прилагат. Само в осем кратки глави, съставлящи най-великата в света романтична литература, Песен на Песните не само показва на днешните съпрузи как да се обичат, но представя реалистично проблемите в брака и принципите за тяхното разрешаване.

Когато вие и вашият партньор изучавате тази прекрасна малка книга, ще откриете как да се покорявате на Бога във вашия брак, когато сте много силно влюбени и изразявате тази любов, докато преодолявате вашите природни различия.

Разбира се, не е възможно да разгледаме подробно Песен на Песните в една глава, а и няма да се опитваме. Искаме вместо това да ви помогнем да засилите вашия любовен живот чрез наблягане на принципите и заключенията, извлечени от най-добрите библейски изследователи в последните години. Вярвам, че това ще ви отвори апетит да задълбочите собственото си изучаване.

"По какъв начин тълкувате Песен на Песните?" -- запита ме скоро един студент (християнин). "Чувал съм някои да казват, че се говори за брака, а други, че се говори за духовни неща, за Исус Христос и неговата любов към нас. Кое тълкувание е правилно?"

"Двете гледища са верни -- обясних аз, -- в смисъл, че едното без другото не може. Новият Завет пояснява, че бракът е предназначен да бъде отражение на земята на любовното взаимоотношение между Христа и Неговата Църква. Така че, когато Библията говори за брака, както Бог го е планирал, ще намерим приложението на Духовните ни взаимоотношения с нашия Господ. От друга страна, като научаваме повече за Исус Христос и Неговата любов към нас, ние ще научим повече за начина ни на поведение в брака. Принципът е: "Мъже, любете жените си, както Христос възлюби църквата и даде себе си за нея" (Ефесяни 5:25).

"Имате предвид всичко, което е в Песен на Песните?" -- попита младият човек.

"Да -- казах аз, -- вижте начина, по който младоженецът в Песен на Песните обича своята съпруга. Ще намерите множество паралели с начина, по който Спасителят обича своя народ -- начина, по който Той обича лично вас. Ако разгледате как невестата отговаря на младоженеца, ще научите много за това, как трябва да отговаряте на Спасителя на духовно ниво. Само помнете, че най-напред поучението на книгата се отнася за любовта и брака. Тези истини не бива да се разглеждат само в духовен смисъл."

"Добре -- кимна той. -- Вие казвате, че Библията свързва истината на различни нива едновременно. И така ние можем да научим от Песен на Песните за брака, а също да видим духовния обсег на книгата без никакви противоречия."

По-късно той ми показа със смях учебника си по литература, който анализира надълго и нашироко кратка поема, като обяснява "трите вида значения". "В тази поема човекът буквално пише за залеза -- каза той, -- но също и за упадъка на цивилизацията и за своята собствена смърт -- за всичко това едновременно. Ако поетите могат да направят това, то хората не бива да се изненадват, че Божието Слово съдържа различни приложения на истината в една книга."

Въпросите на този млад християнин са разбираеми на фона на смущението, което е царяло в миналото относно Песен на Песните. Фактически никоя друга книга от Библията не е била така атакувана и погрешно разбрана през вековете, както тази. Може да звучи странно в ушите на съвременните хора, но столетия наред теолозите не са искали да приемат ясната истина, че Песен на Песните говори за благочестивия брак между съпруг и съпруга, които са се обичали!

Ние трябва да разберем, че от самото начало някои от най-силните атаки на Сатана срещу библейското гледище са били насочени към християнския брак. За да подкопае библейската истина в тази област, Сатана ефективно е използвал

философиите на езическия свят, за да проникне в църквата. Отношението на езичниците от древния свят към любовта, брака и секса остро е противоречало на библейската гледна точка, дадена в Бит. 1 и 2 глава; Притчи 5; Исусовото учение в Евангелията и Неговото посещаване на сватбени тържества; I Коринтяни 7:1-5; I Тимотей 4:1-5; Евреи 13:4; Ефесяни 5:22-33 и Песен на Песните.

Какво са вярвали езичниците за половия живот в брака? Докато Библията е учела, че бракът е добро нещо, че човешката сексуалност е създадена и заповядана от Бога за брака, и че бракът, с неговото общение в една плът, представя една свещена картина на Исус Христос и Църквата, то езическата представа за секса е, че това е нещо несвято, нечисто и, разбира се, не добро. Езичниците са се отдавали на секса, много често на извращения в секса. Храмовете на езическите богове са били в резултат на това мръсни домове на проституцията и покварата от всякакъв вид в името на "обожаването". Но за езическия ум святостта и чистотата принадлежат на хората, отхвърлили завинаги секса, а никога на брачната двойка, която все още е свързана в брачен съюз.

Девствеността се е превърнала в символ на духовността, точно както римските весталки са превърнати в идеал за добродетелта. Най-малко 3 философски течения, напълно чужди на Божието Слово, са се промъкнали в мисленето на християните и са разрушили представата на църквата за святостта на брачната любов.

Първо, гърците стоици, презирайки човешките чувства, създават обичай за алегоризиране на човешките страсти в литературата, докато чувствата са били превърнати в невзрачен символ на "духовните" понятия. Този подход е приложила и църквата към Песен на Песните. Второ, гръцкият философ Платон е учел, че не можеш да изпитваш едновременно и земна, и духовна любов. Следователно е по-добре да се откажеш от земната и физическата любов с надеждата да придобиеш духовната. Това гледище силно е повлияло на християнските учители. Трето, култовете на гностицизма са учили брачните двойки да отхвърлят всяка човешка сексуалност в брака, в името на мистичната "женитба" с Духа.

Очевидно Песен на Песните е противоречала на тези разбирания и не би могла да бъде търпяна от църковните хора, освен ако това учение не е било "превърнато в духовно". Така женитбата, описана тук, е станала единствено символ на тайнствената женитба с Бога.

Не е чудно тогава, че църквата през Средните векове е считала безбрачието като най-голяма добродетел, а нейните учители са продължили опитите да обърнат Песен на Песните с нейното жизнерадостно празнуване на свещената брачна любов в нещо друго -- духовна алегория, освободена от "плътската поквара" на човешката любов в брака. Само някои смели монаси и един единствен епископ са учили Песента на Соломон в нейния ясен смисъл като дело, възхваляващо брака, достойнството и чистотата на човешката любов, извираща от Божията любов.

Свещената красота на брачната любов е била преоткрита от християните през XVI в., когато пуританите и други реформатори са погледнали на Библията като на пръв авторитет за доктрини и ръководство. Пуританите единодушно са заявили, че половото общуване е създадено от Бога и следователно е добро по принцип. А някои от тях са посочили Песен на Песните на Соломон като съдържаща инструкции за съвършената брачна любов.

Днес неосведомени среди са склонни да нарекат пуританите прекалено, повече от необходимото скромни, вероятно защото те винаги са държали на святостта и твърде личното място на секса в брака, и са се ужасявали от сексуалните извращения, точно както е и в Библията. Но тяхното отношение към сексуалната любов между съпруга и съпругата е било изразявано, а не потискано; положително, а не отрицателно, а също



жизнерадостно и почитателно. В "Изгубеният рай", великият пуритански поет Джон Милтън приветства брачната любов като един

Непрекъснат извор на сладости в дома,  
И леглото му е чисто и неосквернено.

За съжаление викторианското неразбиране на секса през XIX в. издига на мода алегоричното тълкуване на Песента на Соломон. Онези, които са виждали Песента като ясно поучение за истинската и чиста любов в брака, са били изхвърляни, понякога с абсурдни аргументи. Например в един дебат върху Песен на Песните, когато д-р Дж. Пай Смит е посочил алегоричния метод като "противоречащ на всички закони на езика, и като причина и пречка за истинската религия", д-р Джеймс Бенет е отговорил, че трябва да има алегорично тълкуване, тъй като "езикът на Песен на Песните в нейния буквален смисъл е в противоречие с природата и скромността на жените!"

Ние можем по-добре да разберем базата за това забележително твърдение, като чуем какво е мислел за жените медикът-- специалист по викторианска сексуалност. В книгата "Функциите и разстройствата на репродуктивните органи" д-р Уилям Екътн твърди:

"Повечето от жените (за тяхно щастие) не са обезпокоявани от никакви сексуални чувства... Най-добрите майки, съпруги и домакини знаят малко или нищо за отдаването на секса. Любовта към дома, децата и домакинските задължения са единствената страст, която чувстват...Една скромна жена рядко ще пожелае някакво сексуално задоволяване за себе си."

През последните няколко десетилетия атмосферата се е прояснила. Библейските учители са се върнали към буквалното тълкуване на Песен на Песните като първо библейско поучение с пример за любовта в брака. Сега тя е позната като едно внимателно съставено единство с ясно послание, а не (както някои са казали) като случаен сбор от писания, небрежно сложени заедно като някакво музикално парче, вмъкнато в музикална схема. Новите школи са насочени към разбиране на метафорите, които съставят поетичната образност на Песен на Песните. Книгата "A song for Lovers" от Крейг Гликман е отлично помагало, което можете да използвате във вашето по-нататъшно изучаване на Песен на Песните.

Преди много години "тайните" на Соломоновата песен са били оприличавани на ключалка, чийто ключ е изгубен. Но както казва Марвин Поуп, университетски професор по северозападни семитски езици:

"Вратата за разбиране на Песен на Песните не беше заключена, нито дори затворена, а широко отворена за тези, които копнеят да видят и да влязат. Барьерата беше психологическа неохота за очевидното, нещо подобно на приказката за новите дрехи на царя. Проблемът се състоеше в това, че тълкуватели, които желаят да признаят прекия смисъл на Песен на Песните, са били нападени като врагове на истината и благоприличието... В последните десетилетия има всеобща и растяща тенденция да се отхвърли алегорията и свободно да се признае, че Песента се отнася за физическа любов."1

Като разглеждаме Песен на Песните, не бива да забравяме вдъхновената гледна точка на евреите, които са писали Стария Завет. За тях не е имало реално разграничение между любовта към Бога, любовта към ближния и чувствената любов между съпруга и съпругата. Във всеки от тези случаи е използвана една и съща дума -- ahavah:

"Да възлюбиш (ahavah) Господа твоя Бог" (Второзаконие 6:5).

"Да обичаш (ahavah) ближния си, както себе си" (Левит 19:18).

"Колко си хубава и колко приятна, о, възлюбена (ahavah), в очарованията си" (Песен на Песните 7:6).

Любовта между съпруга и съпругата се разбира като божествена повеля, като изпълняване на Божията воля. Песен на Песните учи този, който изследва нейните истини, че романтичната, чувствена любов е Негов дар и творение за брака, че Той зачита и благославя истинската романтична любов между съпруга и съпругата, следователно любовта може да се развива в брака за слава на Бога.

Това, което е тревожело и смущавало викторианци като д-р Бенет, е признакът, който отделя Песен на Песните от останалата поезия на онези дни. Това е пълното отсъствие на мъжки шовинизъм и равната роля на съпругата в любовното преживяване. С мъдростта на Святия Дух книгата е написана от женска гледна точка. Това се е различавало коренно от другите древни ориенталски писания, както забелязва професор Шаим Рабин от Еврейския университет в Ерусалим. Невястата (ще я наричаме Суламка -- женското съответствие на името Соломон, или г-жа Соломонова) открито изразява копнежа си към нейния съпруг по начин, който отразява реалността на Битие 3:16:

"На жената рече: Ще ти преумножа скръбта в бременността; със скръб ще раждаш чада; и на мъжа ти ще бъде подчинено всяко твое желание и той ще те владее" (курсивът е на автора). Но както ще видим, това желание се посреща със същата сила от съпруга. Като че ли в един брак, правилно свързан с Божия план, тази част от проклятието на човечеството е обърната в свободна размяна на любов между съпруга и съпругата.

Ако Суламка е централната фигура в разказа, съпругът (Соломон през ранните години на неговото царуване) е усещан и видян през нейните очи като силният, жизнен, привлекателен мъж, който я намира да работи в лозята, ухажва я, спечелва любовта ѝ, прави я своя царица и става причина нейната любов с течение на времето да се задълбочава и засилва.

Нека да разгледаме накратко как този мъж обичаше съпругата си. Какви бяха неговите "тайни"? Съпруг, който се опитва да следва новозаветните указания при изпълнение на ролята си, не може да намери по-добри напътствия и примери на Ефесяни 5 гл. в действие, отколкото тези, дадени от Соломон в Песен на Песните.

Ние узнаваме, че Суламка е била провинциално момиче, възпитано в добродетели, но нейните братя са я накарали да работи в лозята, така че кожата ѝ силно почерняла в противоположност на елегантните, разглезени, с фина кожа дами в палата. Тя се е чувствала недостойна да бъде Соломонова царица, но нейният съпруг умело и с любов е изградил виждането ѝ за себе си. Първо, той е направил това с похвала. Похвалил я е в онези области, където тя се е чувствала най-несигурна. Изказал е в подробности, а не с общи приказки, колко високо цени нейния външен вид и прекрасен характер. Той я сравнява с всички други жени така благосклонно, че тя да може да бъде спокойна и сигурна, че задоволява съпруга си, както никоя друга не би могла. Всъщност той ѝ казва, че е без недостатък... свършена в неговите очи... хубава като цяло. Той не ѝ е казал това само когато я е ухажвал, преди да се оженят или през първата брачна нощ. Той продължава да я възхвалява и в зрелостта на техния семеен живот.

Съпрузи, вашата съпруга има нужда да чува същите тези неща от вашите устни. Всяка съпруга трябва да бъде възхвалявана от съпруга си за нейната хубост. Това е, което ще я направи красива!

Но може да се научи нещо повече от този съпруг. Той не само хвалеше Суламка, но и напълно се въздържаше да я критикува. Нямахте и дума на критика, даже когато

може би тя е заслужавала. Думите му към нея са били винаги положителни и те са принасяли плод, като са я превърнали в любяща, отзивчива съпруга.

Своята любов и одобрение не е показвал само насаме. Царят показвал публично своето възхищение и уважение към съпругата си. В царската банкетна къща знамето над нея било любов. С други думи, за всеки е станало явно, че Суламка е най-важната личност в неговото царство -- да бъде почитана, уважавана и закрияна по всякакъв начин. Той се отнасял към нея като с царица и това е, което тя в действителност е станала. В същото време насаме той я обичал така, че стига до пълно отдаване, като не задържа нищо от своето упование, своите мисли и любов.

Съпрузи, как се държите със своята съпруга пред другите? Отваряте ли й вратата... настанявате ли я да седне до масата... държите ли й палтото? Тези дребни любезности отдават почит на съпругата като по-деликатно същество. В края на краищата вашата съпруга не може да види отношението към нея, което имате в ума си. Вие трябва да го покажете с прости действия, които разкриват любовта ви към нея, вашата грижа и закрила за нейното благополучие. Дали вашата любов е знаме над нея в присъствието на други хора? Често ли я поглеждате? Отговаряте ли на нейните погледи? Изслушвате ли я? Правите ли така, че тя да се чувства най-важната личност във вашето царство? Ако искате царица за съпруга, публично се отнасяйте с нея като с такава.

Разбира се, семейството в Песен на Песните е имало проблеми с привикването един към друг, както всички останали семейства. Не е грях, нито е нещо необикновено да имате природни различия с вашия другар. Изпитание за емоционалната и духовната зрелост е как разрешавате тези проблеми.

Нека да вземем един пример от Песента. Суламка е изпитвала трудност да свикне с живота на Соломон като цар на държавата. Една нощ, вероятно когато обещал да се върне рано у дома, пристигнал твърде късно. До това време тя се наскърбила; най-малкото била по-заинтересована за своето собствено удобство и разпределение на времето, отколкото от любовта към съпруга си. И така тя казала, че не е готова да го види и да отвори вратата на спалнята си за него.

Сега забележете как той се справя със ситуацията. Вместо да направи въпрос, той се отдръпва за няколко часа, за да я остави да размисли. Оставя я сама и й дава време да се занимае със своите негативни чувства. Обърнете внимание, че той не я укорява. Вместо това той оставя на вратата знак за своята любов към нея -- подарък, един приятен парфюм.

Тъй като той не е действал като сърдит съпруг, а се е държал като любовник, неговата съпруга бързо осъзнава, че не е права и трябва да поправи грешката си. Веднага след като той се отдалечава, тя започва да копнее за него и излиза да го търси. Когато двамата са отново заедно, съпругът уверил своята съпруга с нежните любовни думи от първата брачна нощ. С други думи: "Аз те обичам както винаги." Обгърнатата с неговата любов, тя получава моментална прошка за своето отблъскване.

Разбира се, било е необходимо Суламка да се научи да се приспособява към заетостта на съпруга си. Същото важи за всички съпруги. Новозаветните Писания казват на жената да се покорява на (в англ. -- да се адаптира към) своя съпруг. Въпреки че вашият съпруг не е цар, неговото призвание трябва да бъде така важно за вас, както ако е монарх. Вие трябва да показвате жив интерес към неговата работа, а не само към фиша със заплатата. Вие трябва да уважавате работата на вашия съпруг за преживяването.

Искам да размишлявате как тази съпруга е обичала съпруга си. Това е станало чрез нейния отговор. Възпитана като добродетелна млада жена, сега тя е била свободна да се наслаждава на ласките на съпруга си и от цяло сърце, много изящно, е отговаряла

на любовта му. Явно е мислела твърде много за съпруга си. Мислите ѝ са били заети с него дори когато не са били заедно поради неговите задължения. Тя е уважавала неговия мъжествен характер и често е изразявала възхищението си от него пред другите. Когато той ѝ е правел комплименти, тя е отговаряла с подходяща възхвала и не е оставяла място за съмнение в чувствата си към него. Тя е трепвала при всяко негово докосване, жадна за неговите прегръдки, и му е давала да разбере това. Тя се е радвала на неговата компания и е планирала приятно време за двамата. Тя е съхранявала удоволствия за него -- както нови, така и стари.

За да видим как е разцъфтяла в сигурността на неговата любов, можем да сравним трите заявления, които тя прави. Когато в началото се влюбва в него, тя казва: "Възлюбеният ми е мой и аз съм негова" (2:16). Това, че го притежава, е било на първо място в нейния ум. Но по-късно в техните взаимоотношения тя казва: "Аз съм на възлюбения си и възлюбеният ми е мой" (6:3). Забележете, че тя е обърнала реда! Сега това, че той я притежава, е по-важно. Накрая, в пълнотата на тяхната любов, тя казва: "Аз съм на възлюбения си и неговото желание е към мене" (7:10). Тогава вече тя е била така съсредоточена в него, че е забравила, че го притежава. Тя е загубила себе си в необятността на неговата любов и се е гордеела единствено с неговото желание към нея. Тук виждаме привидното обръщане на ситуацията, произнесена в Битие 3:16. Тъй като думата, преведена в оригиналния език като "желание", е същата дума, използвана в Битие 3:16 за описание на женското силно, често несподелено желание към нейния съпруг -- дума, употребена само три пъти в цялата Библия- сега това желание е станало взаимно!

Съпрузи, обърнете специално внимание на това искане, което Соломон имаше към Суламка. Той казва: "Нека видя лицето ти, нека чуя гласа ти; защото гласът ти е сладък и лицето ти прекрасно" (2:14).

Това говори за мъж, който е обичал да се вглежда в очите на съпругата си, който е обичал да разговаря с нея и да слуша какво има тя да му каже. Не е чудно, че тя е станала напълно сигурна в неговата любов! В резултат на тази откритост и общуване помежду им, тяхното взаимоотношение е могло да расте и узрява, докато се превърне в многостранно, изразяващо всички аспекти на любовта, които сме разглеждали в тази книга. Той е бил неин брат, любовник, учител, приятел, компаньор, съпруг, а тя също е била всичко за него. Техният разговор, тяхното любене, тяхната наслада, когато са заедно, са ставали все по-дълбоки и по-обогатени.

Интересно е, че в края на Песента последните думи на съпруга са: "Дай ми да чуя гласа ти" (виж 8:13). Тези думи са били подобни на думите, прошепнати на нея, когато са се ухаждали. След това той я сравнява с нежен гълъб, скрит от него, чийто глас той е искал да чуе, за да може да узнае вътрешния човек в сърцето ѝ. Сега той бленува със същата сила да расте в познанието на своята очарователна съпруга. А съпругата му е потвърдила своя копнеж за неговата любов. С годините романтиката на техния брак само се е засилвала! Същевременно физическият им любовен живот е ставал все по-добър и по-добър, подкрепяйки тяхното цялостно взаимоотношение.

Няма съмнение, че преживяването им е дало способност на Соломон да напише така прочувствено в Притчи 5:18-19: "Весели се с жената на младостта си. Тя да ти бъде като любезна кошута и мила сърна. Нейните гърди да те задоволяват във всяко време и възхищавай се винаги от нейната любов."

В заключение на тази глава можете да прочетете "Тълковно перифразиране на Песен на Песните" от Гликман, за да разберете за себе си начините, по които тази двойка е изградила любовта един към друг. Ще забележите, че физическите ласки са били важна част от тяхното взаимоотношение, но и всички страни на любовта са били разпалени в този брак като разностранни отражения на свършено изрязан диамант.

След това ви насърчавам да изучавате Песен на Песните от съвременен превод на Библията. Винаги забелязвайте деликатността в любовния език на тази двойка и помнете, че те използват известни метафори за изразяване на най-дълбоките чувства по жив и запомнящ се начин.

Важно е за вас да споделяте Песента с вашия партньор в брака, така че и двамата да осъзнаете истината, че любовното общение, което имате, е част от поклонението на Бога.

Песента достига най-високата точка в 4 глава с новобрачната нощ на младоженеца и невестата след сватбеното тържество в 3 глава. Първият стих на глава 5 съдържа радостните думи на съпруга след тяхната любовна нощ: "Дойдох в градината си, сестро моя, невесто; Обрах смирената си и ароматите си; ядох медената си пита с меда си; пих виното си с млякото си." Младият съпруг описва тяхната любов като прекрасна градина и като чудесно тържество, което е отпразнувал.

И тогава проговаря един друг, мистериозен глас. Кой може да бъде това? Сватбари? През брачната нощ? Едва ли! Само Един-единствен би могъл да бъде с двойката в това най-интимно време и трябва да е бил сам Бог, Творецът, който е приготвил тази двойка за тяхната нощ по своето намерение. Бог е, който одобрява и утвърждава физически споделената любов през онази нощ. Както обяснява Гликман: "Той се наслаждава на това, което става. Той е радостен, че те са се напоили изобилно от фонтана на любовта. Двама от неговите собствени са преживели любовта с всичката ѝ красота, пламенност и чистота, които той е предназначил за тях."

Божиите думи са: "Яжте, приятели. Пийте, да, изобилно пийте, възлюбени" (5:1). С други думи. Продължавайте да се наслаждавате на тържеството на любовта, което Съм приготвил за вас!

Когато изучаваме Песен на Песните, ние започваме да съзнаваме колко трябва да сме щастливи, че имаме този вдъхновен образец в нашия любовен живот. И така, нека това да благослови вашия брак от сега нататък. Един добър начин за започване е да четете следните перифрази заедно -- за предпочитане на глас, като седите близо един до друг.

Най-прекрасната любовна песен, писана някога

Първите дни на Суламка в палата (1:2-11)

Монолог на царската годеница Суламка:

Как бих желала той да ме обсипе с целувки, тъй като неговите изящни целувки са по-желани от най-прекрасното вино. Нежният аромат на твоя одеколон донася очарованието на пролетта. Да, наситеният аромат на твоето сърце възбужда моята любов и уважение. Да, твоят характер предизвиква възхищение у всички момичета в палата. Как копнея да дойдеш и ме вземеш, да тичаме и да се смеем из палата на царството. (Разбирате ли, Царят ме доведе в царския палат.)

Жените от палата към Царя:

Ние винаги ще бъдем много благодарни и щастливи поради тебе, о, Царю. Защото обичаме да говорим за одухотворената красота на твоята любов.

Суламка в монолог:

Те с право обичат човек като тебе, Царю мой.

Суламка към жените от палата:

Аз съзнавам, че нямам светлата и фина кожа на израсналите сред удобствата на палата. Аз съм почерняла от слънцето -- тъмна като шатрите на скромните пустинници, с които съм работила. Но сега мога да кажа, че съм тъмна като разкошните завеси на царския палат. Въпреки това хубостта, която имам, няма да сведе засрамено глава от погледите на слънцето. И ако ослепителната светлина на слънцето не може да ме засрами, моля да знаете, че нито вашите презрителни погледи ще сторят това. Не можех

да не върша това, което моите братя в гнева си изискваха от мен -- да работя в лозето, което бяха заели от царя. Беше ми невъзможно да се грижа едновременно за него и за "лозето" на моя външен изглед.

Суламка към Царя:

Моля те, кажи ми ти, когато обичам така дълбоко, къде изкарваш царското си стадо за следобедна почивка. Аз не искам да те търся напосоки, скитаща като жена от улицата.

Жените от палата към Суламка:

Ако не знаеш, хубавице между жените, защо просто не излезеш и да тръгнеш по следите на стадата и тогава да пасеш твоето стадо сред шатрите на овчарите?

Царят към Суламка:

Ние ще направим още по-привлекателни плетеници от злато и сребро, за да украсим нейното лице.

В стаята на палата (1:12-14)

Монолог на Суламка:

Докато моят Цар седи на трапезата си, моят парфюм ме освежава с благоуханието си. Защото моят цар е благоуханието, а моите мисли за него като нард от парфюм, висящ на шията ми, върху сърцето ми и винаги ме освежават. Колко ми е скъп той, скъп като изящна смирна, разцъфтяла в оазиса на Енгади. Колко радост намирам в този оазис!

В полята (1:15-2:7)

Царят към Суламка:

Ти си толкова красива, любов моя. Ти си толкова красива. Твоите благи очи са нежни като гълъби.

Суламка към Царя:

И ти си красив, моя любов, и толкова приятен. Така чудесно е да се разхождаме заедно сред нашия природен дом. Хладната трева тук е като мека кушетка за лягане, да поемем дъх и да наблюдаваме гредите и стълбовете на нашата къща -- извисяващите се наоколо кедри и кипариси. Когато ле-жа тук, се чувствам като роза от долината Сарон - най-прекрасното цвете в долината.

Царят към Суламка:

Само най-красивото цвете в долината? Не, любов моя. За мене ти си като цвете сред тръни, в сравнение с която и да е друга жена по света.

Суламка към Царя:

А ти, скъпи мой Царю, си като плодоносно ябълково дърво сред безплодните дървета на гората в сравнение с всички останали мъже на света.

Монолог на Суламка:

Аз не работя вече в зноя на слънцето. Намирам хладина в сянката на това ябълково дърво. Хранителните сокове от неговите магически плодове ми носят процъфтяващо здраве, каквото само любовта може да донесе. И той ме обича толкова много. Дори когато ме заведе на големите царски банкети, посещавани от най-влиятелните хора на царството и извън него, той никога не е толкова заинтересован от тях, че грижата му към мен да не бъде като знаме, високо издигнато над главата ми.

Колко е скъп той за мен! Моето сладко спокойствие в неговата любов ме прави така отмаляла от радост, че трябва да си отпочина в неговите прегръдки, за да придобия сила. Този любвеобилен уют ме прави още по-радостна и отмаляла. Как желая той да би ме положил до себе си и да ме обгърне! Но колко е важно обещанието ми пред нежните сърни и елени като свидетели в полята, да не се опитвам да събудя любовта, докато тя самата не пожелае да бъде събудена.

На пътя за полето (2:8-17)

Монолог на Суламка:

Аз чувам моя възлюбен. Погледнете! Той идва да ме посети. И е така стремителен като млад елен, който скача по горите, играе по хълмовете. Ето го, стои на вратата, гледа в прозорците, надзърта през решетките. Най-последно проговаря.

Царят към Суламка:

Ела, любезна моя, прекрасна моя, ела с мен. Защото ето зимата измина. Дъждът престана и си отиде. Цветята се явяват по земята. Времето на птичето пеене пристигна. Гласът на гургулицата се чува в нашата земя. По смоковницата зреят първите й смокини и лозята цъфтят и издават благоухание. Стани, любезна моя, прекрасна моя, и тръгни с мен. О, моя скъпа, нежна гълъбице. Ти си като гълъб сред пукнатините на планинските скали, в скришните места на стръмнините. Сега излез от скривалищата, за да мога да те видя. Нека да чуя гукането на твоя глас. Защото гласът ти е сладък и ти си превъзходно красива като гълъб в полет, вписан в синевата на небето. Моя любов, това, което ние двамата имаме, е безценно съкровище; то е като градина с най-прекрасните цветя на света. Хайде да си обещаем да хванем всяка лисица, която би могла да погуби нашата градина, която цъфти за нас.

Монолог на Суламка:

Възлюбеният ми принадлежи на мен и аз му принадлежа -- този мил Цар, който пасе стадото си сред кремове.

Суламка към Царя:

Как бленувам за времето, когато през цялата нощ, докато денят вдиша от първия повей и утринните сенки побягнат от слънцето, ти, любими мой Царю, да бъдеш като газела по хълмовете на моите гърди.

Суламка очаква своя Годеник (3:1-5)

Монолог на Суламка:

Как ми липсва този, когото обичам така дълбоко. Не бих могла да чакам да го видя. Аз си помислих: "Трябва да стана и да го намеря. Ще стана сега и ще го потърся по улиците и площадите на града. Със сигурност ще мога да намеря онзи, когото обичам толкова много." Но не можах да го намеря. Когато нощните стражи ме видяха, аз веднага ги запитах дали не са видели този, когото обичам така дълбоко. Но те не бяха го виждали. А малко като ги отминах, намерих възлюбения си, хванах го и не го пуснах, доде не го въведох в дома си. Продължих да го държа, докато страховете и тревогите не ме напуснаха, и отново се успокоих. Колко е трудно да си търпелив! Вие жени от палата, ние трябва да обещаем на себе си, пред сърните и елените в полето, да не събуждаме любовта, докато тя не пожелае да се събуди.

Сватбеният ден (3:6-11)

Поета:

Какво е това, което възлиза от покрайнините на града като стълбове от дим, благоуханни облаци от миро и ливан, ароматни прахове от търговеца? Погледнете! Това е царската процесия със Соломон, носен върху своята разкошна носилка от най-силните си слуги. Погледнете и всички тези войници наоколо! Това е царската охрана, 60-те най-силни войни от цялото царство. Всеки от тях е обучен с оръжието и храбър в битка. И сега всички те имат меч на бедрото си единствено за закрила на Царя и неговата невеста. Вижте разкошната носилка, върху която е носен Соломон. Тя е била направена за него специално за този ден. Нейната рамка е изработена от най-хубавите Ливански дървета. Подпорите й са от сребро, облегалката й -- от злато, постелката -- от царствен морав плат. Виждате ли изящната ръчна изработка! Тя отразява сръчността на жените от палата, които дадоха всичко от себе си с любов към Царя и неговата невеста. Нека всички да излезем и гледаме цар Соломон, носещ своя прекрасен сватбен венец. Хайде да излезем и да го гледаме през най-щастливия ден в живота му.

Сватбената нощ (4:1-5:1)

Царят към Суламка:

Толкова си красива, моя любов, толкова си красива. Очите ти зад сватбеното було са нежни като гълъбови. Косите ти са пленителни, като плавното движение на стадо, появило се в планината по залез. Твоята съвършена и прекрасна усмивка е така мила и искряща, като млади агнета, възлизаци от къпането си. И само ален конец може да обрисова така съвършено твоите устни. Бузите ти поруменяват като нар. Походката ти е с достойнство и осанката ти със силата на кула. Твоята огърлица проблясва като щитчета около крепостна кула. Гръдта ти е нежна като сърнета-близнета сред кремове. А сега най-последно през цялата нощ -- докато денят поеме първия си дъх и утринните сенки побягнат от слънцето -- аз ще бъда газела върху хълмовете на твоите благоуханни гърди. Ти си съвършено и безупречно красива, любов моя. Сега отдай всичките си мисли на мен, моя любов. Остави всичките си страхове и отдалечи планините, отпусни се в безопасност в прегръдка.

Пленила си ме, моя прекрасна невесто, пленила си ме само с един поглед на очите си, само с една огърлица на шията си. Колко прекрасни са твоите ласки, любима моя невесто. Любовта ти е по-сладко опияняваща от най-доброто вино. Благоуханието на твоя парфюм е по-добро от най-ароматните подправки. Изобилие от мед и мляко има под езика ти, моя любов. И ароматът на дрехите ти е като аромата на ливанските гори.

Ти си една красива градина, приготвена единствено за мен, моя любима невесто. Да, като градина, пазена само за мен. Или като свеж извор, запечатан точно за мен. Твоята градина е избуяла с прекрасни и изящни цветя с различни цветове и ухания. Тя е един рай от нарове със сочни плодове, кипър с нард, нард и шафран, тръстика и канела, с дървета, доставящи благоухания, като ливан, смирна и алое, с всичките най-изрядни аромати. И ти си чиста като течаща вода, повече от чист извор. Ти си фонтан за много градини -- кладенец от жива вода. Нещо повече, ти си като свежи потоци, извиращи от Ливан, които дават живот на цялото поле.

Суламка към Царя:

Събуди се, северни ветре, и дойди южни. Повей в градината ми, за да потекат ароматите ѝ към възлюбения ми. Нека последва омайните аромати към градината ми и да дойде да се наслаждава на изрядните ѝ плодове.

Царят към Суламка:

Аз се веселих в градината на твоето изобилие, любима моя невесто. Бях упоен от ароматите на твоето вино и парфюм. Аз вкусих от сладостта на любовта ти като мед. Наслаждавах се на твоята любов като изрядно вино и на свежестта на твоята любов като прохладно мляко.

Поетът към двойката:

Радвайте се на вашата любов, като на едно велико тържество, о влюбени. Яжте и пийте от това пируване в пълнота. Пийте, пийте, за да се упоите от взаимната си любов.

Възникване на проблем (5:2-6:3)

Монолог на Суламка:

Аз бях почти заспала, когато чух възлюбения ми да чука тихо на вратата на нашата стая в палата. Той ми прошепна нежно: "Завърнах се от полето, моя любов, любима моя, съвършена невесто." Аз смутолех: "Тъкмо съм заспала, скъпи" -- най-последно бях се приготвила за лягане. Бях измила лицето си и облякла старата си ношница.

Но тогава моят любим леко отвори вратата и аз осъзнах, че силно желая да го видя. Но колебанието ми е траяло твърде дълго. Докато стана да отворя вратата, той вече си беше отишъл, като оставил дар -- любимия ми парфюм, да ми припомни за неговата любов. Дълбоко в сърцето ми се поднови любовта към него. Единствено



умората и залисията на деня бяха причина за колебливия ми отговор. Реших да се опитам да го намеря. Навлякох си дрехите, излязох от палата и започнах да го викам.

Но нещата отиваха от лошо към по-лошо. Нощната градска стража ме взеха за престъпник, който се прокрадва в нощта. Те ме арестуваха по обичайния си груб начин, след това, като дръпнаха шала от лицето ми, те видяха своя нов заподозрян субект -- "велика" полиция имаше, няма що!

О, вие дворцови жени, ако видите моя възлюбен цар, кажете му, моля ви, че съм дълбоко влюбена в него, че съм се поболяла от любов по него.

Жените от палата към Суламка:

С какво е по-добър твоят съпруг от всички останали, о прекрасна между жените? Какво го прави толкова велик, че изискваш това така настойчиво от нас?

Суламка към жените от палата:

Моят любим съпруг е удивително красив, отличава се и сред десет хиляди мъже. Когато го погледна, виждам лицето му по-скъпо от чисто злато. Косата му е черна като гарванови пера и хубава като листа от върха на величествена палма. Когато погледна в очите му, те са така мили, като гълъби, кротко почиващи край водни потоци. Те са чисти и ясни от здравето, което излъчват.

Когато доближи бузата си до мен, тя е така уханна, като градина с ароматни цветя. Неговите нежни устни са сладки и благоуханни като кремове, преливащи от нектар. Пръстите му са като меко кадифе, когато ме докосва! Той е олицетворение на сила и жизненост! Тялото му е твърдо, като плоча от слонова кост, украсена със сапфири. Краката му са силни и прекрасни като мраморни стълбове, поставени върху пиедестали от чисто злато. Изгледът му е като величествения Ливан, забележителен с високите си кедри.

Но нещо повече, думите на сърцето му са пълни с чар и наслада. Той е прелестен във всяко отношение. Такъв е този, когото обичам така дълбоко, такъв е най-близкият ми приятел, о придворни жени.

Жените от палата към Суламка:

Къде е отишъл тогава възлюбеният ти, о прекрасна между жените? Къде е заминал? Ние ще ти помогнем да го намериш.

Суламка към жените от палата:

Познавам го достатъчно добре, за да зная къде е отишъл. Той обича да съзерцава, когато се разхожда из градината и се грижи за своето отбрано малко стадо сред кремове. Аз го познавам. Защото аз принадлежа на него и той принадлежи на мен -- този грижовен пастир, който пасе стадото си сред кремове.

Проблемът е разрешен (6:4-13)

Царят към Суламка:

Любима моя, знаеш ли, че си красива като града Терса, блестящ на нощния хоризонт? Даже повече от това -- хубава си като светлия град Ерусалим. Хубостта ти е поразителна като гледка на маршируваща войска. (Не, не ме поглеждай така сега, любов моя, имам още да ти кажа.) Спомняш ли си какво ти казах в сватбената нощ? То си е все още вярно. Косата ти е пленителна като плавното движение на стадо, възлизащо на планината по залез. Твоята прекрасна усмивка е чаровна и искряща като агнета-близнета, завръщащи се от къпане. А твоите бузи все така поруменяват като цвят на нар.

Монолог на Царя:

Дворецът е пълен с аристократични дами и ослепителни наложници, принадлежащи на високопоставени дворяни. Но моята прекрасна съпруга, гълъбицата ми, съвършената ми е безподобна между тях. Тези дами и наложници също съзнават

това. Те също трябва да я величаят. Когато ги наближим с моята колесница, те разбират, че ние пак сме заедно.

Жените от палата една на друга:

Коя е тази на хоризонта, която е прилична на зората, светла като луната, чиста и бляскава като слънцето, величава като маршируваща войска със знамена?

Монолог на Суламка в колесницата:

Слязох в градината, където очаквах да бъде моят Цар. Искях да видя дали свежите пролетни цветя и плодове са се появили. Искях да видя дали нашият обновен съюз ще донесе нов сезон на пролетна любов за съпруга ми и за мен. Преди да узная какво се е случило, ние отново бяхме заедно, пътуващи сред колесниците на благородниците. Все още ги чувам да викат: "Върни се, върни, о Суламко, върни се, за да погледаме възлюбената съпруга на Царя."

Царят към Суламка:

Колко обичат те да гледат несравнимата грация и привлекателност на царицата.

В царската спалня (7:1-10)

Царят към Суламка:

Колко са красиви нозете ти в чехлите, дъщерьо княжеска! Заоблеността на твоите бедра е грациозна и изящна като извивките на прекрасна огърлица, съвършено изваяна от сръчните ръце на майстор художник. Коремът ти е възхитителен като пирувание с вино и хляб, пъпът ти е като винена чаша, а коремът ти -- пухкав, топъл хляб. Гърдите ти са нежни като елени, поглеждащи сред кремове, сърнета-близнета, а шията ти е като стълб от слонова кост. Очите ти са кротки като водните басейни в долината на Есевон, близо до портата на гъсто населения град.

А как стройно пристъпваш в мъдрост и сдържаност. Наистина величествено-красива си като планината Кармил. Твоята дълга вълниста коса е прохладна и мека като сребърни нишки, обвити около врата ми, достатъчно здрави да ме обвържат завинаги като твой пленник. Колко си хубава и колко приятна, скъпа моя, и пълна с наслада -- твоята любов! Ти си грациозна и великолепа като палма, врязваща се в небесата. Да, палмово дърво, а твоите гърди са неговите изрядни плодове.

Искам да се изкача на моето скъпоценно дърво и да взема неговите крехки плодове нежно в моята ръка. О, безценна моя, нека твоите гърди да бъдат като нежен плод за моя вкус, позволи ми да те целуна и да вдишам от твоя уханен дъх. Да те целуна и да вкуся сладост, по-голяма от виното.

Суламка към Царя:

Глътни всяка капка, любими мой, и нека нейната сладост остане за дълго по устните ти; нека всяка капка от това вино ти донесе спокоен сън.

Монолог на Суламка:

Аз съм на възлюбения си съпруг и той ме обича от дълбините на душата си.

На полето (7:11-8:14)

Суламка към Царя:

Вълшебните пролетни цветя са ароматизирали синевата в полето и са омаяли сърцата на всички влюбени. Ела, любими мой, всеки вкусен плод на пролетта е за нас, да го вземем. Хайде да се върнем в нашия пролетен дом от величествени кедри и кипариси, където плюшеният зелен килим на тревата е безкраен, а овощните градини са полейци за всеки изряден плод. Аз съм приготвила пълна кошница за теб, моя любов, за да ти дам разкошен пир от любов под небето!

Аз бих искала да ми бъдеш брат, мой истински малък брат. Бих могла да те изведа навън да играеш и игриво да те целувам, когато пожелаеш. Но след това бих могла да те взема за ръка и да те въведа вътре и ти да ме научиш и да споделиш с мен

твоего разбиране за живота. Как желая след това да ме положиш до себе си и да ме любиш.

Суламка към жените от двореца:

Заклевам ви да не се опитвате да събудите любовта ми, докато тя самата не пожелае да се събуди. Колко чудесно е, когато тя разцъфти на времето си.

Суламка към царя:

Спомняш ли си къде започна нашата любов? Под приказното дърво на влюбените, разбира се, където започва да пораста всяка любов и след това ражда дете, не без родилни болки. И нашата любов не започна без болките на раждането. О, любими мой, направи ме твое най-скъпоценно притежание, почиващо безопасно в твоите ръце, близо до сърцето ти. Истинската любов е силна и безрезервна като похода на смъртта. Истинската любов не престава да се грижи и никога няма да се откаже от възлюбения, както гробът не изхвърля мъртвия.

Огънят на истинската любов никога не може да се угаси, защото източник на неговите пламъци е сам Бог. Дори потоци от буйни води ако го залееят, пламъците пак ще се разпалват. От всички дарове на света тази безценна любов е най-скъпият и се притежава само от онези, на които свободно е дадена. Защото никой човек не може да я купи с пари, дори най-богатият на света.

Царят към Суламка:

Помниш ли как беше дадена на нас?

Суламка към Царя:

Любов моя, аз искрено вярвам, че бях приготвена за нея много преди даже да съм мечтала за романтика. Спомням си, че една вечер чух моите братя да разговарят. Това беше наскоро след като баща ми почина; те бяха загрижени да ме възпитат правилно, да ме приготвят за далечния ден на женитбата. Те бяха като стая, пълна с бащи, обсъждащи какво да правят с тяхната единствена дъщеря. Накрая те просто решиха да ме наказват и ограничават, да не върша нещо нередно, а да ме възнаграждават и насърчават, ако съм добродетелна. Колко съм благодарна, че ги улесних. Аз виждах, дори когато бях съвсем млада, че искам да се запазя за един най-скъп мъж в моя живот.

А след това дойде ти. И всичко, което бях желала, го намерих у теб. Ето ме и мене -- работеща ежедневно в лозето, което моите братя бяха наели от теб. И ти се "появи", мина край мен и ме видя. Ето как започна нашата любов.

Спомням си, когато работех в това лозе, 1000 динара отиваха за теб, а 200 динара -- за тези, които се грижеха за плодовете му, които също бяха за теб. Сега аз съм твоето лозе, любими мой, и с радост давам всичките 1000 динара от моята стойност на теб; аз ти се отдавам напълно, като не задържам нищо от моята вяра, моите мисли, моята загриженост и моята любов. Но скъпи мой Царю, нека не забравяме, че 200 динара принадлежат на онези, които се грижат за плодовете на моето лозе, които са за теб. Колко трябва да бъдем благодарни на моето семейство, което помогна да се приготвя за теб.

Царят към Суламка:

Скъпа моя, чийто дом е ароматна градина, всеки слуша твоя глас, но позволи ми да го слушам насаме.

Суламка към Царя:

Побързай тогава, любими мой. И бъди пак като сърне или като елен върху хълмовете на моите благоуханни гърди. (Целият текст е взет от "Song for Lovers" от Крейг Гликман. С разрешение от IVP – САЩ)

## Рецепта за великолепен брак

АКО сте прочели и възприели принципите на живот в любов, които обсъждахме дотук, то вие сте готови за моята рецепта за великолепен брак.

Рецептата включва поредица от практически действия за съпрузи и съпруги; те не са сложни, но са резултатни. Тя се нарича "НАЙ-ДОБРОТО" и представлява четири положителни елемента, които ще променят, който и да е брак. Това не са четири стъпки, които трябва да се опитат веднъж, а четири мерки, които трябва да се вземат едновременно и да се повтарят постоянно. Ако е необходимо, те могат да бъдат изпълнявани от всеки партньор поотделно. В много случаи единият от вас ще трябва да направи първата крачка без някакво обещание за единодействие от другия. Така че, ако искате възможно най-добрия брак с другаря си, който сте избрали, тогава дайте на партньора си най-доброто:

Благословение

Назидание

Споделяне

Докосване (В англ. език от първите букви на тези четири думи се получава думата "НАЙ-ДОБРО".)

1) Благословение

Вероятно никога не сте мислили, че благословието в брака може да бъде представено като практически елемент. Принципът на благословието е библейски и на християните им е заповядано да го практикуват, най-вече като отговор към някого или като предизвикателство. Научаването на това важно умение за отговор ще ви преведе през трудните моменти, които се появяват във всеки брак, и ще донесе мир на развълнуваните води на вашето взаимоотношение. Практикуването на благословието слага край на потока от остри думи, които развалят толкова любовни отношения, и това е само началото на полезните неща за вас.

Думата благословение в Новия Завет (enlogia) е основана на 2 гръцки думи; en, което означава "добро" и logos -- "дума". Първият начин да благословиш своя брачен партньор и да говориш добре за него или за нея, е да отговаряш с добри думи, дори когато речта на партньора ти става груба, упрекваща или наскърбителна. Господ Исус ни даде добър пример, който сме съветвани да следваме: когато го ругаеха, в отговор Той не ругаеше, а когато страдеше, не изрече заплахи, а остави себе си на своя Небесен Отец. По същия начин, казват Писанията, трябва и ние да живеем. Съпругата, описана в Притчи 31 гл., получава похвала, защото е благоразумна и доброжелателна. Яков предупреждава за навика от устата ни да излизат и благословения, и проклетии, като че ли сме извор, който излива смесица от чиста и горчива вода. А ап. Петър ни съветва, ако обичаме живота и искаме да видим "добри дни", ние ще пазим езика си от изговаряне на каквото и да е зло.

За да изпълните всичко на практика, вие имате силата да благославяте вашия брак чрез думите, които казвате на вашия партньор. Можете да благославяте и като се научите кога да мълчите.

В Писанията се намират още три страни на благословието. Вие благославяте, като отдавате практически благоденствия, просто като вършите добри неща за някой човек. Кога за последен път сте направили нещо мило за вашия партньор само за да му доставите удоволствие -- не от задължение, а като дар на благословение? Това трябва да бъде ежедневно част от вашия брак.

Вие благославяте, като показвате благодарност и оценяване. Каквото и добро да откриете у вашия партньор, кажете му го гласно. Благодарете на партньора си и на Бога.

Накрая вие благославяте, като призовавате Божието благоволение в молитва. Колко се молите за вашия партньор? И на каква база? Така че на вас да ви бъде по-удобно? Или молитвата е за доброто и благословението на партньора ви?

За да обобщим, вие благославяте вашия партньор и брак по следните четири начина: 1) чрез вашите добри и любящи думи, които говорите на него и за него; 2) чрез вашето поведение на практика, което показва любяща благодетелност към него в дребни и големи дела; 3) чрез предаване вашето отношение на благодарност и оценяване към него; 4) чрез вашата молитва към Бога за него. Добри думи... любезни действия... и застъпническа молитва за вашия партньор.

Благославянето в неговата пълнота ще извърши чудеса, когато се приложи в брака ви. Независимо как се държи с вас вашият партньор, отговорът ви трябва да бъде благославянето. Писанията ни казват, че Господ закриля и почита съпруга или съпругата, които винаги прилагат библейските принципи. Обещани са ви добри дни като резултат на благославянето. Господ е обещал да те пази и да слуша молитвите ти. И като благославяте партньора си, вие се отдръпвате от пътя, за да може Бог свободно да действа в живота му.

Ако всичко това помага на един затруднен брак, помислете колко добър може да стане той, ако и двамата започнат да се благославят един друг!

## 2) Назидание

Назидание, библейски термин често използван в Новия Завет, който се отнася до изграждане на индивидуалности. Въпреки че християните могат да бъдат назидавани чрез проповядване, аз не препоръчвам този смисъл на назиданието на вашия брачен партньор. Когато веднъж предложих на една съпруга да започне да назидава своя съпруг, тя каза уплашено: "Да не искате да кажете, че трябва да му проповядвам?"

Аз побързах да я уверя, че не съм имал предвид проповядване; че под назидание разбирам изграждане личността на съпруга, насърчение във всяка област на живота, повдигане на самочувствието му така, че да се засилва способността му да обича и да дава от себе си.

Елизабет Барет Браунинг изразява сбито, с няколко думи принципа на назиданието в писмото си до мъжа, за когото е щяла да се омъжи: "Увеличавай любовта си, за да се увеличава моето достойнство." Когато говорим за назидание, ние имаме предвид една растяща любов, изразена в положителна насока, която повдига достойнството на възлюбения. Това е голям дар, който можете да дадете на вашия партньор.

Ние можем да оценим психологическите подзначения на назиданието, като разгледаме корена на думата. Английската дума за назидание идва от латинската *aedes*, чието оригинално значение е огнище или камина. За повечето от нас думата камина предизвиква асоциации за уютна топлина, любовно единение и вероятно особен покой. Огнището е било център на всички дейности в древните времена, единственото място на светлина и топлина в дома, място, където е бил приготвян ежедневният хляб. Разбира се, това е било място, където хората са се събирали заедно, утешавали са се, подкрепяли са се от грубостите на живота.

В съвременния брак процесът на назидание заема подобно място по важност в емоционален смисъл. Като изучаваме Новия Завет, ние виждаме, че в пасажите за назиданието се преплитат три златни нишки: Насърчение на личността, даване на вътрешна сила, установяване на мир и хармония между личностите. Например:

"И тъй, нека търсим това, което служи за мир и за взаимно назидание" (Римляни 14:19).

"Всеки от нас да угажда на ближния си с цел към това, което е добро за назиданието му" (Римляни 15:2).

"Затова насърчавайте се един друг, както и правите" (I Солунци 5:11).

I Коринтяни 8:1 обобщава същността на назиданието: "Любовта назидава."

А как вие изграждате вашия другар? Внимателното изучаване на новозаветните принципи и примера на Песен на Песните показва, че съпругът и съпругата имат свои собствени начини за назидание. Накратко, съпругът назидава съпругата си, като я възхвалява. Съпругата назидава съпруга си чрез любящата си отзивчивост към него.

В Ефесяни 5 гл. се заповядва на мъжете да се грижат и обичат жените си. Това се изпълнява поне отчасти чрез гласна похвала и насърчение. Съзнанието за нейната хубост зависи преди всичко от това, какво мисли нейният съпруг за нея. Тя се нуждае да бъде подхранвана емоционално чрез похвали, а не да бъде критикувана, особено в онези области, където се чувства най-несигурна и уязвима. Тя има нужда да бъде обгърната с любов публично, а показател за това е поведението на съпруга ѝ към нея пред обществото. Можете да бъдете сигурни, че една истински красива жена непременно е била закриляна и обгръщана с любов от съпруга си, който е показал чувствителност към нейните специални потребности.

Помнете, че назиданието изгражда и никога не руши. Така че любовта дава на вашия партньор свобода да расте и да се развива като личност без страх от провал и наскърбителни упреци.

Някои съпрузи, които са успели да се отърсят от критикуването, все още не са научили изкуството да хвалят съпругите си. Казано е: "Най-добрият начин да правиш комплименти на съпругата си е често да ги правиш." От друга страна, взаимоотношенията умират и поради това, което не казвате. Те просто пресъхват!

Назиданието започва в мисловния живот, където се прилага. Филипяни 4:8: "Ако има нещо добродетелно и ако има нещо похвално -- това зачитайте" (в англ. -- с това да се занимава твоя ум). Мислете за качествата, които считате за привлекателни у вашия партньор -- всяко положително качество, което притежава. Нека думите на устата ви да се управляват от този принцип: Тези думи ще изградят ли, или ще разрушат? След това се запитайте: Какво мога да кажа на партньора си точно сега, което да назидава, изгражда, насърчава, подсилва и донася мир?

Според Библията, съпругата назидава съпруга си най-добре чрез поведението си към него. В пълния смисъл на думата в гръцкия Нов Завет на съпругата е казано да уважава, да се възхищава, да благоговее, да почита, да зачита, да се прекланя, да цени, да възхвалява и дълбоко да обича своя съпруг. Това е представено като нейно постоянно задължение и оригиналният език на Библията посочва, че тя ще бъде лично облагодетелствувана, като прави това.

Бог е проектирал брака така, че съпругът да е зависим от одобрението на своята съпруга, високо оценяване, което тя показва към всичко, което той ѝ дава, и изразяването на уважение към неговата мъжественост. Обидно е, когато съпругът критикува съпругата си. Също толкова обидно е, когато съпругата критикува това, което нейният съпруг върши за нея.

И съпругът, и съпругата имат страхотна нужда от насърчение чрез дума, специално внимание, зрителен контакт и нежен допир, за да ги крепи като развиващи се, уверени личности. Психолозите наричат това "лечебно внимание". Ние го наричаме "назидание".

Новозаветната гръцка дума за "назидavam" ни напомня за един съществен факт. Това е ojkodomeo, комбинация от 2 думи -- ojkos, което значи семейство, дом или къща,

и демо, означаваща градя. Докато вие се назидавате и изграждате един друг, вие същевременно градите заедно дом. Никога домът ви няма да бъде такъв, какъвто трябва, докато не практикувате назиданието. Вие пръв започнете това!

### 3) Споделяне

Ние вече обсъждахме този трети елемент от изграждането на великолепен брак. Бихте могли да се обърнете отново към 9 и 11 гл. Аз бих желал да наблегна още веднъж на няколко точки. Колкото повече начини на общение намерите един с друг, толкова по-силна ще стане любовта ви. Споделянето трябва да обхване всички области на живота ви -- вашето време, дейности, интереси, отношения, идеи, скрити мисли, духовния вървеж, семейни цели и намерения и т.н.

Споделянето изисква да отдадете себе си, да слушате партньора си, а като живеете живота заедно, да развивате чувствителност към моментите, предоставящи възможности за задълбочаване на любовта между двама ви.

Представете си това като едно смело и рисковано откривателско пътешествие заедно, тъй като вие ще откривате интересни нови територии в другия чрез споделяне на все по-задълбочено ниво.

Това също е библейски принцип. Съпругът и съпругата трябва да станат една плът. Книгата Деяния на апостолите ни казва, че всички вярващи бяха едно сърце и една душа, даже имотите им бяха общи. Ако това споделяне е могло да стане сред група хора, колко по-голяма е възможността за получаване на единство в сърце и душа между двама души, които искат да изградят любов в техния брак!

### 4) Докосване

Ако дотук сте чели внимателно тази книга, вие вече ще знаете какво значение има физическият допир за всяко човешко същество. Ние сме създадени от Бога със стотици хиляди микроскопични нервни окончания по кожата, предназначени да усещат и да приемат любовния допир. Нежното докосване ни подсказва, че сме обичани. То може да уталожите нашите страхове, да успокои болката, да донесе утеха или да ни даде блажено задоволство от емоционална сигурност. Като (възрастни) зрели хора, докосването продължава да бъде съществено средство за общуване с онези, които обичаме -- съзнателно или не. Нашата потребност от любвеобилен допир е нещо естествено и нормално и ние никога няма да я превъзмогнем.

Но след като допирът е толкова приятен и ценен, защо е необходимо да съветваме двойките повече да го практикуват? Отговорът се крие в нашата култура. Западната цивилизация е високо сексуална, но не гледа благосклонно или изобщо отделя допира от секса. Това се отнася особено за мъжете, тъй като в днешно време има само три вида допир, които са приемливи -- ръкостискане, спортове на агресивния контакт и половото общуване. Мъжете са склонни да се обръщат към секса всеки път, когато чувстват някаква нужда от близост. Не е за учудване защо специалистите считат, че прекаленото ни отдаване на секса в това общество в действителност е израз на нашата дълбока, незадоволена потребност от топлотата, сигурността и интимността на несексуалния допир.

Онези от вас, които започнат да практикуват в своя брак физическия допир във всичките му приятни несексуални форми, ще открият, че може да имат полово общение малко по-рядко, но ще му се наслаждават много повече. Сгушване и притискане, спане в близост един до друг, споделяне на чувства чрез обикновено докосване ще задоволят много от емоционалните нужди, които се надявате, че сексът ще снабди. В същото време този образец на чувствителна близост осигурява една усладителна прелюдия към цялостното сексуално взаимоотношение, като приготвя емоционално пътя към чудесното време, прекарано заедно.

Трябва да подчертая, че дори ако приложите всички останали принципи, които съм ви дал в тази книга, това няма да ви ползва много, докато не се научите да се докосвате един друг често и с радост по несексуални начини. Физическият контакт е много съществен при изграждане чувството на любов. Може да приемете това като сериозно предупреждение, че в повечето случаи брачната изневяра не е чак толкова търсене на секс, колкото е търсене на емоционална интимност. Писанията посочват, че докосването на жена разпалва любовен пламък, който трябва да бъде нещо естествено в брака. Ако желаете да разгорите този пламък във вашия собствен брак, тогава започнете да показвате любовта си чрез физически допир.

Благославяне... Назидание... Споделяне... Докосване... -- рецепта от четири точки за великолепен брак! Но рецептите са полезни само когато се вземат по указания. Като домашен лекар съм разбрал, че някои от моите пациенти не вземат рецептите или не следват техните предписания. При следващата визита, когато няма подобрение, истината излиза наяве.

При вашия личен случай, ако добавите тези четири елемента към брака си според указанията, вие скоро ще усетите невероятно подобрение. Често чувам следните думи от устата на щастлив съпруг или съпруга: "Тя действа! Рецептата "Най-доброто" наистина действа!"

За да сте сигурни, че прилагате правилно тези принципи, аз искам да ви дам допълнителна помощ за всеки един елемент. Този път ще започнем с най-простия -- докосването, -- а ще завършим с по-предизвикателната част от рецептата -- благославянето.

Двадесет и пет предложения за докосване

1. Когато се срещат, младите хора едва издържат да стоят отделени. Повечето семейни двойки са забравили каква наслада носи физическата близост! Така че отделяйте време нощем (най-малко веднъж седмично) да се научите да се наслаждавате на несексуално галене на тялото. Определете си среща напред във времето. Предвкушайте удоволствието и покоя заедно.

2. Споделете си къде искате да бъдете докосвани и вида допир, който ви доставя удоволствие. Обикновено лекото докосване е най-трепетно. Бъдете изобретателни в начините на галене.

3. Помнете целта -- да установите добър емоционален климат на топлина, любов и привързаност, а НЕ да започвате полово общуване. Ако по-късно достигнете до секса, защото и двамата го искате -- добре. Но вие се нуждаете да се научите да се наслаждавате на несексуалния допир.

4. Показвайте си един на друг как предпочитате да ви държат. Целувайте партньора си по начин, по който вие искате да ви целуват -- не да критикувате предишното, а да споделите нещо, което вашият партньор не е усещал преди.

5. Употребявайте лосион или бебешко масло при галене на тялото; използвайте някакъв гел, когато докосвате по-чувствителните области на тялото. Физическото галене трябва да бъде приятно.

6. Опитайте с галене (не гъделичкане) на краката си. За почти всички хора това е приятна и неопасна форма на общуване с допир. Някои хора мият, подсушават и мажат нежно и бавно един на другиму краката си.

7. При тези процеси много е важна чистотата.

8. Някои вечери се къпете или вземайте душ заедно. Нека това ви стане едно безгрижно и чувствено занимание.

9. Американците вършат всичко с бързана, включително и любенето. Но за да изучите изкуството на изразяване топли чувства, ще трябва да позабавите ход. Ако



това, което правите, се приема добре, отделете време да му се наслаждавате. То може да се превърне в най-добрата част от деня ви.

10. Галете гърбовете си. Обърнете специално внимание на задната част на шията точно на линията на косата и областта непосредствено над кръста.

11. Утвърждавайте едно позитивно отношение (отношение на "да", вместо "не"). Ако някои ласки или избраното място не ви е особено приятно, внимателно насочете партньора си към това, което желаете. Никога не казвайте: "Престани да правиш това!" или нещо подобно. Поведението ви трябва да предразполага.

12. Общувайте с топлота. Научете се да бъдете наясно с вашите собствени чувства и тези на вашия партньор. Съсредоточете се в изразяване на вашата любов посредством докосването. Милвайте лицата си в здрача, като чувствувате все по-осезателно своя партньор, и изразявайте любов чрез допира на пръстите.

13. Направете така, че и двамата да имате равни възможности да давате и да получавате. Радвайте се да доставяте удоволствие един на друг.

14. Когато галите, нека докосването ви бъде бавно, нежно, внимателно, като изразявате колко много се наслаждавате на тялото на партньора си -- на всяка частица от него. Когато хората имат негативно самочувствие от някоя част на тялото си, за тях е по-трудно да общуват свободно със своя партньор. Помогнете на другаря си да осъзнае, че всяка част от неговото или нейното тяло е приятна, привлекателна и желана от вас.

15. Развивайте положително чувство към собственото си тяло, дадено ви от Бога. Това е библейско! Разсъждавайте върху Псалм 139. "Ще те славя, защото страшно и чудно съм направен; чудни са твоите дела. И душата ми добре знае това" (139:14).

16. Общувайте гласно по време на упражненията, като си казвате един на друг какво специално ви харесва и как се чувствате от това.

17. Спете през нощта с колкото е възможно по-малко дрехи. Дрехите са само препятствия, когато се докосвате.

18. Практикувайте да дишате заедно, в ритъм, като лежите и двамата обърнати на една страна, единият -- притиснат към гърба на другия, ръката му -- върху корема му, за да прецени дишането и да уеднакви ритъма. След това си сменете местата и опитайте отново.

19. Старайте се да си лягате по времето, по което вашият партньор си ляга всяка вечер.

20. Отделяйте всяка вечер по 15-30 минути да лежите прегърнати в мрака, преди да се унесете в сън. Шепнете си, като споделяте съкровени мисли и дребни приятни преживявания от деня. Избягвайте спорните и негативни теми. Това е време за изграждане на интимност и отдаване на сън. Ще свикнете да си споделяте неща, които при други случаи не бихте споменали. В прегръдката на другия обидите и разочарованията от деня изчезват. По това време може да се молите заедно или просто да си отпочивате в уюта на физически чувстваната любов.

21. Създайте си приятен навик да бъдете в някакъв физически контакт, докато заспите, например докосване на ръката или крака.

22. Започвайте деня с няколко минути на ласки, притискане, преди да станете от леглото. Съпругът може да каже на съпругата си колко добре изглежда и колко му е приятно да е близо до нея. Съпругата може да се сгуши в прегръдката на мъжа си и да му каже, че ѝ се иска да не се разделят тази сутрин. Просто бъдете близо един до друг и се наслаждавайте на нежния физически контакт. Това ще направи разбудената от будилника утрин далеч по-приятна, така че отделяйте от времето си няколко минути за това, макар и на двамата да ви се налага да ставате и да тръгвате за работа.

23. Дръжте се често за ръце. Мислете различни начини, на които може да се наслаждавате просто като си държите ръцете, и различните чувства, които ще предадете.

24. Научете много начини за физически контакт през седмицата. Докосвайте се, когато разговаряте, и поддържайте зрителен контакт. Сядайте близо един до друг в църквата. Целувайте се дори когато нямате повод за това. Прибавяйте разнообразие към вашите целувки, допир и любовно потупване.

25. Докато гледате телевизия, сядайте близо един до друг и използвайте времето за малко физическо общуване. Една разумна съпруга би се сгушила до съпруга си, когато той реши да гледа футболен мач, даже и ако изобщо не я интересува програмата. Тъй като много хора прекарват доста време пред телевизора, то не бива да бъде пропиляно, щом като поне физически са заедно.

И една последна дума за докосването -- дори да практикувате всичко друго от тази книга, но не се докосвате често и с любов, от вашия брак ще липсва тръпката на романтичната любов. От вас зависи да добавите искрата.

Творческа гледна точка за споделянето

1. Нека да отправим поглед към двама възлюбени, чиято любов е устояла, благодарение на споделянето.

Ние разговаряхме надълго и нашироко... за справедливостта между влюбените и за това, как да стане любовта ни устойчива. Мислим, че това, което излезе от нашия разговор, не беше нищо по-малко от главната "тайна" на устойчивата любов -- споделянето.

"Да видим -- казахме си ние -- какво е това, което привлича двама души към близост и любов? Разбира се, че съществува мистерията на физическото привличане, но над нея стоят нещата, които те споделят. Ние и двамата обичаме ягоди, кораби, колита (порода кучета -- б.пр.), поезия и всичко красиво. Всичко това ни свързва. Тези общи неща просто съществуват, но това, което трябва да правим сега, е да споделяме всяко нещо. Всичко! Ако някой от нас харесва нещо, другият трябва да разбере какво е то. Всяко нещо и за единия, и за другия. По този начин ще създадем хиляда нишки -- големи и малки, които ще ни свържат в едно. Тогава ще станем толкова близки, че ще бъде невъзможно, немислимо за някой от нас да предположи, че би могъл да създаде такава близост с някой друг. И нашето доверие един към друг ще бъде основано не само върху любов и вярност, но и върху факта за хиляди споделяния -- хиляди нишки, сплетени в нещо неразделимо."

Докато разговаряхме, нашият ентузиазъм нарасна. Почувствахме, че пълното споделяне е тайната към вечната любов. И, разбира се, ние бихме могли да се научим да харесваме всяко нещо, стига да желаем. Със споделянето ние ще създадем не само едно невероятно приятелство, но и ще запазим магията на влюбването. И от година на година ще става все по-дълбоко. Ние ще станем по-близки вероятно от всяка друга двойка. Каквито и бури да дойдат, каквито и промени да донесат годините, скалата на близостта, изградена от всички наши споделяния, ще устои. 1

2. Сега преценете творчески къде можете да споделяте във вашия брак. Погледнете на вашия съвместен живот в тези четири области:

Обща земя. Помислете за всички неща, които действително споделяте сега. Как можете да им се наслаждавате още повече?

Поделена земя. Части от вашия живот, най-вече работата и отговорностите, могат да бъдат поделени. Освен това можете да имате различни интереси, от които вашият партньор никога няма да бъде пряко заинтересован. Как можете да прехвърлите мост между двете пропасти, за да споделите вашите отделни светове? Чрез общуване? Чрез пълно разбиране и окуражаване?

Нова земя за единия. Какви интереси можете да започнете да проявявате поради това, че вашият партньор ги харесва? Ако развиете нов ентузиазъм, за да си подхождате с другаря си, животът ви ще стане по-интересен от всякога.

Нова земя за двамата. Какви нови, всепоглъщащи интереси можете да създадете заедно?

Горните редове могат да подтикнат вашето мислене, като планирате творчески по-значимо споделяне във вашия брак. Ето как Рик и Силия -- една двойка, женени от години, са преразгледали своя подход към споделянето:

"Ние трябваше да започнем с признанието, че има някои страни от нашите характери, които никога няма да бъдат съвсем свързани" -- казва Рик. "Аз обичам да пробягвам 1-2 мили на ден -- колкото по-горещо е слънцето, толкова по-добре. Силия обича да седи на сянка, с ролки на главата, и някаква книга с поезия. Аз чета сериозни четива, докато тя -- каквото ѝ попадне. Аз съм учен-изследовател, а тя е начална учителка. Но в разговор ние можем да споделяме дори нашите различия. Ние започваме да споделяме повече за работата и интересите, които всеки от нас има. И все повече се гордеем съзнателно с другия. Силия изработва красиви предмети на изкуството и аз настоявам да ги употребяваме в нашия дом. Знам, че тя уважава моята работа в метеорологията и аз ѝ разказвам за нея, защото тя винаги изглежда заинтересована. От друга страна, тя донася въкъщи проблемите си от класната стая и ние обсъждаме кой е най-добрият начин за разрешаването им. Често се молим заедно за децата, които имат проблеми. Удивително е колко близки могат да станат двама души, като си споделят своите различни светове."

"Аз се заинтригувах от фотографията -- казва Силия, -- защото това е едно любимо хоби на Рик. Той толкова много ме е учил, а това задоволява нуждата ми от творчество. В този процес сме направили много изнурителни излети с него, защото обичаме да фотографираме красотите на планинските пътеки. Сега заедно учим нещо ново -- каране на ски в различни местности. Друг свят, в който присъстваме двамата, е класическата музика."

"Тази зима Силия предложи да четем заедно трилогията на Толкин "Господарят на ринга" -- по една глава всяка вечер -- казва Рик. -- Това беше чудесна идея да споделяме един с друг удоволствието от тези книги."

"Рик никога не се е интересувал много от игрите на маса -- усмихна се Силия, -- но се научи да ги играе, защото аз ги харесвам."

"А Силия си върна услугата, като се присъедини към мен в организирането на нашите финансови дела в определена система, което изисква много писане -- добавя Рик. Сега ние вършим домакинската работа и подреждането на двора заедно, а не отделно и си говорим, докато работим. Споделянето започва да ни става навик -- хубав навик. Колкото повече го правим, толкова повече го желаем."

Планът за споделяне на всяка двойка ще бъде различен. Само бъдете сигурни, че имате план. Естествената наклонност е да си вървите в различни пътища. Споделянето помага да създадете една непоклатима любов.

#### Девет начина за назидание

1. Вземете твърдо решение никога повече да не упреквате своя партньор с дума, мисъл или дело. Това може да ви се струва невъзможно, но не е. То просто е решение, подплатено с дела, докато ви стане навик, който не бихте променили дори и да можете.

2. Изучавайте своя партньор. Бъдете чувствителни към областите, където вашият партньор се чувства непълноценен, и помислете за начини как да го изградите най-вече в това отношение.

3. Всеки ден мислете за положителните качества и поведение, които цените у вашия партньор, и които ви възхищават.

4. Постоянно изказвайте похвали и високо оценявайте вашия другар. Бъдете мили, внимателни, щедри. Вие назидавате с казаната дума.

5. Опознайте талантите, способностите и данните на вашия партньор. Показвайте респект към работата, която той или тя върши.

6. Съпрузи, показвайте на съпругата си публично и насаме колко е ценна за вас. И не изразявайте възхищение от друга жена. То никога не е назидателно за вашата съпруга. Вниманието ви да бъде съсредоточено върху нея!

7. Съпруги, показвайте на съпруга си, че е най-важната личност във вашия живот -- винаги. Търсете неговото мнение и ценете неговото отсъждане.

8. Откликвайте един на друг и физически, и с лице. Лицето е най-изразителната и отличителна част от една личност. Вашият другар иска да ви вижда усмихнати, с искрици в очите.

9. Винаги изказвайте най-голяма любезност един към друг. Вие трябва да бъдете МВЛ (Много Важна Личност (б.пр.)) и във вашия собствен дом!

Библейски съвети за благославянето

Не връщайте зло за зло или обида за обида, а благославяне, защото за това сте призвани, за да можете да наследите благословение. Защото:

"Който желае да обича живота и да види добри дни,  
нека пази езика си от зло и устните си от лъжливо  
говорене.

Нека се отклонява от злото и върши доброто.

Нека търси мир и се стреми към него.

Защото очите на Господа са върху праведните и ушите му към техните молитви.

Но лицето на Господа е против ония, които вършат зло"

(I Петрово 3:9-12).

Това новозаветно писание с цитирания от апостол Петър пасаж от Псалм 34:13-17 е много ясно. Бог е призвал всеки християнин към живот на постоянно благославяне на другите чрез (1) думи; (2) държание. Това означава постоянно да благославяме членовете на нашето семейство и най-напред нашия брачен партньор. Благославянето с думи и дела се изисква от нас най-вече като отговор на всяко зло държание или обидна реч. Като прилагате това във вашия брак, разбирате, че никога нямате каквото и да е оправдание да говорите на партньора си презрително, гневно или измамно. Лошото държание на вашия партньор никога няма да ви извини в Божиите очи за вашето. Ако вие не благославяте, Бог казва, че устата ви ще ви донесе повече неприятности на вас; вие ще се лишите от благословенията, които Той е планирал за (теб) вас. И обратно, Неговото лице ще бъде отвърнато от вас (т.е. нищо, което опитвате във вашия брак, няма да успее).

Отплатата за благославянето е също така ясно изказана: Бог ще погледне на това, че ние сме благословени от Него (независимо какво прави нашият партньор); че ние ще обичаме живота и преживеем добри дни; че Той ще бди над нас с особена закрила; и че той ще чува и ще отговаря на нашите молитви.

Ние имаме възможност да избираме между няколко начина на живот. Често се колебаем между тази и онази пътека, като се чудим какъв ще бъде изходът. В този случай ние знаем. Ако изберем дисциплинираната пътека на благославяне в нашия брак (пътека, по която твърде малко хора вървят!), това ще промени напълно живота ни, ще му даде смисъл. Ние знаем това, защото Бог го е казал.

Пътят е прост, макар и предизвикателен, и може да бъде следван от всеки, който използва духовните източници на Господ Исус Христос. Ето и насоките:

Негативни:

- 1) Пази езика си от зло и устните си от лъжливо говорене.
- 2) Отвърщай се от злото.

Позитивни:

- 3) Върши добро.
- 4) Търси мир и го следвай.

По-подробни съвети могат да се намерят в Римляни 12 гл.:

"Благославяйте ония, които ви гонят; благославяйте и не кълнете. Радвайте се с ония, които се радват; плачете с ония, които плачат. Бъдете единомислени един към друг. Не давайте ума си на високи неща, но предавайте се на скромни неща; не считайте себе си за мъдри. Никому не връщайте зло за зло; премисляйте за това, което е добро пред всичките човеци. Ако е възможно, доколкото зависи от вас, живеете в мир с всичките човеци. Не си отмъстявайте, любезни, но дайте място на Божия гняв, защото е писано: "На мене принадлежи възмездието, аз ще сторя въздаяние, казва Господ." Но "ако е гладен неприятелят ти, нахрани го; ако е жаден, напой го. Защото това като правиш, ще натрупаш жар на главата му". Не се оставяй да те побеждава злото, но ти побеждавай злото чрез доброто" (Римляни 12:14-21).

Накратко:

Благославяй и не кълни оня, който ти създава неприятности.

Разбирай се с партньора си.

Живей в хармония със своя другар.

Не мисли, че си по-добър(а) от партньора си.

Не действай с гордост и самомнение.

Не връщай зло за зло (дори в най-незначителната подробност).

Внимавай да вършиш това, което партньорът ти счита за право.

Доколкото зависи от теб, живей с мир в твоя брак.

Никога не си връщай.

Постоянно върши добри неща на твоя партньор, независимо как ще ти отвърне.

Не се оставяй да бъдеш победен от злото. Вместо това побеждавай злото чрез добро!

## Преместване на бариерите

ЕДИН американски генерал е казал: "Единственият начин да спечелиш една война е да я предотвратиш."

Като брачен съветник аз повтарям тези думи, когато работя с двойки, които са в открита война. Никой не побеждава. Никой не може да победи. Но враждебността продължава, а съпругът и съпругата се държат като върли врагове!

В други семейства враждата се намира под повърхността, също така реална, макар и полускрита. През дългия път те ще бъдат еднакво мъртви, ако не го осъзнаят и изпитат навреме.

Нека да ви задам един въпрос. Има ли някаква вражда във вашия брак, която стои между вас и щастието, за което копнеете? Понякога съветвам двойки, при които или съпругът, или съпругата не допускат, че не изпитват нищо друго освен безразличие. И чак след задълбочено разсъждаване те осъзнават, че тяхното безразличие е пряк резултат от покрит, затрупан гняв, който е довел до депресия, вцепенила всичките им емоции -- и щастливите, и нещастните. Важно е да се разбере,

че отрицателното отношение представлява психическа енергия, която не може да бъде игнорирана или скрита. Тази психическа енергия е сила, която трябва да бъде разчистена. Когато някой се опитва или да я поддържа, или да я покрие, за това се изисква толкова много емоционална сила, че човек бива изтощен и поради това депресиран.

Ние описваме несравнимата радост, която изпитват съпругът и съпругата, които се обичат с пълнота от любов агапе, романтика, принадлежност, нежно приятелство и физическа задоволеност, преливащи в чудесна интимност.

Сега трябва да предупредим, че тази любов не може да вирее заедно с негативни отношения и лоши чувства в едно сърце -- гняв, горчивина, злоба, гордост, разочарование, отчаяние, враждебност (прикрита или не). Ако застанем срещу тези неща и работим върху тях в собствения си живот, не само ще предотвратим една неприятна война, но и ще отворим пътя към големи благословения. А едно от тях, което не е маловажно, е влюбването, което сте смятали вече за невъзможно във вашия брак.

Ние ще се съсредоточим единствено върху вашите отношения, а не върху тези на вашия партньор. Когато вие се промените към по-добро, това ще предизвика удивителен ефект върху вашия другар.

Бих искал да си представите образно вашите негативни отношения като бариери, преграждащи пътя, който води към истинско любовно взаимоотношение. Бариерите разделят и държат настрана; те пречат и забавят прогреса. Но те не са задължително непреодолими. Така че, ако негативните отношения са пуснали корен във вашето сърце, аз искам да ви помогна да застанете лице в лице с тях и да ги преместите, за да може да се разчисти пътят на любовта. Тези отношения действуват под различни имена, защото хората реагират различно. Една съпруга изповяда, че толкова се е разгневила на съпруга си, че е имала желание да го удуши, докато е спял. Друга се е оттеглила в ледено озлобление, вследствие на което сега казва, че не би могла да му се отзове, даже и да беше идеален!

Каквото и име да дадете на вашето негативно отношение, общият знаменател ще бъде същият -- непростителен дух, който може да ви ограби от всичко, което прави живота добър, ако му позволите да продължи.

"Но, д-р Уит, аз съм оправдан(а) за моите чувства -- протестираат понякога някои съпрузи. Вие не знаете как се държат с мене."

Отговорът ми е, че въпросът не е в това. Вие лично сте се изправили пред избор. Нека да ви го кажа, за да можете да вземете съзнателно, рационално решение. В противен случай вие ще се спуснете към избор почти несъзнателно; решение, основано на емоции, лишено от логика и от подкрепата на Божието Слово.

Ако искате брак изпълнен с любов, вие не можете да си позволите лука на раздразнението, самосъжалението или гнева. Непростителността към вашия другар в каквато и да е форма (включително закрилящия щит на недоверието) ще бъде смъртоносен полъх за любовта. Ако решите да се прилепите към вашите лоши чувства, те ще осакатят брачното ви взаимоотношение и същевременно ще вземат своите жертви -- вашето физическо здраве и добро емоционално състояние.

Разбира се, всички нормални хора желаят здраве, щастие и любов в своя брак. Но често не знаят как да се справят с миналото; какво да правят с техните негативни отношения, как да се освободят от раздразнението или как да разпознаят негодуванието си, прикрито под пласта на депресията. Много хора не знаят как да прощават и мислят, че е много сложно и даже невъзможно. Но не е така. Бог никога не иска от своите деца да правят нещо, за което Той не е осигурил нито указания, нито сила за изпълнение.

Ще ви споделя два принципа, които ще ви помогнат засега. Първо, ти не трябва да бъдеш управляван от своите чувства. Второ, ти не си безпомощен пленник на своето минало.

Ето някои от основните възражения, които хората имат, когато им се каже, че трябва да простят. Техният отговор е нещо такова:

"Може би е така, но аз никога не мога да почувствам простителност към моя съпруг след това, което той направи." Или "Бих искал да простя на моята съпруга, но не мога да променя чувствата си. Не мога да променя миналото." Тези хора изповядват състояние на робство. Те обрисуват себе си като поробени от собствените си чувства, като пленници на събития от миналото. А християните вече са били освободени! Исус каза: "Ще познаете истината и истината ще ви направи свободни... Ако Синът ви освободи, ще бъдете свободни наистина" (Йоан 8:32,36). Ако си християнин, който уповава само на Исуса Христа за своето спасение, точно сега ти си по-свободен, отколкото можеш да си представиш!

Дори светските съветници променят невероятно техния подход по начин, който е много повече в съответствие с библейските принципи. Съветниците не отдават изключително внимание на чувствата на пациента; много от тях се съсредоточават върху държанието на човека. Най-успешните съветници повече не се занимават с това, как са се държали с пациента в миналото; вместо това те наблягат на настоящето -- тук и сега, -- и то със значителен успех.

И така, започнете със съзнанието, че имате контрол върху своето поведение. Това има значение, защото доказан факт е, че чувствата се променят, както се променя държанието. След това трябва да разберете, че Бог никога дори не ви е молил да промените чувствата си. Той никога не прави това. В целите Писания Той ни казва за начина, по който иска ние да се държим и да мислим. Тъй като Той ни е създал, Той знае твърде добре, че когато мислим и се държим правилно, с течение на времето у нас ще се появят правилни чувства. Вие трябва да съзнавате, че Бог не ви моли да развивате чувство на простителност към вашия другар, но Той ви моли да вземете решение (независимо какво чувствате) да му (й) простите.

Има ли Бог себични изисквания към нас? Едва ли! Той иска да прощаваме, защото знае, че това ще бъде в наша полза. Като Бог, който обича тебе и мене с бащинско сърце, Той желае най-доброто за нас. Това най-добро включва духовна и душевна пълнота и физическо здраве, което извира от дух на простителност.

Има ли Бог безпричинни изисквания? Нека никога да не забравяме, че Бог пръв ни прости по начин, който не можем да пренебрегнем или да не одобрим. Когато Исус Христос беше отхвърлен, несправедливо обвинен, подиграван, руган, измъчван, след това прикован на кръст, за да изпита най-агонизиращата смърт, която омразата може да изобрети, Той се молеше: "Отче, прости им..." Бог иска от теб и от мен нещо далеч по-малко от това. Ако някой някога е имал право да бъде огорчен, това е Исус Христос. Но Той не беше. Вместо това Той прости и постави образец на простителност за всички негови последователи оттогава нататък. Помнете, че всяка Божия заповед носи в сърцевината си обещание. Тъй като Той заповядва: "Прощавайте, както Христос прости" (Кол. 3:13), решението да правиш това се придружава със способност да прощаваш.

Простителността съдържа три стъпки: 1) Използване на вашата свободна воля да направите избор за прощение. 2) Осмислено държание по начин, който Господ ни е показал в Библията, че е правилен. 3) Уповаване на Него да извърши своята част, като ви обновява ума и ви дава нови, променени отношения.

Първа стъпка: Изборът да прощаваме

За да ни помогне да направим избор да прощаваме, Господ ни дава едно настоятелно предупреждение в Посланието към евреите: "И направете за нозете си прави пътища, за да не се изкълчи куцото, но, напротив, да изцелее. Търсете мир с всички и онова освещение, без което никой няма да види Господа. И внимавайте да не би някой да не достигне до Божията благодат; да не би да поникне някой горчив корен, та да ви смущава, и мнозинството да се зарази от него" (Евреи 12:13-15).

Онзи, който се прилепява към мизерията на непростителния дух, ще осакати живота си, ще окуее, предупреждава Бог. И не само този човек ще си навлече неприятности от корена на горчивината, изтласкващ добрите неща от живота му, но също така и много други ще бъдат наранени.

Думата "горчивина" в гръцкия Нов Завет е *rikias*, която извиква представа за срязване, убождане, пробиване, като същевременно е нещо остро, проникващо. Това има жива връзка с усещането за измъчване и то е всъщност, което причинявате на себе си и на възлюбения(ата) си, когато отказвате да простите.

Радиобиблейският учител Чарлз Суиндол представя това като да се заключиш в концентрационен лагер, направен от самия теб. Кори Тен Бум го описва, като че ли седиш през деня в много тъмна стая с плътни завеси, които не допускат слънчевата светлина и свежия въздух.

Вие действително ще страдате по свой избор, докато не решите напълно да простите всяка неправда, извършена на вас. Това може да бъде едно голямо нещо или с години натрупвани дребни неща, водещи до някакво голямо негодувание. Със сигурност това ще ви коства нещо; това коства на Бога много повече, отколкото можем да си представим, когато ни прощава. Но веднъж като направите избор, ще откриете, че сте направили голяма крачка към свободата, емоционалното здраве и духовния растеж. Вие сте дошли до това, което псалмистът нарича "по-просторно място". Когато решите да простите на своя съпруг или съпруга напълно и от цяло сърце, за която и да е и за всички грешки, вие ще се намерите в "царството на любовта". Не познавам никого, който да е съжалявал по-късно за тази стъпка.

Веднага след като решите да простите с ума си и с волята си, и да предадете това на Бога, вие освобождавате и себе си, и онзи, който ви е наскърбил, от властта на миналото. След това, каквото и да се е случило, си остава миналото и повече не може да бъде емоционален факт. По един реален начин вие сте открили раната на Великия Лекар и ще разберете, че Неговата любов, излята върху раната, лекува така, че повече няма да чувствате нараняването.

Припомнете си думите, които Господ Исус използва, за да опише Неговото служение. Той казва: "Духът на Господа е върху мен, защото Той ме е помазал...да пусна на свобода угнетените" (Лука 4:18). Тука Той ни предлага както освобождение, така и изцеление. Няма угнетение нито емоционална рана във вашия брак, която Господ да не може да излекува, когато решите да простите и да предадете това и вашето последващо държание на Него. Никаква омраза не може да ви държи в плен, когато изберете свободата. Никакво негативно отношение не може да ви владее, когато го отправяте да си отиде, като акт на послушание към Господ Исус Христос. Неговата любов просто надвива старите раздражения. То е като повдигане на засенчването и отваряне на прозореца в онази мрачна стая. Слънчевата светлина нахлува и разпръсква тъмнината от всеки мрачен ъгъл. Въздухът е свеж, приятен и ободряващ.

Втора стъпка: Променяне на твоето държание

Ние намираме втората стъпка на простителността, изразена синтезирано в Ефесяни 4:31-32: "Всякакво огорчение, ярост, гняв, вик и хула, заедно с всяка злоба, да се махне от вас. А бивайте един към друг благи, милосърдни; прощавайте си един на друг, както и Бог в Христа е простил на вас." Време е да надникнем в Библията и да



видим какъв модел на поведение ни препоръчва Господ, а след това да започнем да го изпълняваме. В този пасаж от Писанията Бог показва процеса, в който първо се прави избор да се отстранят негативните отношения, след това се приемат положителните отношения и положителното държание, обобщени в инструкцията: "Бъди любезен. Бъди сърдечен. Имай простителност."

Същността на любезното поведение към твоя партньор е да се отнасяш с него (нея) точно както искаш да се държат с теб. Любезността, изразена към лошото поведение на партньора ти, със сигурност съдържа тези доказателства за прощение. Ти никога няма да използваш срещу него миналото. Никога няма да говориш за неговото минало или за миналото на някого друг. Никога няма да отдаваш мислите си на това. Ако мимоходом си помислиш за него, веднага ще си спомниш, че е простено, точно както Бог е простил на теб за много по-лоши неща.

Аз искам да наблегна на тази точка, за да няма погрешно разбиране. Когато в действителност простиш, твоето държание ще се промени. Трябва да се промени. Идва ми на ума за един съпруг, чиято жена му е изневерила преди години. Той казва, че ѝ е простил. Но и до днес поведението му към нея ясно показва, че ѝ няма доверие. Очевидно този съпруг никога не е прощавал на съпругата си истински и тя чувства това. Можете да си представите колко е трудно за любовта да вирее в такава среда.

Да простим, значи да кажем сбогом завинаги на болката от миналото и да се отървем от нейните резултати в настоящето. Това ни довежда до третата фаза на простителността.

Трета стъпка: Обновяване на ума

Сега е времето да забравите миналото и да се придвижите към бъдещето. Това е възможно, като позволите на Бога да извърши Неговата част на обновяване на ума ви чрез Божието Слово, и така да замени негативните с добри отношения, което ще благослови брачната връзка.

Както вече разгледахме, тази способност миналото да остане назад, принадлежи на Божиите хора. Целият християнски живот е настояще и бъдеще. Бог е наредил така, че християнинът винаги може да започне от мястото, където се намира в момента, да живее живота по нов начин -- Божия начин. Колко е утешително да знаем, че е невъзможно да забъркаме нещата толкова зле, че Бог да не може да ги обърне за наше добро. Трудно е да разберем как може Бог (привидно) да започне наново с нов план от този момент, но Той може и Той желае. Той винаги отговаря с пълнота от любов на нашите усилия да следваме Неговите съвети. Библейският принцип е, че вярната любов на Господа никога не пресъхва. Неговите милости никога не свършват. Те са нови всяка сутрин. Голяма е Неговата вяроност! (Вж. Плачът на Еремия 3:22-23.)

Така че напълно е възможно да кажем заедно с апостол Павел: "Едно правя -- като забравям задното и се простирам към предното..." (Филипяни 3:13). Забравям... простирам се. Това е пътят за продължаване, след момента на прощението, към царството на любовта, за да живееш там през останалата част от живота си.

Сега може би се чудите какво да правите с негативните отношения, които вашият партньор държи -- бариерите, които той (или тя) е издигнал срещу свободното действие на любовта. Вие трябва да поемете инициативата и да търсите нейното (неговото) прощение. Най-напред престанете да правите това, което причинява отчуждение между вас. Покажете с думи, дела и отношение, че съзнавате къде не сте на прав път и искате нещата да се оправят. Никога не използвайте думата "ако", когато говорите на партньора си за това положение. Признайте своята грешка и помолете за прошка. Това е много по-ценно, отколкото да кажете: "Ако съм те обидил(а) нещо, извинявай." Внимавайте много да не прехвърлите някаква вина за проблема върху своя

партньор. Като карате другаря ви да се чувства виновен, правите най-лошото нещо, което може да се направи, когато искате да възстановите любовта във вашия брак.

Ако след всичко това вашият другар не откликне веднага, продължавайте да показвате чрез своето постоянно държание с любов, че от ваша страна е простено и сте се отдал(а) на любов към партньора си до края на своя живот. Помнете, че прощението може да започне като едностранно действие. Така че нека да започне от вас!

И сега, независимо от всичко което казахме, вие все още може да имате известни ограничения в ума си относно обхвата на простителността. С други думи: "Аз мога да простя всичко друго, но никога не бих простил(а) на партньора си изневярата." Или "Никога не бих простил(а) на моята съпруга за това или на моя съпруг за онова..." Подредете всевъзможни неприятни, немислими ситуации в някакви рамки. Каквито и имена да им давате, аз съм се сблъсквал с тях и съм консултирал хора с такива проблеми -- обикновено християни. Грехът си е грях и всеки човек може да извърши грях. Над това трябва да се работи и да се прости, независимо какво е и от каква категория. Ако се чувствате горчиво разочарован от вашия другар, това отношение също е сигнал, че трябва да вземете решение да простите. Помнете, че Божията благодат се отнася за всяка категория. Божията любов се отнася за всеки вид проблем. През многото години на съветничество съм виждал, че никоя ситуация не е толкова трудна или толкова шокираща, че Бог да не може да възстанови брака и да донесе слава на името си в този процес.

Много хора мислят, че от всички грехове, блудството автоматично разрушава брака. Не, единствено женитбата за някой друг разкъсва брачната връзка. Според Библията блудството не бива да бъде по-разрушително за вашия брак от всеки друг грях. Аз съм виждал изненадващо много християнски семейства, атакувани от изневярата. Също така съм виждал много от тях, възстановени по такъв начин, че тяхното взаимоотношение е станало много по-добро отпреди.

Скоро един пастор ми каза във връзка с някои разстроени бракове: "Единствено Бог би могъл да излекува тези взаимоотношения!" Това е вярно, но Бог може да излекува, когато хората са готови да прилагат Божието Слово към тяхната ситуация. Когато сте готов да простите и да оставите своите негативни отношения, Бог ще бъде повече от готов да ви излекува и да обнови любовта. Той е чакал през цялото време.

## Как сами да спасите брака си

ТАЗИ глава е предназначена за специална група читатели -- онези, които желаят да спасят своя брак на всяка цена, дори ако трябва да го направят сами, без помощта на техния партньор. Фактически партньорът им може усилено да се стреми към развод.

Ако вие сте от тази група, тогава действително ще ви считам за специални. Първо, чрез вашата позиция вие показвате посвещение на неизменността и свещенността на брака, което Бог зачита. Второ, имате кураж да застанете с лице към вашите собствени проблеми, вместо да бягате от тях или да се криете зад фалшива гордост. Трето, вие показвате зрелост, при която дори и да нямате отговор, можете да решите да обичате със силна любов, което е трудно и реалистично, разумно и целенасочено, напълно посветено на доброто на партньора ви.

Християнският психиатър Пол Мейър смята, че има "само три избора за всеки човек, чийто брак не е щастлив: 1) развод -- безотговорен избор; най-големият провал; 2) пасивност спрямо брака, без да се работи за подобряването му -- друго незряло

решение, но не чак толкова безотговорно както развода; 3) зряла готовност да изгражда един интимен брак -- единственото разумно решение".<sup>1</sup>

Във вашия случай е дошъл часът на истината, тъй като партньорът ви вероятно вече е изключил втората възможност и избрал първата, без да помисли за третата. Въпросът е, какво ще правите вие? Да се поддадете на натиска на светския начин на мислене и на моментните емоции? Или ще направите избор, базиран върху увереността във вечните истини на Писанията?

Въпросът е на много по-високо ниво, отколкото някой може да си представи. Един избор води до горчивината и разрухата на развода, също както и пропуснатите възможности за благословение. "Разводът е по-болезнен от смъртта -- каза ми една жена с пресипнал от болка глас, защото никога не свършва реално." Д-р Мейър счита, че когато двойките бягат от своите проблеми, като се развеждат и женят за други, "тогава нещастниците стават четирима вместо само двама... Защо се разпространява нещастieto? -- пита той. -- Несполучливите бракове са заразни! Много психологични изследвания показват, че когато двойки с невротични семейни взаимоотношения се развеждат, независимо от добрите им намерения, те почти винаги се свързват със същия тип невротични взаимоотношения, които са имали преди."<sup>2</sup>

Когато изберете пътя на безвъзвратното посвещение на вашия другар и на вашия брак, независимо колко затруднени изглеждат вашите взаимоотношения, вие ще намерите избора, който води към любовта агапе, мир и личностно израстване. Това са само някои от наградите, тъй като възможностите са много добри и вие ще можете да се радвате на благословенията, които Бог е искал да подари на вашия брак още от самото начало.

Не искам да кажа, че лекуването на един брак е лесен процес, когато единият партньор оказва съпротива. Но в крайна сметка, имате ли някакъв по-лесен избор? Разкъсаната връзка е болезнена, каквото и да правиш за нея. Както апостол Петър посочва в неговото Първо послание, много по-добре е да страдаш (ако изобщо трябва да страдаш) за това, че си вършил добро, отколкото за това, че си вършил нещо лошо. Той пояснява, че Божието благоволение осиява върху онзи, който търпеливо страда, ако е необходимо, за да извърши Неговата воля. Посрещането на вашите брачни проблеми по библейски е плодно, а не безполезно и каквато и болка да изпитате, ще бъде по-безвредна от дълготрайните последствия на развода.

"Думата развод трябва да бъде изхвърлена от речника на хората, които се женят", казва една жена, чийто брак е възстановен, защото Божият начин е много по-добър за всеки, който е готов да го опита."

Друга жена, размишлявайки върху бурните събития от последната година, които са я тласнали към емоционално и духовно израстване, докато е "обикнала съпруга си отново", казва: "Знаете ли, всичко това ми беше от полза. Сега аз съм друг човек. Това беше смиряващ процес, но си заслужава!"

Един мъж разказва: "По времето, когато се опитвах да спечеля любовта на моята съпруга и да запазя семейството ни, понякога толкова ме съсипваше отблъскването, че не чувствах нищо друго, освен решимост да върша каквото Библията казва и да оставя резултатите на Бога. Единственото нещо, в което бях сигурен, беше, че Бог някак си ще обърне нещата за мое добро, защото го е обещал в Неговото Слово. Аз никога не съм си представял любовното преживяване, което Той в действителност ни даде. Наистина Той прави много повече, отколкото можем да поискаме или да помислим!"

Тези разкази за отминали проблеми са окуражаващи, но аз разбирам, че чувствата, които изживявате в момента, съвсем не са приятни. Много други са били там, където сте вие сега, и могат да потвърдят това, през което вие минавате: шок,

нараняване, отхвърляне, емоционално объркване, изкушение в огорчение и, разбира се, натиск от всички страни, което понякога ви кара да се откажете.

Моето сърдечно намерение в тази глава е да ви помогна да проясните вашите мисли, да стабилизирате емоциите си и да се научите да се държите по един постоянен, целенасочен начин, което ще спаси вашия брак и ще донесе по-голям обхват на любовта във вашето взаимоотношение.

И така, ако сте готови да се посветите на брака си, като се облегнете на вечните принципи и обещания на Божието Слово, можете да го вземете присърце и да позволите надеждата да порасне пропорционално на вашето посвещение.

Обратното на това което светът вярва, един човек може да спаси брака. Фактически повечето хора, които съм съветвал, влизат в тази категория. Даже когато идват и двамата, обикновено единият влачи другия, чиито думи трябва да бъдат измъквани от устата, и само единият реално се интересува от изхода.

Брачният консултант Ан Кристин Керъл казва: "Ако мислите, че няма надежда, защото вие сте единственият във вашата връзка, който се интересува от сплотяването на брака, вие грешите!" Тя добавя: "В моя опит повечето разстроени бракове получават нов живот, нова жизненост главно от загрижеността единствено на едната страна."<sup>3</sup> Това също е и моя опитност. Виждал съм много семейства спасени, когато само единият партньор прилага библейските принципи с пълно посвещение на другаря и на брака.

Някои бракове не са били спасени обикновено поради това, че единият е убеден, че нищо не може да промени партньора му, че отдавнашният проблем на алкохолизма или финансова безотговорност или каквото и да е не може да бъде разрешен, така че той или тя се отказват. Понякога желанието на единия от партньорите за развод развива такава здрава емоционална привързаност у другия човек, че връзката не се прекъсва и брака се спасява. Често обаче желанието за развод се изпарява, докато делата се отлагат, и неверният партньор благодари на посветения си другар за твърдата му позиция и за запазването на брака. В някои случаи единият партньор, притискан от семейни и "верни" приятели, затаява дълбоко в себе си огорчение към другия, окуражаван в злобата от родителите и дори понякога от църковни членове, така че усилията за помирение може да бъдат безполезни.

Но в голямото мнозинство от случаи изходът зависи пряко от способността на посветения партньор да се отнася търпеливо в съответствие с библейските принципи, отредени от Автора на брака. Така че в буквален смисъл всичко зависи от вас. Вие не трябва да очаквате партньорът ви да извърши нещо конструктивно за брака, ако той или тя иска да напусне.

Проясняване на вашите мисли

Когато Библията казва "Препашете се през чреслата на вашите мисли" (I Петрово 1:13), това означава да държим мисловните си сили в състояние на будна готовност за подходящи действия. Ти трябва да направиш това без отлагане. Господ често предоставя възможност за едно тихо, необезпокоявано библейско изучаване и молитвено размишление върху Божия план за твоята ситуация. През това време може също да научиш някои важни неща за себе си. Когато един съпруг напусна дома си, неговите родители с обич помогнаха на съпругата, като гледаха децата за няколко седмици, докато тя умствено и духовно се подготви за предстоящите предизвикателства.

Една млада съпруга имаше намерение да разтрогне брака си, но една приятелка от нейния клуб я доведе при Господа. "В началото знаех само два стиха от Писанията -- каза съпругата, -- но те бяха точно тези, от които се нуждаех: Бог не е човек, та да лъже (Числа 23:19) и: За Бога няма невъзможно нещо (Лука 1:37)."

"Имайки тези истини за основа, аз започнах да изучавам Библията, като усърдно се стараех да извлека Божието намерение за брака и всичко, което Той казва за него. Аз разбрах за себе си, че ако съм се подчинявала на Него, щях да съм отдадена на моето семейство и на моя съпруг, макар че той се беше увлякъл по друга жена и бяхме пред прага на развода.

Вземането на това решение не направи нещата в началото по-лесни емоционално, но то ми показа ясен път за действие, а сложността на ситуацията намалю, защото аз не бях вече объркана! Аз отказах да подпиша документите за развод. Бях събрала доказателства за другата жена и за изневярата на моя съпруг. Унищожих ги всичките. Повече не се нуждаех от тях."

Професор от Чикагския университет описва тази дилема с познатия цитат: "Липсва ни език да учим кое е право и кое грешно." Но за християнина, вярващ в Библията, който се намира в такава изпълнена с емоции ситуация, няма такъв проблем. Езикът на Бога относно развода е достатъчно ясен за всеки читател. Например:

"Защото, казва Господ, Израилевия Бог, Аз мразя напускане и оногова, който покрива дрехите си с насилие, казва Господ на силите. Затова внимавайте в похотите си да не би да постъпите невярно" (Малахия 2:16).

"А Той в отговор рече: Не сте ли чели, че Онзи, който ги е направил, направил ги е отначало мъжко и женско, и е казал: "Затова ще остави човек баща си и майка си и ще се привърже към жена си и двамата ще бъдат една плът." Така щото не са вече двама, а една плът. И тъй, онова което Бог е съчетал, човек да го не разлъчва" (Матей 19:4-6).

Докато се опитвате да получите яснота в мислите си относно вашата семейна ситуация, погледната в светлината на учението на Писанията, аз ви предлагам да препрочетете първите 5 глави на тази книга и да изследвате Писанията, които се занимават с брака. Нека ви припомним още веднъж вечния принцип, върху който почива дадената библейска консултация:

Божията воля за всяка брачна двойка е да се обичат един друг с едно всепоглъщащо духовно, емоционално и физическо привличане, което продължава да расте през техния съвместен живот на земята.

Трябва да бъде кристално ясно, че Бог възнамерява да обрисова в тебе и твоя другар любящата връзка между Христос и Неговата църква и да бъдеш нащрек относно заместителите, които понякога се промъкват във вакуума на затруднените взаимоотношения. Очевидно изневярата и разводът са пътища, които се отклоняват от Божия план и благословение. Но когато се отдадете на възстановяване на любовта във вашия брак, можете да бъдете сигурни, че силата на Неговата воля в този процес ще бъде задействана за вас.

Важно е да запълните ума си с положително библейско съдържание -- библейски съвети, проповеди и поучения; добри книги и касети с библейско изучаване; приятели, които ще ви поддържат при вашето посвещение на брака ви. Трябва да приемате истини от онези, които са предадени на неизменността на брака -- така, като казва и Библията. И не слушайте никого друг! Изградете си ясно виждане по този въпрос, както Притчи 4:25-27 заповядват:

"Очите ти нека гледат право напред. И клепачите ти нека бъдат отправени право пред тебе. Обмисляй внимателно пътеката на нозете си и всичките ти пътища нека бъдат добре уредени. Не се отбивай ни надясно, ни наляво. Отклони ногата си от зло."

Ти трябва да утвърдиш това пълно умствено отдаване на истината или ще бъдеш залят от вълните на човешките мнения и лоши съвети, понякога от привидно религиозни хора.

Един млад мъж дойде при мен смутен, тъй като му бяха казали да не прави нищо за връщането на неговата съпруга. Казано му било да се съсредоточи върху общуването

си с Бога. Аз му казах: "Това е вярно, но ти ще угодиш на Бога само когато правиш това, което Библията казва, че трябва да правиш. Ти трябва да бъдеш напълно в унисон с Божието Слово. Ние нямаме никаква друга перспектива в този живот. Когато сме в пълна хармония с Божието Слово, тогава можем да си почиваме и Бог е свободен да работи с нас. Той винаги действа с нас на базата на информацията, която имаме от Неговото Слово. Така че колкото повече познаваш Словото на Бога относно брака, любовта и Неговото отвращение от развода, толкова по-подготвен ще бъдеш да оставиш Бог да върши докрай делото си и да имаш пълнотата на Неговия път в живота си."

"Аз трябва да заема позиция по въпроса за външното въздействие -- каза ми една съпруга. -- Всички са загрижени да ми дават съвети за моя брак. Не бих желала да го обсъждам с хора, които имат небиблейско гледище, или хора, които се опитват да ме настроят срещу моя съпруг; или такива, които ме карат да се самосъжалявам и поддържат слабост в мен. Повече не мога да си позволя да съм заобиколена от светски приятели. Те рутят устойчивостта ми, срутват и съпруга ми. Може да имат добри намерения, но водят в грешна посока. Искам да съм с хора, които ще стоят с мен и ще ме подкрепят, ако се препъна."

Когато умът ви е улегнал, мислите изяснени и посвещението направено, ще разберете, че повече не се облягате на благоволенieto на външни събития и не реагирате на всяко възникнало обстоятелство с нова болка и объркване. Вместо това вашата гледна точка става: "Ще продължа, независимо от обстоятелствата, защото това е Божият начин. Аз мога да разчитам на Неговата мъдрост и мога да уповавам на Него за резултатите от действията, базирани върху Неговото Слово."

"Моята позиция спрямо брака вече не се основава на това, какъв ще бъде изходът-- каза ми една жена. -- Хората настояват да оставя съпруга си, да се откажа от него, тъй като е направил живота ми жалък. Казват ми, че заслужавам някой по-добър, че няма да ми е трудно да намеря някой друг, който да ме обича. Моят отговор е, че бракът е свещен, неотменим, че аз съм се посветила на брачния обет, аз съм една плът с моя съпруг и така ги шокирам! Казвам им, че дори ако краят на нашия брак не е щастлив, пак няма да съжалявам за позицията, която съм заела. Ще зная, че съм взела правилно решение и съм следвала единствено възможния за мен курс. Ще съм направила всичко, което бих могла.

Но упованието ми не е в това, което правя. То е в Бога и Неговото Слово. Той има съвършен, любвеобилен план за моя живот и е достатъчно мъдър и мощен да го изпълни, ако аз се съюзя с Него чрез следване на Неговите съвети. Така че аз ще продължавам да се покорявам на Нему в моя брак и ще оставя резултатите на Него. Спокойна съм за това."

Стабилизиране на вашите емоции

Като лекар аз често познавам кога един брак има трудности, защото моите пациенти идват при мен за нещо, което да облекчи тяхната силна изнервеност. Една жена, чийто съпруг беше много увлечен по друга, дойде при мен убедена, че е на границата "да изгуби ума си". Тя се страхуваше, че няма да може да го преживее и беше поръчала на свекъра и свекърва си да държат децата далеч от другата жена, ако нещо се случи с нея. Нейната душевна болка действително беше страшна.

Месеци по-късно аз бях удивен от промяната в тази жена -- пъргава, самоуверена, привлекателна, уравновесена в мисленето и говоренето, тя изглеждаше, като че ли има пълен мир. Въпреки че нейните семейни проблеми не бяха изцяло решени, но съпругът ѝ се беше завърнал у дома и те работеха заедно за изграждането на истинско любовно взаимоотношение.

"Преди да можеше да ми каже, че ме обича, даже преди да се беше върнал у дома, той беше впечатлен от промяната в мен -- обясни тя.-- Той беше толкова объркан, че мирът и стабилността, които аз бях намерила, го привлякоха много силно към мен. (Тя отвори Библията си.) Знаете ли, че Притчи 5:6 казва, че пътищата на блудницата са непостоянни? Моят съпруг разбра това! Контрастът с духовната зрелост, която аз имах, спечели неговото уважение и го накара да желае да бъде с мен."

"Как си обясняваш тази промяна в теб?" -- попитах аз, въпреки че бях сигурен в отговора.

"Господ ме промени чрез Божието Слово -- каза тя. Като че ли потъвах и Словото беше спасително въже. Аз прекарвах часове всеки ден с Библията. Като начало Господ ми показа, че съм била такава съпруга, каквато трябва да бъде. Аз престанах да се чувствам измамена и несправедливо третирана; дори не можех да обвинявам моя съпруг, че е търсил друга, за да го направи щастлив, след като аз самата не съм била каквато трябва. Разбрах, че трябва да се променя и Словото ми показа как.

След това Господ ми показа, че не мога да изпитвам огорчение към другата жена. Горчивината се стопи. Изпитвах любов. И през цялото време обещанията на Словото Божие ме стабилизираха, даваха ми устойчивост да посрещам всеки нов ден. Когато понякога нещо се случеше, което приличаше на безпощадно връщане назад, аз можех спокойно да отида при Словото, да го изучавам и да разбера новия урок, на който Той ме учеше.

Както знаете, когато всичко това започваше, аз трябваше да имам някого, на когото да мога да телефонирам по всяко време на денонощието, за да разговаряме, тъй като бях така уплашена, наранена, отчаяна. Но дойде време, когато се научих да отивам право при Бога. Искаше се време да достигна до това, но то е най-голямото благословение за мен от цялото това преживяване. Научих, че всичко, от което се нуждая, е Господ!"

Свидетелството на тази жена посочва пътя към емоционалната стабилност за всеки, който се нуждае от това, а повечето хора, които са разделени в семейството си, се нуждаят от Него неимоверно много.

В статия от едно списание -- "Лети с помощта на уредите" Глория Оукс Пъркинс сравнява миговете на изпитание и емоционална нестабилност в живота на вярващите, с облаците, мъглата и бурите, през които минава пилотът на самолета. Отговорът и при двата случая е да летиш изцяло с помощта на уредите.

"Когато нямам никакъв визуален контакт със земята, когато не се вижда хоризонтът, стабилност може да се постигне единствено, като разчиташ на това, което онези скали ще ти кажат -- пише тя.-- Което е истина за пилотите в небето, същото се отнася и за вярващите в трудностите на живота, когато нормалните условия за стабилност изглеждат са изчезнали в облаци от мъка и объркване. Рано или късно всеки вярващ минава през период(духовно и емоционално), когато ще трябва да "лети с помощта на уредите".

Когато пилотира в гъста мъгла, пилотът не може да бъде сигурен за посоката, докато не се довери напълно на своите уреди. Когато лети при гръмотевични бури, непременно ще настъпи объркване и мракът вътре в облаци ще заплашва да го дезориентира. Понякога ще му се струва, като че ли отива надолу или нагоре, или се обръща обратно. Но той не може да разчита на чувствата си. Може да има доверие единствено на показанията на скалите, така че пилотът трябва да се доверява на контролните уреди в бурно време и да концентрира ума си върху индикаторите.

Паралелът с християнина който изпитва трудности е ясен. Неуправляемите чувства... могат да причинят катастрофа, ако човек не пази стабилността си чрез фактите на Божието Слово... Всяко обещание в Словото Божие е като скала, която дава

информация, за да го стабилизира в специфичната ситуация...С ежедневната практика човек се научава да не се паникьосва, а да вярва в съответната истина от Библията, която подхожда специално за неговите обстоятелства. Някои се научават от опит да не се борят с чувствата си, а да отвърнат погледа си от тях и да гледат към "уредите" на Словото Божие, на което изцяло може да се разчита.

Други откриват, че ако се задържат в най-бурното време, независимо колко е разрушително, здраво закрепили ума и сърцето си с великите истини на Словото и с очи, отправени към самия Бог, накрая ще прорежат градоносните облаци и ще полетят отново в ясната, спокойна атмосфера."<sup>4</sup>

Това е начинът, по който можете да постигнете емоционална стабилност, независимо от ситуацията.

Как да се обичаме

Нека разгледаме поведението, което трябва да имате, за да спасите брака си. Вашето предизвикателство е да се научите да обичате партньора си по такъв начин, че да ви се отговори с любов. Помнете, че ще бъдете обичани, когато обичате, а не като се напрягате да получите любов. Така че внимавайте как обичате. Да обичаме другаря си по Божия начин не означава да се лепнем за него, да се оплакваме или да поставяме изисквания. Ако сте мрачни, ядосани или правите темпераментни изявления, това само ще развали усилията ви. Да обичаме другаря си по Божия начин не означава да играем игри, като се опитваме да възбудим ревност или несигурност, като си играем на дребнавости и отмъщения или някакви други подходи, които може да сме използвали в пубертета, но които са крайно неподходящи в брака.

Препоръчвам ви да прочетете I Коринтяни 13 гл. Четете я отново и отново, за да научите моделите на поведение, които характеризират искрената любов, която Бог може да използва при лекуването на брака. Запълнете ума и духа си с тези основни методи на поведение, така че да могат да преобразят вашите отношения и да променят действията ви.

Една жена запитала своя съпруг: "Как да ти покажа, че те обичам?" Отговорът бил: "Можеш да бъдеш добра с мен по всяко време, а не само когато си в настроение. Можеш да се отнасяш към мен като с много специален човек. Би могла да ми покажеш, че ме обичаш, като имаш респект и не се опитваш да вземаш надмощие."

А друга жена изрази своето желание по този начин: "Аз искам само съпругът ми да казва винаги, че ме обича и одобрява. Но не само с думи, а и с целувки, внимание, разбиране и закрила. Струва ми се, че всъщност това е начинът, за който Библията говори -- да ме обича по начина, по който Исус Христос обича Църквата!"

Ние всички жадуваме за любов. И искаме осезателно доказателство, че сме обичани. Но все някой от семейството трябва да вземе инициативата и да започне да практикува обичта. Когато се трупаме неразбиране върху неразбиране, това издига стени между съпруга и съпругата и създава трудности. Робърт Луис Стивънсън говори самата истина, като казва: "Ето ни повечето от нас, седнали на прозореца на нашето сърце и режем да дойде някой и да ни обича. След което затваряме прозореца, чието стъкло е боядисано от гордост, раздражение или самосъжаление, така че никой не може да надзърне във вътрешната самота."

Напълно е възможно като двама самотници да плачете отвътре за любов, а в същото време да не сте наясно какви са желанията и чувствата ви. Има само един конструктивен отговор. Трябва да решите да обичате вашия партньор, отначало едностранно, и да показвате това, като задоволявате не само неговите (нейни) потребности, но и желанията.

Накратко, ще трябва да прилагате всички принципи, които разгледахме в предишните глави относно петте начина на любов и как да обичаме. Най-лесният начин



за утвърждаване на успешен навик да се отнасяме с любов е да следваме предписанията на рецептата "НАЙ-ДОБРОТО" от глава 13 на тази книга.

На един от нашите християнски брачни семинари в Южните щати, една семейна двойка на средна възраст дойде при Гей и мен. Те бяха широко усмихнати и явно щастливи. Първите думи на съпругата бяха: "Ние искаме просто да видим хората, на които дължим албума от касети "Живот в любов", който спаси нашия брак!" Един след друг, с грейнали лица, те обясняваха как са се били отказали от брака си, пълен с проблеми, които изглеждали непреодолими. Но после един християнски съветник им дал нашия албум с касети, и те за пръв път намерили надежда. Внимателно следвали нашите предложения стъпка по стъпка и открили, че те действат. Съпругата бръкна в чантата си, извади от несесера си едно картонче и ни го показа. На него тя беше скицирала "НАЙ-ДОБРО" с няколко подточки под всяка точка. Тя каза: "Аз преглеждах това много пъти дневно и все още го използвам ежедневно, за да ми напомня как да обичам. Нашият брак сега е толкова добър -- аз не искам да се връщам отново към стария модел на поведение, който почти го беше разрушил!"

Това трябва да се превърне във ваше ежедневие -- да обичате вашия партньор чрез благославяне, назидаване, споделяне и докосване. То не само поражда любов в отговор, но и ще съживи вашите собствени чувства на любов, ще ги поддържа живи. Получава се така, тъй като чувствата се определят от действията, а не обратното. Ако се отнасяш към някого така, като че ли го обичаш, чувствата неминуемо ще последват не след много време. И като се държите по положителен начин чрез плана "НАЙ-ДОБРОТО", вие ще избегнете емоционалната вцепененост, която в противен случай би се появила в резултат на продължителното отблъскване от страна на вашия другар.

Даже докато прилагате останалите съвети от тази книга, ако сами се опитвате да спасите вашия брак, вие сте в особено положение, което изисква специални мерки и допълнителни консултации. Например как да показвате любовта си, когато партньорът ви е увлечен по някой друг? Или се е преместил от дома? Или посреща враждебно вашата любов? Или напълно ви пренебрегва?

Специалният съвет, който имам за вас, ще обърне всички светски мнения на 180 градуса и ще е противоположен на вашата природа. Но ако искате да спасите брака си, не можете да си позволите да се подавате на гордост или да се превъзнасяте. Няма да можете да изпълните този съвет със свои сили, защото само човек с духовни източници чрез познаване на писаното Божие Слово и пребъдващ в присъствието на Господ Исус Христос, може постоянно и ефективно да върши каквото трябва.

Духовният принцип, който трябва да разберете и да се хванете здраво за него, е следният: "И той (Господ) ми рече: Доволно ти е моята благодат, защото силата ми в немощ се показва съвършена. И тъй с преголяма радост по-добре ще се похваля с немощите си, за да почива на мене Христовата сила...защото когато съм немощен, тогава съм силен" (II Коринтяни 12:9, 10).

В светлината на този принцип, който действа в живота на християнина винаги, когато се прилага, съществува подготовка, която трябва да извършите при целенасочените си усилия да спасите вашия брак.

1) Готовност за най-лошото, като знаете, че имате доволно благодат

При проблемните бракове обикновено партньорът, който желае да напусне, или е увлечен по друг(а), или допуска връзка с някой друг. Затова, когато при мене дойде човек със семейни затруднения, едно от първите неща, които питам, е: "Партньорът ви замесен ли е с някой друг?" Обикновено ми отговарят с неохота: "Да, някак си..."

"Добре -- казвам аз, -- какво бихте направили, ако другарят ви прелюбодейства с друг(а)?"

"Ами -- може да бъде отговорът -- чак дотам не се е стигнало!"

След това обяснявам, че той или тя трябва да бъдат готови за такъв случай. Една съпруга си беше втъпчила, че нейният съпруг (активен християнин) не би могъл да стигне толкова далеч -- до прелюбодейство с друга жена ("приятелка" християнка). Когато истината излезе наяве, беше двойно по-убийствено, защото тя беше напълно неподготвена да се справи с това.

Една друга жена започна да се подготвя емоционално и духовно за изневярата, след като беше чула съветите на Гей на семинара. След време съпругата ни телефонира да ни каже, че скоро след семинара съпругът ѝ признал, че имал дълга любовна история със секретарката си. "Толкова се радвам, че бях подготвена -- каза съпругата. -- Той искаше да остане при мен, но му се струваше безнадеждно, след като знам истината за миналото. Аз бях слушала касетите "Живот в любов" много пъти и бях способна да се справя със ситуацията със спокойствие, любов и простителност. Вече бях насочила ума си върху по-важното -- спасяването на нашия брак. И ще го направя!"

Вероятно прелюбодейството е най-лошият грях, който човек може да си представи, че другият може да извърши. Разумно е да бъдеш подготвен практически, емоционално и духовно за най-лошото. Тогава всички останали проблеми ще бъдат лесни за оправяне, ако те са "всичко", с което трябва да се бориш. Пригответи се за изневярата, като съзнаваш, че прелюбодейството е грях като всички други грехове и тъй като Бог може да прости на този човек, защо да не можеш и ти! Ти трябва да простиш, за да бъдеш свободен да обичаш, да живееш и да се развиваш като личност.

В книгата си "Ключът към любящото сърце", Карен Мейнс много картинно описва връзката между простителността и любовта:

"Ключът за отваряне вратата на заключените стаи на нашите сърца е прощението. Това става единствено когато сме го опитали (...има предвид да си завладян от реалността на прощението, да си в състояние да се докоснеш, да вкусваш и да вдишваш от неговите резултати); тогава намираме ключалката превъртяна обратно, вратата -- широко отворена, прозорците -- също, стаята -- необитавана, пламъците -- горящи в камината. И ето че откриваме -- най-после нашето сърце е освободено за любов. Станало е това, което Творецът е планирал -- място за любов с огромен капацитет."

След като сте простили, трябва да се пригответе да се справите с продължението на тази история и да решите точно как ще я овладеете, дори да повтаряте наум как ще реагирате на някаква ситуация, която може да възникне. Трябва да сте готови да отвърнете с любов, даже ако изневярата продължава. Това не означава, че я оправдавате или не обръщате внимание. Но още в началото на процеса на разрешаване брачните проблеми, трябва да дойдете до ясното съзнание, че не можете да поправите другаря си независимо колко усърдно се стараете. Вашата единствена възможност е да станете съпруг или съпруга, каквито Бог е заповядал в Писанията да бъдете, и да прилагате всеки принцип на поведение от Словото Божие в ежедневните предизвикателства на вашето положение. Вие можете добре да спасите вашия брак. Без никакво съмнение ще се наслаждавате на Божието благословение и благоволение.

Какво ще промени вашия другар? Понякога промяната идва от личното опознаване на Писанията. Един християнин се отказал от своето блудство и се завърнал у дома, тъй като чрез лично изучаване на Библията той осъзнал колко ниско е паднал в греха и колко ужасни могат да бъдат резултатите. Неговата съпруга ми каза: "Мислех, че си е дошъл у дома, защото ме обича. Но той призна, че се е върнал поради послушание на Божието Слово. Отначало това силно засегна моята гордост. Съпругът ми каза: Бог ми е обещал да ме научи да те обичам както трябва. Тогава аз осъзнах колко съм била глупава с наранената си гордост. Благодарна съм на Господа, защото това е най-добрият начин за нас да започнем изграждането на истинско любовно

взаимоотношение. Ако беше се върнал само защото в момента му изглеждам по-привлекателна, тогава нямаше да бъде трайно. Сега и за двама ни силата и надеждата да възстановим нашия брак почива върху Господа."

А как стоят нещата, когато партньорът не се обръща за съвет към Словото Божие? В този случай той (или тя) трябва да види у теб жив, действителен пример за прилагане на Божиите истини при всяко положение. Никога не оставяй впечатлението, че се държиш по този начин само за да промениш другаря си. Ти правиш това, защото Бог е казал така.

В сериозно застрашените семейства обикновено съпругът е, който си отива и се връща у дома, като вероятно прекарва част от времето с друга жена. Въпреки че не е много приятно, но аз съветвам понякога съпругите да приемат това положение за временно, като че ли това е по-приемливо, отколкото пълната раздяла, водеща да разтрогване на брака.

По тази причина на съпруга ви се дава свобода да бъде и в двата свята през времето, докато се опитва да изживее своята фантазия. И ако вие извършвате вашия дял у дома, ясният контраст неизбежно ще изпъкне. "Защото от устните на чуждата жена капе мед и устата ѝ са по-меки от дървено масло. Но сетнините ѝ са горчиви като пелин, остри като изострен от двете страни меч. Нозете ѝ слизат в смърт... тъй че тя никога не намира пътя на живота. Нейните пътеки са непостоянни и тя не знае накъде водят" (Притчи 5:3-6).

Рано или късно това ще стане ясно на вашия съпруг. Вие имате възможност, ако той се връща у дома дори за малко, да му покажете истинската сладост без горчивия вкус, който да остава след това, и милата, сигурна ведрина и спокойствие, които само Христос може да даде. Вашето поведение може да му напомни за голямата радост и достойнство да остане като глава на семейство в контраст със социалната, духовната деградация, която Библията обещава на мъжа, който хвърля жребия си на блудница. Вие няма да постигнете това, като опитвате, а като бъдете любяща, мила съпруга, каквато Бог е определил да бъдете.

Ето защо настоявам при моите консултации всички мъже и жени да избягват раздялата, независимо колко сериозни са техните проблеми. (Единственото изключение е в случайно действително физическо нараняване, при което раздялата да бъде изискана от закона.) Докато и двамата живеете в едно домакинство, вие имате ежедневната възможност да включите в действие мощните библейски принципи. Не подценявайте вашето предимство. Вие сте в позиция да обичате така неизменно, че въздействието върху вашия партньор ще се засилва с течение на времето. Когато прилагате постоянно вечните понятия във вашето ежедневно общение, времето работи във ваша полза при възстановяването на любовта в брака ви. Ако живеете разделени, тогава трябва да извличате полза от всяка обща нишка, която имате -- например децата или работата, за да покажете любов във вашето поведение и отношение.

Правилото е да му изявявате разликата, когато е у дома; направете така, че да е радостен да бъде там! Една жена описва как се е държала със своя съпруг, който бил затрупан от финансови проблеми и се е колебаел между дома и апартамента на друга жена. "Аз бях готова да оставя на съпруга си всичко, което бяхме натрупали (най-вече дългове) -- усмихва се тя. -- Но другата жена го притискаше да напусне дома ни, и му казваше, че ще може да отдели известни средства за децата ни. Помислих си -- той има една жена, която го притиска. Няма нужда от две такива. Така че го оставих на мира, оправих се, без да му искам пари, и не вземах пари от неговите сметки. Първоначално той ме беше поставил мислено в центъра на неговите финансови проблеми, докато другата жена беше олицетворение на свободата му -- фантазия за необезпокоявано начало. Но скоро след това се промени. Той видя, че съм на негова страна,

заинтересована от него и уповаваща на Господа да се грижи за децата и за мен финансово. В противовес на това, тя искаше скъпи мебели и дрехи от най-представителните магазини. Е, не беше приятно да нямам ново палто, а да виждам нея със скъпо спортно яке последен модел. Но трябваше да не обръщам внимание. Знаех, че няма да продължи дълго. И така стана. Сега той е у дома -- завинаги. Нашият брак е върху нова, солидна основа."

Ако в подготовката дойде най-лошото, което би могло да атакува вашия брак, винаги трябва да помните, че хората, пленени от изневярата и въввлечени в извънбрачна история, страдат от един вид временна невменяемост. Те не мислят ясно, често се държат по напълно безотговорен начин и изглеждат извън границите на нормалното поведение. Трябва да разберете, че това се случва. Даже то трябва да бъде прието и разрешено с вашата собствена емоционална подготовка. Както една жена каза: "Докато моят съпруг беше "вън от строя", аз не се опитвах да го разубеждавам. Не го съдех, нито подигравах или изобличавах. Просто го приемах такъв, какъвто беше. През този период аз използвах времето на изчакване, за да раста в Господа. За щастие той се нормализира и сега е много по-мъдър от преди."

Когато съпругата изневерява с някой друг, обикновено се изнася от дома за постоянно или настоява съпругът ѝ да напусне къщата. Аз съветвам съпруга да не се мести. Няма начин той да бъде изпъден от неговия дом, ако поведението му е въздържано и разумно.

Съпругът трябва да бъде подготвен да спечели съпругата си отново. Но тя никога не бива да остава с впечатлението, че той върши това от задължение. Единствено любовта има сила да надделее над бушуващите емоции, които са довели невярната съпруга до това положение.

Например еднократното неблагоприятно поведение на една съпруга, която редовно ходи на църква, става публично достояние. Дълбоко засрамена и емоционално объркана, тя напуска съпруга си и се премества в апартамент, където с чувство на вина, предизвикателност и самотност тя продължава да се вижда с другия мъж. Съпругът ѝ получава съчувствие от всички близки и приятели от църквата. Но невинен ли е той за случилото се? Може би не я е обичал както трябва, преди да се стигне до изневярата? В почти всички случаи потърпевщата страна трябва да понесе известна отговорност за разбиването на брака. В тази ситуация необичайното поведение на съпругата се е развило след загубата на тяхното дете. Съпругът осъзна, че той вероятно не е показал достатъчна чувствителност и разбиране по това време. С една дума, той не е успял да посрещне нейните нужди и желания.

Сега той беше поставен пред избор. Той можеше да я остави да си върви или да я спечели обратно (както направи Осия в Стария Завет), като я възстанови на предишното ѝ почтено място. Аз му припомних два библейски принципа от Ефесяни 5 гл. Първо, той и това момиче бяха интимно свързани независимо дали живеят заедно или отделно. Както църквата е тяло Христово, в известен смисъл съпругата е тялото на съпруга си. Общественото мнение, нейното временно неблагоприятно поведение и глупаво държание не биха могли да променят този вечен факт. Второ, "който люби жена си, себе си люби, защото никой никога не е намразил своето тяло, но го храни и се грижи за него" (Ефесяни 5:28, 29).

Аз посъветвах този съпруг да възлюби отново съпругата си, като я подхранва емоционално и се грижи за нея по всички възможни начини по време на този катаклизъм в нейния живот. "Ако се държиш с нея, като че ли си много благороден и проявяваш благоволение, няма да стигнеш доникъде -- предупредих го аз. Трябва да я убедиш, че я обичаш, че в твоите очи тя е много по-ценна и достойна от всяка друга жена, че имаш нужда от нея и не можеш да живееш без нея."

На друг съпруг приятелите казваха да се моли на Бог да върне съпругата му, а след това да не прави нищо, а да разчита на Бога да извърши нещо свръхестествено.

"Но твоето семейно взаимоотношение трябва да изобразява отношението между Христа и Църквата -- посочих му аз. -- Исус Христос не си остана при Отец. Той дойде на земята от любов към нас и даде всичко, което имаше, за да установи общение с нас. Погледни, Библията казва да обичаш жена си, както Христос възлюби Църквата. Това означава една действена, последователна любов от твоя страна."

Аз казвам на всеки съпруг, който се опитва да възстанови брака си, че трябва да разбере: единственото нещо, което ще засегне отчуждената му съпруга, е да показва убедително и постоянно, че той наистина я желае. Че той не се опитва да я спечели отново, защото така е правилно или е най-добре за децата, или защото Бог го насочва към това. Той трябва да я убеди, че я иска за себе си. Той е осъзнал, че качествата, които тя притежава, са най-желателни за него. Той чувства, че сега е способен да бъде такъв, какъвто трябва. И той е нетърпелив да ѝ покаже, че може и ще я обича.

Забележете, че съпругът трябва да спечели своята съпруга наново, като започне да я обича и да я следва, когато е необходимо. Съпругата трябва да спечели своя съпруг отново, като му отговаря с любов при всяка възможност. Това е в унисон с библейските роли и отредената природа на съпруга и съпругата още от Сътворението.

Съпруг, който е убеден в изневярата на съпругата си, не бива да иска повече информация за случая. Достатъчно е да приеме факта за нейното неблагоприятие. Колкото повече знаете, толкова по-трудно ще бъде да го понесете емоционално.

Както д-р Карлфред Броудрик отбелязва: "В отговор на правото на неинформирания партньор да знае "всичко", разкаяният съпруг(а) много често описва подробностите толкова картинно и детайлно, че трудно могат да се забравят."5

Напоследък консултирам двама съпрузи, всеки от тях решен да изгради ново взаимоотношение със съпругата си след случай на невярност от нейна страна. Но и двамата бяха направили груба грешка да обсъждат историята до най-големи подробности и след това се измъчваха от получената информация.

Като общо правило трябва да има честност между съпрузите и в отговор на пряк въпрос случаят трябва да се признае, но не бива да се разкриват подробности. Кажете на партньора си, че тази тема е твърде болезнена за обсъждане и много повече сте заинтересовани от любовта, която вие двамата можете да имате във вашия брак. Освен ако не ви запитат, никога не изповядайте някоя история от миналото, която може да шокира вашия партньор. В случая изповедта не е добродетелна откровеност, а жесток акт, който носи тежест и предизвиква болка у вашия другар. Запазете знанието за себе си, изповядайте вашата неправда на Бога и разчитайте на Неговото опрощение.

В тази оживена дискусия за начина на справяне с прелюбодейството в брака аз в никакъв случай не подценявам този грях или пък не признавам голямото страдание, което той причинява. Но християните трябва да бъдат най-големите реалисти в света и подкрепени от Христовите източници да посрещат и да разрешават най-сложните проблеми на човешките взаимоотношения. Някои изследователи твърдят, че повече от 50% от американците прелюбодействат. Според моите наблюдения, като домашен лекар от 25 години, това заключение звучи твърде консервативно! Но аз искам да наблегна, че еднократното прелюбодейство или дори връзка за кратко време не бива да разтрогва вашето семейно взаимоотношение. Ако се съгласим с наблюденията на д-р Мейър, следва, че докато раните, причинени от блудството, достигат много надълбоко, то зрелите хора имат удивителна способност да прощават един на друг. Д-р Мейър казва: "Пациенти са ми казвали, че никога не са предполагали, че ще могат да простят на своя другар, ако той (или тя) някога извърши прелюбодейство, докато това не се е случило в действителност. И тогава те остават удивени от способността си да простят."

Те осъзнават колко е силно желанието им да възстановят интимното общение със своя другар."6

И така, когато се изправите пред изневяра на вашия партньор, помнете, че Господ има достатъчно благодат за вас -- не само да понесете или да приемете ситуацията, но също и да се справите.

2) Подгответе се да бъдете "съвършени", като знаете, че имате доволно благодат

Тази информация може да ви се стори шокираща, но ако искате да спасите вашия брак, вие не можете да бъдете само един "добър" съпруг или съпруга. Вие трябва да бъдете съвършени във вашето поведение към партньора си. Трябва да правите и да бъдете всичко, което Библията препоръчва за вашата роля в брака, да бъдете много чувствителни и да избягвате всичко, което ще даде аванс на вашия партньор. И най-малкото невнимание в думи или действия ще даде основание на него (или нея) да се отдръпне от брака. Тъй като раздразнението и преосмислянето са два от ключовите моменти в мисленето на неверния партньор, дори една забележка може да разгори пламъците на стари дрязги и да даде материал за ново осмисляне, което партньорът си изработва за извинение на своето поведение.

Една съпруга каза: "Трябваше да мине известен период от време, докато докажа на моя съпруг, че съм се променила. Той все очакваше, когато се връща, да срещне или моя гняв или скръбното ми мълчание. От години аз все изпадах в някакво настроение, и той не знаеше как ще ме свари. Сега той започва да разбира, че нещо ново е станало и нещата не са, както са били.

Когато говорим за "съвършено" поведение, ние трябва да разберем факта, че Господ е, който прави това възможно, като осигурява образец, цел и сила за основна промяна в нашето държание и отношение. Една съпруга, чиито мъж е алкохолик, каза: "Години наред аз се опитвах да манипулирам ситуацията и да променя със свои сили съпруга си. По природа съм много волева и готова да се боря за това, което искам. Но един ден просто се отказах. Спомням си как се разплаках във ваната и започнах да се моля. Господи, знаеш, че не мога да се справя със собствения си живот. Предавам го на Теб, тъй като разбрах, че не мога да контролирам нищо.

И това беше повратната точка за нашия брак. За двама ни! Промяната дойде бавно. Но аз имах възможност да излея сърцето си пред моя съпруг и да му кажа колко много се нуждая от любов и да бъда на първо място в неговия живот. И той съвсем сериозно ме разбра. Вече имаше ново основание да се откаже от пиенето. Един приятел му помогна да постъпи на лечение за алкохолизъм, и вече стават 7 години, откакто не е пил. Той отново се превърна в чудесния съпруг, за когото се бях омъжила. Аз всеки ден благодаря на Бога за трезвеността на моя съпруг и за достойнството, любовта и уважението, които имаме един към друг сега. Но преди да се случи това, трябваше първо Господ да ме промени."

Когато се учите да обичате вашия партньор с любов, която може да спаси брака ви, трябва да следвате три правила:

Първо, постоянно да вършите всичко, което може да достави удоволствие на вашия другар, и да удовлетворявате неговите (или нейните) нужди и желания. Обичай партньора си по такъв начин, който да бъде изтълкуван като любов. Изучавай от какво се нуждае твоят партньор. Една съпруга ми каза: "Аз работех във фирмата на съпруга си и мислех, че много му помагам и силно го впечатлявам с моята мъдрост и работоспособност. След като нашите семейни проблеми се задълбочиха твърде много, разбрах, че той изобщо не се е нуждаел от това. Сега аз си стоя у дома и се превръщам в това, от което той се нуждае -- не развихрена работничка, а жена, която тихо да го обича и вярва в неговата способност да оправи нещата."

За да угодите на партньора си, понякога трябва да предприемете драстични действия. Жив пример за това е онази съпруга, която имала безкрайни спорове със своя съпруг относно летенето със самолет. Той бил ентузиазизиран пилот, а тя се ужасявала от летенето. Но когато работата опряла до спасяване на брака, тя сама отишла на летището и започнала курс по летене, като уповавала на Господа да премахне страховете ѝ. Днес тя също е пилот и имат брак, по-добър от когато и да било. Тя казва: "Аз открих, че духовното израстване ми дава куража, необходим да се променя."

Второ, постоянно да показвате на своя другар уважението и почитта, които изисква Библията, независимо дали той (или тя) заслужава това или не. Аз не мога да отмина това. Всички съвети в Писанията относно брака са основани на този принцип. Изучавайте новозаветните пасажи по този предмет и особено Ефесяни 5 гл., Колосяни 3 гл., I Петрово. 3 гл. Съпругът, независимо от своето поведение, е глава на семейството и трябва винаги да му се оказва уважение. На съпругата, без значение на държанието ѝ, като пълноправен наследник на благодатта на живота, ѝ е отредено мястото на най-висока почит и специална привилегия от страна на съпруга ѝ. Както се казва, с нея трябва да се държат като с фина императорска ваза, а не като със старо боклукчийско кошче!

Трето, напълно избягвай да критикуваш своя другар. Приемай всичко, каквото партньорът ти прави или не прави, без коментар или превзетост, особено ако таиш тайно неодобрение.

Новият Завет отново ни доставя достатъчно указания. Например в Колосяни 3 гл. четем:

"Облечете се с милосърдие, благодет, смирение, кротост, дълготърпение. Претърпявайте си един друг и един на друг си прощавайте, ако някой има оплакване против някого, както и Господ е простил вам, така прощавайте и вие. А над всичко това облечете се в любовта, която свързва всичко в свършенството. И нека царува в сърцата ви Христовият мир, за който бяхте призовани в едно тяло, и бъдете благодарни" (Колосяни 3:12-15).

3) Имайте готовност да бъдете отхвърлени, като знаете, че имате доволно благодат

Какво да кажем, ако бъдете отблъснати, когато се опитвате да изпълнявате тези принципи на любовта? -- Само това, че Исус Христос беше свършен и пак беше отхвърлен! Не бива да се изненадваме, когато това се случи с нас. Но не се отказвайте от усилията си поради отблъскването. Един съпруг ми каза как изпратил в Деня на Свети Валентин (Празник на влюбените) букет цветя с картичка, от него и тяхното малко момиченце, на напусналата го съпруга. Когато се върнал вечерта у дома, цветята го очаквали на стъпалата пред къщи -- върнати с презрение. По-късно, като му телефонирала на работата, той ѝ казал: "Аз исках само да знаеш, че те обичам. Омразата, която сега изливаш върху мен, не може да промени това. Аз открих, откакто сме разделени, че любовта ми към теб е много по-голяма, отколкото съм си представял."

Тя била смаяна от това, че той отвърнал на нейното отблъскване с любов. Каза: "Но ти не би искал да живееш с жена, която не те обича?!"

Той отговорил: "Мила, любовта е нещо, което не пораста за една нощ, особено когато е била третирана по начин, по който и двамата сме се държали в миналото. Ти не можеш да купиш любовта. Ти не се раждаш с нея. Тя е нещо, което се изработва и изгражда съвместно. Ние даже не сме опитали все още."

Една щастлива съпруга ми написа бележка с благодарност за моя съвет, който ѝ дал кураж да настоява за брака си. "Едно малко нещо, което ми казахте, означаваше

толкова много. Вие казахте: "Какво като вашият съпруг не ви казва, че ви обича!" Знаех, че сте прав. Наистина това не беше толкова важно."

Тази жена разбра, че изтърпяването на някакво отблъскване си заслужава в стремежа да имаш съживен брак.

Аз съм разговарял с много жени, които ми казват, че когато не чувстват любовта на съпруга си, Бог им показва Своята неизказана любов. "Като че ли си под лъчите на слънцето и просто чувстваш топлината на Неговата любов" -- бяха единопдушни няколко съпруги. Една млада жена отиде още една крачка напред в своите усилия. Било ѝ мъчително да се облича вечер преди излизане, като знае предварително, че няма да се държат с нея, както тя е копняла. Така че тя си създаде навик да си мисли за Господ Исус като за приятел и придружител през вечерта. "Това ми помогна невероятно много -- каза тя. Аз изглеждах най-добре за Него, държах се най-добре за Него и винаги чувствах Неговото присъствие с мен!"

Казано накратко, вие трябва да дадете любовта на вашия другар библейски, емоционално и физически, независимо дали получавате отговор или не. Това е напълно възможно чрез любовта агапе. Една жена, чийто съпруг беше увлечен по друга жена, каза: "Аз се опитах да му покажа, че моята любов към него не зависи от поведението му към мен. Все още му показвах чувствата си. Понякога му казвах, че го обичам независимо как се държи сега и че Господ желае ние да бъдем заедно. Изпращах му картички със съобщения, които изразяваха, че се интересувам от него, докато сме разделени. И знаете ли, когато се помирихме, разбрах, че ги е запазил всичките!"

Аз помолих някои съпруги, които бяха преминали през такива преживявания, да ми дадат техния списък от препоръки за жени, които се опитват да спасят брака си. Ето някои отлични предложения:

Вашето общение не може да расте, докато се съмнявате в посвещението си на брака. Направете вашето посвещение!

Когато съпругът ви не ви дава любовта си, доверете се на Господа да снабди вашите емоционални нужди. Той няма да ви остави!

Отдавайте на съпруга си почит, любов и библейско уважение, дори ако неговите действия не заслужават това. Приемайте го с топлота, независимо от всичко. Колкото по-безнадеждно е вашето положение, толкова повече любвеобилното ви държание ще се приеме като искрено.

Не се опитвайте да промените съпруга си. Само го обичайте!

Не се опитвайте да правите това сами! Господ е с вас!

Не се огорчавайте от никого, свързан с тази ситуация. Никога не настройвайте децата си срещу баща им. Прощавайте!

Не искайте някое семейство или приятели да вземат страна срещу вашия съпруг.

Не обсъждайте интимни семейни проблеми. Не давайте материал за клюки. Доверявайте се на Господа, на вашия съветник или може би на някой близък приятел християнин, на когото можете да разчитате за дискретност.

Избирайте библейския си съветник мъдро. Никога не обсъждайте проблемите си с приятел от другия пол.

Прекарвайте колкото е възможно повече време с Божието Слово.

Концентрирайте се върху себе си за поправяне на вашите грешки и молете Господ да ви покаже как да се промените, вместо да се занимавате с грешките на партньора си.

Не се разделяйте. Насърчавайте съпруга си да стои у дома независимо от всичко.

Не давайте развод на съпруга си. Правете всичко, което е по силите ви, да го отложите или да го предотвратите. Ако трябва да се консултирате с адвокат, дайте му



да разбере, че това е само заради финансовата ви закрила и за децата ви. Намерете адвокат християнин, който да ви помогне да запазите брака си.

Прекарвайте времето си с хора, които ще насърчат вашия духовен растеж.

Не прекалявайте с вниманието към децата си. Те имат нужда от вашата любов и стабилност, докато баща им го няма, но също така и от дисциплина. Ще ви бъде трудно да изградите ново любовно взаимоотношение с вашия съпруг, когато се завърне у дома, ако децата са неконтролируеми.

Не се опитвайте да се защитавате от клюки или критики. Дръжте си езика зад зъбите. Бог ще се бори за вас, а вие пазете мира си.

Помнете, че най-невинното нещо, което кажете, ще бъде преувеличено. Избягвайте разпуснатото говорене и не слушайте "приказки на ухо".

Ако правите нещо (малко или голямо) за разделянето на семейството ви, вие вървите срещу Божията воля. Нека това да ви бъде ръководство за всяко решение.

Не очаквайте съпруга ви да се промени за един ден, когато се върне у дома.

Най-тежко може да ви бъде, когато сте се помирили, а всичко като че ли клони към връщане при старите навици. Не правете това!

Надявайте се на всичко, вярвайте на всичко, всичко претърпявайте.

Книгата на пророк Осия в Стария Завет ни дава добър образец за любов без ограничения, която непременно ще обнови съпруга или съпругата, независимо от големите препятствия. Това важи особено за съпруг, чиято съпруга го е напуснала заради друг. Прочетете следния преразказ на любовната история на Осия и молете Бога да ви даде сили чрез Неговото Слово.

## Любовната история на Осия

(Преразказана в първо лице, драматизирана експозитивна проповед на д-р Джон Рийд, професор по практична теология, Теоложката семинария, Далас. Използвана с разрешение)

Аз съм наречен пророка на разбитото сърце, но бих предпочел да ме запомнят като пророка на любовта и надеждата. Аз съм Осия -- пророк на Бога на Израил, моето отечество.

Елате с мен в моя дом в Самария, в самите ѝ поли. Там -- ето зад оня дъб -- е Гомер -- моята съпруга. Аз я обичам така, както обичам себе си. Вие ще я обикнете също. До нея седи нашият син -- Израел. Сега той е на осемнадесет, хубав и строен -- млад мъж със сърце за Господа. В краката на Гомер е Рухама, нашата дъщеря. Виждате ли как блести гарвановочерната ѝ коса? Тя е същинско копие на майка си. Точно преди половин година тя навърши шестнадесет. А ето и Амий, нейният брат, петнадесетгодишен, все така топъл и бълбукащ като пенливия ручей, който се чува наблизко.

Ние сме щастливи и спокойни. Но не винаги е било така.

Аз започнах моето служение като пророк преди около 30 години по време на царуването на Еровоам II. Това бяха години на благоденствие. Керваните, които пътуваха между Асирия и Египет, плащаха такси в съкровищницата на Еровоам и продаваха у нас стоките си. Но те оставяха също и своите синове, дъщери и богове. Тези богове и боговете на древните ханаанци и на Езавел закоравиха сърцата на моя народ. Олтарите, които бяха издигнати за жертвоприношение за грях, се превърнаха в места за грях.

Ако се разходите по моята земя днес, ще видите образи и олтари из всички зелени горички. Моят народ притежава много овце и говеда. Някои мислят, че Ваал, така нареченият бог на плодородието, дава агнета, телета и плодове. Всеки град има високо място, където се покланят на Ваал. Има високо място и недалеч оттук -- в днешни дни вие никога не сте далеч от високо място в Израил! Понякога през нощта ние чуваме ударите на свещеническата музика и смеха на проституиращите жрици. Миналата седмица един мъж и една жена, които живеят през три къщи от нас, пожертваха своето малко момченце на Ваал.

Може би се чудите как народът на Йехова може да затъне в такива несправедни пътища. Това е, защото Божиите свещеници са се отделили от Него. Те се наслаждават в греховете на хората, лочат и облизват устните си за още. Затова "Каквито свещениците, такива и хората". Тъй като свещениците са нечестиви, такъв е и народът. Неминуем е Божият съд. Моята прекрасна страна я делят само няколко години от премазването ѝ от желязната пета на Асирийската военна мощ.

Да, преди 30 години Бог ме постави пророк в Израил. Моят баща Веирия и моята почитана майка са ме учили от ранна възраст да се боя от Йехова -- Единия истинен Бог на Израил. Те ме научиха да мразя обожествения телец на Еровоам I. Ние се молехме ежедневно. Ежедневно бленувахме да се завърнем в Ерусалимския храм. Всеки ден пеехме Давидовите песни и жадувахме за идването на Месия.

Моето служение винаги е било трудно. Първите десет години от него съвпаднаха с буйната ми след двадесетгодишна възраст. Проповедите ми бяха огнени. Кръв капеше от сърцето ми за моя народ. Аз бях презиран и не ми обръщаха особено внимание. Когато станах на тридесет и две, Бог ме раздвижи и аз прекарах много дни в молитва и размишление. Чувствах се самотен и се нуждаех от някого.

Първите слани бяха попарили листата на дърветата, когато аз отидох с моите родители на посещение в дома на Девлаим. В забързаното ежедневие на моето служение аз не бях виждал семейството им от няколко години. Ние бяхме увлечени в житейски разговори, когато на вратата се появи млада жена -- Гомер, дъщерята на Девлаим. Аз я помнех като хубаво и разглезено дете. Но сега тя беше предизвикателно красива жена. Лицето ѝ, като от слонова кост, беше обградено от буйната ѝ гарвановочерна коса. Аз бях омаян от нейната поразяваща хубост и не можех да отместя погледа си от нея.

Когато се връщахме у дома през онзи ден, баща ми и аз разговаряхме за много неща. В ума ми все още беше образът на израилтянката с гарванова коса. Приятелството на моя баща с Девлаим се разрастваше и аз често ходех с него до тях. Аз бях странно привличан от Гомер. Девлаим и баща ми разговаряха непрекъснато. Един ден татко ме изуми с предложението: "Осия, моето желание е да се ожениш за Гомер." Аз не се съмнявах, че обичам Гомер. Но нещо у нея ме тревожеше. Като повечето млади жени през това време, тя имаше слабост към скъпите дрехи, бижута и козметика. Това го приех като част от женската ѝ природа. Но тя изглеждаше неестествено за годините си опитна в светските пътища.

И все пак аз я обичах. Волята на баща ми беше да се ожени за нея. Знаех, че моята изгаряща любов към Йехова ще я възвърне от всяко безпътство. Бог ме увери също, че действително Гомер е неговият избор за мен.

Аз я обгърнах със страстта на пророк. Бог ми беше дал поетична дарба и аз обсипвах Гомер с любовни слова.

Тя отговори на моята любов. Ние застанахме заедно под окичения с цветя свод на еврейския брачен олтар и дадохме обет за вечна любов към Бога и един към друг. Ние слушахме прочитането на Божиите закони за брака. Беше ни припомнено, че нашата женитба е символ на женитбата между Йехова и Неговата съпруга Израил.

Аз заведох Гомер в моя дом. Четяхме заедно Песен на Песните от Соломон. Ядохме от сладките плодове в градината на любовта. За мен тя беше освежаваща като първата смокиня на сезона. Гомер изглеждаше задоволена от любовта на Бога и на Осия. Аз очаквах с надежда бъдещето.

Скоро след годишнината от женитбата ни, Гомер ме дари със син. Аз потърсих лицето Господно и разбрах, че неговото име трябва да бъде Израел -- име, което винаги да напомня на Израил, че Божият съд приближава. За мен това беше ясно напомняне за времената, в които живеем.

С раждането на Израел Гомер изглеждаше променена. Тя стана по-далечна и чувствен пламък припламна в погледа ѝ. Аз помислих, че това е реакция от отговорността за грижата към нашия син. Това бяха напрегнати дни. Известие от Бога ме изгаряше и аз виках по цялата земя.

Скоро Гомер беше отново бременна. Този път се роди дъщеря. Аз узнах от Господа, че тя трябва да бъде наименувана Ло-Рухама. Това беше странно име и ме безпокоеше доста, тъй като означаваше "Не придобила милост". Защото Бог каза: "Няма вече да покажа милост към Израилевия народ и никак няма да им простя."

След това нещо Гомер започна да се отдръпва от мен. След като сложеше децата да легнат, тя често излизаше и не се връщаше преди зазоряване. Ставаше дива, непокорна. Търсех всякакъв начин да я завърна към себе си, но напразно. Около осемнадесет месеца по-късно се роди трето дете, момче. Бог ми каза да го нарека Ло-аммий, което значи "Не люде мои". Бог каза на Израил: "Вие не сте мои люде и аз не съм ваш Бог." Нож ми се заби в сърцето. Знаех, че той не е мой син и сестра му не беше плод на моята любов. Бяха дни на дълбоко отчаяние. Не можех да пея Давидовите песни. Сърцето ми беше разбито.

След като Ло-аммий беше отбит, Гомер си замина от мен и не се върна. Аз станах и баща, и майка на трите деца.

Душата ми беше разстроена. Моето служение беше като парализирано от своеволието на моята съпруга. Молитвите ми като че ли потъваха безследно. Но тогава Йехова ме призова. Аз разбрах, че Бог ще използва моето преживяване като илюстрация на Неговата любов към Израил.

Любовта ми отново пламна към Гомер и аз разбрах, че не мога да се откажа от нея. Аз я търсех по цяла Самария. Намерих я в една порутена къща на един похотлив, развратен израилтянин, който нямаше средства да я издържа. Аз ѝ се молих да се върне. Тя отблъсна всичките ми молби. Със съкрушено сърце аз се върнах при децата, жалеех и се молех. Сърцето ми беше стоплено от един план. Аз отидох на пазара и купих храна и дрехи за Гомер. Купих ѝ бижута и козметика, които тя така силно обичаше. След това се срещнах насаме с любовника ѝ. Той беше недоверчив, като мислеше, че съм дошъл да го нараня. Когато му казах плана си, лукава усмивка се плъзна по лицето му. Аз не можех да заведа Гомер у дома, но любовта ми не ми позволяваше да я гледам в лишение. Затова щях да задоволявам всичките ѝ нужди и тя щеше да мисли, че това е от него. Ние си стиснахме ръцете за пазарлъка. Той тръгна натоварен от провизиите към дома. Аз го последвах, като се криех из сенките.

Тя го посрещна с радост и го обсипа с любов. Каза му да почака отвън, докато тя си смени мръсните скъсани дрипи с новите дрехи. След време, което ми се стори безкрайни часове, тя се появи отново в сияйно великолепие като онази Гомер, която бях видял първия ден в дома на нейния баща. Нейният любовник се приближи към нея, за да я прегърне, но тя го възпря. Чух я да казва: "Не, със сигурност дрехите, храната и козметиката не са от теб, а от ръката на Ваал, който дава всички тези неща. Аз съм решила да изразя своята благодарност към Ваал и да му служа като жрица на високото място."

Аз останах като попарен. Не можех да помръдна. Видях я да се отдалечава. Тя приличаше на немирната телица, която бях виждал като малък в бащиното ми стадо. Не можеше да ѝ се помогне и тя затъваше все по-силно. Колкото повече се опитвах да я поправа, толкова тя се отдалечаваше от мен. Обезумял от мъка, аз се затътрих към дома при моите безсънни дни и нощи на объркване и скръб.

Гомер се отдаде на безразсъдно увлечение в ролята си на жрица на Ваал. Тя всеотдайно проституираше с разюзданите поклонници на мерзкото божество.

Моето служение се превърна в болезнено странстване. Станах обект на подигравки. Като че ли наказанието за греха на Гомер и на целия мой народ се беше стоварило върху мен.

Аз прибягнах до Йехова. Баща ми и майка ми помагаша в отглеждането и възпитанието на трите деца. Те отговаряха с любов и послушание. Станаха като балсам от Галаад за нараненото ми сърце. В продължение на години аз разгласявах Божиите намерения по цялата страна. Всеки ден се молех за Гомер и любовта изпълваше сърцето ми.

Тя беше моят сън в нощта и толкова реална, че като се събудех, имах чувството, че току-що ме е напуснала отново.

Времето течеше, но жреците на Ваал я държаха здраво в лапите си.

И какво се случи преди около една година. Полъхът на пролетта започваше да докосва земята ни. По време на утринните ми размишления като че ли Бог ме подтикна да изляза сред народа на Самария. В мен се събуди някакво предчувствие. Започнах да бродя по улиците.

Скоро бях вече до пазара на роби. Това беше едно омразно за мен място. Тогава видях един жрец на Ваал да води жена към мястото за продан на роби. Сърцето ми замря! Това беше Гомер! Беше една ужасна гледка, но беше Гомер! Чисто гола тя застана в сектора. Но никой мъж не я зяпаше похотливо. Тя беше изнурена, измършавяла, тънка като цигарен дим. Ребрата ѝ стърчаха под кожата. Косата ѝ беше спластена и прошарена от бели нишки, а в очите ѝ проблясваше лудост. Аз заплаках.

И тогава гласът на Божията любов нежно зашепна в сърцето ми. Аз спрях смутен. Наддаването стигна 13 сикли сребро, преди напълно да разбере Божиите намерения. Аз наддадох на 15 сикли сребро. Настъпи тишина. Глас от края на тълпата каза: "15 сикли и един кор ечемик."

"Петнадесет сребърника, един кор и половина ечемик" -- извиках аз. Наддаването приключи.

Докато се промъквах към сектора за роби, приглушено мърморене от недоверие се носеше сред тълпата. Те познаваха мен, познаваха и Гомер. Промъкнаха се напред в очакване. Сигурно щях да я ударя жестоко за нейното безпътство. Но моето сърце преливаше от любов.

Аз застанах пред Гомер и извиках към хората: "Бог казва на вас: Ако Израил не отмахне прелюбодейството си, ще я съблека гола като в деня, когато се е родила, ще я направя като пустиня и безводна земя и ще я уморя от жажда."

Извиках към търговеца от близкия дюкян: "Донеси онази бяла мантия в края на рафта."

Платих му цената, която поиска. След това нежно обгърнах изтощеното тяло на Гомер с мантията и ѝ казах: "Гомер, ти си моя съгласно естественото право на съпруга. Сега си моя и защото съм те купил с цена. Ти повече няма да се отделяш от мен или да блудстваш. За известно време трябва да си ограничавана и тогава отново ще бъдеш възстановена в пълната радост на женствеността."

Тя въздъхна и прималеля се отпусна в прегръдките ми. Аз я хванах и проговорих на моя народ: "Израил ще остане за дълго време без цар или княз, без жертва или

жертвеници. След това Израил ще се завърне и ще потърси Господа своя Бог и Давид -- нейния цар. Тя ще се върне трепереща при Господа и Неговите добрини в последните дни. И където беше казано за Израил "Ло-рухама -- Не придобила милост", ще се каже Рухама -- Придобила милост. Защото Божията любов няма да те остави, но ще те следва през всичките ти дни. И където Израил беше наречена "Ло-аммий -- Не люде мои", ще се каже "Аммий -- Люде мои на живия Бог", тъй като ще ви простя и ще ви въздигна наново."

Върнах се у дома с моя крехък товар. Хранех Гомер, за да се възстанови. Ежедневно ѝ четях Божиите писания. Учех я да пее песента на покаяние от Давид. След това ние пеехме песните на Давидовото радостно хваление на Бога. Сред песните аз я възстанових за Бога, за нашия дом, за нашите деца.

Не виждате ли колко красива е тя? Аз винаги съм я обичал, дори когато беше затънала в безпътството си, защото моят Бог я обичаше. Гомер отвърна на Божията любов и на моята любов. Тя не ме нарича "Господарю мой", а "Съпруже мой". А устните ѝ никога вече не изговарят името на Ваал.

Сега моят народ слуша моето послание с нова отзивчивост, тъй като аз съм пророк, който е бил развълнуван от една велика истина. Бях стигнал в дълбините на моята същност, до познание за горещата любов на Бога към грешниците. Как настоятелно ги търси Той! Как предано ги приканва към Себе Си!

## Източници за промяна

ВЛЮБЕНИТЕ, изглежда, никога не се уморяват да си говорят за приятните спомени от своите любовни преживявания: вълнението при първата им среща... сладките мигове, когато са признали своите чувства... трепета на отдаването им един на друг...

Интимни разговори от този род са записани в Писанията в Песен на Песните. Например когато Суламка и нейният възлюбен съпруг са отишли в полето, Суламка казва: "Помниш ли къде започна нашата любов? Под сладострастното дърво, разбира се, където започва и расте всяка любов... Нашата любов не започна без болка, плодоносната родилна болка..."

Разбира се, такива спомени водят до силно желание за физическо изразяване на тяхната любов: "О, скъпи мой, любими мой, нека да бъде твое скъпоценно притежание, отпуснато в безопасност в твоята прегръдка, притисни ме здраво до сърцето си" -- шепне Суламка.

Влюбените имат непреодолимо желание да говорят за своята любов, за нейната сила и непресъхващ извор. "Истинската любов е силна и неумолима като настъпателния марш на смъртта" -- казва Суламка. "Истинската любов никога не престава да обича и никога вече няма да се откаже от възлюбения, както гробът не пуска мъртвеца. Пламъкът на истинската любов никога не може да бъде угасен, защото неговият източник е Сам Бог."

Тези са пламъците, които се моля да бъдат разпалени във вашия брак!

Моето лично послание към вас в тези страници е, че вие и вашият другар не бива да живеете в отегчение или в раздяла. Алтернативата е: да се влюбите, като използвате източниците на това, което ще нарека безпределна любов. Върху нея ще насоча вниманието ви в тази последна глава на "Живот в любов".

Насладите на цялата човешка любов в брака излъчват благоухание като цветна градина, когато общението е напоено от безпределната любов. Нещо повече, човешката любов се засилва от присъствието на безпределната любов. Чувствата са преходни, безпределната любов е вечна. Любовните емоции са като всички други природни

източници -- на приливи и отливи, даже както обмяната на веществата в организма -- непрекъснато се изменят, или пък както вятърът се появява и утихва. Някоя страст не трае вечно. Но вашите любовни преживявания ще могат да бъдат така засилени от жизнената сила на безпределната любов, че ще продължите да обичате и да растете в любов, независимо пред какво ще бъде изправен вашият брак през житейския ви път.

Библията учи (и ние трябва честно да се съгласим), че ние не можем да спасим себе си по никакъв начин -- Синът на Бога трябваше да стане Човека Исус, да живее съвършен живот, да умре за нашите грехове и отново да оживее, за да ни спаси. По същия начин ние не можем истински да обичаме с наши собствени усилия. И отново Бог, който е Любов, се намесва, като ни дава безценния дар на безпределната любов, за да я изливаме върху другите.

Вашият брачен партньор трябва да бъде първият, последният и междинният получател на безпределната любов. Това е, което ще спаси, възстанови, промени и благослови вашия брак далеч над очакванията ви.

Как е изразена тази любов в човешките взаимоотношения, тази любов, над която няма друга? Ние описахме нейните качества в другите глави, но нека да хвърлим един поглед от друг ъгъл. Можем да изследваме характерните черти на любовта, като четем посланията на апостолите до вярващите от ранната църква. Например ако прочетем II Коринтяни 12 гл., ние ще открием как тези качества на любовта се излъчват от страниците на посланието и това са самите отношения и действия, които трябва да проникнат в нашия собствен брак:

Безпределната любов следва възлюбения. Това е любов на дело, което постоянно в големите борби и никога не се отказва. "Ето идвам при вас" -- пише апостол Павел.

Безпределната любов не е себична -- не изисква и е милостива. "Няма да ви бъде в тежест" -- казва апостол Павел.

Безпределната любов цени възлюбения. "Не искам вашето, а вас" -- уверява апостол Павел.

Безпределната любов доброволно поема отговорност за благополучието на възлюбения. "Аз съм отговорен за вас" -- заявява Павел.

Безпределната любов дава, без да държи сметка за цената. "С преголяма радост ще иждивя и цял ще се иждивя за вас" -- потвърждава Павел.

Безпределната любов расте в изразителност и не намалява независимо от отговора. "Аз ще ви обичам повече" -- казва Павел.

Безпределната любов има чисти мотиви и действия, неопетнени от егоистични съображения. "Няма да се възползвам от вас" -- обещава Павел. "Няма да ви използвам. Всичко, което правя, е за ваша подкрепа и назидание."

Със сигурност тази любов е подходяща за тежките условия на живота. Когато двама души се обичат по този начин, техният брак е докоснат от Небето без значение на земните проблеми, от които никой човек не е застрахован.

Искате ли да обичате или да бъдете обичани по този начин? Бог е единственият извор на безпределната любов. Негов е запасът от сила, която поддържа пламъците на истинската любов между съпруга и съпругата. Няма да бъде достатъчно да учите за Бога и тази любов. Трябва да се учите от Него и да се свържете с Него във вечно общение чрез нов живот в Христа Исуса.

Нека да ви обясня как става това. Римляни 10:9-10 казва: "Ако изповядаш с устата си, че Исус е Господ, и повярваш със сърцето си, че Бог го е възкресил от мъртвите, ще се спасиш. Защото със сърце човек вярва и се оправдава, и с уста прави изповед и се спасява."

Библията учи, че Господ Исус Христос е Божият Син, който дойде на земята чрез свръхестествено раждане от девица. Той живя съвършен живот като човек и в определен момент от историята Той умря на кръста, за да понесе греховете на целия свят -- греховете на всеки човек, който някога ще живее. Той умря лично за теб! Чрез този могъщ акт Той плати смъртното наказание за грях и откри пътя, чрез който твоите грехове и моите могат да бъдат простени и никога да не се помнят.

След три дни в гроба Исус доказа на всички хора от всички времена чрез възкресението от мъртвите, че Той е Бог -- законно потвърден исторически факт. След повече от месец, прекаран на тази земя в Неговото възкресено тяло, Той се възнесе на небето с притежанието на всичката сила и власт. Писано е в Йоан 1:12: "А на ония, които Го приеха, даде право да станат Божии чада, сиреч на тия, които вярват в Неговото име."

Колосяните 1:13-14 обяснява, че Бог Отец "ни избави от властта на тъмнината и ни пресели в царството на Своя възлюблен Син. В Него имаме изкуплението си, прощението на греховете."

II Коринтяни 5:17-18 обещава, че "За туй, ако е някой в Христа, той е ново създание; старото премина, ето (всичко) стана ново. А всичко е от Бога, Който ни примири със Себе си чрез (Исуса) Христа..."

Спасението и новият живот идват чрез вяра в Исус Христос, Божия Син, като ваш Спасител и Господ. Приемете Го чрез вяра! Вие трябва да повярвате в Него със сърце, после да Го изповядате с устата си -- пред Бога и пред хората.

Ето една молитва, която можете да следвате, за да изразите вярата си в Исус Христос като ваш Спасител:

Небесни Отче, аз осъзнавам, че съм грешник и не мога да направя нищо, за да спася себе си. Сега вярвам, че Исус Христос умря на кръста, проля кръвта Си като възмездие за моите грехове -- минали, сегашни и бъдещи -- и чрез възкресението от мъртвите Той показа, че е Бог. Аз вярвам в Него, полагам цялото си упование в Исуса Христа като мой личен Спасител, като моя единствена надежда за спасение и вечен живот. Точно сега аз приемам Христа в моя живот и Ти благодаря, че ме спасяваш, както Си обещал. Моля Те да ми дадеш нарастваща вяра, мъдрост и радост, когато изучавам и се доверявам на Твоето Слово. Всичко това моля в името на Исуса. Амин.

Когато положим упованието си в Исуса Христа и свържем живота си с Неговия, ние ставаме нови хора. Проблемите ни могат да изглеждат същите, но нашата способност да се справим с тях е съвсем нова. Ние сме подозирали, че се нуждаем от промяна. Сега можем да се изправим срещу това и да намерим източници, за да бъде промяната ефективна.

Като християни, ние имаме извор на любов, който е над нас самите. Имаме достатъчно благодат за всяка ситуация. Имаме нов вид сила -- силата на Господа Исуса Христа, която изявява себе си чрез нашата слабост. Сега ние имаме способността да се държим по начини, които ще донесат радост и благословение в нашия живот. Сега за нас е възможно да прилагаме всеки библейски принцип относно брака и да разрешаваме проблемите във взаимоотношенията с най-близките си.

Както християнският психиатър Франк Майнърт заключава, "Християнското съветничество е уникално, защото разчита не само на човешката сила на волята да бъде отговорна, но също така и на Божията преобладаваща, даваща способности сила на Святия Дух да разреши човешките проблеми. Не искам да кажа, че човек няма отговорност за своите действия, тъй като той има; но много християни решават да действат безотговорно. Нашата воля и усилия обаче трябва да бъдат съединени с Божията сила. Чрез Божията сила човек не бива да бъде повече роб на слабата воля, на неговото

минало състояние или обществената ситуация. Когато някой приеме Христа, проблемите не изчезват, но има една нова сила за разрешаването им."1

Вие имате добри възможности, след като сте прочели тази книга от началото до края, защото жадувате за промяна във вашия брак. Несъмнено вие усещате, че много области от вашия живот просто стенат за подобряване. И дотук сте осъзнали, че промяната трябва най-напред да стане вътре във вас, преди да очаквате вашият партньор да се промени. Вие знаете със сигурност, че ако бягате от проблемите си, това няма да ви донесе промяна. Може да побегнете на хиляда мили разстояние, да започнете нов живот, да се разведете, да се ожените за друг(а) и все още ще се намирате на същото емоционално стъпало, застанали срещу сложните проблеми и пред една дори по-голяма нужда от промяна.

Но ако сте уповавали на Исуса Христа като ваш Спасител, отговорите са във вашите ръце. Не бива повече да бягате от себе си и от проблемите си. Сега въпросът не е: Мога ли да се променя?, а Ще се променя ли?

Няма по-добро обяснение по този въпрос от това на Чарлс (Чък) Суиндол, радио-библейски учител. В статия, озаглавена "НЕ МОГА ИЛИ НЕ ИСКАМ?" Той пише:

Без да се обиждате, но за някои от вас е рано да четете това днес. Обикновено аз не ограничавам моите статии до някаква определена група хора. Но сега се налага. Този път тя се отнася само до християни. Всичко, което пиша от началото до края, е предназначено за вярващи в Христа. Ако не попадате все още в тази категория, може да останете настрана, тъй като ви липсва най-важната част -- силата на Бога. Невярващите просто са неспособни да следват правия път неотклонно. Божествената реакция, въз основа на която християнинът може (и трябва) да действа, не е на разположение на невярващия. Така е поне докато не се породи лична вяра в Исус Христос.

Но ако вие познавате Христа, вие сте с неограничени способности... невероятна сила. Четете бавно следните познати редове от Книгата:

"За всичко имам сила чрез Онзи, който ме подкрепява" (Филипийци 4:13).

"...Доволно ти е Моята благодат..." "С преголяма радост по-добре ще се похваля с немощите си, за да почива на мене Христовата сила" (II Коринтяни 12:9).

"Затова прекланям коленете си пред Отца... да ви даде според богатството на славата Си, да се утвърдите здраво чрез Неговия Дух във вътрешния човек" (Ефесийци 3:14, 16).

"Чрез които се подариха скъпоценните нам и твърде големи обещания, за да станете чрез тях участници на божественото естество..." (II Петрово 1:4).

И още едно:

"Никакво изпитание не ви е постигнало освен това, което може да носи човек; обаче Бог е верен, Който няма да ви остави да бъдете изпитани повече, отколкото ви е силата, но заедно с изпитанието ще даде и изходен път, така щото да можете да го издържите" (I Коринтяни 10:13).

Поспрате за минута сега. Прочетохте ли всяка дума или прескачахте през ред? Ако е така, моля ви, започнете отначало и бавно огледайте всеки израз, написан за вас, християните. Това е много важно.

И така, какви мисли най-вече се пораждат у вас? Е, ако мене ме попитат, ще кажа: "Особената сила или необикновената способност от Бога." В тези стихове са назовани няколко неща: сила, мощ, божествено естество, способност. Бог някак си е вложил във вътрешността на християнина нещо специално, онзи допълнителен вътрешен резервоар от сила, която е нещо повече от кибрит за мръсотията, с която животът ни залива. Когато е в действие, достигат се феноменални способности, понякога даже чудотворни.



Нека да конкретизираме.

Това се свежда до избора на един от двата известни израза в нашия речник. Малки, но толкова различни! "Не мога" и "Няма да".

Ние предпочитаме да използваме "не мога".

"Аз просто не мога да се сработя с моята съпруга."

"Съпругът ми и аз не можем да общуваме."

"Не мога да възпитавам децата си както трябва."

"Аз просто не мога да се откажа от любовната си история."

"Аз не мога да не преяждам."

"Не мога да намеря време за молитва."

"Не мога да спра да клюкарствам."

Не, всеки християнин, който употребява тези пет пасажа (има десетки още), ще трябва да признае, че думата всъщност трябва да бъде "няма да". Защо? Защото ни е дадена силата, способността да победим. Буквално! Това отношение е надежда да вдигнем котва, която в противен случай би ни държала в калта и мръсотията на виновността и самосъжалението.

Една от най-добрите книги, които можете да прочетете относно преодоляването на депресията, е чудесният труд на двама лекари -- Майнърт и Мейър, с подходящото заглавие "Щастieto е въпрос на избор". Тези мъже са съгласни:

"Като психиатри винаги сме резервирани, когато някой пациент (християнин) използва израза "не мога"...Всеки добър психиатър знае, че "не мога" и "опитвал съм" са просто неубедителни оправдания. Ние държим нашите пациенти да бъдат честни със себе си и да използват език, който изразява реалността на ситуацията. Така че нашите пациенти заменят "не мога" с "няма да"... Ако някой смени всичките "не мога" с "няма да", той престава да заобикаля истината, повече не мами себе си и започва да живее в реалността..."

Каква разлика има само в замяната на една дума!

"Аз просто няма да се сработя с моята съпруга."

"Съпругът ми и аз няма да общуваме."

"Няма да възпитавам децата си както трябва."

"Няма да се откажа от любовната си история."

"Аз няма да спра да преяждам."

"Няма да намеря време за молитва."

"Няма да спра да клюкарствам."

Невярващите имат пълно правно основание да използват "не мога", защото те действително не могат. Те са жертви, хванати в капан и вързани като пленници в една страшна и безкрайна борба. Без Христа и Неговата сила те нямат необходимото за промяната. Те не правят, защото не могат!

Но хора като нас? Е, нека да си го кажем -- не го правим, защото не искаме...не се покоряваме, защото така искаме, а не защото трябва...защото това сме избрали, а не защото ни насилват. Колкото по-скоро си признаем реалистично нашата отговорност и престанем да си играем игрите на самосъжаление, толкова по-добре ще се научим и ще се променим, вместо да обвиняваме.

Бих искал да не ви обидя с всичко това, но не мога! О-па!"

Чък Суиндол

(използвано с разрешение)

Поетесата и композиторката Ани Джонсън Флинт изразява същата истина с думи, които много християни са пели с благодарност:

Неговата любов е безгранична;

Неговата благодат е безмерна;  
Неговата сила за хората е необхватна.  
Извират от Неговите несметни богатства в Исуса.  
Той дава, и дава, и дава отново!

И така, няколко решаващи избора стоят пред нас. Първо, трябва да изберем дали да станем християни и да се свържем завинаги с Бога на любовта и Господаря на живота. После трябва да изберем дали ще използваме дълбоките извори, които Той предоставя на всеки вярващ.

Също така ние решаваме с действие или бездействие какъв вид любовен живот ще имаме в нашия брак. Безсмислено е да се надяваме, че затруднените взаимоотношения ще се оправят от само себе си или времето някак си ще донесе повече любов, или че (случайно) ще се сбlijим. Изграждането на нашия дом на любовта зависи от всеки един от нас.

Библията пояснява избора в книгата на Притчите. Там се казва: "Всяка мъдра жена съгражда дома си, а безумната го събаря със своите си ръце" (Притчи 14:1). "Който смущава своя си дом, ще наследи вятър..." (Притчи 11:29) и ще съжалева за това.

Но това не бива да бъде така! Защото "С мъдрост се гради къща и с разбиране се утвърждава, със знание стаите се пълнят с всякакви скъпоценни и приятни богатства" (Притчи 24:34). Нашата мъдрост идва от ежедневното изучаване на Словото Божие, прилагането на Неговите съвети до най-малка подробност в живота и като Му позволим да формира нашите отношения и поведение при всяка ситуация.

Като продължавате да събирате библейска информация за вашата роля като съпруг или съпруга и се учите как да обичате, и когато след научаването следват дела и практикуване на принципите, вие ще видите вашето послушание трансформирано в страстно и жизнерадостно удоволствие от любовта към вашия партньор.

Изабел Кюн в "Запалени камъни" цитира една фраза от д-р Кембъл Морган, която описва идеално уникалността на любовния живот, който е на разположение на всяка християнска двойка:

Принцип, пронизан от страст,  
страст, здраво хваната от принцип.

Това е образецът, към който се стремим. И в този стремеж ние разбираме чудесната истина във II Летописи 25:9: Каквото и да е нивото, което сте достигнали във вашия любовен живот, Господ може да ти даде много повече от това.

## Библиографични забележки

### 4 Глава

1 Silvano and James Arieti, *Love Can Be Found* (New York: Harcourt Brace Jovanovich, 1977), Preface, IX.

### 6 Глава

1 *Intended for Pleasure* (Revell, 1977).

2 Helen Singer Kaplan, *Disorders of Sexual Desire* (New York: Simon and Schuster, 1979), p. 6.

3 Sex Technique and Sex Problems in Marriage.

7 Глава

1 Jay E. Adams, *Christian Living in the Home* (Phillipsburg, New Jersey: Presbyterian and Reformed, 1972), p. 100.

2 Shirley Rice, *Physical Unity in Marriage* (Norfolk, Virginia: The Tabernacle Church of Norfolk, 1973), pp. 3-4.

3 Sheldon Vanauken, *A Severe Mercy*, (New York: Harper & Row, 1977, Bantam Books), p. 20.

4 Helen B. Andelin, *The Fascinating Girl* (Santa Barbara: Pacific Press Santa Barbara, 1969), pp. 15-16.

5 Glenn Wilson and David Nias, *The Mystery of Love* (New York: Quadrangle/The New York Times Book Co., Inc., 1976), p. 48.

6 Mary Ellen Curtin, ed., *Symposium on Love* (New York: Behavioral Publications, 1973), p. 120.

7 Vanauken, *A Severe Mercy*, p. 36.

8 Mary McDermott Shideler, *The Theology of Romantic Love: A Study in the Writings of Charles Williams* (Grand Rapids: Eerdmans, 1962), p. 1.

9 Глава

1 Anne Morrow Lindbergh, *Bring Me a Unicorn* (New York: Harcourt Brace Jovanovich, Inc., 1971), Introduction, p. XXV.

2 Ibid., pp. 239, 245.

3 Ibid., pp. 248-249.

11 Глава

1 Kaplan, *Disorders of Sexual Desire*, p. 183.

2 William S. Appleton, "Why Marriages Become Dull", *Medical Aspects of Human Sexuality* (March 1980): 73, 81.

3 Jan Ensley Troutt, *Sensitivity Plus* (Rogers, Arkansas: Waggoner-Shumate Printing Co., 1979).

4 John Powell, *The Secret of Staying in Love* (Niles, Illinois: Argus Communications, 1974), p. 188.

5 Mary Ann Bartusis, "Falling in Love with a Best Friend's Spouse", *Medical Aspects of Human Sexuality* (February 1980): 32-43.

12 Глава

1 The Anchor Bible, *Song of Songs*, Introduction by Marvin H. Pope (Garden City, New York: Doubleday, 1977), p. 17.

13 Глава

1 Vanauken, *A Severe Mercy*, pp. 27-28.

15 Глава

1 Paul D. Meier, *You Can Avoid Divorce* (Grand Rapids: Baker Book House, 1978), p. 4.

2 Ibid., pp. 5-6.

3 Anne Kristin Carroll, *From the Brink of Divorce* (Garden City, New York: A Doubleday-Galilee Original, 1978), p. 19.

4 Gloria Okes Perkins, "Fly by the Instruments", *Good News Broadcaster* (October 1978): 26-27.

5 Carlfred B. Broderick, "Guidelines for Preserving Fidelity", *Medical Aspects of Human Sexuality* (May 1980): 21.

6 Meier, *You Can Avoid Divorce*, p. 8.

## 16 Глава

1 Frank B. Minirth, *Christian Psychiatry* (Old Tappan, New Jersey: Revell, 1977), pp. 31-32.