



# bella girl magazin

ÉRTÉK + SZÉPSÉG + ÉLETCÉL

## Szerелеm

*Különszám*



A szerelem arcai // Igaz szerelem? // Megtalálni az Igazit?  
A keresztény randizás 10 nemje // Miért várj a szexszel?  
Szerelmes Isten // Love is love // El kell mondanunk  
A szivárvány zászló árnyéka // Örökké szeretni lehetséges?  
Ösztönöktől vezérelve // Pornó kontra valóság



Csatári Fanni



Kissné dr. Kovács Annamária



Koletár Klaudia



Konrád-Gyémánt Tímea



Nagyné Végh Csenge



Noé Dominika



Szabó G. Viktória



Dr. Ujlaki-Győri Anna



Thamó Barbara



Tóth-Surányi Nikoletta

**TOVÁBBI SZERZŐK:**

bella rae magazine team // Névtelen Utak Alapítvány  
// anonim szerző // Sabrina Peters

**Alapító főszerkesztő és felelős kiadó:**

Tóth-Surányi Nikoletta  
Igaz Női Értékekért Alapítvány

**Főszerkesztő-helyettes:**

Noé Dominika

köszöntő // 4

arra vágytam, hogy az első  
legyen nekem az "Igazi" // 5

szerelmem második látásra  
- összecsiszolódva Isten kezében // 8

szerelmes Isten // 10

randizás tudatosan // 12

a keresztény randizás 10 nemje // 13

igaz szerelmem? // 16

megtalálni az Igazit? // 18

szerelmem a sötétség árnyékában  
vagy a Biblia fényében // 20

hit és szerelmem, ahogyan ti definiáljátok // 24

házasság és szexualitás,  
ahogyan ti definiáljátok // 25

loverboy szindróma- avagy nem  
minden szerelmem, ami annak látszik // 26

beszélgetés Koletár Klaudia  
pszichológussal // 27

keresztény társkereső  
- avagy Isten útjai kifürkészhetetlenek // 30

miért várj a szexszel? // 32

el kell mondanunk // 35

ösztönöktől vezérelve // 36

tisztátalan gondolatok kísértésében // 38

pornó kontra valóság // 42

love is love // 43

a szivárvány zászló árnyéka // 44

keresztényként biszexuálisan? // 46

hajszálpontosan Isten tervében  
és időzítésében - amikor a sok ima  
és várakozás megtérül // 49

örökké szeretni lehetséges? // 52

## IMPRESSZUM

**A LAP KÉSZÍTÉSÉBEN KÖZREMŰKÖDTEK:**

**Címlapfotó:** Kissné dr. Kovács Annamária, Kiss Timót

**Fordítók:** Berecz Júlia // Katona Brigitta

**Korrektorok:** Faga-Nagy Mária // Horváth Gabriella // Ónodi Krisztina Adrienn

**Nyomtatás:** Innovariant Nyomdaipari Kft. // [www.innovariant.hu](http://www.innovariant.hu) // **Ügyvezető:** Drágán György

**Kiadványszerkesztés, grafikai tervezés:** 3 Mangó - Grafikai szupport // [www.3mango.hu](http://www.3mango.hu)

**Fotók:** [shutterstock.com](http://shutterstock.com) // [unsplash.com](http://unsplash.com)

**Igaz Női Értékekért Alapítvány**

**K & H Bank: 10401282-50526978-67851001 // IBAN szám: HU54 10401282-50526978-67851001**

☺ Székhely: 1202 Budapest, Klapka utca 104. Fsz.1. // ☎ +36302424890 // ✉ [hello@bellagirlmagazin.hu](mailto:hello@bellagirlmagazin.hu) // 🌐 [www.bellagirlmagazin.hu](http://www.bellagirlmagazin.hu)

Adószám: 18732694-1-13 // Cégjegyzékszám: 13010003726

Utánnyomás és egyéb jogok: kizárólag a kiadó, az Igaz Női Értékekért Alapítvány írásos engedélyével!

ISSN 2630-8991

Copyright © 2023 [bellagirlmagazin.hu](http://bellagirlmagazin.hu) - Igaz Női Értékekért Alapítvány



# Ismerd meg Bellát!

Bella egy fiatal nő, aki a Bella Girl Csoport képzeletvilágának szüleménye. Az Ő története az íróink életének morzsáiból áll össze. Bella az életének mélységeiből és magasságaiból tanultva szeretne segíteni Neked, mint **gondoskodó nővéred**. Bella is átélte tiniként, milyen szerelmesnek lenni, megküzdött a párválasztás nehézségeivel és a testi-lelki vágyak kísértéseivel. Egy napon megtalálta identitását Jézus Krisztusban, elindult a gyógyulás útján és felismerte élete célját. Legnagyobb ajándéka, hogy tapasztalatai által a Te örömeiddel, bánataiddal is azonosulni tud. Ha figyelmesen meghallgatod tanácsait, végigvezet Téged életed mérföldkövein. Bellának fontos vagy, őszintén törődik veled, és bármikor bizalommal fordulhatsz hozzá.

## Címlaplány köszöntő

# Drága Bella-lány!

**Nagy öröm számomra, hogy a kezekben tartod a Szerelem különszámot. Drágaként szólítottalak meg, mert azt szeretnénk a magazin oldalain keresztül a szívedbe vésni, hogy Isten értékes és szeretett lánya vagy. Drága és becses. Azt szeretnénk, ha ezzel a tudattal, ezzel az önbecsüléssel járnál a szerelem útján is.**

**A Biblia arra tanít, hogy "minden féltve őrzött dolognál jobban óvd a szívedet, mert onnan indul ki az élet." /Példabeszédek 4:23/**



Olyan nagy kár, hogy ezt ma a világban nem tanítják! Pedig, a csalódások és a sebek, amelyek ezen a területen érnek, nagyon hosszú időre elkísérnek: befolyásolják a férfiakról alkotott képünket, leépítik az önbecsülésünket, meglopják a tisztaságunkat és még sorolhatnám.

Hiszem azt, hogy Istennek jó terve van az életünkre és Ő megtanít minket a szívünkre vigyázni, ha nála keresünk útmutatást.

A szívünk tele van vágyakkal: vágyunk társra, vágyunk a szerelemre, a testünk pedig sóvárog az intimitás után. Isten, aki belénk teremtette ezeket a vágyakat, be is szeretné tölteni azokat, a maga idejében. Ő gyönyörűnek álmolta meg az igaz szerelmet és Téged is meg akar vele ajándékozni. De ehhez hinned kell Benne. Hinni Istenben nem pusztán azt jelenti, hogy a létezésében hiszel, hanem, hogy megbízol Benne. Megbízol abban, hogy a Mindenható - aki az ember, a szerelem, a szex tervezője és teremtője -, pontosan tudja, hogy mit csinál.

Ha azt mondja „tedd”, vagy „ne tedd” azt okkal teszi. Megbízol abban, hogy Ő tényleg jót akar neked, ezért mersz az Ő vezetésére hagyatkozni. Ha ezt teszed, a szerelem és a szexualitás terén is meg fogod tapasztalni az Ő ajándékait.

Én ezzel a bizalommal vártam a társamra és sok imában kértem az Úr vezetését. Elmondhatom, hogy Isten felülmúlta az elképzeléseimet, és minden apró részletre figyelt!

Tanúsítom, hogy megéri Isten tervére várni, de ez nem könnyű út. Sokszor könnyebb lenne megalkudni, könnyebb lenne átadni magunkat a vágyainknak, könnyebb lenne a pillanatnyi érzéseinkre hallgatni és sajnos sokszor nehéz meghallanunk Isten hangját, szelíd vezetését a világ tanácsai és az érzelmeink hangzavara közepette.

Ezért szeretnénk egy kicsit kézen fogni Téged és végigvezetni ebben a különszámban a szerelem minden területén, hogy elkerüld a csapdákat és írásainkon keresztül jobban megismerd Isten akaratát, hogy felismerhesd vezetését saját szerelmi életedben!

# Kedves Bella-lány!



SZERELEM, love, l'amore, die Liebe...

A legizgalmasabb, legnépszerűbb téma minden tinilány és nő életében!

Jól sejtem, hogy Te sem vagy ez alól kivétel?!

Éppen ezért nem véletlen, hogy a Bella Girl Magazin első tematikus különszáma is ezt a témát járja körbe.

Soha nem felejttem el az első személyes találkozásunkat Annamarival, amikor még csak kereste a helyét a Bella Girl szolgálatban, és idővel Isten egyértelművé tette számára, hogy a kétségei és félelmei ellenére bátran vágjon bele a Bella Girl YouTube videók készítésébe. Közel öt éve, hogy megszületett az első videója. Hasonlóképpen kereste a szerelemmel, párkereséssel kapcsolatban is Istennek a terveit, s nagyon határozott, tiszta elképzelése volt a leendő férjével kapcsolatban. Hűséges volt Istenhez, bízott a Szavában, amelyeket a Biblián keresztül meghallott, megértett szerelmi életére vonatkozóan. Csodálatos volt végigkövetni, ahogy megismerte a férjét, Timót. Amikor megálmódtam ezt a különszámot, nem volt kérdés számomra, hogy Anna lesz a címlaplányunk és közösen vele fogom kiválasztani a kiadványban szereplő írásokat. Egykoron tiniként és fiatal nőként nekem a Cosmopolitan volt a Bibliám, s egy eltorzított kép élt bennem a szerelemről, a párválasztásról, a szexualitásról, a házasságról. Ennek következtében számtalan hibás döntést hoztam, lelki megpróbáltatások sorozatát éltem át. Megtapasztaltam a mindent elsöprő szerelmet egy nápolyi szerelmes férfi menyasszonyaként is, de ennek a love storynak köszönhetem életem legnagyobb szerelmi csalódását is. Amikor már azt hittem, hogy véget ért az életem, akkor váratlanul megismerkedtem a jelenlegi férjemmel és életem legtitkosabb és legnagyobb álma vált valóra: fiatalon anyuka lehettem és saját családom lehetett. Házasságon kívül született gyermekként, ráadásul egykeként mindig is nagycsaládra vágytam.

Bár a férjemmel a szerelmünk és házasságunk első éveit beárnyékolta a sötétség, miután mindketten hitre jutottunk (először én 2008-ban, majd a férjem 2011-ben), megtapasztaltuk, hogy mit jelent a hármasszövetség, amikor a házasságban a harmadik nem egy szerető, egy kívülálló személy, hanem ISTEN. Milyen, amikor már Jézus, az evangélium fénye ragyogja be a szerelmi életünket, és amikor konfliktusokat, nehézségeket élünk meg, kire érdemes hallgatni.

Ne feledd, ahogy mindannyian Isten egyedi alkotásai vagyunk, egyedi élettörténettel, ugyanúgy szerelmi történeteink forgatókönyve is eltérő. Ezeket a történeteket nem azért gyűjtöttük össze, hogy egy „tökéletes receptet” vagy elvárásokat rakjunk eléd. Sokkal inkább szeretnénk a történeteinken keresztül gondolatébresztőt adni, bölcs nővéreként melléd állni párkapcsolati döntéseidben is.

Különleges ajándék, hogy a love storyk szereplői mindegyike a Bella Girl Magazin önkéntese. Annamari, Barbi és Timi egykoron még szingliként csatlakoztak a Bella Girl szolgálatához, mára már feleségek.

Férjemmel hét év házasság után templomban kértük Isten áldását a házasságunkra.



Azóta megértettem azt, amit M. Mason A házasság misztériuma c. művében gyönyörűen megfogalmazott:

**„A templomi esküvő mindennél világosabbá teszi, hogy nem az ember szerelmi szenvedélye és elszántsága, hanem egyedül az Úr szenvedélye és az Úr elszántsága ad biztonságot. Az esküvő szertartásos kinyilvánítása annak, hogy Isten egybekapcsolt két embert, s hogy Ő vállalta a felelősséget, hogy megtartja őket egymás mellett. A kötés legalább annyira nem emberi erő műve, mint amennyire emberi hatalom nem is bonthatja meg.**

### Drága Bella-lány!

Bárcsak ismerhetnénk, beszélgethetnénk személyesen is! Remélem, hogy a soraink közvetítik számodra is Isten féltő, szerető gondviselését. Szívből kívánom, hogy ezt a kiadvány mint egy szerelmi kisokost őrizd meg, és amikor el vagy keseredve, bizonytalan vagy, bátran lapozd fel és meríts erőt az írásainkból.





szerző: Kissné Kovács Annamária / Kiss Tímót

## arra vágytam, hogy az első legyen nekem az "Igazi"

**Anna és Tímót 2020 nyarán házasodtak össze, másfél évvel azután,  
hogy az Élet Szava Tábor önkéntesképző hétvégéjén találkoztak.**

**Anna - elmondása szerint - alig egy hónap után tudta, hogy Tímót lesz a férje.  
Azóta egy mosolygós, 1 éves kislány szülei és épp családi házukat szépítgetik otthonná.  
De vajon hogyan jutottak el idáig?**

**BG:** Hogy éltétek meg a várakozás időszakát egyedülállóként?

**Anna:** Én a párkapcsolatok terén mindig is házasságban gondolkoztam, tehát nem barátot kerestem, hanem férjet. És ezt nagyon komolyan gondoltam. Kb. 12 éves korom óta arról álmodtam és **arra vágytam, hogy az első legyen nekem az "Igazi"**. Nem akartam senkinek odaadni magam és nem csak testileg nem, hanem nem akartam úgy feltárni és megosztani magamat valakivel, ahogy az egy párkapcsolatban történik. Nem akartam éveken keresztül szerelmes és intim emlékeket

felhalmozni valakivel, aki aztán kisétál az életemből. **Mindent meg akartam tartani a férjemnek. Azt akartam, hogy csak egyetlen emberé legyek.** Kész voltam kivárni azt az egyet, aki valóban a társam lesz és nem akartam megalkudni és belemenni valamibe, csak azért, mert egyedül vagyok.

Ez nem jelenti – persze - azt, hogy ezt csak így lehet csinálni, és rossz minden házasság előtti párkapcsolat, egész egyszerűen nekem így volt jó, és az Úr megadta, hogy ez a vágyam teljesüljön.

**Tímót:** Én kevés esélyt láttam arra, hogy az első párkapcsolatomból házasság legyen, de mégis vágytam erre. Az alapgondolkodásom nekem is az volt, hogy feleséget keresek és nem akartam olyan valaki felé kezdeményezni, aki az általam megfogalmazott "kritériumoknak" nem felel meg, vagyis nincsenek meg benne azok a dolgok, amik nélkül nem tudom elképzelni a házasságot vagy éppen olyan dolgok vannak jelen, amik miatt szerintem nem működne.

**BG:** Tehát ez azt jelenti, hogy mindkettőtöknek a másik volt az első?

**Timót:** Én szívesen lettem volna már korábban is párkapcsolatban, ha csak rajtam múlt volna a dolog. Volt olyan eset, amikor kezdeményeztem, de nem lett belőle semmi. Utólag úgy gondolom, hogy az Úr bölcs vezetése volt ez. Így Anna volt az első. **Ajándékba kaptam őt és nem érzem azt, hogy hiányoznának a korábbi tapasztalatszerzések vagy egy korábbi kapcsolatból származó élmények. Hálás vagyok.**

**Anna:** Igen, nekem is Timót volt az első igazi párkapcsolatom. Persze nem ő volt az első, aki kezdeményezett felém és az, hogy férjet kerestem, nem jelentette azt, hogy rögtön visszautasítottam mindenkit, aki az első pillantás alapján nem tűnt szimpatikusnak. Elmentem randikra, voltak ismerkedéseim és úgy érzem, hogy nagyon sokat tanultam belőlük. Felismertem, hogy milyen tulajdonságok fontosak nekem és hogy ki az, akivel vigyázni kell. Ez szerintem nagyon sokat segített abban, hogy később hamar felismertem, hogy Timót mellett el tudom képzelni az életemet. Másrészt jobban megismertem saját magamat is, és **megtanultam, hogy melyek azok a nagyon fontos kérdések, amiket érdemes feltenni és megbeszélni egymással még egy kapcsolat megkezdése előtt, vagy annak az elején.**

**BG:** Úgy látom, mindketten nagyon tudatosan kerestétek a társatokat. Beszéltetek kritériumokról és fontos kérdésekről. Melyek voltak ezek számotokra, mondanátok pár konkrétumot?

**Timót:** Kritérium alatt nem elsősorban a hajszínt vagy bizonyos személyiségjegyeket értünk. Persze, a házasságban mindenképp fontos a kölcsönös vonzódás, szóval, természetesen szükséges, hogy tetszen a másik külseje és a személyisége is szerethető legyen a számunkra.

**Anna:** Én hozzátenném azt, hogy szerintem az sem jó, ha rögtön kizárunk valakit amiatt, mert első látásra nincs meg az a bizonyos „szikra”. Sok olyan történetet hallottunk már, ahol nem volt azonnali vonzalom, de aztán mégis nagyon egymásba szeretett a pár és meg is tetszettek egymásnak. Szerintem meg kell adni az esélyt az ismerkedésre magunknak és a másik félnek; egy-két séta, vagy kávé melletti beszélgetés során sokat megtudhatunk a másiktól és az alapján már realisabb igen-t vagy nem-et mondani valakinek a folytatásra, mint egyszerűen nemet mondani egy randimeghívásra, csak, mert ránézésre nem jött be a srác.

**Timót:** A kritériumokra visszatérve, elsődlegesen fontos, hogy olyan valakivel kezdjünk tervezgetni, akivel ugyanolyan lelküllettel tudunk haladni a közös céljaink felé. Nem lehet az egyik fél érdektelen az Isten felé, míg a másik fél engedelmes szolgálója az Úrnak. Hogy tudná bárki is elviselni, hogy az, akit a Földön a legjobban szeret, hite szerint pokolra jut? Vagy mi a helyzet a gyerekeinkkel: ha nem vagyunk közös állásponton, vajon milyen irányba neveljük majd őket? Fontosak a közös tervek is. Például, ha az egyik fél nagycsaládot tervez, a másik fél pedig nem szeretne gyerekeket és inkább karriert építené: hogy tud az a pár később együtt tervezni? Ha az egyik támogatni szeretné a társát a céljai elérésében, úgy a teljes életertervéről le kell mondania, hiszen homlokegyenest ellentétesek az elképzeléseik. Az ehhez hasonló kérdések miatt kell bizonyos „kritériumokat” felállítanunk.

**Annával mindketten családban gondolkoztunk, szeretjük Istent, és sok más hasonlóan fontos kérdésben összedobbant a szívünk.**

**Anna:** Igen, ezekről a fontos kérdésekről beszéltem én is. A hit, a tervek, a közös célok, a közös érdeklődés. **Kell, hogy azt érezték, hogy tudtok együtt álmodni és együtt építkezni majd a jövőben.** Csakhogy, ezek ilyen „túl

komoly” kérdések, és szerintem sokan egy ismerkedés vagy kapcsolat elején nem merik ezeket feltenni és megbeszélni. Pedig, úgy gondolom, hogy olyankor lenne a legfontosabb, hisz ha csak egy-két év után jönnek elő ezek a dolgok, addigra már a szerelem és az addig közösen megélt dolgok miatt nehéz komolyan venni ezeket a különbségeket; sokkal egyszerűbb továbbsiklani felettük, abban a reményben, hogy majd a másik idővel úgy is megváltozik. Ez pedig a későbbiekben nagy csalódásokhoz és válságokhoz vezethet, például egy házasság elején. Szóval, fontos előre gondolkodni.

**BG:** Nálatok megvolt az első találkozáskor a szikra? Vagy mi volt, ami megfogott a másikban?

**Timót:** Ami bennem Annával kapcsolatban először megfogalmazódott, hogy ez a lány olyan, mint én. Első emlékem róla az Élet Szava Tábor önkéntesképzőjéről van, hogy ott áll a gyönyörű, göndör, barnahajú lány a toalmási kastély falépcsője mellett, majd leül a társaságunkhoz beszélgetni. Nem tudtam nem figyelni őt. Tetszett. A személyiségünkben éreztem valami nagyon erős hasonlóságot, és nagyon hamar meg is találtuk egymással a hangot. Szimpatikus volt, viszont mindaddig nem volt szándékomban komolyan kezdeményezni, amíg bele nem láttam a lelkébe, és ebben a vlogjai is a segítségemre voltak.

**Anna:** Nekem is megtetszett Timót, amikor találkoztunk. Figyeltem őt, de azt hiszem, akkor még nem vonzalmat, inkább csak szimpátiát éreztem. A hétvége után facebookon megkeresett, és pár naponta rám írt. Ezeket a beszélgetéseket mindig nagyon vártam és élveztem, és már pár alkalom után kezdett bennem megfogalmazódni, hogy Timót egy nagyszerű férfi; tetszett a szíve és a gondolkozása. Olyan, hasonló volt az enyémmhez. Tulajdonképpen olyan hasonlóan éreztem őt magamhoz, mint még soha senkit. Azt is egyre erősebben éreztem, hogy ez az a történet, amit Isten

nekünk készített. Egy hónap után volt az első randink, egy egész napos pesti kirándulás, ami után már le mertem írni a naplómba, hogy „**egyre nő bennem a bizonyosság, hogy megtaláltam, akit keresek, pontosabban a férfit, akit Isten nekem szánt**”.

Én nagyon sokat imádkoztam a párkeresés időszaka alatt azért, hogy ha találkozom azzal az emberrel, akinek az életét évek óta kísérem az imáimmal, akire készítem a szívemet, akkor ismerjem őt fel, legyen békességem, Istentől kapott bizonyosságom. Ezt meg is adta nekem az Úr. Minden imánkat meghallgatta.

**Timót:** Egyébként végig olyan józannak éreztem magunkat ebben a kapcsolatban. Ugyanis, nem azonnal lettünk fülig szerelmesek egymásba, hanem szépen, fokozatosan növekedett bennünk a szerelem. **Úgy éreztem, hogy békességem van abban, hogy ezzel a lánnyal minden stimmel és ezért tudtam eldönteni, hogy őt fogom feleségül venni.**

**BG:** Beszéltetek arról, hogy szingliként is tudatosan házas társat kerestetek. Hogyan készítettétek magatokat a házasságra?

**Timót:** Én kiskorom óta imádkoztam hozzám illő feleségért. Izgalmas volt azon gondolkodni, hogy vajon milyen lesz a feleségem és milyen leszek én, férjként. Imádkoztam azért és készültem is rá, hogy ha lesz feleségem, én majd jó férje legyek, olyan, mint amilyennel Isten meg akarja őt ajándékozni. **Fel-nőttként már azért is imádkoztam, hogy az Úr áldja meg a jövődóbelimet és hogy Isten kedvében járjon és szolgáljon neki. Áldás lehessen a környezete számára, örüljön és szeretve legyen.** Az imádságok mellett tudatosan fejlesztettem magam olyan dolgokban, amiről úgy gondoltam, hogy majd a feleségem javára lesz. Tudatosan kezdtem törekedni az önállóságra is, hogy képes legyek majd a családomért felelősséget vállalni, minden tekintetben.

**Anna:** Én körülbelül 16 éves lehettem, amikor rájöttem, hogy ha arról álmodozok, hogy fiatalon férjhez megyek, akkor nem árt jártasságot szereznem azokban a dolgokban, amik majd feleségként a feladataim lesznek. Például megtanultam az anyukámtól főzni és részt vettem más háztartási és kerti munkákban. Olvastam a nőiességről és a párkapcsolatokról szóló könyveket, amelyek arra ösztönöztek, hogy a jellememet is próbáljam fejleszteni. Ha azt szeretnék, hogy megértő, kedves, türelmes és irgalmas társai legyünk majd a férjünknek, akkor szingliként megpróbálhatjuk ezeket már a családtagjainkon is gyakorolni. Illetve, én is imádkoztam a férjemért, nem csak azért, hogy majd egyszer legyen, hanem az életéért, a munkájáért, a tanulmányaiért, Isten áldását és védelmét kértem rá.

**BG:** Később, egy párként a jegyesség időszaka alatt hogyan készültetek a házasságra?

**Timót:** Rendszeresen imádkoztunk együtt. Együtt olvastuk és átbeszéltük például Gary Chapman 12 dolog, amit jó lett volna tudni az esküvőm előtt című könyvét. Jártunk jegyesoktatásra is és Anna kikérdezte az idősebb, már házas testőit és szüleit is, házassági tanácsokkal kapcsolatosan. Nagyon fontosnak tartottuk, hogy tiszteletben tartsuk egymás határait, amelyek arra szolgáltak, hogy szüzen, tisztán jussunk el az esküvőig, a lehető legtöbbmindent megtartva a házasságra, mert ez tetszik Istennek. Már az elején átbeszéltük, hogy hogyan vigyázzunk egymásra, például, nekünk sokat segített az, hogy nem beszélgettünk hosszan kettesben, zárt helyiségben illetve az, hogy a megbeszéltük, hogy a csókolózást az esküvőnk előtti 3 hétre tartogatjuk. Nem volt könnyű, de megérte.

**BG:** Volt-e olyan tulajdonság, ami csak a házasságban derült ki a másiktól és meglepődtetek rajta?

**Anna:** Így, három év távlatából visszatekintve azt gondolom, nem volt. Mondják,

hogy a házasság első éve kritikus időszak, amikor családost, rájössz a párod hibáira vagy egymás idegeire mentek bizonyos hétköznapi apróságok miatt. Mi is nagyon izgatottan vártuk, hogy milyen lesz az összecsiszolóadás. Hálásak vagyunk érte, hogy végül egyáltalán nem éltük meg nehezen, gördülékenyebben ment minden, mint ahogy számítottam rá. Ebben sokat segített, hogy a jegyességünk időszaka alatt elsősorban a házasságunkra és nem az esküvőre készültünk. Átbeszéltük a legfőbb különbözőségeinket és az idősebbek tanácsait megfogadva felkészültünk arra, hogy a házasságban alázatra és sok irgalomra van szükség.

**Timót:** Én azt emelném ki, hogy sokat láttuk egymást a családunk körében, figyeltük hogyan viselkedik a másik a szeretteivel: ebből azért lehet következtetni. Másrészt, mi tényleg sokat beszélgettünk, mert az intimitást igyekeztünk a házasságra tartogatni, így nem a csókolózással telt az idő. **Épp az a veszélye, ha sok testiség van korán jelen a kapcsolatban, mert hamisan erősíti az összetartozás és egység érzését, közben meg a beszélgetésre, valódi megismerésre nem jut idő.**

A szülővé válás volt az a terület, ahol nem tudhattuk, hogyan éli majd meg a másik a gyermekünk érkezését, mit hoz ki egyáltalán belőlünk. De, áldjuk és csodáljuk az Istent, mert sokat gyönyörködhetünk egymásban szülőként is.



„...attól ő az Igazi, hogy őt választottam...”

## Szerelem második látásra - összecsiszolódva Isten kezében



**Zolival edzésen találkoztunk. Ő már oszlopos tagja volt a csapatnak, én új voltam. Első látásra kölcsönösen antipatikusak voltunk egymás számára. Nekem nem tetszett, hogy folyamatosan vicceskedik. Neki nem tetszett, hogy sokat ülök a padon, és azóta is állítja, hogy köszönés nélkül távoztam, bár én máshogy emlékszem. Ígéretes kezdés, nem igaz?**

Valahogy mégis beszélgetésbe elegyedtünk. Sokszor hazakísért edzés után, táncházba jártunk, a nyári szünetben pedig kilométeres e-maileket váltottunk. Róla kiderült, hogy társaságon kívül inkább érzékeny beszélgetőtárs, mint bohóc, és rólam is kiderült, hogy ha feloldódom, már nem üldögélek a pálya szélén, és köszönni is szoktam. Szép lassan szerelem szövődött közöttünk.

Együttjárásunk ideje alatt voltak necces helyzetek. Az egyik legnehezebb időszak volt, amikor egyetemre kerültem. A 300 kilométeres távkapcsolatot Zoli nem sokáig tűrte, úgy döntött, hogy ott keres munkát, ahol én egyetemre járok. Egyszer csak ott találta magát az ország másik felén, egy idegen városban,

egy sivár albérleti szobában és nem volt neki más, csak én, míg én éppen vígan lubickoltam az egyetemi élet szépségeiben. **Talán ez az időszak volt a kapcsolatunk első próbája. Időbe telt, mire megtanultunk élni az új helyzettel, egyensúlyt kialakítani, egymás igényeire odafigyelni. Megharcoltuk és győztünk.** A tanév végére lánykérés lett belőle. Még egy évig jegyben jártunk, majd 2015. szeptember 12-én összeházasodtunk. Én 20 voltam, Zoli 27.

Sokan mondták, hogy az első év, az összecsiszolódás húzósa. Én nem így éltem meg. Élveztem, hogy házasok vagyunk, hogy végre együtt élünk, megosztjuk egymással a mindennapjainkat.

**Sokat gondolkodtam, vajon mi lehetett annak az oka, hogy nem éltük meg katasztrófálisnak az összecsiszolódást.**

Az egyik legfontosabb szerintem, hogy nem voltak irreális elvárásaink. Én egy olyan családban nőttem fel, ahol a család és a házasság mindig kiemelt értéket képviselt, és sokat hallottam már fiataloként arról, hogyan működik egy párkapcsolat. Hogy nem a házasság tesz egészszé és boldoggá, és hogy egy jó kapcsolatba az embernek energiát kell fektetnie. Sokat olvastunk a témában házasság előtt, azt gondolom, hogy fel voltunk annyira készülve, amennyire akkor lehetett.



**Nem gondoltam azt, hogy Zoli személyében Mr. Perfect kért feleségül. Tudtam, hogy ő nem a „legjobb” és „legszebb”, hanem az EGYETLEN. És ettől annyira értékes.**

És a másik, ami szerintem fontos volt: az elköteleződés. **Meg sem fordul a fejünkben az, hogy a másik esetleg mégsem az Igazi, és mást kellene keresni, mert attól ő az Igazi, hogy őt választottam, mellette döntöttem.** Most a napokban mondott Zoli nekem valamit, ami nagyon megérintett: „Néha nagyon tudnak bosszantani a problémák, amelyek felmerülnek köztünk, de – hála Istennek! – soha nem gondolom azt, hogy te lennél a probléma.” Ez a mondat nagyon szépen kifejezi azt a hozzáállást, ami szerintem nagyon fontos egy elkötelezett kapcsolatban.

Házasságunk eddigi, talán legnehezebb időszaka az volt, amikor az első kisfiúnk megszületett. Elméletben erről is tudtuk, hogy nehéz lesz, de gyakorlatban megtapasztalni azért más volt. Nagyon sokat formált minket ez az időszak abban, hogy hogyan tudjuk kölcsönösen egymás javát keresni. **Mind a kettőnknek kellett áldozatokat hoznunk a másikért. Mind a kettőnknek félre kellett a saját igényeinket tenni. És tudjátok mit? Busásan megtérült. Utána úgy éreztem, szintet lépett a kapcsolatunk.**

Nem szeretném, ha mindezeket úgy olvasnátok, mint ami a mi teljesítményünk. A tudatosságot nagyon fontosnak tartom. A hozzáállást nagyon fontosnak tartom.

*„Isten az, aki munkálja bennetek mind a szándékot, mind a cselekvést az ő tetszésének megfelelően”  
(Filippi 2, 13).*

**Nem vagyok büszke, „csak” hálás. Hálás Istennek, hogy a mi hülyeségeink ellenére (mert voltak ám bőven!) is szépet hozott ki és hoz ki mind a mai napig a kapcsolatunkból.** Hálás vagyok Istennek, hogy megajándékozott minket egymással.

f facebook.com/egytestte  
 @ instagram.com/egy\_testte  
 tiktok.com/@egytestte  
 youtube.com/egytestte



### NAGYNÉ VÉGH CSENGE

Feleség, három gyermek édesanyja és az Egytestté megalapítója. Lenyűgöz Isten szerelme és a Biblia szerelemmel, házassággal és szexualitással kapcsolatos gondolatainak mélysége és gazdagsága.

szerző: Nagyné Végh Csenge

# szerelmes Isten

**“Furcsának hat Isten neve előtt a jelző, hogy “szerelmes”? Pedig, akár hiszed, akár nem, Isten a Bibliában (többek között) így mutatkozik be. Valószínűleg ismerősebben hangzik az, hogy Isten gondoskodó atya, vagy zseniális teremtő, esetleg hatalmas úr, király.**

**És ez mind így is van, viszont, van még egy „címe” Istennek, amit nem szoktunk olyan gyakran emlegetni, pedig a Biblia első könyvétől az utolsóig végig megtalálható: Isten mint szenvedélyesen szerelmes vőlegény és férj.**

**S az evangélium – ebben az összefüggésben - mint a legnagyobb, legtisztább, legigazibb love story.**

Nem tudom, hogy te hogy vagy vele, de amikor én tinilány voltam, nem sok jót hallottam a szerelemről a felnőttektől, főleg, keresztyén felnőttektől. Azt hallottam, hogy a szerelem „rózsaszín köd”, ami miatt az ember nem tud tisztán gondolkodni, és ami úgyis hamar elmúlik majd. Azt is hallottam, hogy a szerelem pusztán egy kémiai vegyület, nem más, mint „közönséges kábítószer”.

Az a kép alakult ki bennem, hogy a szerelem, hiába esik annyira jól, tulajdonképpen jobb lenne, ha nem is lenne, mert csak akadályoz bennünket abban, hogy tisztán és józanul gondolkodjunk és jó döntéseket hozzunk. A szerelem rossz hírneve, persze, nem véletlen. Tényleg nincsen túl jó hatással az ítélőképességünkre és a művészet sem véletlenül van telis-tele ennek a csökkent ítélőképességnek a tragikus következményeivel. Mégis, borzasztóan egyoldalú, ha pusztán így gondolkodunk a szerelemről, szenvedélyről, sexualitásról.

## Kitől származik a szerelem?

### Ki teremtette a szexuális vágyat?

Ki hívta életre tulajdon teremtő szavával azokat a molekulákat, amelyek a vonzalomért és szerelmes érzésekért felelősek és amelyeket egyes keresztyének lesajnálóan csak „rózsaszín ködnek” vagy „közönséges kábítószernek” neveznek?

Ki tette az emberi testet alkalmassá arra, hogy a szenvedély intenzív érzését átélje? Talán az ördög?

**Dehogy. Az egyedüli teremtő az Isten, az ördögnek nincsenek teremtményei, maximum eltorzítani képes azt, amit Isten alkotott.**

Hibát követett el akkor Isten, amikor a szenvedélyt, és a nemi vágyat megteremtette?

A teremtés történetében azt olvassuk, hogy Isten a teremtés után mindenről kijelentette, hogy jó. Pál apostol is ezt írja az 1Tim 4, 4-5-ben: *„Mert Isten minden teremtménye jó, és semmi sem elvetendő, ha hálaadással élnek vele, mert Isten igéje és a könyörgés megszenteli.”* A szerelem és sexualitás Isten művei, tehát jók és nem elvetendőek. De vajon miért teremtette Isten őket? Mi szükség volt rá? Mi az értelme?

A Biblia szerint Isten minden teremtménye elmond valamit arról, hogy kicsoda Isten, láthatóvá tesz valamit abból, milyen Ő. A teremtett dolgok megfigyelésével megismerhetünk valamit a láthatatlan Istenből és az Ő titkaiból (ld. Róma 1, 19-20.).

## MIT MOND ISTENRŐL A SZERELEM ÉS A SZEXUALITÁS? OLVASD EL EZT A GYÖNYÖRŰ PRÓFÉCIÁT ÉZSAIÁS KÖNYVÉBŐL:

*„Ékes korona leszel az Úr kezében, királyi fejdísz Istened tenyerén. Nem mondanak többé elhagyottnak, országodat sem mondják pusztaságnak, hanem úgy hívnak, hogy gyönyörűségem, országodat pedig úgy, hogy férjnél van. Mert gyönyörködik majd benned az Úr, és országodnak ő lesz a férje. Mert ahogyan az ifjú elveszi a hajadont, úgy vesz el téged, aki felépít; ahogy a vőlegény örül a menyasszonynak, úgy örül majd neked Istened”*  
(Ézs 62, 3-5.).



"ISTEN MINT SZENVEDÉLYESEN SZERELMES VŐLEGÉNY ÉS FÉRJ.  
S AZ EVANGÉLIUM – EBBEN AZ ÖSSZEFÜGGÉSBEN – MINT A LEGNAGYOBB,  
LEGTISZTÁBB, LEGIGAZIBB LOVE STORY."



Ez a prófécia arról szól, hogy Isten arra vágyik, hogy a népével, az emberekkel újra szeretet-kapcsolatban legyen, mint Ádámmal és Évával az Édenben, még a bűneset előtt. És erre a vágyra a vőlegény szerelmét használja metaforaként.

Kíváncsi vagy arra, vajon pontosan mit értett Isten az alatt, hogy „ahogy a vőlegény örül a menyasszonynak”?

A Biblia kellős közepén ott van egy teljes könyv, egy gyönyörű, ősi, nyíltan erotikus költemény, amely a vőlegény és menyasszony örömről szól (Énekek éneke)!

#### OLYAN, MINTHA ISTEN EZT AKARNÁ MONDANI:

*„Látjátok, valami ilyesmiről beszélek,  
amikor azt mondom, hogy arra vágyom,  
hogy szeretetközösségben legyek veletek.”*

*Emlékszel, hogy azt írtam, az evangélium  
a legnagyobb love story? Hogy kell ezt érteni?*

Istennel való szeretet kapcsolatára lettünk teremtve. A bűn viszont olyan, mintha folyamatosan megcsalnánk az Istent, lehetetlenné teszi, hogy egységben legyünk Vele. Isten viszont nem törődött bele ebbe, hanem odáig ment, hogy a Fiú Jézus személyében megtestesült és a kereszthalálával hidat vert a Menny és a Föld közé. A Biblia azt mondja Jézusról, hogy Ő a Vőlegény, aki életét adta azért, hogy a Menyasszonnyal (velünk) együtt lehessen. A Jelenések könyve úgy ír az

üdvösségről, mint a Bárány (Jézus) menyegzőjéről, házasságról Isten és ember, Menny és Föld között.

Az emberi szerelem és szexuális vágy egyáltalán nem tökéletesek, Isten mégis úgy gondolta, hogy ezt használja eszközként arra, hogy átéljünk, megízleljünk egy csipetnyit abból, amit Ő érez irántunk. A szerelem nem egyenlő Isten szeretetével, csak homályos tükörképe annak. Isten szerelme leírhatatlanul több, édesebb, mélyebb, hatalmasabb. Ebből kettő dolog következik:

*Az egyik az, hogy a szerelem Isten jó ajándéka. A szerelem, ha Isten megtisztítja és megszenteli, akkor Őt dicsőíti. A másik viszont, hogy a szerelem nem több, mint isteni produktum, mint ajándék. A lelked legmélyebb vágyódásait sem a szerelem, sem a szex nem képes betölteni, mert ezek csak jelek, útjelzők, amelyek az Istennel való bensőséges kapcsolatra mutatnak.*



Ki az, aki Disneylandbe menet megállna az utat jelző tábla alatt, mondván, hogy „megérkeztünk”? Jézus szerint a mennyben nem lesz majd házasság, ami sokaknak talán szomorú, pedig nem kellene, hogy az legyen. A mennyben azért nem lesz házasság, mert nem lesz szükség többé a jelre, amikor teljesen miénk lesz az igazi: az Isten örök szerelme. De nem kell ám a mennyországig várni, hiszen az Istennel való mély, bensőséges, egész életet átforgató kapcsolat már most is a tiéd lehet.

Már most is elkezdheted megismerni, felfedezni azt a többet, édesebbet, mélyebbet, hatalmasabbat, Isten szenvedélyes szeretetét. Engedd magad szeretni!



#### NAGYNÉ VÉGH CSENGE

Feleség, három gyermek édesanyja és az Egytestté megalapítója. Lenyűgöz Isten szerelme és a Biblia szerelemmel, házassággal és szexualitással kapcsolatos gondolatainak mélysége és gazdagsága.

# Randizás tudatosan



Ha a randevúzás témája merül fel, rengeteg eszmét, teóriát találhatunk különféle körökben hasznos, vagy kevésbé hasznos tanácsokkal. Ezek sokszor segíthetik az életünket, de én még egy olyan tippem sem találtam, ami abban a döntéshozatalban segített volna, hogy ha ismerkedsz egy személlyel, esetleg elmész vele egy randira, akkor meddig lehet húzni az időt, mielőtt megteszitek a következő lépést.

A mai fiatal nők körében ismerős lehet a „**situationship**” fogalma, ami annyit jelent, hogy egy személlyel már szorosabb kapcsolatod van, mint bármelyik ismerősöddel, de még nem vagytok hivatalosan párkapcsolatban. Ez azért is lehet, mert még szimplán nem döntöttétek el, hogy szeretnétek-e egymással szorosabb kapcsolatot teremteni, de ennek az elköteleződéstől való félelem is lehet az oka. Az ilyen **situationship**ek szoktak elhúzódni manapság akár több hónapig is, ami valljuk be, hogy igen idegőrlő lehet. Arról nem is beszélve, hogy ha végül nem alakul ki komolyabb kapcsolat, akkor csak húztátok egymás idejét feleslegesen.



Ebben a témában futottam össze két igen fontos kérdéssel, amelyek nagy segítséget nyújthatnak a döntéshozatalban:

## El tudom képzelni vele a jövőmet?

Ha felteszem magamnak ezt az eldöntendő kérdést, a válasz beszédes lehet.

**Amennyiben a válaszom: IGEN, el tudom képzelni vele a jövőmet:**

ez arra mutat rá, hogy már ismerem annyira a személyt, hogy el tudom képzelni az életemben hosszútávon, ami fontos szempont, ha a leendő férjemet keresem.

**Amennyiben a válaszom: NEM, annak két oka lehet:**

Még nem ismerem annyira őt, hogy hosszútávú jövőt tudjak elképzelni vele.

Ismerem, de vannak olyan tulajdonságai, amelyek miatt nem tudom elképzelni vele életem hátralévő részét.

Ezek a válaszok nagy előrelépésre vezethetnek, de most jöjjön a legfontosabb kérdésem:

## El tudom képzelni nélküle a jövőmet?

**Válaszaim egyik lehetősége: NEM!**

Ez egy szuper hír, ami azt jelentheti, hogy Ő egy olyan egyéniség az életemben, akivel le tudom és le is akarom élni az egész életem. Ő az, aki kihozza belőlem a legjobb énem, aki nélkül nem teljes az életem.

Persze attól, hogy én így válaszolok, az sajnos nem feltétlenül garantálja az „és boldogan éltek, míg meg nem haltak” jövőt. A másik személyen ugyanannyira múlik, hogy Ő milyen válaszokat adna ezekre a kérdésekre.

**Amennyiben a válaszom: NEM, nem tudom elképzelni Nélküle a jövőmet, DE nem akarok szorosabb, komoly kapcsolatot:**

ez a válasz sajnos szinte egyenlő a situationship fogalmával. Erre a hozzáállásra azért nem lehet építeni, mert egy ilyen kapcsolatban csak raboljuk egymás idejét. Arról nem is beszélve, hogy elhasználhatjuk egymást, mielőtt tényleg találkozoznánk az Igazival, sőt el is szalaszthatjuk az alkalmat, ha túl sokáig vagyunk egy jövő nélküli „kapcsolatban”.

**Végül lehet a válaszom egyszerűen csak: IGEN!**

Ebben az esetben elég egyértelmű, hogy nem éri meg tovább várakozni, reménykedve, hogy hátha lesz belőle valami jó, hátha meggondolom magam. Nekem is és Neki is jobb, ha őszintén kezeljük a helyzetet.

Biztos vagyok benne, hogy nem ezek a legnépszerűbb tippek az ismerkedésre azok közül, amikkel már találkoztál, de hidd el, hogy annál őszintébbek. Hiszem, hogy segítséget tudok nyújtani más lányoknak, nőknek is, akik dilemmáznak egy kapcsolat kimeneteléről, úgy, ahogy nekem is segítettek már ezek a kérdések.

**Bátorítalak, hogy merj Te is tudatosan randizni, akkor is, ha az őszinte válasz néha fáj.**



### NOÉ DOMINIKA

Kommunikáció és médiatudomány szakos egyetemi hallgató vagyok és a Bella Girl Magazin főszerkesztő-helyettese. Vágyom az, hogy minél több fiatal nő kezdjen el tisztán látni. Tisztán látni önmagát, az értékeit, és a világban betöltött szerepét.



szerző: Sabrina Peters

## a keresztény randizás 10 nemje

**A kapcsolatok lehetnek zavarosak, a szerelem pedig bonyolult. Itt van most a keresztény randizás 10 nemje. Őszinte gondolatok, amelyeket a saját életem hibái, valamint a közösségi bölcsesség alapján gyűjtöttem össze.**

Emlékezz arra, hogy a kapcsolatokat Isten tervezte. A házasság, a szerelem, a család, a szex valóban nagyon jó dolgok, és Isten azt szeretné, hogy te is (csakúgy, mint én) tapasztald meg a teljességüket. Azonban ez néha azt is jelenti, hogy el kell kerülni a csapdákat és a veszélyeket, amelyek a következők:

### **1. NE MENJ HOZZÁ VALAKIHEZ AZÉRT, MERT CSAK LE AKARSZ FEKÜDNI VELE.**

Őszintén, ez egy nagyon rossz ok arra, hogy kapcsolatba, vagy házasságra lépj valakivel. Igen, a szex csodálatos (hangsúlyozom CS-O-D-Á-L-A-T-O-S)

része a házasságnak, de csak egy része. Ha elsődlegesen a szex gondolata hajt a házasság felé, akkor az egy katasztrófát jelent majd később. A szex olyan, mint a cukormáz a tortán, de ha a többi hozzávaló nem jó, akkor az egész torta csak rossz lehet. Ezért, ne állapodj meg valaki mellett, akihez egyszerűen csak fizikailag vonzódsz. Áss mélyebbre. A kinézet idővel megfakul, és a vonzalom ingadozhat. Keress valaki olyat, aki Istentől kapott elhívásod felé segít téged, aki feltölti a lelkedet, azonosul az alapvető értékeiddel. Keress valaki olyat, akivel összeillettek, akivel együtt tudsz nevetni, akivel tudsz

álmodni. A legfontosabb pedig, hogy imádkozz, hogy Isten vezessen el téged a személyiségednek leginkább megfelelő személyhez. A házasság egy olyan társas kapcsolat, amelynek barátságon, vonzalmon, elköteleződésen, egységen, és – remélhetőleg – az Istentől rendelt cél egységén kell alapulnia. Több, mint egy engedély arra, hogy hozzáláthassunk a dolgokhoz. Ne járj valakivel csak azért, mert tetszetek egymásnak, vagy, mert látni szeretnéd hogyan alakul. Úgy kezdj járnivalakivel, hogy van róla jövőképed, meggyőződésed, célod.

## 2. NE VÁLJ ÉRZELMILEG FÜGGŐVÉ

Nagyon fontos egészséges határokat felállítani. Sok párt láttam (és néhányszor én magam is belekerültem ebbe a helyzetbe), akik érzelmileg teljesen a másik embertől váltak függővé. Ekkor a másik válik életed elsődleges örömforrásává. Ahelyett, hogy önálló személyként élnél, minden körülöttek, egy pár körül forog. Nemrég láttam, ahogy egy barátom kapcsolatában is ez történt. Órákon át beszélgettek és szinte állandóan sms-eztek. Sajnos, amikor 9 hónappal később szakítottak, nagyon zavaros helyzet állt elő. Annyira mélyen egymásba fonódtak, hogy a szakítás olyan volt, mintha egy ragadós pókhálót kellett volna kibogozni. Fiatal emberek ne osszák meg egymással a legmélyebb titkaikat, félelmeiket vagy álmaikat a kapcsolat kezdeti szakaszában. Tim Keller nagyon jól fogalmaz, mikor ezt mondja: „Ne engedd, hogy a dolgok túl gyorsan túlságosan szenvedélyessé váljanak. – Az érzelmek nagyon erősek lehetnek a kapcsolat elején. Az elvakultságot gyakran mély szerelemként értelmezik, és akik nem látják egymás hibáit, kiábrándulnak. Engedj időt annak, hogy mindenre kiterjedő vonzalom épüljön ki közöttetek, amely sokkal ellenállóbb, erősebb szeretetet jelent majd a házasság éveiben.”

## 3. NE PRÓBÁLKOZZ ÉS KERÜLJ A VONALHOZ KÖZEL ANÉLKÜL, HOGY ÁTLÉPNÉD

Amikor ifjúsági lelkész voltam, a fiatalok sokszor megkérdezték tőlem: „meddig mehetek el?”. A tanácsom továbbra is az, hogy fuss el attól a vonaltól, barátom! Olyan ez, mint a szikla szélén állnánk, remélve, hogy nem csúszunk meg. Szeretnéd visszatartani, amennyire csak lehet, mert elkerülhetetlenül közelebb fogsz csúszni. Bizz bennem! Lehet, hogy nem mindent jártam végig, de egy-két alkalommal határozottan a vonal szélén álltam. És attól még mert (technikailag) nem szex, nem jelenti, hogy ne lenne kapcsolat. A lényeg nem az érintkezés elkerülése, hanem

az, hogy ne kapcsolódj érzelmileg, fizikailag, lelkileg és szexuálisan valaki olyanhoz, aki nem a házastársad! Mert akár tetszik, akár nem, minden tönkrement kapcsolatnak vannak továbbgyűrűző hatásai. A szex a legerősebb kötőanyag, ezért óvatosan bánj vele.

Kérdezd meg magadtól: „hogyan érinti ez a választás majd a jövőmet?”

Kérdezd meg magadtól: „mennyit tudok majd megtapasztalni a jövőbeli házastársammal?”

Kérdezd meg magadtól: „az, amit teszek, a javára lesz a másik embernek, akkor is, ha szakítunk?”

## 4. NE OSTOROZD MAGAD, HA HIBÁT KÖVETSZ EL

Ahogy már említettem, a kapcsolatok lehetnek zavarosak és mindannyian elrontjuk, de annyira boldog vagyok, mert Isten irántunk érzett szeretetének nincsenek feltételei! Szeret bennünket, amikor jók vagyunk, és akkor is, mikor elbukunk. Szereti azt az énünket, akit mindenki ismer, és azt is, aki csak a sötétben látható. Semmi, amit a múltban tettünk, nem választhat el bennünket az Ő irántunk érzett szeretetétől. Tehát, amikor elvéted a célt, vagy átléped a határt (akármelyik is legyen az), ne maradj lent, kelj fel. Nem a választásaid határoznak meg és a hibáid nem zárnak ki. Isten teremtett téged és engem. Tudja, hogy ember vagy, ismeri a gyengeségeidet. Ha hibáztál, ne emészd magad. Fuss Istenhez, ne pedig el Tőle. A lényeg a bűnbánat, ami egyszerűen azt jelenti, hogy megváltoztatod a gondolkodásodat, teljes fordulatot teszel. Felismered, hogy Jézus a kegyelem megtestesítője. Legyél őszinte Vele. Ismerd el a hibáidat. Vállald a felelősséget a tetteidért és engedd, ne vétkezz többé!

## 5. NE ZÁRKÓZZ EL A TANÁCS ELŐL

Néhány ember jelmondata: „Ez az én életem, azt teszek vele, amit akarok.” Igen, ez igaz, ez a te életed, és azt tehetsz vele, amit akarsz. De ha bölcs vagy, keresni fogod az isteni bölcsességet és kéred a Szentlelket, hogy vezessen. Van

egy vers a példabeszédekben, ami azt mondja: „Vezetés nélkül elbukik a nép, de segítséget jelent, ha sok a tanácsadó.” Amikor a szüleid, a lelkészeid, vagy éppen a legközelebbi barátaid próbálnak a kapcsolatról beszélni veled, ne húzódj el és zárkózz el attól, amit mondanak. Gyakran azért zárkózunk el, mert mi magunk is tudjuk, hogy nem hozunk jó döntést. Az ostoba emberek nem veszik figyelembe a tanácsokat és egyszerűen csak azt teszik, ami jól esik. De te légy bölcs és hallgass a jó tanácsra. Amikor a Szentlélek a szívedre helyez valamit, vagy érzed a gombócot a gyomrodban, ne akard nem észrevenni a buzdítását vagy figyelmeztetését. Gyakran láttam embereket, akik teljesen figyelmen kívül hagyták a lelkészeiket, szüleiket, barátaikat, vagy éppen Istent, és mérgező kapcsolatban (vagy ami még rosszabb, házasságban) találták magukat, amelyek összetörték a szívüket, és amelyre nézve csak sajnálkozás volt bennük. Nem arra lettünk teremtve, hogy egyedül éljük, ezért arra a kapcsolatra alapozz, amelyet Isten eltervezett a számodra.

## 6. AMIKOR ELKEZDESZ RANDIZNI, NE HAGYJ FEL AZ ÁLMAIDDAL ÉS NE HAGYD ABBA A SZOLGÁLATOT

Az, hogy randizni kezdesz valakivel, még nem jelenti azt, hogy minden mást hátrébb kell sorolnod az életedben. Ha az a célod, hogy lediplomázz, vállalkozásba kezdj, elvégezz egy bibliaiskolát, vagy egy adott karriert befuss, ne adj fel mindent azért, mert kapcsolatod lett. Maradj motivált, keresd Isten útmutatását az életedre nézve, dolgozz keményen, érezd jól magad, szolgálj Istennek. Amikor megtalálod az igazi társad, ő az elhívásod felé fog segíteni téged, nem pedig lehúzza a középszerűségbe. És őszintén, ne legyél kevésbé jelen a gyülekezeted életében csak azért, mert lett egy barátod vagy barátnőd. Komolyan? Elképesztő, mennyi fiatal vezetőt láttam, akik visszaléptek Isten házának a szolgálatából azért, mert randizni kezdtek, vagy megházasodtak. Mindnyájunknak vannak kötelességeink,

és aktív életünk. Legyen Isten háza az elsődleges fontosságú számodra, az életed bármelyik szakaszában is járj.

## 7. NE RANDIZZ VALAKI OLYANNAL, AKI NEM HISZ ABBAN, AMIBEN TE

Ha keresztény vagy, akkor ne ugorj bele egy kapcsolatba valaki olyannal, aki nem az. Ez nem csak az én véleményem, a Biblia is erről beszél a II. Kor 6:14-ben: „*Ne legyetek hitetlenekkel felemás igában.*” Lehet, hogy ő a legvonzóbb ember, akivel valaha is találkozta, de ha nem szereti Jézust, akkor állj meg. Időnként látok keresztényeket, akik összejönnek kedves és jó emberekkel, de végül szakítanak, vagy azért, mert nem egy irányba néznek, vagy a keresztény fél visszatér ahhoz, amiben korábban hitt. Ez nem jelenti azt, hogy valaki, aki nem keresztény, rossz ember. Biztos vagyok abban, hogy mindannyiunknak vannak barátaink vagy családtagjaink, akik nem azok, és néhányan közülük a legszebb, legkedvesebb és legviccesebb emberek a világon. Ez nem azt jelenti, hogy lenézzük a másikat azért, mert nem hisz abban, amiben én, sokkal inkább azt, hogy olyanhoz kötöm az életemet, aki abban hisz, amiben én. Azért, mert nagyon nehéz teljes szívvel Jézust követni, közben pedig együtt lenni valakivel, aki egy teljesen más irányba néz.

## 8. NE LEGYENEK IRREÁLIS ELVÁRÁSAID

Ne ragadj le a „tökéletes” kapcsolat mellett, vagy, hogy a „tökéletes” emberré válj. Figyeld ide, senki nem tökéletes (annak ellenére, hogy mennyire elképesztő az Instagram feedje, vagy az a kép, amelyet Hollywood próbál eladni nekünk). Az igazság az, hogy még Hollywood sem tud megfelelni a saját elvárásainak (vajon miért szakítanak mind?). Nem az a lényeg, hogy mit vágsz ki, vagy photoshoppolsz, a kapcsolatod egy valódi emberrel lesz, nem egy képpel. Akivel randizol (és akihez utána hozzámész) valódi ember. Nem lesz tökéletes (ahogy én sem vagyok az).

Ezért tégy magadnak egy szívességet és engedd el az irreális elvárásaidat. Mert „amikor az elvárásoknak nem felelnek meg, beköltözik a csalódottság”. Legyél kedves, őszinte, irgalmas a másikkal. A kapcsolat azt jelenti, hogy látjuk a másikat a legrosszabb pillanatában, és annak ellenére is szeretjük. A házasságban a jóval, a rosszal és a csúnyával is szembe kell néznünk. Amikor randizol valakivel elrejtetheted a hibáidat, tökéletlenségeidet, bizonytalanságaidat. A házasság viszont azt jelenti, hogy teljes valónkat fedjük fel. Teljes sebezhetőség: fizikailag és érzelmileg. Érettségre van szükség, hogy a másik mellett maradj, mikor látod, hogy teljes egészében ki is ő. De ez az, aminek a házasságban meg kell történnie: átölelni a szerelmedet, a hibáival együtt, teljes valójában. „A házasság a megharcolt barátság vigasztalását és annak az örömét jelenti, hogy mélyen ismernek.” – Imogene Stubbs

## 9. NE VISELKEJTEK ÚGY, MINT A HÁZASPÁROK

Ameddig nem vagytok valójában házасok, ne viselkedjétek úgy. Ne aludjatok együtt, ne éljétek együtt, ne tervezzétek az egész életeketek egymás köré. A média szerint ezek a dolgok nem fontosak, és ezek most már alapvető dolgokká váltak a szerelmi kapcsolatokban, azonban keresztényként az iránymutatást a Bibliából vesszük, és nem a popkultúrához igazodunk. A Róm 12:2 ezt így mondja: „Ne igazodjatok annyira a kultúrához, hogy gondolkozás nélkül elvegyüljétek benne. Ehelyett, figyeljétek Istenre. Teljes egészében meg fogtok változni. Készségesen ismerjétek fel, mit kíván Ő tőletek és gyorsan tegyétek meg. Habár a kultúra, amelyben éltek folyamatosan próbál lehúzni a saját éretlen szintjére, Isten a legjobbat hozza ki belőletek, és érettséget nevel bennetek.” Amíg össze nem házasodsz valakivel, ne vedd magadra az ezzel a családi állapottal járó előnyöket és kihívásokat sem. Tehát, állítsátok le a rakétákat és kezeket a csípő fölé. A másik nem a játszótéred vagy a bankautomatád. Ne várd el, hogy

mindenért ő fizessen, vagy, hogy mindent megtegyen. Még nem vagytok „egy test”, ezért ne utánozzátok a körülöttetek élő házaspárokat. Tiszteljétek és értékeljétek egymást Tiszteljétek Istenet és alkalmazzátok az Ő parancsait.

## 10. NE GONDOLD, HOGY EGY ROMANTIKUS KAPCSOLAT (VAGY A HÁZASSÁG) TESZ MAJD TELJESSÉ

Tudod, egy lyukas vödörbe akármennyi vizet önthetsz, mindig üres marad. Függetlenül attól, hogy mennyire tökéletes Mr Igazi (vagy Mrs Igazi), nem tehet mindig boldoggá, és az igazság az, hogy nem is ez a feladata. Ez a tiéd és az enyém. Ezért tanuld meg szeretni magad úgy, ahogy Isten szeret téged. Egy házastárs nem teszi teljessé az életed, csak kiegészíti azt. Ha azt várod, hogy egy személy töltsön be téged, akkor keserűen fogsz csalódn. Isten az egyedüli, aki teljessé teheti az életünket. Istennek kell az identitásunk, biztonságunk és örömünk forrásává lennie, máskülönben elégedetlenek maradunk. Ahogy már többször is mondtam, a házasság jó (vagyis valójában nagyszerű), azonban az IGAZI SZERETET, az örökké tartó szeretet, a teljes szeretet Jézusban található. Nem egy személyre van szükséged, hanem életed minden napján szükséged van Rá. Te és én mindeneke előtt Isten gyermekei vagyunk.

szerző: bella rae

## igaz szerelem?

**Kamasz voltam, amikor belehabarodtam egy srácba,  
akit a szüleim nem szerettek, és a barátaim sem kedveltek.**

Aztán, ahogy kezdtem felnőni, én akartam meghozni a döntéseket, a saját sorsom kovácsa akartam lenni. Belementem a kapcsolatba, amiről azt gondoltam, hogy majd menet közben jobb lesz. De nem így történt. Jobb lett volna, ha inkább várok addig, amíg jobban megismerem őt.

A barátom egyre féltékenyebb lett, folyton ellenőrzött. Kiderült, hogy a féltékenység nem is hízelgő és egészen veszélyessé válhat. Egyszerűen nem tudtam megfelelni az elvárásainak. Elvárta, hogy mindent eldobjak, és azt csináljam, amit ő akar, akkor menjek, amikor ő mondja, és oda, ahova ő akarja.

Légy résen! Ha a párod korlátozza anyagi javaidat, megváltoztatja a másokkal való kapcsolatodat, elveszi a függetlenségedet – változásra van szükség. Megtanultam, hogy ha a párod tisztel és őszinte veled szemben, türelmes lesz, teret és időt ad neked, nem siettetni a dolgokat.

Ha azok, akik ismernek téged és törődnek veled, aggódnak érted, meg van rá az okuk, hogy miért teszik. Lehet, hogy ezt nem jól kommunikálják, mégis lehet, hogy igazuk van. Bárcsak hallgattam volna ezekre az emberekre!

Nem tudtam, hogy családon belüli erőszak áldozata vagyok. Soha nem ütöttek meg, soha nem volt feldagadva a szám vagy a szemem. Nem értettem, hogy az erőszak több, mint kék-zöld foltok.

Ha most visszatekintek, már tudom, hogy ez a fiú mennyire elszigetelt a barátaimtól és a családomtól, ellenőrzött, használta a pénzemet, lebecsült, megfélemlített, megalázott és tulajdonképpen fizikailag és szexuálisan is bántalmazott. De kérek, figyelj, ez fokozatosan történt, mindig csak valami kicsi dolog – mindenféle látható sérülés nélkül. Az erőszak elhatalmasodott rajtam. Utólag vettem csak észre a figyelmeztető jeleket. Nagyon nehéz megérteni, hogy egy intelligens, magabiztos fiatal nő, mint én is, hogy maradhat egy ilyen szituációban? De egy idő után belefáradtam. Nem egyszerre történtek a dolgok.

Olyan aljas dolgokat mondott nekem, hogy összezavarodtam és bizonytalan lettem. Elkezdtem kételkedni mindenben és tulajdonképpen azt gondoltam, hogy minden csúnya dolog, amit rólam mond, az igaz. Meggyőződtem arról, hogy minden az én hibám.

Ezenkívül, arra kényszerített, hogy igyak, partidrogokat használjak. Azóta megtanultam, hogy a kábítószerrel való visszaélés és a függőség (beleértve a pornót) sohasem elfogadható indok a sértő és megalázó viselkedésre. A félreértés elkerülése végett, egyáltalán nem normális az, ha valaki arra kényszerít, amit nem akarsz megtenni. Remélem, sohasem fogsz ehhez hasonlót tapasztalni, de ne hagyd, hogy elfajuljanak a dolgok, ne ess kétségbe, keress kiutat belőle!

Amikor végre kiszabadultam ebből a kapcsolatból, és segítséget kértem, a szívem elkezdett gyógyulni. Először nehéz volt bevallani, hogy tulajdonképpen bántalmazás és erőszak áldozata voltam. De miután kikerültem ebből az egészből és végre nem kellett többé semmiért sem bocsánatot kérnem, hirtelen láthatóvá vált az igazság.

Nem gondolom, hogy egyedül kellett volna megszabadulnom ettől. Szükségem volt szerető, támogató emberekre, hogy elmondják az igazságot arról, hogy ki is vagyok, miután ő annyi szörnyűséget hitetett el velem.

Amint erőt kaptam ezeknek az embereknek a segítségével, én voltam az egyetlen, akinek meg kellett hoznia a döntést a változásról. Én voltam az, aki ilyen mélyre került, így nekem kellett megtalálni a kiutat is.

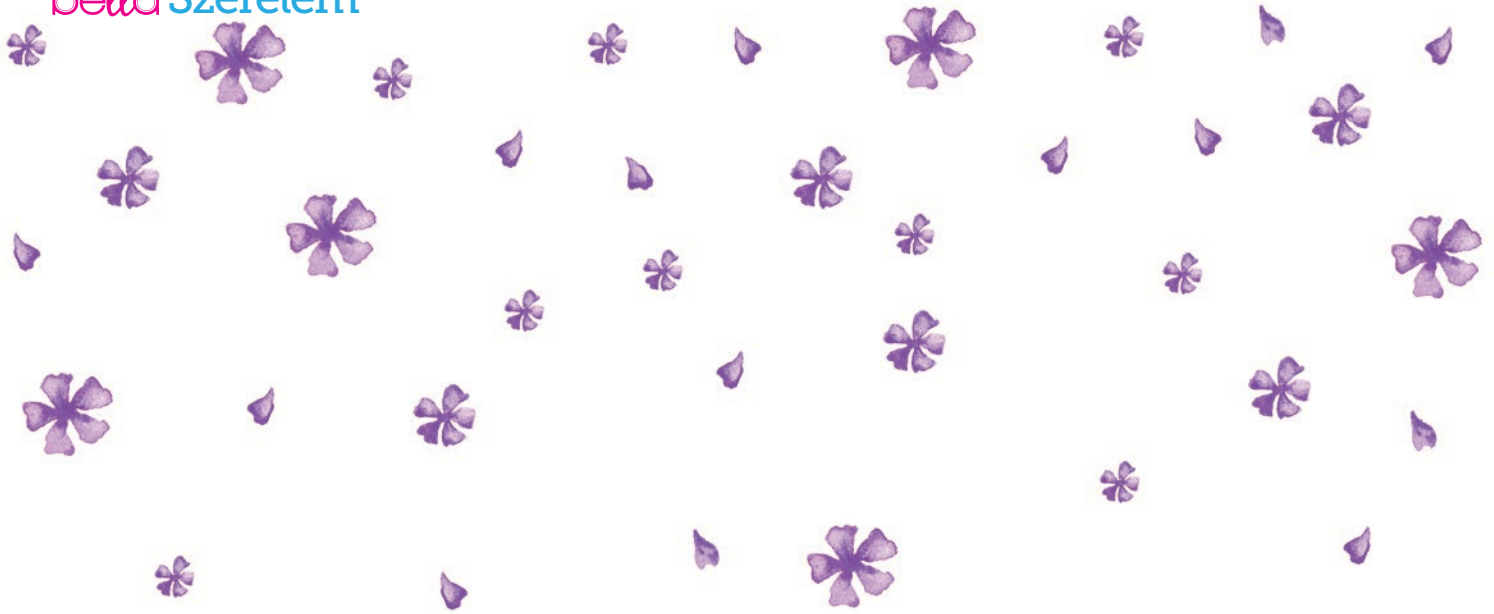
Kérek, tanulj tőlem! Ne engedd, hogy tiszteletlenül bánjanak veled! Megérdemled a tiszteletet, az őszinteséget, a köszönetet és a türelmes szeretetet.

Már megtaláltam az igaz szeretetet, és ígérem, neked is sikerülni fog. Csak légy türelmes!

Ne legyél bárkié, függetlenül attól, mennyire sármos az fiú!

-----  
**Ha úgy érzed, hogy te is hasonló cipőben jársz és szeretnél beszélgetni vagy csak kérdésed van, írd nekünk bátran a [hello@bellagirlmagazin.hu](mailto:hello@bellagirlmagazin.hu) email címre!**

Vagy hívhatod ingyen, körzetszám és előhívó nélkül a 116 111-et, mely a KÉK VONAL Gyermekkrízis Alapítvány Lelkiségegy vonala!



szerző: Fannygirl

## megtalálni az igazit?

**Azt gondolom, hogy sokunkban él a vágy – akár nők akár férfiak vagyunk –, hogy megtaláljuk azt az embert, aki beteljesíti minden álmunkat, szeret bennünket és egyszerűen tökéletes. Mi majd a karjaiba hullunk, ő megcsókol és happy enddel vége a filmnek. Hányszor láttuk ezt a tv-ben?**

Sokszor arra vágyik az ember, hogy valaki tegye őt egészsé, valaki tegye őt boldoggá, szeretetté, lelkileg egészségessé. Mindezt egy embertől, egy tökéletes férfitől várjuk el. Na, most a probléma ezzel az, amit Tapolyai Emókéától hallottam egy példában, miszerint 0,5 megszorozva 0,5-tel sosem fog kiadni egy egészet, csak 0,25-öt. Ha két törött ember vár arra, hogy majd egymás tökéletes másik felei lesznek, abból nem lesz egész. Sokkal inkább csak illúziók és elvárások a másik féle kapcsolatban.

Először nekünk kell picit rendbe raknunk a hangsúlyainkat, hagyni, hogy Krisztus formáljon és gyógyítson bennünket, tanítson a szeretetre, s majd azután válhatunk mi magunk a másik számára igazivá. A szingli időszak nagyon kemény tud lenni, főleg ha körülötted már mindenki párkapcsolatban jár, vagy talán meg is házasodott. Viszont van valami, ami hatalmas áldás lehet számodra és a

későbbi időszakokban a társad számára is: ha ebben az időszakban kéred Istent, hogy formáljon és tanítson. Így ez az időszak sem elfecsérelt hónapokból, évekből áll majd, hanem olyan időből, amit önmagaddal és a Teremtőddel jártál végig.

Hadd vigyem tovább az előbbi gondolatot: Igazivá válni a másik számára ahelyett, hogy a szerelmemtől várnám el, hogy ő, a nagy Ő legyen mindig és minden helyzetben az igazi, a hibátlan.

Tökéletes egyikünk sem tud lenni, akár-mennyire is törekszünk rá. Megsúgok egy kulisszatitkot: az első csókok sem mindig úgy szoktak elsülni, mint a filmekben, vagy lehet csak velünk nem osztották meg a varázs-forgatókönyvet. Ugyanis mi a Nagyerdő kellős közepén olyat bénáztunk, hogy utána sírva nevettem magunkon.

De talán pont ez a szép egy párkapcsolatban: ahogyan két tökéletlen, törött, sokszor terheket hordozó ember szeretni tudja egymást.

Nem az a lényeg a szerelemben, hogy én érezzem, hogy „azta, mennyire tele vagyok érzelmekkel és pillangóval, és én mennyire szeretem őt!”. Sokkal inkább az, hogy ő érezze, hogy szeretem és tisztálem; hogy számomra ő ajándék, és hálás vagyok érte. S bár ez eléggé ellentmond mindazzal, amit a média mutatszámunkra, vagy amit a hollywoodi filmekből



magunkba szívunk, mégis így tudunk igazán, Istenhez tartozó emberként is jelen lenni a párkapcsolatunkban. Így tanulhatjuk meg, amit János írt levelében, miszerint:

*„ne szóval szeressünk, se nyelvel; hanem cselekedettel és valósággal.”  
(1János 3:18)*

Még egy dolgot szeretnék kiemelni, ugyanis a filmekben ahhoz is hozzászoktunk, hogy a főhős rátalál a főhősnőre, nagy nehezen összejönnek, és innentől kezdve minden szép és megy magától. Viszont ez a való életben aligha tud megvalósulni. Már csak azért sem, mert mindannyiunknak vannak olyan élethelyzetei – például nekem az elmúlt zh dolgozatos időszakom vagy a barátomnak a jelenlegi szakdoga írás miatti, kihívásokkal teli hetek – amikor minden ellened van. Amikor nehézségeid, féltelmeid támadnak, még magadat is

nehezen viseled el, tele a hócipód és egy normális kerek mondatot sem bírsz megfogalmazni. Na, ilyenkor tanulja meg az ember a társát hordozni. Ilyenkor cserélődnek ki a hollywoodi gyönyörű filmjelenetek arra a mondatra, hogy:

*„Egymás terhét hordozzátok, és úgy töltsétek be a Krisztus törvényét”  
(Galata 6:2)*

Mert néha ez a legtöbb, amit adhatunk amásiknak: a figyelmünk, bátorításunk és az a feltétlen szeretetet, amit mi is Istentől tanulunk.

Sbár mi ennyire profik úgysem leszünk benne, legalább valami hasonlóval igyekszem felemelni a szerelmemet. Hogy ne magamhoz kössem őt, ne csak az enyém legyen, és ne csak velem töltsön időt vagy csak rám

figyeljen, hanem ehelyett formálódhassunk, többé válhassunk egymás által. Talán ezt jelenti párkapcsolatban járnivaló...



### CSATÁRI FANNI

Negyedéves tanár szakos hallgató a Debreceni Egyetemen, és amatőr szövsonglőr. Mindig nagy áldásnak, ajándéknak tekintem, hogy írhatok. Hízem, hogy nem magamtól jönnek ezek a gondolatok, van az írásban egy vonóval a Szentlélekből is- vagy lehetőség szerint minél több vonóval.

# szerelem a sötétség árnyékában vagy a Biblia fényében?

**Mindent elsöprő szerelemre vágysz? Keresed az Igazit, akit neked szánt a sors? Szerelem? Barátság? Vagy valami más? Bizonytalan vagy az érzelmeidben? Összeilletek-e a pároddal? Ő az Igazi? Szeret, nem szeret? Kivel fogok összeházasodni? Vajon megcsal a párom? Ezek azok a tipikus kérdések, melyek a bolygónkon élő közel 4 milliárd nő mindegyikében ott motoszkálnak. Ott vannak benned, és ott voltak egykoron bennem is. De, vajon ki az, akitől a kérdéseidre megbízható és egyértelmű választ kaphatsz? Ha még bizonytalan vagy, akkor ez az írás a személyes történetemmel fűszerezve Hozzád szól!**

Mi, nők, különösen érzékenyek vagyunk a szellemvilág rezdüléseire, s napjainkban egyre népszerűbbek a különféle spirituális tanítások. A „menőség” egyik fokmérője lett a celebvilágban, hogy ki, milyen spirituális életet él. Spirituális párkapcsolati tanácsadók, szerelmi kérdésekre szakosodott jósok, asztrológusok, újságokban, magazinokban, televízióban, városi hirdetőablakokban, online közösségi médiában, internetes oldalakon...bámerre mész, szinte kanyújtásnyira vannak Tőled a segítséget kínálók. Az online világban sokan szívesen beavatnak ingyenes videókkal, akár meg is tanítanak különböző okkult, ezoterikus szerelmi praktikákra. Közgazdász énem úgy fogalmazna, túlkínálat uralkodik a spirituális kapcsolati segítők piacán. Megoldásfókuszú coachként pedig rögtön magam elé képzelek egy fiatal lányt, aki teli van kérdésekkel a szerelmi életével kapcsolatban. Az interneten kutatva különféle ezoterikus oldalakon találja magát, ahol sokan 100 % garanciával szinte azonnali megoldásokat, válaszokat ígérnek a hozzájuk fordulóknak. Csábítóan hangzik, ugye? Teljes kétségbeesés, bizonytalanság, félelem, aggodalom járja át a lány szívét, mert annyira nyugtalanítják a szerelmi kérdések. Képtelen a tanulásra, bármi másra koncentrálni. Komolyan elhatározza, hogy lépni fog, mert ez így nem állapot. De milyen irányba menjen és kihez forduljon? Ha lehetőségem lenne a lánnyal beszélgetni - függetlenül attól, hogy keresztény,

élő hitű vagy sem-, egészen biztosan feltennék neki néhány kérdést, és ha bizalmat szavazna nekem, akkor örömmel elvezetném a megbízható, valódi válaszok útjára.

## ÍGY HANGZANA A KÉT KÉRDÉSEM:

1. Hallottál-e már az okkultizmusról és a természetfeletti szellemi világról? Ismered-e a Biblia tanítását a világ teremtéséről és az okkult praktikákról?
2. Hiszed, hogy a Biblia Isten szava és az elejétől a végéig IGAZ? Ha igen a válaszod, akkor komolyan veszed az Ő-szavát?

Úgy érzem, hogy a lány bizalommal van felém, és készen áll a beszélgetés folytatására. Mielőtt azonban továbbhaladhatnánk, megosztom vele egy személyes élményemet. Mivel óvodás koromban úrhajósnak készültem, mert annyira vonzottak a csillagok, az univerzum, hogy az olvasás elsajátítása után már tizenévesen rendszeresen bújtam az asztrológiai témájú írásokat. Akkor még nem tudtam, hogy a csillagászat tudománya, az asztronómia és az asztrológia vagy más néven csillagjósolás, nem egy és ugyanaz.

A skorpió nőről szóló leírás számos jellemzője tökéletesen passzolt a személyiségemhez. Szinte már azt éreztem, hogy aki írta a cikket vagy a könyvet, az ismer engem. A legizgalmasabb téma nekem is a szerelem volt. Vajon

milyen csillagjegyű az ideális társam? Elárulom, a csillagjósok mindegyike azt tanácsolja, hogy a skorpiónak egy rák csillagjegyű férfinak érdemes beleszeretnie. Na, ez azért már kicsit furán hangzik, ugye? Érdemes beleszeretnie? Ez azért nem így működik, legalábbis nálam nem így történt, ugyanis egy mérleg csillagjegyűnek fogadtam örök hűséget.

Már fiatal házasként és két kisfiú anyukájaként a csillagjósolás iránti vonzalmam elvezetett egy hivatalos asztrológushoz. Elkészítette az egész családnak személyes horoszkópját a pontos születési adataink alapján, és mindannyiunkról részletes elemzést kaptunk. Rengeteg új és sejtett információ birtokába kerültünk, és idővel a kíváncsiság egyre csak nőtt bennem.



Jó pár év eltelt úgy, hogy az életem bármilyen területén felmerülő probléma esetén újra és újra ehhez az asztrológus ismerősömhöz fordultam. Az ezotéria birodalmában további segítőkre találtam egy egészségügyi problémám kapcsán: egy hölgy az alkalmazott kineziológia gyógyító eljárásával már olyan múltbéli titkokat tárt fel előttem, amelyeket Jézus és az angyalok nevét hangoztatva, a természetfeletti világból tudott meg. Látván a kezelő helyiség falán a keresztet, a Jézust és angyalokat ábrázoló képeket, teljes bizalommal voltam a hölgy felé. Mégis, volt bennem félelem, ami akkor kezdett igazán eluralkodni rajtam, amikor szörnyű tényeket tárt fel az őseim múltjából. Soha nem felejttem el a napot, amikor szülés előtt egy hónappal azonnali átoklevélt javasolt és egy fehér boszorkány „kollégájéhez” küldött tovább.



Hogy mi mindent éltem meg akkor a fehér boszorkány társaságában, szükségtelennek tartom részletezni, hanem visszatérek a fenti két kérdés megválaszolásához. Nem szeretnék kételyek között tartani, ezért a válaszokba bele fogom szőni az én történetem folytatását. Megtudhatod, hogyan végződött ez az éveken át tartó izgalmasnak tűnő, ezoterikus utazásom. Gyere, tarts velem!

Bibliával a kezemben szeretném Veled közösen a legfontosabb igazságokat és tényeket feltárni. Ez azért szükséges, mert csak megfelelő tudás birtokában hozhatunk meg felelős döntéseket, legyen szó kamaszkori szerelmi fellángolásról, eljegyzésről, házasságról, majd későbbiekben családalapításról.

### TÉNYEK a Bibliából:

1. A természetfeletti világ valóságos. A látható világ mellett létezik egy láthatatlan, természetfeletti világ is, melyet a teremtéskor Isten alkotott. A bűneset előtt még átjárhatóság volt e két világ között. Ádám és Éva szeretetközösségben éltek Istennel. Isten létezése természetes volt számukra, nem volt szükségük hitre. Egy idilli, paradicsomi állapotban élhettek ők!

2. Isten nemcsak az embert teremtette, hanem angyalokat is, köztük a Sátánt. A Sátán azonban fellázadt Isten ellen, ezért Isten száműzte őt a Mennyországból. Bukott főangyalként a Sátánnak sikerült maga mellé állítani az angyali sereg egy részét, akikkel együtt alkotja a démonvilágot.

3. A bűneset óta szellemi harc részvevői vagyunk itt a földön, amelyben a Sátán vezetésével a démoni, láthatatlan, szellemi világ harcban áll Istennel és angyalaival. A szellemi világnak is két pólusa van. Természetesen nem egyenlő ez a két pólus. A Sátán egy fűszálat sem tud teremteni. Azzal zsonglórködik, amit Isten teremtett. De ha valaki neki adja a hitét, a figyelmét, akkor az életében nagyon sok rombolást tud végezni. Ide tartoznak a keleti vallások, a buddhizmus, a hinduizmus. Mögöttük ott van ennek a démoni világnak a hatóereje.

4. A Sátánnak egyetlen célja volt egykoron és a mai napon is az motiválja, hogy az embert megtévessze, távol tartsa Istentől. Az első emberpárnál, Ádámnál és Évánál a célját el is érte.

A Sátán el akarja hitetni velünk, hogy Isten szándékosan visszatart tőlünk valami jót. Mindent bevet, hogy meggyőzzön arról, hogy neked szükséged van bizonyos tudásra, hogy olyanná válj, mint Isten és bepillantást nyerj az Isten által előlünk elzárt, láthatatlan szellemi világba.

5. A Sátán uralja és irányítja az okkultizmus világát! Az okkult szó jelentése

rejtett, titkos, sötét. Az okkult praktikák mindegyike a démoni, gonosz, szellemi világgal hoz bennünket kapcsolatba.

6. A Sátán módszere a csalás, hitetés és a „világosság angyalának”, álcázza magát. Igyekszik hatalma alá venni az életünket, vagy legalább annak egy-egy területét. Megkínál bennünket olyan segítséggel, amire mint hiánycikkre vágyunk. Persze, nem mondja, hogy ő kínálja, mert az ő gyakorlata az, hogy letagadja magát. Kíváncsiságot ébreszt bennünk, érdeklődést, és gyanútlanul bemegyünk olyan területekre, amelyeket csapdaként készít elő. Mert bárki ezek felé elindul, csak kíváncsiságból is, máris mintha kimondaná, hogy „a lelkem nyitott, Sátán segíts, és szabad munkád van velem. Megnyitom magam előtted.” Az egyik ilyen terület, hogy olyat mutat meg, amit Isten elzár előlünk. Isten bizonyos dolgokat nem mutat meg nekünk. Isten tudja, hogy mit rejt el és mit jelent ki nekünk. Mindazt kijelenti, amire ebben és a jövőendő életben szükségünk van.

### MIRŐL LEHET FELISMERNI, HOGY ILYEN CSAPDÁKBA BELEMENT VALAKI?

- kényszerek
- természetellenes félelmek
- kényszergondolatok (öngyilkossági)
- parázna kényszergondolat
- dühkitörések váratlan helyzetekben, gátlások
- természetellenes viselkedések (beszéd-kényszer, hallgatási kényszer)
- a szenvedélyek mögött is többnyire ott van valamilyen megkötöttség
- lelki tompaság, nem tud valaki megtérni, pedig szeretne. Nem látja világosan a bűneit, nem ragyog föl neki Jézus, az egész homályos, nem világos. Okkult képességek, látomásai vannak, megérzések: érzi, tudja, most valaki megbetegedett a családban, menni kell.

Ilyen területeken jártam én is, amikor csapdába csalt a Sátán. Csupán kíváncsiságból naivan és tudatlanul elkezdtem érdeklődni a csillagjegyek, a horoszkópom iránt. Először csak olvastam, majd következő lépésként már személyesen is felkerestem egy asztrológust, akit – természetesen - egy közeli kedves barátnőm ajánlott. Innentől kezdve könnyű préda voltam a Sátánnak. Nem kellett győzködni, rohantam az újabb aktuális problémáimmal fűhöz-fához, egészen egy fehér boszorkányig.

Mennyi boszorkányos népmesét, boszris rajzfilmet, majd később filmsorozatot néztem én is a tévében, amelyekben a fehér vagy jóságos boszik kizárólag segítenek az embereknek. Természetfeletti képességeiket jónak és vonzóknak tűntették fel. A Sátán ügyesen előkészítette nekem a terepet, Te is láthatod. Most az internet és a közösségi média megjelenésével még intenzívebben folytatja a munkáját, melynek legnagyobb áldozatait köztünk, nők között és a TikTok megjelenésével a tinilányok körében ejti. A WitchTok, a TikTok speciális csatornája, melynek fiatalabb és idősebb boszorkányok a tagjai. Több milliónyi videó avatja be az érdeklődőt a boszorkányság rejtelseibe. Különösen népszerűek a tiniboszorkányok TikTokjai, melyeken keresztül fiatal lányok vezetnek

be egymást az okkultizmus rejtelseibe. Egy internetes hírportál arról tudósított, hogy a TikTokon a randizás hashtag kb 1,7 milliárdos nézettséget hozott a témában tanácsokat adó boszorkányoknak, akik valóságos celebbé váltak az online világban.

Tisztán látható, ahogy a Sátán védelmet és segítséget ígér ezeken a területeken könnyedén be tud bennünket hálózni. Isten azt mondja: „Az Úr a te oltalmad jobb kezéd felől.” (Zsolt 121, 5) Azt is mondja, hogy józanul zárd is be az ajtót. Amennyire rajtad áll, próbálj ebben a dologban józan lenni. Sátán jön az ajánlataival: neked más biztosítékra is szükséged van.

Az ige azt mondja: „Segítségem az Úrtól jön, aki az eget és a földet alkotta.” (Zsolt 121, 2). Természetesen az Úr segít embereken és sok minden más eszközön keresztül is, de azok mind tiszták, nem okkultizmussal fertőzöttek.

7. Isten határozottan tiltja az okkult praktikák gyakorlását! Amikor az ígélet népe megy a Kánaán felé, Isten világosan elmondja, hogy mire figyeljenek, szabályokat ad nekik. Ezek között olvashatjuk a fent említett határozott kijelentést is az okkult dologgal kapcsolatban.

Az ígében világos: „A titkok az Úréi, a mi Istenünkéi, a kinyilatkoztatott dolgok pedig a mieink és a fiunkéi mindörökké.” (5Móz 29,28).

Életem során Jézus sokszor kopogtatott a szívem ajtaján, azonban ezt csendben és szelíden tette. Én süket voltam, egészen 27 éves koromig, amikor a helyi református gyülekezet felnőtt konfirmációs előkészítő alkalmára a két kisfiunk megkeresztelése miatt - mondhatni - kötelező jelleggel elkezdtem járni heti rendszerességgel. Majd, egyik alkalommal a Bibliából az alábbi rész került felolvasásra:

„Ha bemegy arra a földre, amelyet Istened, az Úr ad neked, ne tanuld el azokat az utálatos dolgokat, amelyeket azok a népek művelnek. Ne legyen köztetek ... varázslást űző, se jelmagyarázó, kuruzsló vagy ígésző! Ne legyen átokmondó, se szellemidéző, se jövendőmondó, se halottaktól tudakozódó.” (5Móz 18,9-11.)



Soha nem fogom elfelejteni, amikor Isten Szentlelke segítségével lehullott a lepel a Sátán hazugságairól, melyekkel addig 28 éven keresztül megtévesztett és félrevezetett.

2008. október 31-én, 28 évesen tisztá szívvel megvallottam, hogy

## JÉZUS KRISZTUS TULAJDONA VAGYOK.

Azóta az életem Jézusban gyökerezik. Isten gyermekeként a legfőbb vágyam, hogy Neki engedelmeskedjek, Benne bízzak az életem minden területén, Ő legyen az elsősorú Tanácsadóm. Idővel, ahogy a bibliai történetek és a bibliai igazságok feltárultak előttem, a múltamban elkövetett okkult dolgok következményeit is felismertem. "És megismeritek az igazságot, és az igazság szabaddá tesz titeket." (János evangéliuma: 8:32.) Ez az Ige elmondhatatlan békességet adott és amikor a lelkipásztorommal közösen megvallottam Isten előtt a múltban elkövetett okkult bűneimet, valósággá, élővé vált számomra ez az ige. Az igazság szabaddá tett. Megértettem azt is, hogy egyedül JÉZUS az Út, az Igazság és az Élet.

DE VIGYÁZAT, mert okkult praktikákban - ahogy emlékszel, meséltem neked a kineziológusról -, sokan varázsszóként, ravasz marketingfogásként használják Jézus nevét, ahogyan Jézus idejében is tették: a varázsló, ördögűző zsidók meglátták, milyen ereje van Jézus nevének.

Téged is arra bátorítalak, hogy hozd meg a döntést: Hiszed-e hogy a Biblia Isten szava?

Hiszed-e, hogy az első betűtől az utolsóig igaz a Biblia vagy csupán mese az egész

és hazugság? Elhiszed vagy sem, nincs más választás. Épp úgy, ahogyan a fehérét = világosság és feketét = sötétség, a két színt is egyértelműen meg tudod különböztetni. Akkor ez is menni fog! Megosztom Veled az egykoron, a lelkipásztorommal közösen elmondott bűnvalló imádságot, ha Neked is vannak okkult bűnök az életedben, akkor bátran mondd el Istennek!

### Ha még nem adtad át az életedet az Úrnak, akkor az alábbi imádsággal kezd:

„Mennyei Atyám, az Úr Jézus nevében jövök hozzád.

Elismerem, hogy bűnös ember vagyok és sokat vétkeztem ellened, de most megbánom bűneimet, elhagyom azokat, s megtérek hozzád, teljes szívemből. Köszönöm, hogy Krisztust elküldted a mennyből, emberré lett, hogy engesztelő áldozata és az Ő vére által megmentsen engem a haláltól. Úr Jézus Krisztus! Hiszem, hogy Te vagy az élő Isten Fia. Köszönöm, hogy meghaltál az én bűneimért. Hiszem, hogy eltemettek, de harmadnapon feltámadtál a halálból és ülsz az Atya jobbján. Átadom neked az én életemet. Kérek, jöjj a szívembe, adj nekem bűnbocsánatot a véred által és örök életet. Elfogadlak Megváltómnak, Urannak, Istenemnek. Mostantól kezdve új életet kezdek. Engedelmeskedni fogok a te beszédednek és felhagyok eddigi bűnös életmódommal. Köszönöm, hogy meghallgattál.

„Uram, Jézusom! Bocsáss meg neked minden olyan bűnt is, amelyben - tudva, vagy tudatlanul - kapcsolatba léptem a Sátánnal. Megtagadok mindent, ami hozzá köti az életemet, egyedül a Tiéd szeretnék lenni, örökre! Ámen!”

Tehát, ez azok imádsága, akik nemcsak a démoni kötelékekből szeretnének szabadulni, hanem teljes életüket is átadják Jézusnak. Bűneiket leteszik a keresztnél, és szívből kimondják az elszakadást a sötétség hatalmától, és életük odaadását Jézusnak.

Amiért Isten féltette népét már a kánaániták démoni világától is, ugyanúgy félt Téged, engem és a földön élő közel 8 milliárd embert a veszélyektől, mert tudja, hogy ezek ártalmasak számunkra.

Az én imám érted az, amit Isten mondott Józsuének:

„Ne hagyj abba ennek a törvénykönyvnek az olvasását, hanem tanulmányozd éjjel-nappal, őrizd meg, és tartsd meg mindazt, ami ebben meg van írva. Akkor sikerrel jársz utadon, és boldogulsz.” (Józsué 1.8)

Ugye, mostanra összeállt a kép? Te melyik utat választod a szerelmi életedben? Amely csábító és rengeteg jót ígér, de beárnyékolja a sötétség vagy a biztos, TISZTA FORRÁSBÓL érkező utat, Jézussal karöltve?



### TÓTH-SURÁNYI NIKOLETTA

Jézus Krisztus tulajdona vagyok, feleség, három gyermek anyukája, vakvezető kutya kölyöknevelő, Bella Girl Magazin alapító-főszerkesztő, diplomás keresztény szemléletű coach, megoldásfókuszú gyermek-és kamaszcoach, Kids's Skills Nagykövet, Zumba Fitness Oktató és katekéta szakos hallgató levelező tagozaton.



# HIT ÉS SZERELEM, AHOGYAN TI DEFINIÁLJÁTOK



Hormonális alapon dülő  
rózsaszín agyi-köd.



Gyermeki bizalommal fordulni a  
Teremtőhöz, bízni az Ő útmutatásában,  
s cselekedni az Ő akaratát.

Egy mindent elsöprő érzés, amitől  
óriási magasságokat és mélységeket  
képes megélni az ember.



"A hit pedig a remélt dolgokban való  
bizalom, és a nem látható dolgok  
létéről való meggyőződés."  
(Zsid 11:1.)

Koordináta-rendszer, Isten "huzala",  
ami pályára állít és pályán tart, adott esetben  
visszavezet. Biztonság, lelki erőforrás és  
kapaszkodó. Útjelzőtáblák és mérőkövek.



"Meg nem szűnő varázs, nagy-  
nagy megáldatás" (Füle Lajos).  
Újra és újra feléleszthető tűz.



# HÁZASSÁG ÉS SZEXUALITÁS, AHOGYAN TI DEFINIÁLJÁTOK

Két ember testi-lelki egyesülése,  
a házasságon belül.



Megérkezés egy út kezdetére.  
Szövetségkötés.



Olyan szeretetkapcsolat, ahol az ember egy  
életre elkötelezi magát, megfogadja Isten  
előtt, hogy jóban-rosszban kitart.  
Egy szolgálat mindkét fél részéről,  
de egyben egy csodálatos együttműködés.



Egybeolvadás, a szerelem legintimebb  
kifejeződése, a házastársak  
szövetségének kötőanyaga.

A másik teljes megismerése.  
Valami csodálatos.  
Teljes biztonság és bizalom.



Két tökéletlen gyémánt  
összecsiszolódása.



# loverboy szindróma - avagy nem minden szerelem, ami annak látszik

**Gondtad, hogy ma is vannak Magyarországon rabszolgák? Sokakat kihasználnak például munka- vagy szexuális céllal, prostituáltként! De ilyen a kényszerkoldultatás vagy a pornófilmek készítése is, sok esetben. Szerinted, hogy lesz valaki prostitúció áldozata? Elmesélek egy nagyon gyakran előforduló példát....**

Erika gyermekotthonban élt. Szülei elhanyagolták gyerekkorában, sőt, édesanyja bántalmazta, édesapja pedig rendszeresen megerőszakolta. Olyan dolgokat kellett megtenni neki, amit jó esetben a férjének tartogat az ember. Ilyenkor mindig valami furcsa, kellemetlen érzés volt a gyomrában. Talán az undor szó illik rá a legjobban. De ez neki (sajnos) természetes volt, nem ismert mást.

10 éves korában gyermekotthonba került. Utálta. Haza akart menni. Legalábbis el innen. A családjára nem számíthatott, de szabadulni akart valahogy.

Egy nap, teljesen véletlenül, megismerkedett valakivel. Péternek hívták. Helyes fiatal srác volt. Erika nem is értette, hogy miért állt szóba vele egy ilyen jó pasi. Azt sem tudta, hogy köszönje meg neki... De a srác kedves volt, sármos, és rögtön udvarolni kezdett. Másnapra randit beszéltek meg, kapott tőle egy nyakláncot. A következő napokban Péter ajándékokkal és bókokkal halmozta el. Erika még sohasem érezte ennyire értékesnek magát. Őt ezelőtt nem szerette soha, senki...

Annyira egymásba szerettek, hogy egy hét múlva eldöntötték, hogy megszöknek.

Csak hogy Péter nem udvarló volt. Nem szerette Erikát. Neki ez a munkája: fiatal lányokat csábít el, körberajongja őket, néhány kedves szóval és ajándékkal hálózza be őket, bizalmat épít. Nem Erika volt az első... és nem is ő lesz az utolsó.

Miután megszöktette Erikát, Péternek „elfogyott a pénze”. Megkérte a lányt, hogy segítsen neki – ahogy a szerelmesek segítenek egymásnak... Nem kell dolgoznia... igazán nem vár tőle nagy áldozatot, csak ezzel az egy férfival kell elmennie, és megtenni neki, amit kér.

Erika annyira szerette Pétert, hogy kérdés nélkül megtette. Majd jött a szégyen. Ő ezt nem akarta. Nem így... De ezt már nem mossa le magáról. Hiszen, mindenki azt fogja gondolni, hogy ez az ő hibája... „minek ment oda”?! Hogy ő egy \*\*\*

De szerencsére Péter továbbra is kedveskedett neki. Hálás volt... Erika érezte, hogy örülhet, hogy Péter szóba áll még ezek után egy „ilyen lánnyal”.

Később megpróbált ellent mondani. De Péter megverte, bezárta, minden lehetséges módon megalázta, bántotta. A férfiak pedig jöttek. Innen nem volt már kiút.

Amikor már nem ellenkezett többet, kivitték az utcára. Hogy ott árulja a testét. Évek mentek el így. Az alkohol és a drogok segítettek tompítani a fájdalmat... Egy éjszaka egy szervezet munkatársai mentek oda hozzá. Beszélgettek vele, teával kínálták, és elmondták, hogy van kiút, van segítség.

Erika összeszedte minden lelki erejét, és elmenekült. Beköltözött a Névtelen Utak Alapítvány védett házába. Lett saját szobája, biztonságos szállása, és nem bántották. Elfogadták. Részt vett az alapítvány nappali felépülési programjában sorstársaival együtt. Megtanult pénzt kezelni, határokat felállítani, főzni, varrni, önéletrajzot írni. Feldolgozta a traumáit, és rájött, hogy ő is értékes. Ma ápolóként dolgozik, és egy nap, amikor gyerekei lesznek, már nem szeretné ezt a mintát tovább örökíteni nekik....

Ha szívesen hallanál a Névtelen Utak Alapítvány munkájáról, a prostitúciót, és a pornót övező tévhitekről, kövess minket:



nevtelen\_utak\_alapitvany



nevtelen\_utak\_alapitvany



Névtelen Utak Alapítvány



## “folyamatosan tapasztalom a feltétel nélküli elfogadás erejét”

Szenvedélyes hivatásszeretet, mély együttérzés, vitalitás.

E szavakkal jellemezhető leginkább Koletár Klaudia, akivel kihívásokban gazdag életútjáról, hivatáskereséséről és a szerelem területén szerzett tapasztalatairól beszélgettünk.

**BG: Mesélj arról, miért pont ezt a szakmát választottad?**

Az én utam kissé kacskaringósan vezetett a pszichológiához. Gimiben, mikor megkérdezték tőlünk az első magyarórán, hogy mivel szeretnénk majd foglalkozni, kapásból rávágtam, hogy misszionárius leszek. Utólag különlegeserre visszagondolni: a vágyaink, ahogy tükrözik belső értékeinket és jelölik ki céljainkat. Hálás vagyok, hogy elhangzott ez a kérdés. Előrevivő, ha újból és újból feltesszük magunknak az életút során, hogy mi mozgat meg igazán, mi hoz lázba bennünket. **Az az egyedi és megismételhetetlen**

**teremtmény, akik vagyunk, hol tud igazán kiteljesedni. Milyen hivatásban, szerepben tudja kiaknázni az életében rejlő maximális potenciált, és nem mellesleg hol szeretné látni Isten.** Akkor ott, 15 évesen számomra az volt igazán fontos, hogy másoknak segítsék és a munkámban **Isten munkatársa legyek**, az ő nagyobb tervének része. Persze az évek során ez számos formát öltött a fantáziámban, ahogy egyre jobban megismertem magam, változtak az elképzeléseim. Egy időben olvasmányélményeim hatására orvosként képzeltem el magam, ahogy valamelyik afrikai országban gyógyítok, majd konduktorként, sérült gyerekek között, a gimi végére pedig

szép lassan eljutottam a pszichológiáig. Egyre többet foglalkoztatott, hogy hogyan hat a működésünkre a tágabb és közvetlen környezetünk, mit tehetünk lelki sérüléseinkkel. Vonzottak a versek, melyek a költők belső vívódásairól szóltak, egyre többször vettem papírra én is ebben a formában gondolataimat. Egy számomra kedves lelkipásztor tanácsára elkezdtem a teológiát, hogy megalapozzam a pszichológiai tanulmányaimat, majd ott találkoztam a szociológiával, melyet Izsák Norbi tanított. Magával ragadott, hogy itt egy tudomány, ami a világ megértésével foglalkozik, megszólította bennem a társadalomjobbítót. Na, lehetséges,

hogy ha Norbi csillagászatot tanít, ma Marskutató vagyok. Csak viccelek. Így jelentkeztem egy év teológia után szociológiára. Szakkollégista voltam, több projektben is részt vettem, ahol beleláttam, hogy mekkora mozgástere van kis hazánkban a társadalom formálásának. A 2010-es évek elejéről beszélünk. Az ELTE-n a diplomámat már a háromhónapos kisfiammal vehettem át. Felvettem mesterképzésre, de nem kezdtem el. A közvetlen környezetemben sok párkapcsolati, családi konfliktusba nyertem bepillantást és saját magam is megtapasztalhattam, mekkora pusztítást tud végezni - igen, még hívó családok életében is -, amikor akkoriban elszenvedett sérülések, tudattalanul rögzült családi minták feldolgozatlanul, önjáróan ismétlődnek, összeadódnak. Rombolják a családon belüli kapcsolatokat és az önbecsülésünket is ... **Meggyőződéssé szilárdult bennem, hogy ha mély változásokhoz szeretnék hozzájárulni, akkor azt közeli kapcsolatokban, ha úgy tetszik, segítő kapcsolat keretei között tudom igazán megtenni.** A változásnak pedig először érdemes magamban teret adni. Így jelentkeztem pszichológiára már kétgyermekes édesanyaként, némi élettapasztalattal a hátam mögött.

**BG: Visszaemlékezve tinilány korodra, neked milyen területeken lett volna hasznos egy mentálhigiénés szakemberrel illetve pszichológussal való beszélgetés?**

Előbb említettem a családi mintákat. Anyukám 19 évesen ment hozzá apukámhoz, aki 6 évvel volt idősebb nála, 20 évesen már világra hozott engem. Nem meglepő, hogy még nem voltam 20, amikor összeházasodtunk Dáviddal, aki 6 évvel volt idősebb nálam és a generációnkhoz képest nagyon fiatalon vállaltunk gyermeket. **Tinikoromban a hivatásválasztás mellett másik nagy témám a párkeresés volt.** Hogy tudatosan kerestem-e társam? Á, dehogya. Nekem is megvoltak a magam körei. Volt potenciális férjjelöltem, vártam jelle Istentől, voltam nem fair fiúval,

aki érdeklődött irántam. Aztán kaptam egy képet. Nagyon valóságos volt. Isten rávilágított, hogy feleslegesen siettetem a dolgot (15 évesen). **Ő gyémántként szeretne engem átadni a férjemnek. Ahhoz pedig, hogy a szén szerkezete megváltozzon és gyémánttá váljon, időre, nyomásra és magas hőmérsékletre van szüksége.** Valamelyest sikerült lenyugtatnia és irányba állítania ezzel. Fontossá vált, hogy formálódjak, hogy megőrizzem a tisztaságom, hogy tegyem a dolgom és ne ez töltse ki a gondolataim nagy részét. Nagyon inspiráló felekezeti közeli baráti körhöz tartoztam akkoriban és több területen is szolgálhattam. Persze azért motoszkált bennem, hogy vajon ismerem-e azt, akivel majd összekötöm az életem. **Ráébredtem, hogy ismerkedésben nem érdemes a legszebb arcunkat mutatni,** egyrészt előbb vagy utóbb úgy is lehull a lepel, másrészt nagyon nagy csalódás, ha a legszebb arcodra mondják azt, hogy neki egy másik izgalmasabb és vonzóbb. Dáviddal úgy kezdtünk ismerkedni 17 évesen, hogy volt valamennyi elképzelésem arról, hogy mi az, amit szeretnék és mit nem, egy párkapcsolatban. Nagyon vágytam az elfogadásra és a biztonságra. Mivel neki nem egy csinos álarcot mutattam és így is kitarított mellettem, megbizonyosodtam benne, hogy tényleg én kellek neki. Pedig bőven voltak nálam egyszerűbb esetek... A másik, amit tudtam, hogy nem szeretném, hogy leuraljon, de azt sem, hogy papucs legyen. Szeretném, hogy legyen hasonló az érdeklődésünk, lehessen vele is kirándulni, kerékpározni, tartalmasan beszélgetni, de ne úgy kezelje a konfliktusokat, mint a családunk. Hát, arra álmomban sem gondoltam volna, hogy én leszek majd, aki beviszi majd az olaszos virtust a családunkba és azzal küzd, amire korábban azt mondta, hogy én biztos, hogy nem.... A gyerekkorom feldolgozásáról azt gondoltam, hogy a szembenézés, értelmezés és megbocsátás körei egy imádsággal megfuthatók. Ha akkor elkezdek önismerettel foglalkozni,

rálátni a mintáimra, hiányaimra, sérüléseimre, tükröt kapni arról, hogy milyen barát és társ vagyok, megtanulni, hogy tudok a saját és mások szükségleteire szabadon reagálni, valószínűleg sok fájdalomtól megkíméltem volna magam és a környezetem. Környezetem, milyen steril kifejezés ez...A szerettem.

**BG:Az akkori kérdéseidet kiknek tetted fel? Megkaptad a helyes válaszokat?**

Így utólag az egyik legnagyobb kérdésem az volt, hogyan lehet borzasztó körülmények között is embernek maradni és még a hitünket is megőrizni? Miért válnak egyesekből hősök, mások pedig feladják, beolvadnak vagy egyenesen az öngyilkosságba menekülnek? Rengeteg olyan könyvet olvastam (Számold meg a csillagokat!, Ellenszélben, Quo vadis) filmet néztem (Az élet szép, Schindler listája, Hotel Ruahanda), ami például a holokauszttal, üldöztetéssel foglalkozott. Utólag ehhez az is hozzájárulhatott, hogy az általánosban sok bántás ért. A bullying olyan formái voltak részei a „normál” iskolai hétköznapiaknak, mint gúnyolás, kirekesztés, érzelmi és verbális bántalmazás. A felnőttek is úgy tettek, mintha ez teljesen oké lenne. Egyszer apukám jött már be a suliba asztalt borogatni, hogy ez nem oké. A hitem miatt is csodabogár voltam. Rengeteg erőt merítettem Pintér Béla dalaiból.



Emlékszem, volt, hogy walkmenen hallgattam szünetben meg énekeltem úton- útfélen: „én is Jézushoz tartozom, bátran hirdetem és megvallom.”

Megerősített az identitásomban, ahelyett, hogy takargattam volna, bátran álltam ki az értékeimért, vállaltam, hogy nevetség tárgya legyek. Tudtam, hogy ilyenkor az Atya büszke rám. Emlékszem, hogy gimiben próbáltak rábeszélni a pasizásra, csupa jó szándékból. Mennyi mind-enről maradok le, majd utólag bánom a kalandokat,...stb. **Magyaráztam egy osztálytársnőmnek, hogy minden fiú kiharap egy darabot az almából és én az egészet a férjemnek szeretném adni. Mekkora kegyelem ám, hogy így is lett.** Nem hiányzik, hogy legyen összehasonlítási alapom. Miért kéne tudnom, hogy Pistike csókolt volna-e jobban, vagy mit adna nekem, hogy Sanyival néztem a csillagos éjszakát 20 éve. Ezek az életútkísérések, járogatások többnyire könnyekkel, veszteségekkel, megcsalásokkal érnek véget. Úgy, hogy kösz, találtam jobbat nálad. Kinek szolgálja a javát ez a tapasztalat? Sokkal többet rombol az önbecsülésen, mint amit hozzáad, hogy Józsi szerint velem jobb a szex, mint a Zsanival. Nincs viszonyítási alapom, csak a házasságomon belül. Olyan a kapcsolatomban, amelyenné tesszük a férjemmel, ha sok figyelmet, odafigyelést, türelmet, törődést teszünk bele, annak meglesz a gyümölcse... Pál Ferit megidézve „**igazivá válunk egymás számára**”. Mindenesetre nem panaszkodhatom. Remélem, ezt többnyire ő is így gondolja. Haha.

Ami még rengeteget adott tiniként, azok a barátságok és a közösség. Nagyon drága barátokat kaptam Istentől, akik rendkívül odaadóak és elfogadóak voltak. Teljesen új éneket ismertem meg abban a biztonságos közegben amilyen a helyi ifi is volt. Tudtam szárnyalni, sziporkázní. Utólag ugyanakkor nagyon figyelmetlen és sokszor önző is voltam. Ma már igyekszem megbecsülni ezeket a drága embereket az

életemben, hála Istennek vannak olyan gyerekkori barátságaim, akikkel még vasárnaponként, az ovis csoportban együtt színeztük Noé bárkáját, kitarot-tunk egymás mellett az évek alatt. Ha rátalálsz egy-egy ilyen kincsre, nagyon becsüld meg őket! **Inkább legyen kevés, de mély barátságod, mint olyan emberek figyelmét keresd és elfogadása után loholsz, ahol nem vagy egyenlő fél, nem becsülik kölcsönösen az értékeidet.** Visszakanyarodva a bántásra. Nem oké, nagyon nem oké. Bár szerintem próbáltam a lehetőségeimhez képest jól kijönni ezekből a helyzetekből, de így is mély sebeket okozott. Felnőttként is előfordult, hogy egy-egy rémálomból sírva ébredtem.

Foglalkoztatott az, hogy sokszor miért morcos az apukám, miért nehéz uralkodnia az indulatain. Ennek a megértésében rengeteget segítettek a családi történetek, az, hogy egyáltalán lehetett ezekről a nehéz dolgokról is beszélni. Sok helyen le van tiltva bármi, ilyen társalgás. Nálunk történetek szóltak apukám nehéz gyermekkorából, az agresszív alkoholista nagyapámról és történetek az ő születésének körülményeiről is, melyekből megértettem, hogy az az ember, akiről a nagymamám egy jó szót nem igen tudott elmondani, 50 év házasság után, szóval még az az ember sem jókedvében volt olyan, amilyen. Semmiképpen sem szeretném relativizálni a bántalmazást, elmosni az egyéni felelősség szerepét, csak rávilágítani, hogy mennyire meghatározó, az, ahonnan jövünk. **Amennyiben nincsenek jó példák előttünk, csak azt tudjuk, hogy így sem és úgy sem szeretnénk élni, az még nem elég ahhoz, hogy ne a keréknyomban menjünk ösztönösen.** Rengeteget tanulhatunk az előttünk járók hibáiból és bölcsességéből. Feltehetjük a kérdést, hogy szerintük hogyan érdemes élni? Mi a boldog házasság titka? Mit bántak meg, mit csinálnának másképp a mai fejűkkel? Mi segített nekik megküzdniük a nehézségekkel? Ha nincsenek elérhető, jó minták

előttünk, akkor nézzünk szét, tanuljunk attól, akinek vonzó az élete. Mi a vonzó benne számunkra? Milyen előnyökkel és hátrányokkal járhat mindez? Miben más kívülről nézni és milyen lehet benne élni? Ezen kérdésekre akkoriban nem jutottam el...

**BG: Mi az amit pszichológus édesanyaként a saját lányodnak szerelem témában tanácsolni fogsz amikor kamaszkorba érkezik?**

Olívia tavaly kezdte a sulit. Nyárra szerveztek egy ismerkedős délutánt a családoknak. A végére egy kisfiú közölte velem, hogy szerelmes belé, amitől ő rettentően zavarba jött. Úgy interpretáltam számára a helyzetet, hogy a kisfiú szavai szimplán azt jelentik, hogy nagyon jó volt veled játszani és különösen jól érezte magát a társaságodban. Az első tanítási hét végére már egyszerre három lányba volt szerelmes a kissrác, különösen örültem, hogy korábban beszéltünk erről. Később elmesélte, hogy a legjobb barátját szájon pusztította a szerelme és ő maga tette hozzá, hogy milyen rossz, hogy nem a férje lesz, aki először megpuszítja. Megdöbbenő volt, ugyanis nem anyai kommentárral nézte a Disney meséket, valami mégis abszolút spontán átment neki. Egy direktív anyai jótanács valahogy így hangzana: Drágám! Jákob 2x7 évet dolgozott Ráhelért az apósánál. **Olyanvalakire bízd a szívedet, aki hasonlóan eltökélt, ha a kapcsolatokról van szó és akinek a szerelme számodra is ekkora kincs.**

**BG: Kislánykori énednek mit üzennél szerelem témában?**

Bízhat az Isten szeretetében. Ne az álmaidból építs fellegvárat, ne menekülj a képzelte jövőbe, hanem legyél a jelenben. A jövődről pedig imádkozz úgy, legyen meg az Úr akarata.





szerző: Szabó G.Viktória

## keresztény társkereső – avagy Isten útjai kifürkészhetetlenek

**Amikor megkérdezték, hogy hol ismerkedtem meg a férjemmel, Árpival, mindig szégyenkezve, egy kicsit feszengve válaszoltam. Mára már nem érzem kényes pontnak, mert hol máshol akadhatna egymásba két különböző országban élő ember, mintsem egy keresztény társkereső oldalon?**

Volt egy előletem, ami számomra már halott, mert Jézus Krisztus kifizette az árat értem. Tiszta lappal indított utamra, amikor megvallottam előtte a bűneimet. Megtérésem előtt sok próbálkozásom és félresiklott kapcsolatom volt. Ezeket az Úr elé vittem, egy testvérnő segített az imában.

Újjászületett keresztényként, a megtérés mámorában szóltam az Úrhoz, hogy úgy érzem, mindenem megvan, társkeresésre gondolni se akarok. Tudtam, hogy a Biblia mit mond a házasságról, hogy jobb nem belemenni felemás igába, és ez egy életre szóló örök kapcsolat. Isten mégis tudta a szívem legmélyebb kívánságát, nem jó egyedül, kell a társ, ahogyan ezt már Ádámnál is megállapította. Ahogy múlt az idő, az interneten rákerestem egy keresztény

társkeresőre. Nem volt nagy forgalom az oldalon, a világi társkeresőkkel ellentétben, a rendszer is egyszerűbb volt. Felregisztráltam kép nélkül, csak egy szöveget tettem ki, kifejtve belőle, hogy nem régóta találtam rá Istenre, előtte rossz lány voltam és mély a múltam. Szétnéztem a férfiak bemutatkozásai között. Legtöbbje már régóta be sem lépett. Volt köztük olyan férfi is, aki bevallása szerint azért regisztrált fel, mert azt remélte, hogy a keresztény lányok között talán talál hűségeseket is, apropó, ő nem volt keresztény. Számítalan felekezetből voltak fenn regisztráltak, akik közül vallásosak és hívők is szép számmal akadtak.

Kaptam egy levelet, épp amikor már eldöntöttem, hogy törlöm magam az oldalról. Láttam már a férfi fotóját,

megnéztem a profilját, de túl sármosnak tűnt számomra, ezért tovább nézelődtem. Gondoltam, az ilyen típusúaknak én úgysem jönnék be. Egy nagyon rövid üzenetet küldött, hogy most istentiszteletre megy, de másnap majd ír. Azt hittem, a bolondját járhatja velem, és ez azért is fordulhatott meg a fejemben, mert az évek során sokszor becsaptak és kihasználtak, ezért én is ezt viszonztam a férfiak felé: hitetlenkedő lettem. Másnap keresett, és mondta, hogy egy beszélgetős rendszerben folytassuk a beszélgetést. Én nem kapcsolom be a kamerát, és úgy kommunikáltunk egy ideig, hogy én írtam, ő beszélt. Öröm szabadult fel bennem minden egyes ilyen netes randin, és pár nap alatt kirajzolódott bennem a kép, hogy ő egy istenfélő és kedves ember. Hét éve tért meg, és az elmúlt években

Ő és a barátai intenzívebben imádkoztak, hogy a feleségét megismerhesse. Egyik este a megbeszélte beszélgetés előtt írtam neki, hogy nem biztos, hogy én vagyok neki a megfelelő személy, ne pazarolja rám az idejét, keressen tovább. Később elmesélte, intenzív imába kezdett és remélte, hogy ez nem így lesz, mivel ő a szívében érezte, hogy én vagyok a leendő felesége. Elég hamar ki is jelentette ezt nekem. Nem voltam férjnél sosem, nem hittem benne, hogy meghitt házasságban élhetnék valakivel, emiatt középiskolás kor után már nem álmodtam esküvőről, nem gondolkodtam már családban, idegenek voltak számomra ezek a dolgok. Elárulom, ekkor már 30 éves voltam. Nekem ez a bizonyosság csak később jött, hogy igent mondjak. Fontos kiemelni, hogy a férfi döntésében bízok, azaz ha ő választ. Elmesélte, hogy a jegyesség alatt az Isten akaratára, hogy tiszták maradjunk. Ő meg se fog csókolni egészen az esküvőnkig. Amikor ezt elmondta, tudtam, hogy ebben hatalmas szeretetet, megbecsülést és tiszteletet van a másik iránt. Ekkor egy hosszú zokogásba törtem ki, ami nagyon mélyről jött. Az ember teste és a lelke nem érték az emberek többségének. Ez volt az első legnagyobb ajándék tőle, amit adhatott. A polgári esküvőn csókolt meg először.

Egy református lánykollégiumban éltem négy évig, és a lánytársak közül két lány döntötte el, hogy szüzen fognak férjhez menni. Mindenki tudta róluk, hogy ez a határozott döntésük. Sokan nem értették, mert a környezetünkben még sosem hallottunk erről. Ellentétben velünk, ők tudták, hogy Isten a legjobbat akarja számunkra, tehát ha

Ő ezt az utat szánja az övéinek, akkor az csak az Ő hatalmas szeretete miatt van. Amikor jegyességben jártam a leendő férjemmel, csak akkor értettem meg, hogy aki a tisztaság útját követte, mennyi bajtól megóvta magát!

Jegyességünk alatt elvitt gyülekezetbe, mindig mellettem volt, amikor a kereszténnyé válásnak egy-egy állomásához érkeztem. Vele kezdtem el Bibliát is olvasni. A házasságunkat egy gyönyörű, tavaszi, hideg napon kötöttük meg. A gyümölcsfák, a bokrok és mi is virágoztunk. A mennyasszonyi ruhám kiválasztásánál anyukám volt jelen. Mindenben Isten segítségét kértem, hogy Ő vezessen. A menyasszonyi ruháról előtte, ahogy már említettem, sosem álmodoztam, így az interneten kutakodtam, mi a divat, végül nem az akkori legújabb divatot választottam, hanem egy klasszikusabb fazont. A ruhaszalont üzemeltető hölgy kedvessége ma is él bennem. Az sem volt véletlen, hogy ő került az utunkba. Az esküvői sminkemet nem sminkes készítette, csak rúzszt és szemceruzát használtam, még alapozót sem. A természetességre törekszem ott, ahol csak tudok. A ruhaszalonos révén ismerkedtünk meg egy kedves, piacon virágokat áruló hölgygel, aki orchideás csokrot készített nekem. A hajamat a férjem egyik régi fodrásza készítette. Nem szükséges vagyont költöni, kevesebb pénzből is színvonalas lehet a nagy nap. A polgári esküvő után volt egy lakodalom, ahol a szűk családi kör vett részt. Pár nap múlva pedig az egyházi esküvő is lebonyolódott. Fontosnak tartottuk, hogy csak ez után legyen a nászéjszaka.

A házasságunk megélt hullámvölgyeket. Csiszolódunk egymáshoz és Jézus Krisztushoz is. Terelget bennünket, és mivel Ő a házasságunk alapja, ezért megmarad ez a szövetség, akármilyen viharba is kerüljön. Kegyelmet kérünk erre. Ő a legjobb férj a világon, és immáron apa is. Senki se mondta volna ezt meg akkor, amikor megkérte a kezem, ezt csak Isten tudhatta, hogy miért minket kettőnket választott egy párrá. Ő jól tudta: a fejlődésünkhöz a másakra van szükségünk. A férjem szinte mindenben az ellentétem. Sokkal nyitottabb, közvetlenebb, hamar ráérez a másik emberre, végtelenségig nyugodt természet és még sorolhatnám. Neki is van egy fiú ikertestvére és nekem is. Nekem bátyám van, neki egy öccse. Azaz pontosan ez is egybevág. Iker-testvérség lévén nehezen éltem meg, amikor a bátyám komoly kapcsolatra lépett, majd megházasodott. Akkor már ez az új szövetség volt fontos az életében, én, mint hugi pedig eltörpültem. Sajnos az ügyes-bajos dolgaimmal mindig rá hagyatkoztam, ő segített szinte mindenben eligazodnom. Támaszom volt. Ezért Isten adott egy férjet, aki jól tudja, mi egy báty szerepe. Iker-testvérral élni szoros kapcsolat, ahogy a házasság szövetsége is az.

*Isten hatalmas kegyelme miatt írtam le mindezt, hogy elmeséljem,*

*élő bizonyítékai vagyunk annak, hogy bárhol is induljunk, bárhol is ismerkedjünk meg, Isten a legjobbat hozza ki a helyzetből, ha Őt követjük.*

*Megtérésemkor szinte azonnal bemutatta a férjem, nehogy elkallódjak az úton. Köszönöm mindezt Neked, Istenem!*



### SZABÓ G. VIKTÓRIA

Belgiumban élek férjemmel és kislányunkkal. Az írás lételemem tini korom óta, ezért is hálás vagyok, hogy a magazin írója lehetek. Örülök, hogy a nevem jelentése a győzelem. Volt idő, amikor lecseréltem volna valamilyen divatosabbra, de ma már szeretem, mert az jut eszembe, hogy Krisztusban győztes vagyok.



szerző: Konrád-Gyémánt Tímea

## miért várj a szexszel?

„Ki vagyok én? Drága Jézus! Ülök a tükörrel szemben. Kint nyugalom van, nyitott ablak, éjfél elmúlt. Figyelem magam, ismerkedek a látvánnyal. Nem olyan borzasztó, sőt, igazán szép karakterjegyeket vélek felfedezni. A nagy barna szemeim nem szorulnak sminkre, arcom sem púderezésre. Hajam hátra fonva, amely kiemeli az ugyanolyan gesztenyebarna színű tekintetem. Nem vagyok 100%-osan biztos az identitásomban. Túl sok dolog ért a 30 év alatt, azt hiszem, még nem gyógyult be minden...

Amióta veled vagyok Jézus, jobb. Egyre jobb. Egyre nyugodtabb és boldogabb az életem. Úgy érzem magam, mintha egy nagy ajándékosárban üldögélnék, csupa jó dologgal körülvéve. Ezek az évek a legszebb éveim. Akkor is, ha csak nemrég óta vagyok stabil. Jézus, Te soha nem engedted messzire Tőled. A szerelmed mindig visszahúzott. Egy férfi sem tudott igazán megkaparintani magának. Pedig próbálkoztak. A testemet megszerezték nehézség nélkül, mert akkor még nem ismertem az értékem nagyságát. Azt, hogy a véred folyt érte. A testemért. Amit 14 éven keresztül könnyű portéaként dobáltam egy kis szeretetet remélve. Többet soha...

**Kémlelem a tükröt. Ha nem olcsó árucikk vagyok, akkor ki vagyok, Istenem?**

A szívembe érkezik a válasz: új teremtmény vagyok, a régi elmúlt! Elsírom magam. Térdre esek. Fáj, siratom a régi Timit. Ahogyan kizsákmányolta a gonosz. Szétcincálta, darabokra tépte.

*„Titeket is életre keltett, akik halottak voltatok vétkeitek és bűneitek miatt, amelyekben egykor éltetek a világ életmódja szerint.”  
(Efézus 2:1-2b)*

**Ki vagyok én, Istenem? A tükör megszólal: Isten harcospője. És még ki? A tükör: szent szűz menyasszony! Valóban?**

**Igen, az enyém vagy, én formáltalak anyád méhében! – így az Isten.**

Kérlek, formáld át a szívem és gondolataim, hogy ezt kétely nélkül elhiggyem! Mert ha majd ezt teljes egészében megélem, na onnantól lesz „kösd fel a gatyád”, sátán! A perceid meg vannak számlálva!” (múltbeli írásom, 2019. 09. 01.)

Mai társadalmunkban a szexualitás már-már annyira hétköznapi kifejezéssé nőtte ki magát, hogy nem is nagyon csapja meg a fülünket, ha bárki a környezetünkben kiejti a hozzá kapcsolódó szavakat a száján. Jelentésének varázsa nem több olyan kifejezéseknél, mint például cipőfűző vagy körömrészelő.

Sajnálatos, hogy ez történt, te pedig most minden bizonnyal azon gondolkodsz magadban, hogy mi köze van ennek a témának a fent idézett írásomhoz: nagyon is sok, kedves olvasó! Naplóbemjegyzésemet azért osztottam meg veled, hogy betekinthes a felépülésem folyamatába. Egy olyan időszakba, amely a helytelen döntések következményeit próbálja feldolgozni. **Egy törött szív, egy fáradt lélek, egy értéktelenek hitt test reménységre talált.** Jézus Krisztus nélkül még mindig azt hinném, hogy nem vagyok több, mint egy játékszer. Pedig több vagyok, sokkal több. Ezt már tudom. Fiatalkoromban azonban nem tudtam. Nem vártam a szexszel, és sok-sok fájdalmat okoztak a döntéseim. Nehéz volt belőlük felépülni, de van remény: a mi Urunk. Az egyetlen lehetőség.

### Miért várj a szexszel, kedves olvasó?

Ha röviden meg akarom fogalmazni a választ, akkor azért, hogy ne járj úgy, ahogy én jártam. Hogy megkíméld magad a hatalmas szenvedésektől. Hogy a tisztaságod ne veszítsd el könnyelműen. Hogy annak tartogasd magad, aki igazán szeret és majd feleségül vesz téged. A világ nem ezt súgja? Az iskolatársaid talán már szexuális kapcsolatban élnek? Azt mondják, hogy nem nagy ügy, vagy épp cikiznek, hogy te még szűz vagy? Elárulom neked, **ha lehetne egy kívánságom a nőiességem területén, azt kívánnám, hogy visszakapjam ezt a hatalmas kincset. Megtartanám a férjemnek. De nincs második esélyem. Neked viszont még meg lehet az első és az egyetlen!** Írásommal arra szeretnék figyelmeztetni, hogy tanulj mások hibáiból! Ha pedig már elbuktl ezen a téren, bánd meg teljes szívvel és indulj új lappal! **Krisztusnál van a kulcs a bűneid bocsánatára.**

Ismered a bibliai történetet a házasságtörő asszonyról? Jézus ezt mondta neki: *„Én sem ítéllek el téged, menj el, és mostantól fogva ne vétkezz!”*

(János 8:11)

Ez az egyik kedvenc részem az Igéből, s habár én nem házasságtörést követtem el, de a paráznaság is súlyos következményekkel jár az ember életében! A házasságon kívüli szexuális kapcsolat nem fog teljes örömet nyújtani, és Isten is óva int tőle! Tudod, hogy mi a tízparancsolat 6. tétele? Ne paráználkodj, közvetlenül a „ne ölj” parancs után! Nem hiába kapott helyet itt ez a fontos téma! Jézus ezt az igei részt tovább is viszi, és kibővíti a problémát a tisztátalan gondolatok megfogalmazásával:

*„Hallottátok, hogy megmondatott: „Ne paráználkodj! Én pedig azt mondom nektek: aki kívánsággal tekint egy asszonyra, már paráznaságot követett el vele szívében.”*

(Máté 5:27-28)

Mit mond még Isten szava ezzel az égető témával kapcsolatban, amin érdemes elgondolkodni? Másik kedvelt részem: *„Kerüljétek a paráznaságot! Minden más bűn, amit elkövet az ember, kívül van a testén, de aki paráználkodik, a saját teste ellen vétkezik. Vagy nem tudjátok, hogy a testetek a bennetek levő Szentlélek temploma, akit Istentől kaptatok, és ezért nem a magatokéi vagytok? Mert áron vétettetek meg: dicsőítétek tehát Istent testetekben!”*

(1.Korinthus 6:18-20)

Az Úr szeretné, hogy tisztán tartsuk magunkat, és még mielőtt azt hinnéd, hogy csak meg akar fosztani bennünket valami élvezetéstől, hadd idézzem fel neked még egyszer röviden az én múltamat: **nem volt számomra fontos a tisztaságom. Könnyen odaadtam magam másoknak. Felelőtlen voltam. Sok csalódás ért. Azt hittem, hogy meg kell tennem, pedig csak önmagamat pusztítottam vele.** A felépülés pedig hosszadalmas. Az emlékek. A fájdalmak. Higgy nekem, nem éri meg! Ahogy pedig feljebb olvastad, ha már megtörtént, akkor ettől a perctől értékeld át magad és mondj nemet a továbbiakban, ahogy én is teszem! **Ne add oda magad másnak, csak a férjednek! Legyen ez egy izgalmas próbatétel!** Meg fogod látni,

ha olyan szemmel tekintesz magadra, ahogy a te Mennyei Édesapád tekint rád, a tisztaságodat hatalmas kincsként fogod megőrizni!

Az én múltam példája mellett gondolkodjunk el most együtt azon is, amit a világban tapasztalunk! Az emberek nagy többsége él szabados szexuális életet. A paráznaságot nem tekintik bűnnek. Nem várnak a szexszel. Isten figyelmeztetésének mellőzése azonban hatalmas, súlyos társadalmi problémákhoz vezetett, amelynek elismerése nem kérdés. A mai kor embere a régimódinak beállított „ne paráználkodj” törvényre fittyet hányva igent mond a szabad szexre, azonban ennyiben nem áll meg a történet: ahogy az Ige mondja és a világ is tanúsítja, a bűn bünt szül, pláne szexuális területen: mocskos, súlyos, fájdalmas bűnöket. **Szerinted honnan ered a pornófüggőség? Az oly gyakori megcsalás, házasságtörés? Válasz, az abból adódó egyszülős gyermeknevelés, csonka családok? Apa-, anyakomplexussal küzdő személyek, akik nem láttak helyes mintákat otthon?** Ássunk csak még mélyebbre és szörnyűsegebb területekre! Molesztálások? Szexuális aberráció, perverzció? Gyermekrablás, pedofília, szexkereskedelem? Prostitúció? AIDS és egyéb szexuális betegségek? Homoszexualitás? Abortusz? A felsorolást még folytathatnám, de remélem, már felismerted, hogy a világ mocskos mennyire összefüggésben áll az önmegtartóztatás hiányával. A lavina sajnos könnyen megindul, ha teret engedünk neki, amit a Sátán előszeretettel ki is használ, hogy tönkre tegyen minket. Számos olyan felmérést is lehet olvasni az interneten, ahol bebizonyították, hogy minél kevesebb szexuális partnere van az embernek a házasságot megelőzően, annál nagyobb valószínűséggel tart ki a házasság válás nélkül. Az önmegtartóztatás a házasság előtt egyfajta garancia is a házasságban lévő hűségre. Ezt pedig nem csak Isten szava, hanem a sok számadat is igazolja. Felmérések azt is tanúsítják, hogy a szexuális bántalmazások,



a pedofília gyökere a pornográfiában és a szabad, elfajzott szexuális kalandokban rejlik! Ezért is fontos átgondolni ennek a területnek a komolyságát!

**Isten törvényei az igaz értékeket tükrözik, amelyek a mai társadalomban való boldog életnek is az alapfeltételei. Az Úr csak a legjobbat akarja nekünk, hiszen nagyon szeret minket. Ne feledd, intései által sosem megvonní akar tőled valamit, hanem lehetőséget adni valami sokkal csodálatosabb és értékesebb megtapasztalására!**

A szüzességed, a tisztaságod hatalmas kincs! Ne hallgass a világ szavára! Vedd szemügyre a sok fájdalmat és megkeseredettséget, amit észlelsz a környezetemben a felelőtlen nemi kapcsolatok következményeként! **Merj az a személy lenni, aki kiáll az értékrendje mellett! Isten nem hiába választott ki, hogy ragyogj és mutass példát társaidnak!** Jézus is erre biztat:

„Ti vagytok a föld sója. Ha pedig a só megízetlenül, mivel lehetne ízét visszaadni? Semmire sem való már, csak arra, hogy kidobják, és eltapossák az emberek. Ti vagytok a világ világossága. Nem rejthető el a hegyen épült város. Lámpást sem azért gyújtanak, hogy a véka alá tegyék, hanem a lámpatartóra, hogy világítson mindenkinek a házban. Úgy ragyogjon a ti világosságotok az emberek előtt, hogy lássák jó cselekedeteiteket, és dicsőítsék a ti mennyei Atyátokat!” (Máté 5:13-16)

**Drága Bella Girl olvasó, ebben az elfajult társadalomban világítanunk kell! Igazi ragyogó fények pedig csak úgy tudunk lenni, ha fontos számunkra az Úr Igéje.** Ha pedig te is hasonló múlttal rendelkezel, mint én, biztatlak a következő ige megszívvelésére is, amit a híres Pál apostol fogalmazott meg: „De egyet teszek: ami mögöttem van, azt elfelejtve, ami pedig előttem van, annak nekifeszülve futok egyenest a cél felé, Isten mennyei elhívásának Krisztus Jézusban adott jutalmáért!” (Filippi 3:14)

Ahogy már említettem, **Jézus vére lehetővé teszi, hogy tiszta lappal indulj és előre tekintsz! Használd ki ezt a lehetőséget, és az életed kivirágzik! Kövesd az Igét, mert az Úr csak a legjobbat szánja neked, hiszen Ő alkotott téged szeretetből!**

Hidd el, az igaz szerelem türelmes. Nem követel tőled semmi olyat, amit még nem kell odaadnod. Ha bárki is érzelmileg zsarolni próbálna, hogy bújj ágyba vele szerelmed jeléül, menekülj! Egy további percedet sem érdemli meg az illető!

Ne engedd, hogy a szerető Isteneden kívül bárki is befolyásoljon a döntésedben!

Amennyiben pedig úgy gondold, hogy ezen a területen nem vagy veszélyben, akkor is kérek, hogy légy nagyon résen, amire az Ige is felszólít:

„Legyetek józanok, vigyázzatok, mert ellenségeitek, az ördög mint ordító oroszlán jár szerte, keresve, kit nyeljen el: álljatok neki ellen a hitben szilárdan, tudva, hogy ugyanazok a szenvedések telnek be testvéreiteken e világban.” (1. Péter 5:8-9)

Figyeld oda a barátnőidre! Beszéljete a témáról! Hidd el, hogy szükséges egymás biztatása ezen a területen is! Lehet, hogy szeretetteljes nyitottságoddal és a téma felhozásával valakit megmenthetsz a rossz döntéshozataltól. **Óvd a társaidat, és légy Isten hírnöke az iskolában és a baráti körödben!**

Te egy csodálatos kincs vagy! Őrizd meg magad a fájdalomtól és segíts másoknak! Készülj fel a kísértések idejére akkor is, ha még nem érzed a veszély közeledtét! Öltsd fel magadra az Úr harci fegyverzetét, amellyel sikeresen és boldogan élheted meg a mindennapokat! Ne engedd, hogy a világ befolyásoljon az értékrended és helyes énképed kialakításában! Tartsd magad értékesnek annyira, amennyire Isten szemében is becses gyémánt vagy! A kulcs a te kezvedben van! Az Úr áldjon!



## KONRÁD-GYÉMÁNT TÍMEA

Feleség, egy kisfiú anyukája és szállodai recepciós. Jézus által új életem van, és vágyam, hogy az Ő szeretetét minél többen megtapasztalják, akár az én írásaimon keresztül is.

szerző: Nagyné Végh Csenge

# el kell mondanunk

**Magyarországban napjainkban évente körülbelül minden harmadik élveszületésre jut egy abortusz. Ezt az információt sokféle felhanggal el lehet mondani. El lehet mondani tárgyilagosan, el lehet mondani botránkozással, és el lehet mondani mély fájdalommal. Én most ez utóbbival teszem.**

Házasság és gyermek, az élet két gyönyörű, rengeteg örömet és áldást rejtő ajándéka, az istenképességünk két legmegfoghatóbb megnyilvánulása. Felfoghatatlan csodák, mégis zavarba ejtően természetesek. A legtöbb ember boldog házasságra és szép családra vágyik. Legelemibb ösztönünk ez, az Élet Törvénye a sejtjeinkbe írva.

Manapság az abortuszt úgy szokás emlegetni, mint szabadságjogot. Jogunk van dönteni arról, hogy meg szeretnénk-e tartani egy magzatot vagy sem. És senkinek nincs joga ettől megfosztani bennünket. Aktivisták küzdenek azért, hogy az abortusz minden nő számára elérhető, választható opció legyen egy nem kívánt terhesség esetére. Azzal én is egyetértek, hogy elfogadhatatlan az abortuszon átesetteket gyógyító szándék és segítségnyújtás helyett legyilkosozni. Nyilvánvalóan senkinek nincs arra szüksége, hogy erkölcsi törvényeket vágjanak a fejéhez, és szerintem keresztényként ez a legrosszabb, amit az ember tehet.

De van valami, ami legalább akkora bűn: elhallgatni, hogy nem kellene így lennie.

Az abortusz fájdalmas. Fáj a rettegés, amikor nem jön meg a menzesz. Fáj a szégyen amiért "becsúszott" a baba. Fáj a kérdés, amikor az orvos megállapítja a terhességet és megkérdezi, hogy mi a célod vele. Fájn az álmatlan éjszakák, amíg azon órlódsz, hogy mit kéne tenni. És nagyon, nagyon nehéz a döntés, igazán el sem tudom képzelni, hogy mennyire. Az abortusz nem jó, nem könnyű, még ha ez is tűnik a könnyebbik útnak. Senki nem megy büszkén a műtőbe. Senki nem fekszik boldogan a kórházi ágyon.

És senki nem újságolja örömmel utána, hogy hol volt. Van, akinek csak rossz emlékek, van, akinek éveken át kísértő rémálmok, bűntudat, szégyen. Az abortusz halál. Egy magzat halála, akármilyen kicsi volt is. És bár a körülmények kissé ellentmondásosak, egy megszakított terhességet is el kell gyászolni. Viszont nem kellene, hogy így legyen. Egy nem kívánt terhesség nem történik csak úgy magától. Nem "baleset". (Kivéve az erőszakban fogant gyermekeket, de ez az elenyésző kisebbség.)

Mi, keresztények, akik napi kapcsolatban vagyunk a Teremtő Istennel, olvassuk az Ő kijelentését önmagáról és rólunk, nem hallgathatjuk el, hogy nem kellene, hogy így legyen! És nem moralizálni kell, nem petíciókat aláírni, nem fekete facebook profilképekkel tüntetni, hanem megosztani azt az örömhírt, amelyre valójában mindenki szomjazik!



**El kell mondanunk**, hogy Istennek úgy tetszett, hogy bevon bennünket a teremtésbe, hogy részesei lehetünk egy új élet formálódásának.

**El kell mondanunk**, hogy mi, nők különösen szép feladatot kaptunk ebben, és hogy az életadásra való képesség nem bilincs, hanem kiváltság.

**El kell mondanunk**, hogy két ember szexuális kapcsolatának csodálatos gyümölcsei vannak: egészség, gyönyör és gyermekáldás. Mind a három gyümölcse fontos a nemiségnek, ezt nem felejthetjük el a hatásos fogamzásgátló módszerek korában sem.

**El kell mondanunk**, hogy a gyógyulás Jézusnál van.

**El kell mondanunk**, hogy akárhogy is bántak veled a múltban, akármilyen sebeket hordozol, szerető Atyád kitárt karjaival vár, hogy megvizgaltjon.

**El kell mondanunk**, hogy nem kell többé kilincselned a szeretetért, nem kell a testedet kínálnod az elfogadásért, nem kell bulikban és idegen férfiak ágyában feledést keresni. Nem kell többé párkapcsolatról párkapcsolatra kutatni az Igazít, aki majd elhozza a boldogságot. Isten az, akit keresel, Ő tölti be a szívedet végtelen szeretetével. És Ő ajándékozza majd neked azt a társat, akivel mindazt az örömet megélheted, amit neked szánt.

**És végül el kell mondanunk**, hogy Istennél van a bocsánat. Ha valamit elrontottál, akármilyen bűnt követtél el, Jézus vére elég volt, hogy megfizessen érte.

"Ha vétkeitek skarlátpirosak is, hófehéreké válhattok, ha vörösek is, mint a bíbor, fehéreké lehettek, mint a gyapjú." (Ézsaiás 1, 18.)

Isten vár, hogy megbánd, megvalld, és Ő tiszta lapot ad. Tökéletesen tiszta lapot. A világnak mindez botrány. De akkor is el kell mondanunk.



## NAGYNÉ VÉGH CSENGE

Feleség, három gyermek édesanyja és az Egytestté megalapítója. Lenyűgöz Isten szerelme és a Biblia szerelemmel, házassággal és szexualitással kapcsolatos gondolatainak mélysége és gazdagsága.

szerző: Anonym

## ösztönöktől vezérelve

**Kiskamasz korom óta nagyon érdekelt a szexualitás. Mivel otthon nem beszéltünk róla, kénytelen voltam magam utánajárni a témának, ahogyan tudtam. Érdekelt a saját testem, ismerkedtem magammal, felfedeztem, hogy hogyan tudok magamnak örömet okozni.**

Később az ártatlan felfedezgetésből masszív szokás lett. Volt időszak, amikor naponta vagy akár naponta többször is masztiztam, ez volt a napi örömöm. Technikailag a szüzességemet is így vesztettem el, amikor egy szexjátékkal átszakítottam a szűzhártyámat. Utáltam magamat érte, bűnösnek és mocskosnak éreztem magamat, bár soha senki nem mondta nekem, hogy az önkielégítés bűn. Egyszer megkérdeztem róla egy lelkészt, és ő azt mondta, teljesen oké, ha egy szingli így engedi ki a gőzt. Valahogy mégsem tudtam felszabadulni benne.

Aztán megismertem egy fiút, akivel szerelmesek lettünk egymásba. Már az elején megbeszéltük, hogy a szexszel várunk a házasságig. Csak azt nem tudtuk (vagy nem akartuk tudni), hogy ezt nem elég csak egyszer elhatározni, tudatos döntéseket kell hozni, hogy meg is valósuljon. Mi nem tettünk semmit. Sodródtunk a szerelemmel, a hormonokkal. Egészen odáig, amikor már gyakorlatilag minden volt, csak épp behatolás nem. Tudtam, hogy ez nem oké. Ez már szex, és mi már nagyon nem vagyunk ártatlanok, akárhogy is ámitjuk magunkat azzal, hogy valamit még tartogatunk. Egyszer aztán elegendő lett és azt mondtam, hogy ha már csináljuk, akkor csináljuk

rendesen. Ez az időszak nagyon nehéz volt lelkiileg. Tudtam, hogy bűnben élek, és emiatt kerültem Istent. Sokat sírtam, állandósult a bűntudatom, és sokszor mondtam a barátomnak, hogy állj, ezt nem csinálhatjuk tovább. Azt hiszem, egy hónap volt a maximum, amit kibírtunk.

Két év együttjárás után a barátom megkérte a kezemet. Igent mondtam, és boldogan készültünk az esküvőre.



Nagyon vártam a nagy napot, hogy utána megszabadulok ettől a szörnyű tehertől. Végre szabad lesz, amit eddig

„tilosban” csináltunk és többé nem nyomaszt ez az egész. Már nem arról fog szólni az életem, hogy olyasmit teszek, amit nem kéne, és Istennel is rendeződhet a kapcsolatom.

A házasságunk első heteiben felszabadultam tudtam élvezni az együttléteinket. Aztán pár hónappal az esküvőnk után elég zavarbaejtő dolgokkal szembesültem. Elemi erővel tört rám a vágy, hogy más férfiakkal akarok lefeküdni. Fantáziáltam férfiakról, és azon agyaltam, vajon hogy lehetne kijátszani ezt a hűség dolgot. Úgy éreztem, szűk a kalitkám, és ki akartam törni. A férjem akkoriban éjszaka járt dolgozni, így én éjszakánként egyedül voltam otthon. Előfordult párszor, hogy névtelen csetoldalakon szexcsatéltem idegen férfiakkal. Még az is eszembe jutott, hogy nővel kéne kipróbálni, az talán nem számít megcsalásnak. Ezek időszakonként, hullámokban jöttek rám, az egyébként „józan” időszakaimban pedig gyűlöltem magam ezekért a gondolatokért. Nagyon zavart, tudtam, hogy még ha csak gondolati szinten is, de hűtlen vagyok a férjemhez, még hozzá friss házasként! Beszéltem párterapeutával, de csak annyit mondott, hogy uralnom kell a gondolataimat, hogy ne váljanak tettekké. De én már a gondolatokat sem akartam!

„Az ördög be fog menni arra a területre, ahol még nem Jézus az úr”.

Ekkor összeállt a kép. Az önkielégítés, a házasság előtti szex és aztán a tisztátalan gondolatok nem különálló problémák. Valahol mélyen bennem él egy ösztönlény, aki nem hagy békén, akármilyen is a kapcsolati státuszom, úgy próbálja kiélni magát, ahogy tudja. Furcsa volt, hogy bár megtért hívő vagyok, mégsem jutott soha eszembe, hogy a szexualitásomat is átadjam Istennek. Hogy Jézus azért jött, hogy az életemnek ezen a területén is megváltson. Csak én ezt eddig nem engedtem neki. Én akartam megoldani egyedül.

Nem élhetek úgy házasságban, hogy más férfiakról fantáziálok! Teljesen padlón voltam, és nem értettem, mikor és hogyan lettem ennyire mocskos, és hol vesztettem el az ártatlanságomat...

Pont ekkoriban beszélgettem valakivel. Nem tudom már, miről beszélgettünk, egy mondatra emlékszem az egészből:

Egyik este egy rövid imában arra kértem Istent, hogy vegye át az egész szexualitásomat, és csináljon vele azt, amit akar. Ezt mondtam:

„Istenem, engem nem zavar, ha ezentúl kevésbé leszek „lángoló” a szexben. Bármit teszel velem, nem érdekel, csak vedd át tőlem, mert én magamtól tönkreteszem. Tégy a vágyaimmal azt, amit akarsz. Tudom, hogy Jézus a bűneimet

felvitte a keresztre. Itt van a múltam, itt van minden mocskos, undorító, borzasztó tettem, tessék: kérlek, szegezd fel a keresztre! Én tiszta szeretnék lenni, és tudom, hogy csak Te tisztíthatsz meg. Én szeretnék a testemmel jól szeretni, és szeretném, ha erre Te tanítanál meg! Kérlek, Jézus, add a megváltást a szexualitásom területén is, vedd el a vágyaimat, itt van mind: neked adom! Nálad jó helyen van. Ámen.”

Nem történt semmi földöntúli dolog. Elmondtam, aztán elaludtam. De másnap azzal a tudattal ébredtem, hogy odaadtam, tehát Istennél van. Tudom, hogy nála van. Azóta évek teltek el, és a fantáziálás, a tisztátalan gondolatok soha nem tértek vissza többé. Azelőtt nem volt uralmam fölöttük, de Isten csodálatosan megszabadított tőlük. Most már tiszta vagyok. Vannak a testi kapcsolatunkban kihívások, amelyeket a korábbi dolgaink okoztak, a bűneink következménye nem tűnik el csak úgy, de Isten kegyelmes és gyógyít bennünket, Övé a dicsőség! Ja, és nem lettem kevésbé lángoló. Csak már tisztán lángolok.





szerző: Kissné dr Kovács Annamária

## tisztátalan gondolatok kísértésében

**Én is keresztény lány vagyok, 15 éves. Tanácsot szeretnék kérni, s egy elég intim dologról lenne szó. Nem is tudom miért, de talán a kamaszkorral jár, de már egy jó ideje tisztátalan dolgok után kutatok az interneten.**

Ez elég gáz dolog, s nem is értettem, hogy én, aki még meg is vagyok bérnálva, hogyan tehetek ilyet. De ez mintha beszippantott volna. Lassan már nem csak néztem, hanem cselekedtem is a tisztátalant. Volt, amikor rádöbben-tem, hogy ez mennyire nem helyénvaló, és elmentem gyónni. A pap ellátott tanácsokkal, amelyek egy darabig segítettek, de aztán újra minden kezdődött. Ez, mint egy „ördögi kör” mostanáig ismétlődik.

Arra jutottam, hogy ez nem én vagyok. Találtam egy videót egy apácáról,

aki a fogadalomtétele előtt elég könnyelmű életet élt, de sikerült megváltoznia. Most én is erre törekszem.

**ANNA TANÁCSA:** Először is szeretném még egyszer elmondani, hogy nagyon örülök, hogy segítséget kérsz ebben a témában. Mert azt írod, hogy ez „elég gáz dolog”, és tényleg ugye a tisztátalanság bűn Isten szemében, de az mindenképpen jó, hogy ezt te is tudod, és nem nyomod el a lelkiismereted. Különben mind küzdünk a szexuális kísértések ellen. Csak éppen - azt hiszem - a lányok sokkal nehe-

zebben beszélnek erről, mint a fiúk. Mert valahogy az olyan „alap”, hogy a fiúk úgy vannak kódolva, ők jobban ugranak a szex témára, és a kísértések is őket jobban érintik. Pedig ez nem igaz, mert a lányoknak ugyanolyan nehéz manapság a szexualitással átitott kultúránkban tisztának maradni testileg is, gondolatban meg pláne.

Megpróbálom pontokba szedni, hogy mi segíthet tisztán tartani magadat és megszabadulni a függőségtől, illetve a bűntől, ami az életedbe férközött.

**1. Tudatosítsd, hogy a tisztátalanság -legyen itt szó szexuális képzelgésről, pornóról vagy maszturbációról- bűn Isten előtt.** Egyrészt már a tízparancsolat is azt mondja, hogy ne paráználkodj, és ez az eredeti szövegben nem csak a házasságtörést jelenti, hanem mindenféle házasságon kívüli szexuális cselekedetet. Sőt, Jézus segít Isten szemével látnunk a tisztaságot, amikor értelmezi kicsit nekünk ezt a verset:

*“Hallottátok, hogy megmondatott: Ne paráználkodj! Én pedig azt mondom nektek: aki kívánsággal tekint egy asszonyra, már paráznaságot követett el vele szívében.” (Máté 5:27 -és nyilván ez akkor is igaz, ha az asszony helyett férfit helyettesítünk a szövegbe.) Ez erős. Látnunk kell, hogy Isten mércéje a tisztaságról nagyon magasán van. Valószínűleg nem tudunk “túl tiszták” lenni előtte. És Isten arra hív minket a Bibliában, hogy mi is tiszták legyünk: mivel Ő, a Szent hívott el titeket - magatok is szentek legyetek egész magatartásokban, úgy, amint meg van írva: “Szentek legyetek, mert én szent vagyok.” (1Péter1:16)*

**2. Tudatosítsd, hogy Jézus meghalt a kereszten a Te bűneidért és tisztátalanságodért.** Így ezzel az áldozattal, a vérével, eltörli a bűneidet, a “számlát” a vétkeidért, ha elismered és teljes szívből elfogadod ezt az áldozatot. Ekkor Isten úgy tekint Rád, Jézuson keresztül, mint aki szent és tiszta. Isten gyermekévé válsz. *“Ha vétkeitek skarlátpirosak is, hófehéreké válhattok, ha vörösek is, mint a bíbor, fehéreké lehettek, mint a gyapjú.” (Ézsaiás 1:18)*

**3. Tudatosítsd, hogy Jézus nem csupán a bűneid büntetését vette el, hanem Ő teljes győzelmet aratott a bűn felett.** Nem “csak” azért jött, hogy a bűneink következményét elvegye, hanem, hogy MEGSZABADÍTSON minket a bűnök hatalmából és vonzásából is. Ő erőt adhat arra, hogy letörje a függőségek,

a rossz szokások, a maguktól feltörő tisztátalan gondolatok láncát. Felszabadíthat a bűn alól: nem kell többé tisztátalanságban élned.

## HOGYAN HARCOLJ KÍSÉRTÉSEK ELLEN ÉS HOGYAN GYŐZHETED LE A BŰNT?

### 1. OLVASD A BIBLIÁT!

Nem tudom, hogy mennyire szerepel ez a napi rutinodban, mennyire forgatod Isten Szavát, de ez tényleg döntő fontosságú. Isten ígénének az olvasásával megláthatod, hogy Ő hogyan gondolkodik dolgokról, megismered, hogy mit jelent őt követni, hogy mire hív el. Igéjén keresztül megszólít téged, tanít, megfedd, int, megerősít.

*“A teljes Írás Istentől ihletett, és hasznos a tanításra, a feddésre, a megjobbításra, az igazságban való nevelésre; hogy tökéletes legyen az Isten embere, minden jó cselekedetre felkészített.”*

(2 Timóteus 3:16-17)

### 2. IMÁDKOZZ!

Kérd Istentől, hogy segítsen megszabadulni ettől a bűntől, amit le akarsz rakni. Ne akard egyedül harcolni ezt a harcot!

Azt hiszem sokszor ott bukunk el, hogy azt gondoljuk “Összeszedem magamat, most megfogadom, egy kis önuralom, és legyőzöm. Holnaptól tényleg nem csinálom többet.” A hiba csak ott van, hogy emberek vagyunk. Gyengék, kísérhetőek, tele vágyakkal és önerőnkől előbb- utóbb elbukunk. Isten azonban megajándékozta a keresztény embereket, akik befogadták Jézust a szívükbe a Szentlélekkel. Ő bennünk él. És a Biblia azt mondja, a Galata levél 5-ben:

*“A test cselekedetei azonban nyilvánvalók: házasságtörés, paráznaság, tisztátalanság, bujálkodás, ( stb.) A Lélek gyümölcse pedig: szeretet, öröm, béke, ÖNMEGTARTÓZTATÁS ( stb.)*

*A test kívánsága a Lélek ellen tör, a Lélek pedig a test ellen, ezek viaskodnak egymással, hogy ne azt tegyék, amit szeretnétek. ( pontosan ez történik ugye, mikor elhatározzuk, hogy soha többet, aztán elbukunk.) Akik pedig Krisztus Jézuséi, a testet megfeszítették szentvédélyeivel és kívánságaival együtt.”*

Szóval kérd Isten és a benned élő Szentlélek segítségét, hogy tiszta maradj. Hogy adjon erőt, hogy érezhesd a saját életedben is, hogy Jézus legyőzte a bűnt. *Istentől szabad ezt is kérni, nem csak azt hogy bocsásson meg. Hisz a Miatyánkban is ott van: “ne vigy minket kísértésbe, szabadítsd meg a gonosztól”*

### 3. VÉDD AZ ELMÉD!

Ha már “ne vigy minket kísértésbe” - Ne vidd magadat kísértésbe! Akármilyen bűn, tisztátalanság is az, ami ellen harcolsz, biztos vagyok benne, hogy az elmúlt próbálkozásaid során már pontosan megtanultad, hogy mikor vagy sebezhető, mi az ami elcsábít, mikor buksz el. Ismered a saját gyenge pontjaidat, ezt pedig tökéletesen fel tudod használni arra, hogy megvédd magad.

**Tedd nehezzé a magad számára, hogy kísértve légy illetve azt is, hogy amikor jön a kísértés, akkor engedj neki!**

Ha vannak olyan eszközeid, amik erre irányulnak dobd ki, semmisítsd meg őket! Ha vannak olyan tartalmaid akár gépen, akár könyvben vagy újságban, amiket a tisztátalanságot támogatják és megingatnak- töröld ki őket, szabadulj meg tőlük! Ha van olyan magazin, vagy akár oldal, ami mondjuk nem pornográf oldal, de valamiért a tartalma mégis kísértésbe visz, vagy ugyanez mondjuk filmnél, sorozatnál, zenei klipnél- akkor szabadulj meg tőlük. Véd meg magad az olyan weboldalaktól, amik beszippantanak, keress hozzájuk egy jó blokkoló programot, ami letiltja őket.



Talán egy kicsit drasztikusnak tűnhet ez a lépés és vannak dolgok, amiktől nehéz megszabadulni, mert az ember szereti őket, vagy mert pénzt költött rájuk vagy bármi más miatt, de ha tényleg győzni akarsz a harcban, akkor jobb, ha nem állítasz fel körös körül csapdákat magad előtt a csatatéren.

Jézus ezt mondta erről: *“Ha a jobb szemed visz bűnre, vágd ki, és dobd el magadtól, mert jobb neked, ha egy vész el tagjaid közül, mintha egész tested vettetik a gyehennára. Ha pedig jobb kezed visz bűnre, vágd le, és dobd el magadtól, mert jobb neked, ha egy vész el tagjaid közül, mintha egész tested vettetik a gyehennára.”* (Máté 5:29-30) Azt hiszem ez elég egyértelmű.

#### 4. NE HARCOLJ EGYEDÜL!

Ha lehet, keress egy segítőt, valakit, akiben megbízol, aki az elszámoltatható partnered lehet és megerősíthet, tanácsot adhat és mellette állhat, amint próbálsz megszabadulni. Az elszámoltathatóság nagyon nagy segítség lehet, mert magunkban ugye könnyen rábeszél minket a testünk egy “forró helyzetben”, hogy “Áhh, most az egyszer még belefér.

Isten meg már úgyis tud róla.” De ha valaki más rákérdez, hogy “Na, mi volt a héten, meg tudtál állni?” Akkor az jó segítség, mert így cikibbnek érezzük és van még egy plusz “fék”, ami segít megállnunk.

#### 5. VEDD KÖRÜL MAGADAT TISZTA TARTALOMMAL!

Ne csak számúzd azt, ami a rosszra csábít, hanem reklámozd magadnak a jót. Ha tudsz vásárolj magadnak olyan könyveket, kövess olyan oldalakat (a magazin ugye pont jó erre) amelyek segítenek az igazságnál megmaradnod, hallgass tiszta zenét, és inkább hanyagold a filmeket, ha épp semmi tisztának mondhatót nem találsz. Vannak pl. csodálatos könyvek, amelyek segítenek abban, hogy felfedezd, hogy mennyire nagy ajándék a tisztaság, hogy milyen gyönyörű Isten terve a házasságra és a szexualitásra nézve, hogy milyen értékes dolgok ezek. Ettől becses lesz a szemedben ez a téma, új szemmel tekinthetsz rá, és megcáfolhatod azokat a hazugságokat, amiket eddig sugalltak neked a kísértő tartalmak. Pl. a pornó csomó hazugságot sugall, mondjuk azt, hogy a futó kalandok beteljesüléssel és

jó szexszel járnak, vagy, hogy minél több dolgot próbálsz ki annál jobb lesz. Vagy mások azt hazudják neked, hogy akkor lesz jó a szexuális életed majd, ha megismered magad. Hogy az önkielégítés nem bűn, mert az nem mással történik. A Biblia ezt mondja: *“Kerüljétek a paráznaságot! Minden más bűn, amit elkövet az ember, kívül van a testén, de aki paráználkodik, a saját teste ellen vétkezik.”* (1Korinthus 6:18) Ismerd meg és tudatosíts, hogy milyen hazugságokat sugároznak feléd azok a dolgok, amiket nézel, hogy milyen károsak ezek rád! Így nehezebben adod majd be a derekadat.

#### 6. MEMORIZÁLJ IGEVERSEKET, ÉS HASZNÁLD FEL ŐKET FEGYVERKÉNT!

Pál írja az Efézusi levél 6. részében: *“vegyétek fel az Isten fegyverzetét, hogy mindent leküzdve megállhassatok. Vegyétek fel a Lélek kardját, amely az Isten beszéde”* (...) Isten harcosának egy nagyon fontos eszköze maga az Ige, ezzel lehet jól odasuhintani az ellenségnek, amikor jön a támadás.



Keress és tanulj meg olyan igeverseket, amelyek bátorítanak ezen a téren, vagy felszólítanak a tisztaságra. Lehet hogy találsz most azok közül, amiket már fent idéztem, pl: *“Kerüljétek a paráznaságot! Minden más bűn, amit elkövet az ember, kívül van a testén, de aki paráználkodik, a saját teste ellen vétkezik. Vagy nem tudjátok, hogy testetek, amit Istentől kaptatok, a bennetek levő Szentlélek temploma, és ezért nem a magatokéi vagytok?”* (1Kor 6:18-19)

### TOVÁBBI IGEHELYEK

1Péter 1:14-16, 2:11; 1Kor 6:9-1; Kolossé 3:5, Efézus 4:24; 5:3,5,10

A végére még annyit mondanék, hogy az, hogy kísértve vagy, az még nem bűn. A kérdés az, hogy mit kezdesz vele, hogyan felelsz rá, megadod magad vagy ellenállsz.

**Isten erejével tényleg ki lehet jönni mindenféle megkötözöttségéből.** Hallottam már én is nem egyszer pornófüggők bizonyágtételét.

Hogy egy kicsit bátorítóan zárjam le:

*“Embereknél ez lehetetlen, de Istennél minden lehetséges.”*  
(Mát. 19:26)

Remélem nem bánod a sok bibliai idézetet, egyrészt azért másoltam be őket az egyes pontokhoz, hogy fel tudd használni őket magadnak emlékeztetőül vagy fegyverként, másrészt, hogy lásd, hogy a válaszomat az Igére alapoztam, arra amit Isten szavából megértettem ezzel a témával kapcsolatban.

Remélem tudtam segíteni. Ha bármilyen további kérdésed van bármiről, amit itt írtam, vagy akár ellenvetésed nyugodtan tedd fel!

### VÉGEZETÜL EGY UTOLSÓ GONDOLAT:

*“Hogyan tarthatja tisztán életútját az ifjú? Úgy, hogy megtartja ígédet.*

*Téljes szívből kereslek téged, ne engedd, hogy eltérjek parancsolataidtól! “*  
(Zsoltárok 119:9-10)



### KISSNÉ DR. KOVÁCS ANNAMÁRIA

A Bella Girl Magazin YouTube csatorna készítője, feleség, egy kisfiú édesanyja, gyógyszerész és ami a legfontosabb Isten gyermeke. Hiszem azt, hogy Istennek jó terve van az életünkre és Ő megtanít minket a szívünkre vigyázni, ha nála keresünk útmutatást.

# pornó kontra valóság

“Tényleg annyira szörnyű, ha pornót nézek? A barátnőim szerint sokat tanulhatok belőle, hiszen hasznos tippet ad a jó szexuális élethez. De vannak, akik a pornó nézését károsnak tartják. Miért? Tényleg különbözik a pornó a valóságtól?” - érkezik egy kérdés a Bella Girl Magazin szerkesztőségéhez egy fiatal lánytól.

Bellának szívügye, hogy a fiatal lányok különbséget tudjanak tenni a pornó és a bensőséges testiség között. Íme néhány gondolat Bellától, amelyek segítségével remélhetőleg Te is közelebb kerülsz a valósághoz.

## TÉNYEK A PORNÓRÓL:

- ✘ **A pornó színjáték** – minden részlete. A kamera beállítás, a megjátszott sikolyok, a bensőséges, finom érintések hiánya, a testrészek alakja és mérete, a kitekert pozitúrák, az aktus hossza... Az igazság az, hogy sok esetben csak begyógyszerezve képesek „megfelelően” teljesíteni mind a férfiak, mind a nők. Nem is beszélve a sok erőszakos, fojtogató jelenetről a mainstream pornóban. A fizikai agresszió szexinek és vonzóknak van tálalva.
- ✘ **A pornó függőséget és deviáns viselkedést okozhat.**
- ✘ Ha az ember elméjét a pornóban látottak töltik be már azelőtt, hogy valós kapcsolata lenne, akkor a pornó válik számára szexuális mércévé. A hamis képek irreális elvárásokat szülnek, a valóság pedig a vártnál kevesebbnek tűnik.
- ✘ A pornó és az egyidejűleg végzett maszturbáció passzív kielégülést kínál, míg a valódi szex aktív cselekvést kíván.
- ✘ **A pornó személytelenné teszi a legintimebb emberi kapcsolatot.**
- ✘ A pornó azt sugallja, hogy a szex nem több, mint olcsó árucikk.
- ✘ A pornó hosszú távon nem segíti a párok szexuális életét, hanem meglopja az intimitásukat: rontja az együttlétek minőségét és visszaveti a szexuális vágyat.

## BELLA GONDOLATAI:

- ♥ A szexuális együttlét Isten ajándéka azoknak, akik házasságban élnek.
- ♥ A szex nem végállomás és nem is csupán egy ösztön kielégítése, -amint azt szexszel átítatott kultúránk közvetíti, - hanem egy csodálatos megismerési folyamat része és testi beteljesülése a házasság szövetségében.
- ♥ A szex gyönyörű és örömteli módja annak, ahogy a férj és a feleség kimutatja egymás iránti szerelmét.
- ♥ **A szex több, mint fizikai aktus; kölcsönös érzelmi és lelki kapcsolódás jön létre a felek között. Nem vehetjük könnyelműen, mert nyomot hagy bennünk.**
- ♥ A szex dicsóítja Istent, amikor azt az Isten által megszabott elvek és határok keretében éljük meg.
- ♥ Ha mindenki Isten tervét követné a szex terén, kitarva abban, hogy élethosszig tartó kapcsolatban éli meg a szexualitást a házastársával, akkor a pornó nem is létezne!

Gondold át az itt leírtakat!

Ne feledd, hogy a döntés a Te kezében van!

Ha nincs kihez fordulnod, bátran írd [hello@bellagirlmagazin.hu](mailto:hello@bellagirlmagazin.hu) címre a Bella Girl szakértői örömmel válaszolnak minden kérdésedre!

szerző: Ujlaki-Győri Anna



# love is love a szeretet, az szeretet

**Mindannyian hallottuk már ezt a szlogent. Általában azzal kapcsolatban emlegetik, hogy mindegy, kit szeretünk, a szerelem, az szerelem, a szeretet, az szeretet, és a szeretet nem ismer korlátokat.**

## **Kérdés, hogy mit értünk az alatt, hogy szeretet?**

Jól hangzik, hogy a szeretet valami univerzális dolog, amin mindenki ugyanazt érti, ezért definiálhatjuk úgy: love is love.

Pedig nem. Önmagával egyébként sem definiálhatunk semmit.

(A nő, az nő. A család, az család. De mi a nő? Mi a család?)

## **Mi a szeretet? Egy érzés, ami csak jó lehet?**

**A szeretet, az szeretet, mindegy ki felé irányul, csak konszenzus legyen a felnőttek között?**

És mi a helyzet pl. egy viszony esetén, ahol, mindketten egyetértésben vannak, és szerelmeseik? (Csak éppen, ott a feleség és a gyerekek.)

**Love is love. – mondják. Tehát ki vagy te, hogy nem értesz egyet, nem támogatód vagy bármilyen módon megítéled vágyaimat, szexuális vonzalmamat, életviteletem?**

Mert kultúránkban úgy definiáljuk a szeretetet, mint ami az egyén pillanatnyi érzése, ami ellen nem tehet semmit, és amit elnyomni veszélyes, és rossz.

Azt halljuk, hogy akkor szeretünk jól valakit, ha megerősítjük abban, akinek érzi magát, akit szeret, ahogy szereti. Eszerint a szeretet azt jelenti, hogy egyetértünk mindennel, amit a másik magáról gondol, amit érez, amit tesz. Akkor pedig nem szeretjük, ha nem értünk egyet vele, nem támogatjuk valamiben, netán rámutatunk, hogy valami nem teljesen oké.

Mivel a kultúránk a szexualitásról úgy gondolkodik, hogy szexualitásunk a lényünk legmélyén lévő esszenciánk, ez határoz meg minket a legmélyebb szinten.

Ha nem értünk egyet bárki szexuális orientációjával, akkor úgy érzi, őt, magát kérdőjelezzük meg, hogy a legautentikusabb részét utasítjuk el. Ma a szexualitás identitáskérdés.

## **Valaki egyszer megmutatta, hogy milyen is az igaz szeretet.**

Nem csupán egy érzés. Nem az, ami nekem jól esik.

Nem a vágyaimról szól. Nem rólam.

A másiktól. Döntés. Önfeláldozás.

A másik javának keresése.

Valami ilyesmi:

*„Nem az a szeretet, ahogy mi szeretjük egymást, hanem ahogy ő szeretett minket, és életét adta értünk.”*

*“Isten pedig az irántunk való szeretetét abban mutatta meg, hogy amikor még bűnösök voltunk, Krisztus értünk meghalt.”  
(Róma 5:8)*



Egytestté Podcast  
Instagram: @ujlakianni



### **DR. UJLAKI-GYŐRI ANNA**

Feleség és három gyermek anyukája, fogorvos és mentálhigiénés szakember, de az utóbbiban dolgozom. Két szívügyem van: az egyik az online pornó hatása az életünkre, a másik pedig a saját nemhez való vonzódás, gender és transzgender témák. Ami ezekben a témákban motivál, hogy hazugságokat leplezzek le, és az igazságról beszéljek. Csengével készítjük az Egytestté podcastot és blogot.

szerző: Anonim

## a szivárvány zászló árnyéka

**Tizenegy éves voltam, amikor elkezdtem én is - mint minden tinédzser -, a választ keresni az identitásomra, a személyiségemre. Nem voltak légből kapott gondolataim. Gyerek voltam, amikor először ért szexuális abúzus.**

Ez nagyban befolyásolta az elképzeléseimet a férfiakról. Akkoriban még nem volt tudatos bennem, hogy elveszítettem minden fokú bizalmamat a férfiak felé, bezárkóztam az érzelmeim és egy általam kreált világba.

A gyerekkoromban ért traumák arra ösztönöztek, hogy kizárjam a magam körüli külvilágot és elrejtsem az éneket. Ezért arra az elhatározásra jutottam, hogy mindenáron meg kell védeni magamat az olyan emberektől, akik bántani szeretnének engem. A legjobb megoldásnak az bizonyult, hogy ha magamra öltök egy páncélt, ami megóv engem ezektől az emberektől, de legfőképpen a férfiaktól. Így formálódtam át kislányból kislányból, s egyre inkább vesztettem el önmagam és az egészséges identitásomat. Kilenc éves voltam mindössze, amikor elkezdtem kijárni a szűk utcákba, hogy ezáltal is erősítsem magam. Felöltöttem egy fiús külsőt: bő ruhákba jártam, baseball sapkát hordtam és elkezdtem úgy viselkedni, mint a srácok az utcában. Azt gondoltam a legmegfelelőbb páncélt választottam, így majd nem fognak engem soha többé bántani.

Ahogy cseperedtem és egyre inkább gyakoroltam milyen is igazán fiúnak lenni, egyre mélyebbre és mélyebbre taszítottam azt, aki valójában voltam. Egy hamis álcát húztam magamra, amivel saját magamat is képes voltam becsapni.

Tizenkét éves hatodik osztályos tanuló voltam, amikor egy új angoltanárra érkezett az iskolánkba. Egy szép, kedves nő volt, aki körül minden srác ott legyeskedett. Valamilyen megmagyarázhatatlan okból én vágytam - a traumámtól függetlenül -, a fiúk társaságára az iskolában, de valójában mindig is azért, hogy felülkerekedjek rajtuk. A depresszióm a zárkózottságom és a fiús külsőm miatt felfigyelt rám a tanárnő, s egyre inkább

próbálta volna lebontani rólam mindazt, amivel én elbarikádoztam a szívemet. A kedvessége, s az ahogyan viszonyult hozzám és bánt velem egy új ismeretlen szeretetet kölcsönzött a számomra, amit az alkoholista szüleimtől sohasem kaptam meg. Figyelmet és érdeklődést véltem felfedezni benne. Egy idő után azon kaptam magam, hogy én is ugyanúgy megnézem őt, mint az osztályban lévő fiúk. Megnéztem a melleit és engem is beindított, amikor láttam az alsóneműjét kivillanni, amikor lehajolt a krétáért. Megmagyarázhatatlan érzés volt a számomra. Valahol itt kezdődött el körvonalazódni bennem, hogy milyen nemhez is vonzódok valójában. Nagyon sokáig nem tudtam helyére rakni ezeket az érzéseket. Abban az időben egyáltalán nem volt nyílt a homoszexualitás, elítélték az ilyen embereket.

Hallottam, hogy a faluban - ahol akkoriban éltem -, jár az iskolába egy lány, aki lesbikusnak vallja magát. Felvettem vele a kapcsolatot, és egy idő után nagyon jó barátság alakult ki kettőnk között. Ő csak úgy falta a nőket, ez nagyon vonzónak tűnt a számomra.

Meg akartam tudni a titkát, hogy mitől ilyen sikeres a nők körében, így próbáltam minél több időt tölteni vele. Csak később derült ki számomra mekkora csapdába készültem belesétálni.

Ahogy csatlakoztam a baráti körébe én is elkezdtem ráérezni ennek az ízére, hogyan is kell pontosan a saját nememhez viszonyulni. Ekkor már számtalan nőt tudhattam magam mögött, de mindegyik csak egy futó kalandnak minősült, amivel nem tudtam kielégíteni a bennem lévő űrt és a vágyakat. Ha sikerült is valakivel hosszabb kapcsolatot kialakítanom, otthagytam egy idő után egy másik miatt.

Ez mindaddig így ment, míg össze nem jöttem egy olyan lánnyal, akivel tartósnak látszott a kapcsolatunk. Mivel én fiúként viselkedtem, így egyértelmű volt, hogy én vagyok a dominánsabb fél a kapcsolatban. Ezzel egészen sokáig nem is volt probléma, amíg el nem kezdtem nagyon rosszul érezni magam - nagyjából másfél év után -, ebben a hamis ambivalens szerepben. Ekkortájt kezdtem el kutatni Istent, hogy ki is Ő valójában. Ahogy egyre jobban megismertem Istent, egyre rosszabb és rosszabb lett a kapcsolatom ezzel a nővel. Már nem akartam vele lefeküdni, úgy éreztem nem helyes amit csinálok. Üresnek éreztem magam, azt éreztem, hogy ez a nő nem tudja betölteni bennem azt az űrt, amit érzek magamban. Ekkor szembesültem azzal, hogy már végképp nem tudom, hogy ki is vagyok valójában. Teljesen elveszítettem minden nőies vonásomat és ez a felismerés tonnányi súlyként szakadt rám hirtelen. Mindeközben eltelt fél év és a barátnőm megcsalt. Mivel sohasem elégtül ki lelkileg, ezért minden barátnőjét megcsalta egy idő után. Ahogy az én legjobb barátnőm is - akit korábban említettem -, akinek nem az volt a titka, hogy milyen vonzó volt és mennyi nőt bírt magának megszerezni, hanem az, hogy sohasem tudott kielégülni maximálisan senki mellett, hiszen a saját nemétől nem kapta meg mindazt, amire neki szüksége volt és amire a szíve mélyén vágyott. Ahogy én sem. Ekkor döbbsentem rá, hogy beleestem a csapdába.

Fogalmam sem volt mitévő legyek. Tudtam, hogy nem maradhat így ez az állapot és valahogy ki kell törnöm ebből, de minden kapaszkodó olyan messzinek tűnt. Nem tudtam, hogyan érhetném el azt, hogy a férfiak vonzódjanak hozzám, hiszen a fiús külsőm miatt esélyét sem láttam ennek az egésznek. Az Istennel való kapcsolatom eközben folyamatosan mélyült. Megtapasztaltam, hogy előtte kendőzetlen lehetek. Úgy éreztem valahol itt találom meg a kulcsát az egésznek.

Elkezdtem imádkozni és várni, de folyamatosan jöttek újabb és újabb nők, akik felkínálkoztak. Éreztem, ha nem állok ellen ennek a kísértésnek, akkor soha nem fogok tudni kijönni ebből az identitásból. Alkoholba kezdtem el folytani a depressziómat, s azt mondtam Istennek, ha nem csinál valamit én nem fogom tudni kibírni ezt az állapotot. Több mint egy év telt el. Ahogy kezdett kialakulni a személyes kapcsolatom Istennel úgy változott meg a gondolkodásom és a külsőm. Ez a környezetemnek is szembeűnő változás volt. Megrepedt a páncélom, s elkezdett kibújni alóla valami ismeretlen, valami új - az igazi énem. A férfiak elkezdtek irántam érdeklődni, azok is akik már régóta ismertek. Úgy éreztem sebezhetővé váltam, ahogy kezdett lehullani rólam a páncélom, ami a védelmet és a biztonságot jelentette a számomra - legalábbis én azt hittem.

Azóta hat év telt el. Megtértem Istenhez és nagy küzdelem árán, de helyreállította az identitásomat. Azt a páncélt, amiről korábban úgy vélekedtem, hogy a biztonságot nyújtja feladtam; Isten felcserélte az Ő pajzsára és páncéljára. Ő az, aki meghatározó szerepet tölt be a személyiségemben, aki által visszanyertem az önértékelésem és az önbecsülésem. Ma már másképp tekintek a férfiakra is. Kialakult bennem egy egészséges szűrő, ami által nem veszem többé egy kalap alá őket. Megtanultam különbséget tenni aközött, hogy kiben bizhatok és kiben nem és Isten ezáltal előkészítette a szívemet és elhozta nekem a megfelelő társat, aki mellett igazi nőnek érezhetem magam.

*“Tollalval betakar téged,  
szárnyai alatt oltalmat találsz,  
pajzs és páncél a hűsége.”*

*Zsoltárok 91.4*



szerző: Anonim

## keresztényként biszexuálisan?

**Már gyerekkoromban és kamaszkoromban is éreztem néha, hogy én valahogy más vagyok. Valahogyan mást hoznak ki belőlem érintések, máshogy reagálok a teszi öltözőben látottakra.**

De sosem tudatosítottam ezt. Nem aludtam túl gyakran és szívesen barátnőknél, mert feszélyezve éreztem magam. Közben pedig ugyanúgy, mint a többi lány, fiúkról álmodoztam. Csak ők nem jöttek. Igazából lelkem legmélyén nagy zűrzavar volt: mit is érzek valójában? De sosem mertem foglalkozni ezzel a témával. Már egy éve beszélgettem egy keresztény lelkipásztor hölgygel, amikor egyszer kibukott belőlem - úgy igazán - a téma. Borzalmasan félttem és szégyelltem magam. Nem tudtam mit kezdeni a ténnyel, hogy 18 éves vagyok, még sosem volt párom és azt sem tudom igazán, hogy melyik nemhez vonzódom. S hogy kellem-e egyáltalán valakinek.

Addigra már 4 év telt el a megtérésem óta és amikor elkezdtek bogozni életem ezen nagyon nem egyszerű részét, legszívesebben elbújtam volna Isten elől. Biztosan undorodik tőlem. Hogy szerethet egy ilyet?

Tehát, kiderült: keresztény vagyok és biszexuális. No meg, akkor még szingli. Hónapok lelkimunkája kellett ahhoz, hogy - egyáltalán - el tudjam fogadni önmagamnak ezt a részét. Minden kaotikus, ijesztő és kérdőjeles volt. Miért vagyok ilyen? Ki tud engem megjavítani? Kinek fogok így kellene? S ami a legfontosabb volt számomra: mikor fog végre elmúlni belőlem ez a sok lelki feszültség, az ellentétes vonzódások által létrejött elveszettség érzés.

Ott ültem a lelki gondozóm előtt és úgy éreztem, hogy én vagyok a legkoszosabb ember a világon. Nem azért, mert annyira prűd lettem volna vagy ilyesmi. Csak, mert nem tudtam hova rakni ezt az egészet, önmagammat.

Egy idő után ráébredtem valamire:

**BÁTRAN SÍRHATOK  
ISTEN ELŐTT.**

Le szabad tennem ezt az egész összevisszaságot Jézus lába elé és elmondani Neki mindent, ami bennem van. Minden harcot, minden bogozást, minden félelmet. Meg lehet Vele osztani ezt is. És Ő itt marad velem. Éjszakánként sírva imádkoztam álomba magam.

De már nem voltam egyedül ezzel a sok, hirtelen felszínre emelt gondolat-tal. Mert, azért eléggé ijesztőek voltak: akkor már tudatosítottam őket. Amikor egy hiányos öltözékű lány elsétált előttem, szépen beindultak bennem az érzelmek, de többé már nem tudtam őket jó mélyre elrejtteni.

Nagyon sokat gondolkodtam azon, hogy mit ronthatam el, hogy ilyen lettem. Mi a baj velem? Hogyan tudnám ezt az egészet elnyomni, bekötni a száját és elásni - valahol mélyen - magamban. Aztán, rá kellett jönnöm arra, hogy ennek nem lenne értelme, ha megtenném. Mert nem utálhatom örökké a fele részemet. Azzal önmagam utálnám meg. Mostanra 4 év telt el, hogy dolgozok magamon ebben a témában. És sokmindenre rájöttem az Úristen jelenlétében.

Ráébredtem arra, hogy nem én akartam és nem választottam. Nálam ez nem divathullám követéséből jött, nem tinibolondéria vagy önmegvalósítási vágy. Az egész biszexualitásomnak a forrása nagy valószínűséggel egy anyaseb, kötődési zavar és egy lelki bántalmazásnak a csomója. Én ezt nem akartam, de szabadságom van arra, hogy döntsek felőle. Egyenesen akarok járni vagy hagyom, hogy szétrázódjon az életem. Mindenféleképpen ki szeretnék próbálni, vagy elköteleződni, vállalva ezáltal, hogy lényem egy részét nem élhetem ki. Istennel szeretném mindezt végig élni, vagy egyedül szeretnék válaszokat találni a kérdéseimre. **Szabad lettem arra, hogy elfogadjam egész énelemet, és arra, hogy olyan döntéseket hozzak, amelyek összhangban vannak Isten terveivel.** Nem azért, mert villámokat szórt volna, ha máshogy döntök. Hitem szerint Isten szeret annyira, hogy hagyta volna azt is, hogy rossz döntéseket hozzak, hogy máshogyan éljem meg az elmúlt éveket. De ott is megtartott volna, s a végén megtisztítva a sebeimtől újra közel vont volna önmagához.

Nem azért írtam le mindezt, hogy okoskodjak vagy felmutassam, hogy látjátok, így kell ezt. És nem is azért, hogy bárkit arra biztassak, hajrá ihaj-csu-haj, fekdüjünk le füvel-fával.

Csak szerettem volna belülről megmutatni egy egykor nemi identitásával küzdő fiatal történetét. Hogy sokszor mennyire nem könnyű ez az út. S mennyire nem segít az, ha ráolvasnak az emberre néhány Igét, hogy te nem lehetsz ilyen, javítsd meg magad és majd ha megtörtént, visszajöhetsz hozzánk.

*Szerettem volna megmutatni, hogy meg lehet élni máshogy is, lelkileg megdolgozva, nem elnyomva és önostorozva, de, mégis, bűntől távol maradva.*

S rámutatni arra, hogy Isten nem hagy el. Jézus senkit nem hagy el. Jézus meg akar gyógyítani, bármivel is küzdesz. És lehet, nem fog eltűnni belőled a vonzalom, a szorongás, a depresszió. Persze, az is lehet, hogy teljesen meggyógyulsz. Bennem megmaradt. Viszont egyet szeretnék a szívedre helyezni: bármi is van benned, bármit is akarsz elrejtteni Isten elől: Ő rendelkezésedre áll és szeret Téged. Nem szeretné, hogy a benned levő zűrzavar megoldása

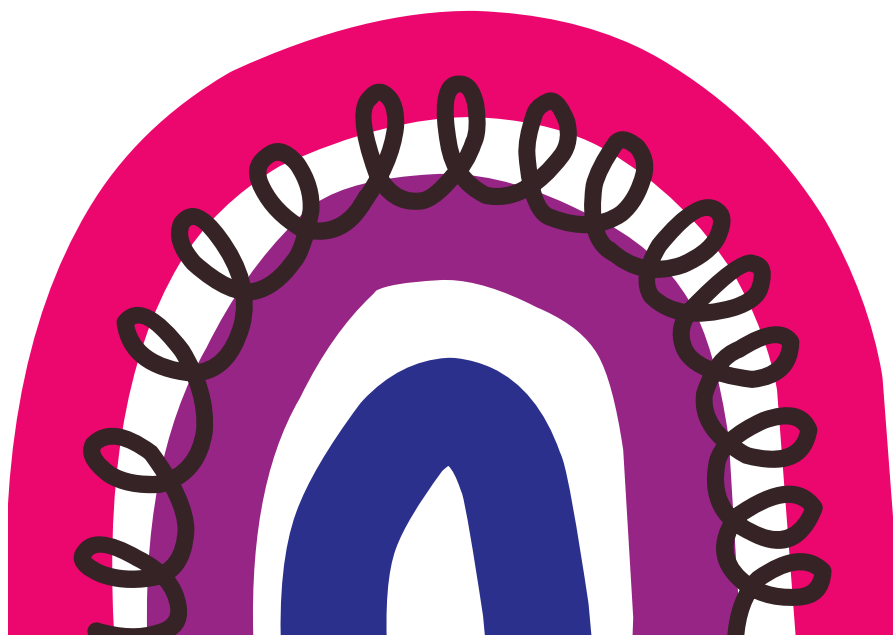
valamilyen bűn legyen. De készen áll bármikor melléd ülni a viharjaidban és jelen lenni. Isten nem fog Tőled eltávolodni azért, ami Benned van. Csak vidd Hozzá. Vidd elé.

És ki tudja, lehet egy nap, mikor már elég erős leszel hozzá, lehet Isten majd Téged is arra hív, hogy ne pazarold el a fájdalmaidat, a küzdelmes utadat. Hanem, oszd meg azokkal, akik a Te történetedből, a Te, Istennel végig járt utadból fognak erőt meríteni.

Mert, én hiszem, hogy nem az fog megoldást adni egy keszekusza nemi identitásra, ha elkezded kiélni önmagad és váltogatod a partnereidet. Megteheted és lehet, hogy a világ szemében menő leszel, mert felvállaltad magad. Én arra bátorítalak inkább, hogy ne a világ előtt törekedj coming outolni. Ne akarj trendi lenni.

Vállald fel inkább magadat önmagad előtt. Nézz a saját lelked mélyébe. És vidd mindezt Isten elé. Ő úgyis jobban ismer Téged, mint bárki más. De Ő az egyetlen, aki igazán rendet tud tenni az életedben.

**MERT AZ ÚR JÉZUS  
A LEGNAGYOBB ORVOS.**





# IMREI FEJLESZTŐ KÖZPONT

## KERESZTÉNY PSZICHOLÓGUSOK, NEMCSAK KERESZTÉNYEKNEK

### KIK VAGYUNK?

Élő hitű keresztény és államilag akkreditált végzettséggel rendelkező szakemberek, akik hivatástudattal, hivatásszerettel és professzionális szakmai felkészültséggel fogadják a hozzájuk segítségért fordulókat.

### SZOLGÁLTATÁSAINK:

- Gyermek- és kamasz coaching ( egyéni és csoportos)
- Felnőtt life coaching, team coaching, sport coaching
- Mentálhigiénés konzultáció
- Pszichológia (egyéni gyermek, felnőtt konzultáció, pár-és családkonzultáció)
- Mediáció
- Lelkigondozás
- Mozgásfejlesztés

### ELÉRHETŐSÉGEINK:

📍 1188 Budapest, Nagykőrösi út 73-76.

☎ +36 30 628 0191

✉ [imreifejlesztokozpont@gmail.com](mailto:imreifejlesztokozpont@gmail.com)

📘 Imrei Fejlesztő Központ

🌐 [www.imreifejlesztokozpont.com](http://www.imreifejlesztokozpont.com)





szerző: Thamó Barbara

## hajszálpontosan Isten tervében és időzítésében – amikor a sok ima és várakozás megtérül

**Talán nem túlzás, ha azt mondom, hogy egy hajszálon múlt, hogy a férjemmel találkoztunk... Egész ismerkedésünk, járásunk és jegyességünk telis-tele volt kihívásokkal és nehézségekkel. A megpróbáltatások ellenére az ismerkedésünk áldásokban gazdag időszak volt, amelyben számtalan imánk talált meghallgatásra.**

Amikor Francescival először találkoztam, pont egy nehezebb időszakon voltam túl. Ahogy sokan mások, úgy én is főállásban dolgoztam az egyetem mellett, így eléggé kimerült voltam abban az időszakban. Miközben éppen a felnőtté válás nehézségeivel voltam elfoglalva, még nem gondoltam, hogy napokon belül találkozni fogok a jövőbeli férjemmel. Mivel a hit központi szerepet játszik az életemben, már évekkal azelőtt, hogy megismertem volna őt, rendszeresen imádkoztam a jövőbeli férjemért. Elhatároztam, hogy csak keresztény fiúval fogok ismerkedni, sőt azt gondoltam, hogy az lenne a lehető legjobb, ha azonos társaságból,

vagy egy általam ismert gyülekezetből ismernék meg valakit...

Nos, Isten ezt kicsit másképp látta. A férjemmel, Francescival 2018 januárjában találkoztunk először a Budapesti Szabó Ervin könyvtárban, ahol én az államvizsgámra készültem. A barátaival egy hosszú hétvégére látogatott el Magyarországra, és egy kora reggelen, amíg a barátai aludtak, ő útnak indult, hogy felfedezze a várost. Így jutott el egészen a könyvtár főlépcsőjéig, ahol egymásba botlottunk. A többi, ahogy mondani szokták, már csak történelem... Miután megtudtam, hogy számára milyen fontos Isten, nyitott lettem az

ismerkedésre. Amíg ő Budapesten volt, mindennap találkoztunk és megismertük egymást egy bizonyos szintig. Teljesen levett a lábamról azzal, hogy mennyire intelligens, jólnevelt, kedves és egyben vicces. Rengeteg mindenben fel tudtam nézni rá, amik közül a legfontosabb talán az Isten iránti szeretete és a tisztaság iránti elhivatottsága volt. Mindemellett igazi nőnek éreztem magam mellette. Minden annyira természetesen alakult...

Miután visszament Brüsszelbe, folyamatosan beszélgettünk, naponta órákat beszélünk telefonon... Mivel én légiutaskísérőként dolgoztam akkoriban, számomra az utazás a mindennapjaim



részét képezte, így sokat voltam Brüsszelben. Azonban akármennyire is jónak találtuk ezt a kapcsolatot, mindketten egyetértettünk abban, hogy a rövid találkozások és a telefonos kapcsolattartás egyszerűen nem elég egy házassághoz... A rózsaszín köd ideig-óráig tart, a házasság viszont egy komoly döntés, ami egy életre szól. Fontos volt, hogy megismerjük egymást még jobban ahhoz, hogy megértsük, mi a másik motivációja, miért is akarjuk ezt a házasságot... Ami még ennél is fontosabb volt, hogy megértsük, mit gondol Isten erről a kapcsolatról. Így hát sok-sok imádság után akadt egy lehetőség a számomra, amivel Brüsszelbe költözhettem egy fél évre. Ez hatalmas lépés volt a részemről, hiszen a hétköznapi életemet, a barátaimat, a gyülekezetemet, a családomat kellett magam mögött hagynom... És hazudnék, ha azt mondanám, hogy könnyű volt, mert piszkosul nehéz volt, és a mai napig nehéz, hogy nem lehetek a szeretteimmel. Azonban sosem állt távol tőlem annak a gondolata, hogy külföldön éljek, így egyszerre hatalmas kaland is volt egyben. Féléves szerződéssel voltam kint, aminek a végén Francesco megkérte a kezem.

Az esküvőnket 2020 nyarán, Francesco szülőföldjén, Szicíliában tartottuk meg. A koronavírus miatt sajnos sokan nem tudtak részt venni a nagy napunkon, amit nagyon bánunk. Ugyanakkor egy csodálatos nap volt, és azt kívánom, bárcsak újra és újra visszapörgethetnénk az időt, hogy újraélhessük azokat a különleges pillanatokat... Másnap a nászutunkon arról beszélgettünk, hogy milyen nagy békességgel a szívünkben mondtuk ki az igent az oltárnál. Mintha ez lett volna a világ legtermészetesebb dolga. Egy pillanatig sem volt kétely bennünk, alig vártuk, hogy ez a csoda megtörtén-

jen. Visszatekintve úgy gondolom, hogy abszolút megérte a sok várakozás és próbatétel. Nehéz szavakba önteni azt, hogy mennyire hálásak vagyunk Istennek ezért a házasságért. Az életem mondhatni teljesen a feje tetejére állt, azonban minden egyes nehézség csak megerősít minket és közelebb visz egymáshoz és Istenhez.



### THAMÓ BARBARA

Pár éve Olaszországban élek a férjemmel. Hiszem, hogy mind a nyomtatott, mind az online magazinban rejlő lehetőségek száma végtelen, és olyan platformot jelent, amellyel számos fiatalt meg lehet szólítani.



*"Rengeteg mindenben fel tudtam nézni rá, amik közül a legfontosabb talán az Isten iránti szeretete és a tisztaság iránti elhivatottsága volt."*



szerző: Konrád-Gyémánt Tímea

## örökké szeretni lehetséges?!

**Kislánykoromban gyakran álmodoztam arról, hogy milyen érzés lesz majd szerelmesnek lenni, becsukott szemmel, pedig, a jövőbeli férjemet próbáltam elképzelni. Mint a legtöbb fiatal diáklány, én is idillikus képként festettem magam elé a megtestesült lovagot, aki amellet, hogy bátor, erős és a tűzbe megy értem, gyengéd is, türelmes, és mindig tudja, hogy épp mire vágyom.**

Aztán jöttek a kamasz évek, amikor hiába nyitottam ki a szívem, mégsem érkezett meg ez a mesebeli herceg. Fiúk jöttek-mentek, a randevúk, vagy „járás-próbálkozások”, azonban sohasem tettek igazán boldoggá, nem találtam meg azt, akire annyira vágytam. Hogy bennük volt-e a hiba, vagy én voltam-e túl válogatós, nem is tudom, s talán ez ma már nem is olyan fontos. Elhatároztam, hogy szingliként akarok boldog lenni és teljes életet élni, egyfajta hiány azonban továbbra is bennem maradt.

Aztán megtaláltam őt, vagyis, inkább ő talált meg engem. Kedves volt és megértő. Nem számított neki, hogy mit tettem a múltban, milyen hibákat követtem el. Az sem zavarta, hogy épp nem volt rajtam divatcucc, vagy a hajam sem volt szépen kivasalva. Őt nem a külsőm érdekelte, hanem a szívbeli hozzáállásom. Szeretetével elhalmozott, sohasem csalódtam benne. Megtanított szeretni, mert ő előbb szeretett, mint ahogyan én szerethettem volna őt. Ő örökké mellettem lesz, hiszen értem halt meg a kereszten.

Ő Jézus, aki a köszívemet hússzívra cserélte ki, én pedig igent mondtam neki. Már nem éreztem magam magányosnak. Egyre többet beszélgettem vele, imádkoztam, meg akartam ismerni, olvastam a Bibliát, keresztény barátokra találtam. Betöltötte az életemet, begyógyította a sebeimet, megtanított hinni, bízni és az igazi boldogságot megélni. Folyamatosan megbocsátotta, ha rossz döntéseket hoztam, szégyenkezésemet lemosta, és tiszta, fehér ruhát viselő menyasszony lehettem általa.



Majd megérkezett valaki más is. Ő is kedves volt, előzékeny, türelmes. Átadta életét Istennek, megérintette az, amit Jézus tett értem, és érte. Egyre többet voltunk együtt, sokat neveltünk és elkezdtünk közös utat járni. Megszerettem őt, mert Istentől megtanultam, milyen igazi, mély szeretetet kapni és adni. Eldöntöttük, hogy együtt akarjuk leélni az életünket, amelyet az Úr színe előtt ki is mondtunk hangosan. Örökké akarjuk egymást szeretni úgy, hogy a világban fény és só lehessünk másoknak, a mi házasságunk által. Ez pedig csak akkor lehetséges, ha Isten van a középpontban. Mindenütt. A férj és a feleség, a szerelem, a szeretet középpontjában is.

Hogy könnyű-e a házasság? Igaz, még két éve sem „gyakorlom”, de kijelenthetem, hogy egyáltalán nem. Két különböző ember összecsiszolása bizony nem egyszerű feladat. Sajnos a statisztikák, és a saját környezetünkben tapasztaltak is bizonyítják, hogy sokan feladják.

Örökké szeretni? Képtelenség! – mondják. **Ami azonban az embernek lehetetlen, az Istennek lehetséges. Ha őt meghívjuk a kapcsolatainkba, s ami a legfontosabb a házasságunkban, akkor az ő vezetésével és kegyelmével megtapasztalhatunk egy olyan házasságot, amelynek örökké tart a szeretete, lángja pedig ki nem alszik.** Izgalmas út ez: döntést hozni, mélyen szeretni és szeretve lenni, a házasságunkban pedig Isten csodálatos jelenlétét visszatükrözni.

Még az út elején járunk, amely tele van kihívásokkal. Sokszor felmerül a kérdés, hogy a másik miért nem úgy gondolkodik, mint mi, miért vannak nézeteltérések, miért nem érti meg a mondanivalóm és miért mond néha bántó dolgokat. Ugyanígy viselkedem azonban én is, ha az egóm kerül előtérbe. Amikor nem adom át Istennek a stafétabotot. Amikor az önző oldalam előtör. Amikor azt hiszem, hogy csak nekem lehet igazam. Istennek van igaza.

Az ő igazsága az, ami megoldásokat hoz minden egyes helyzetben. Ő a békebíró. Ezért magasztalom és áldom őt, mert az Igéje mindig helyre ráz. Megmutatja az utat, a helyes szívbeli hozzáállást. Azt, hogy hogyan tiszteljem és szeressem a férjemet. Ez a folyamat sokszor kacifántos, de minden egyes szakasz után erősebbek leszünk, és a házasságunk stabilabbá, Istenközpontúbbá válik. **Két ember egy úton való boldog haladásának egyik kulcsa önmagunk háttérbe szorítása.** Garantált azonban, hogy Jézus beengedése a mindennapokba meg fogja hozni az édes gyümölcsöket a kapcsolatunkban: önzetlen szeretet, gondviselés, hűség, másik magunk elé helyezése. Erre törekszem, ehhez pedig meg van minden, amire szükségem van: Isten jelenléte bennem.

*„A messzeségben is megjelent az ÚR:  
Örök szeretettel szerettelek,  
azért vontalak magamhoz hűségesen.”  
(Jeremiás próféta könyve 31:3)*



### KONRÁD-GYÉMÁNT TÍMEA

Feleség, egy kisfiú anyukája és szállodai recepciós. Jézus által új életem van, és vágyam, hogy az Ő szeretetét minél többen megtapasztalják, akár az én írásaimon keresztül is.

# Csatlakozz Te is Önkénteseinkhez!

**Ha szívügyed az írás,  
és szívesen dolgoznál együtt lelkes fiatal nőikkel,  
nálunk a helyed!**

**Önkénteseket keresünk az alábbi 3 munkakörben:**

- ➔ lektor (olvasószerkesztő)
- ➔ korrektor
- ➔ fordító

**Jelentkezz korrektornak, ha:**

- ➔ szereted a nyelvtant és a hibátlan szövegeket
  - ➔ a szövegszerkesztő programokat önállóan kezeled
  - ➔ kiváló magyar nyelvérzékkel rendelkezel
- és az akadémiai helyesírási szabályokat magabiztosan használod

*Ha magadra ismertél,  
küldj nekünk egy bemutatkozót  
és egy motivációs levelet!*

**Jelentkezz fordítónak, ha:**

- ★ középhaladó-haladó szintű nyelvtudással rendelkezel
- ★ nem okoz problémát az angol szövegek magyarosítása

Írj nekünk egy angol nyelvű bemutatkozót, egy motivációs levelet,  
továbbá válassz egy Bella Girl cikket, amit lefordítasz, majd elküldesz  
nekünk, valamint egy angol cikket is fordíts magyarra!

**Ha felkeltettük az érdeklődésedet,  
írj nekünk a [hello@bellagirlmagazin.hu](mailto:hello@bellagirlmagazin.hu) email címre!**

# BELLA GIRL

É r t é k + S z é p s é g + É l e t c é l

## Ezt kaptam Bellától

Drága Olvasónk!

Fontos számunkra a visszajelzésed!  
Ha valamelyik történetünk, írásunk megérintett, kérlek írd nekünk egy üzenetet, amelyben elmondod, hogy mi fogott meg, mit kaptál Bellától!

Légy részese Te is!

Az újonnan induló **#EztKaptamBellától** sorozatunkban szeretnénk megosztani a Te történetedet is.

✉ [hello@bellagirlmagazin.hu](mailto:hello@bellagirlmagazin.hu)

# Írói pályázat

## Kit látok a tükörben?

Írj nekünk önismeret témában egy rövid cikket!  
A legjobb írást megjelenítjük a következő tematikus kiadványunkban.

A pályázatokat a [hello@bellagirlmagazin.hu](mailto:hello@bellagirlmagazin.hu) címre várjuk Word formátumban (max. 1 oldal)

Határidő: 2024. Január 31.



“A Bella Girl több, mint egy lánymagazin -  
a páratlan egyéni szépség, az igaz női értékek  
és az életcélok szószólója.”

## Kövess Bennünket Online!



[www.bellagirlmagazin.hu](http://www.bellagirlmagazin.hu)



[facebook.com/bellagirlmagazin](https://facebook.com/bellagirlmagazin)



[instagram.com/bellagirlmagazin](https://instagram.com/bellagirlmagazin)



[youtube.com/@bellagirlmagazin](https://youtube.com/@bellagirlmagazin)



[tiktok/@bellagirlmagazin](https://tiktok/@bellagirlmagazin)

