

# ROKASGRĀMATA SADERINĀTIEM PĀRIEM

Alise un Roberts Frailingi

## Ievads

Šī ir grāmatiņa saderinātiem pāriem, kuri domā, ka viņu saderināšanās ir nopietns solis, kas ved uz dziļām un pastāvīgām attiecībām, kādas vien iespējamas starp cilvēkiem. Mūsdienās neskaitāmas stundas tiek veltītas laulību šķiršanas padomdošanai, toties nepiedodami maz laika tiek veltīts pirmslaulību padomdošanai. Šī ir rokasgrāmata kristīgiem pāriem, kas nopietni gatavojas laulībām Svēto Rakstu gaismā un vēlas, lai raisītos savstarpēji atklāta, godīga saruna.

Pirmais ieteikums — lai katram būtu savs eksemplārs.

Otrais ieteikums — lasiet trīs līmeņos:

- ✓ vienatnē, ierakstot atbildes bez konsultēšanās ar otru;
- ✓ kopā, salīdzinot atbildes;
- ✓ pēc tam diskusijā ar mācītāju vai kādu citu precētu pāri.

Varat divatā izlasīt vairākas nodaļas un tad pārrunāt ar kādu padomdevēju (tas nav jādara pa vienai nodaļai).

## Pirmā daļa

### **Iesākot...**

#### **1**

#### Pamati

*Ko par mums saka Bībele?*

Svarīgo savas dzīves brīdi mēs sagaidījām uz mazas salas Meinas krastmalā. Bobs lūdza Alises roku, jautājot, vai viņa būtu ar mieru pavadīt atlikušo mūžu kopā ar viņu. Debesis nevarētu būt zilākas un saule spožāka, kad viņa — mīlestības un aizrautības pilna — teica "jā". Tās dienas saruna, sēžot Atlantijas okeāna krastā, bija fantastiska. Mēs ar prieku iztēlojāmies dinamisku, mīlestības caurstrāvotu laulību, ko grasījāmies radīt.

Protams, mūsu attiecības bija pilnīgi vienreizējas. Katras attiecības tādas ir. Bet pilnīgi droši katrs saderināts pāris piedzīvo šādus savīļņojošus mīlestības brīžus, kas nekad nebeidzas. Bet kā "audzināt" šādu mīlestību? Kā izaugt kopā? Kā veidot savu laulību? Mums, kristiešiem, nav jāmaldās apkārt, lai meklētu kādus principus. Tas ir viens no lielākajiem priekiem, dzīvojot Kristū. Raksti dod mums vadlīnijas, kas piemērojamas ik laulībai, bet tādā veidā, ka nav divu vienādu kristiešu laulību.

Katra laulība, kad celta uz kārtīga pamata, atspoguļo kādu Kristus kopības aspektu ar Baznīcu (Ef.5:24-25). Kā pasaule, tā brāļi un māsas Kristū var skatīties uz šo Rakstu vietu un redzēt, kā Kungs to grib attiecināt uz mums. Kāda privilēģija ir būt par šīs "bildes" dalībnieku!

Mums pastāvīgi jānovērtē sava laulība Rakstu mācību gaismā. Lai palīdzētu noskaidrot savas laulības vīziju, pārdomājiet Rakstu vietu, pēc tam diskutējiet.

1. Atvēruši Bībeli, lasām, kā Dievs mūs ir radījis:

"Un Dievs radīja cilvēku pēc Sava tēla, pēc Dieva tēla Viņš to radīja, vīrieti un sievieti Viņš radīja... Un Dievs Tas Kungs sacīja: "Nav labi cilvēkam būt vienam; Es tam darīšu palīgu, kas atbilstu viņam." Tad Dievs Tas Kungs veidoja no zemes ikvienu lauka zvēru un ikvienu putnu gaisā un pieveda tos pie cilvēka, lai redzētu, kādā vārdā viņš tos nosauks, un, kā cilvēks nosauktu ikvienu dzīvu radījumu, tāds lai būtu tā vārds. Un cilvēks nosauca vārdā visus lopus, visus putnus gaisā un visus lauka zvērus, bet viņš neatrada palīgu, kas viņam atbilstu. Un Dievs Tas Kungs lika cietam miegam nākt pār cilvēku; un tas aizmiga, un Viņš izņēma vienu no viņa ribām, aizpildīdams vietu ar miesu. Šo ribu, ko Viņš no cilvēka bija ņēmis, Dievs Tas Kungs izveidoja par sievu un pieveda to pie cilvēka. Tad cilvēks sacīja: "Šī tiešām ir kauls no mana kaula un miesa no manas miesas! Un viņa sauksies par sievu, jo tā ir no vīra ņemta." (1.Mozus 1:27; 2:18-23)

Pēc tā, ko lasām 1.Moz.1:27, vīrietis un sieviete kopā atspoguļo Dieva tēlu. Kādos vienreizējos (unikālos) veidos vīrietis atspoguļo Dievu?

✍ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Kādos unikālos veidos sievietē bieži atspoguļo Dieva tēlu?

---

---

---

Kādu divu iemeslu dēļ tika radīta sievietē?

---

Vēl mazliet padomā par Dieva izvēli radīt vīrieti un sievieti, divus atsevišķus dzimumus. Džons Miltons grāmatā "Zaudētā paradīze" norādījis, ka "vientulība ir pirmā lieta, kas Dieva acīs neizrādījās laba". Lai Ādams vairs nebūtu vientuļš, Dievs radīja Ievu.

Kad tev ir vientuļīgi? Kā tava līgava/tavs līgavainis var palīdzēt nejusties vientuļam/-ai? Ko tu darīsi, ja jutīsies vientuļi, bet šķitīs, ka otrs nekādi nevar mierināt?

---

---

---

Atsaucoties uz rakstnieka Kari Torjelsena Malkolma grāmatā "Sievietes krustcelēs" rakstīto, vārds "palīgs" šajā vietā ir tas pats vārds, kas lietots, lai aprakstītu Dievu citās Rakstu vietās (Ps.20:2; 33:20; 70:5; 115:9-11; 121:1-2; 124:8). Uzšķir šos pantus un padomā par tādu laulību, kur viens partneris palīdz otram kādā no veidiem, kā Dievs palīdz mums. Kā izskatās šī laulība?

---

---

---

Kādas vienreizējas (unikālas) rakstura iezīmes tev ir ko piedāvāt otram, lai kopā papildinātu Dieva tēlu?

---

---

---

2. Apustulis Pāvils dod mums pamācību:

"Un esiet paklausīgi cits citam Kristus bijībā. Sievas, esiet paklausīgas saviem vīriem kā Tam Kungam. Jo vīrs ir sievas galva, tāpat kā Kristus ir draudzes galva, būdams Savas miesas Pestītājs. Bet, kā draudze ir paklausīga Kristus, tāpat arī sievas saviem vīriem visās lietās. Vīri, mīliet savas sievas, tāpat kā Kristus ir mīlējis Savu draudzi, pats nododamies viņas labā, lai to darītu svētu, šķīstot ar mazgāšanu ūdenī caur vārdu, Sev Savu draudzi sagatavodams cienīgu, bez traipa, bez krunkas vai cita tamlīdzīga trūkuma, lai tā būtu svēta un bez vainas. Tā arī vīriem pienākas savas sievas mīlēt kā savu miesu. Kas mīl savu sievu, tas mīl sevi pašu. Jo neviens nekad vēl nav ienīdis

pats savu miesu, bet katrs to kopj un glabā, tāpat kā Kristus draudzi, jo mēs esam Viņa miesas locekļi. "Tāpēc cilvēks atstās tēvu un māti un pieķersies savai sievai un abi kļūs par vienu miesu." Šis noslēpums ir liels: es to attiecinu uz Kristu un draudzi. Bet arī katram no jums būs savu sievu mīlēt kā sevi pašu, bet sieva lai jūt bijību pret savu vīru." (Ef.5:21-33)

21. pants saka: "Esiet paklausīgi cits citam Kristus bijībā." Pārfrāzē to saviem vārdiem!

Kā tas attiecas uz vīriem? Kā uz sievietēm? Kā uz tavām attiecībām ar līgavu/līgavaini?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Saskaņā ar šo Rakstu vietu vīriem ir jāmīl savas sievas, kā Kristus mīl savu Baznīcu. Padomājiet par Jēzus kalpošanu, kā tas rakstīts evaņģēlijos. Kā Jēzus rādīja cilvēkiem, ka viņš tos mīl? Kādos līdzīgos veidos vīrs var mīlēt savu sievu?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Kā tu iedomājies, kā tas attieksies uz jūsu laulību?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. Kādus norādījumus Ef.5 dod sievietēm?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ko nozīmē "paklausīt"? Kāpēc, tavuprāt, Pāvils šo norādījumu atkārtoti šajā vietā? Vai tas kaut kā atšķiras no 21. panta vai tikai uzsver to pašu principu vēlreiz?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ko nozīmē "just bijību"?

✂ \_\_\_\_\_

---

---

Kā, tavuprāt, šī pamācība attieksies uz jūsu laulību?

✂ \_\_\_\_\_

---

---

Kā sieva var paklausīt savam vīram un vienlaikus nepiekrīst?

✂ \_\_\_\_\_

---

---

Kāpēc, tavuprāt, Ef.5 pavēl vīriem "mīlēt" savas sievas, bet sievietēm "just bijību" pret vīriem (33. p.)? Vai jūsu attiecībās grūtāk ir mīlēt vai just bijību pret līgavu/līgavaini?

✂ \_\_\_\_\_

---

---

4. Pārdomā Valtera Trobiša komentāru par mīlestību:

"Ļaujiet man jums pastāstīt, ko tam īsti vajadzētu nozīmēt, kad puisis saka savai meitenei: "Es mīlu tevi." Tas nozīmē: "Tu, tu, tu. Tu vien. Tu valdīsi manā sirdī. Tu esi tā, pēc kuras esmu ilgojies; bez tevis es esmu nepilnīgs. Es atdošu visu tevis dēļ, sevi pašu un arī to, kas man pieder. Es dzīvošu vienīgi tev; es strādāšu vienīgi tev, un es tevi gaidīšu — vienalga, cik ilgi. Es vienmēr būšu pacietīgs ar tevi. Es tevi nekad nespiedišu, pat ne ar vārdiem. Es gribu tevi sargāt, aizstāvēt un atturēt tevi no ļauna. Es gribu dalīties ar tevi domās, ar savu dvēseli un miesu — visu, kas man ir. Es gribu ieklausīties tevī. Nav nekā tāda, ko es gribētu uzņemt bez tavas svētības. Es vienmēr gribu palikt tavā pusē."

Ko domā tu, kad saki: "Es tevi mīlu."?

✂ \_\_\_\_\_

---

---

5. Vai ir kaut kas tāds, no kā baidies, uzņemoties vīra/sievas lomu laulībā? Kā partneris var palīdzēt tev pārvarēt šīs bailes/bažas?

✂ \_\_\_\_\_

---

---

6. Efeziešu 5:21-33 gaismā uzraksti laulības definīciju.

---

---

---

---

7. Ko šī Rakstu vieta saka par laulību starp ticīgajiem un neticīgajiem?

---

---

---

Papildjautājumi

1. Iztēlojies, ka raksti pieteikuma anketu, lai stātos laulībā. Ko tu rakstītu savā “darba aprakstā”?

---

---

---

2. Kas būtu partnera “darba aprakstā”?

---

---

---

3. Iespējams, tev ir gadījies dzirdēt par tādu apbalvojumu kā “Gada māte”. Ja tev būtu jānominē sava līgava/līgavainis par “Gada partneri”, kādas piecas rakstura īpašības viņā tu uzsvērtu?

---

---

---

## Komunikācija laulībā

*Kā apgriezties par 180 grādiem, kad saziņa nonāk strupceļā?*

Pēc apprecēšanās mēs uzzinājām ko pārsteidzošu. Vienam no mums klusums nozīmēja mieru un drošību, toties otram — dusmas un kritiku. Varat vien iedomāties tās sāpīgās izjūtas un apjukumu, kad pēc brīnišķīgas dienas kalnos mājupceļš tika pavadīts klusumā! Viens no mums teica: “Es tevi tā mīlu, ka man nav vajadzīgi vārdi.” Otrs teica: “Tu laikam uz mani dusmojies, ja nerunā.” Klusēšana nebija zelts! Vismaz ne līdz brīdim, kad izteicām savu klusuma pieredzi vārdos un izskaidrojām tā nozīmi.

Var droši teikt, ka nav svarīgākas attīstāmas prasmes laulībā par saziņu. Bez tās mīlestība nav pilnībā izsakāma. Bez saziņas/komunikācijas nav iespējams tuvāk iepazīt partneri. Bez tās nav iespējams atrisināt problēmas.

Nemaldies, domājot, ka zini visu par komunikāciju/saziņu laulībā. Katrā laulībā komunikācija/saziņa ir jāmācās visu mūžu.

Kad būsiet uzkāpuši vienā kalnā, parādīsies cits. Ir pastāvīgs kārdinājums, no kā jāizvairās; pastāvīgi nepieciešama drosme, riskējot kļūt pilnīgi “atšifrētam”. Jo patiesāki būsiet saderināšanās laikā, jo “apbruņotāki” būsiet laulības attiecībās atklātā un godīgā mīlestībā.

Piedāvājam septiņus komunikācijas/saziņas principus, kas, mūsaprāt, varētu palīdzēt.

1. Runā! Runā vēl un vēl! Pieņem, ka partnerei/partnerim nav ne jausmas par to, ko tu domā un jūti. Izsaki vārdos labo, slikto un atšķirīgo. Protams, arī piepaceltas uzacis, saraukta pierē, klusēšana un asaras var komunicēt, bet nekas nekonkrētīzē labāk par vārdiem.

2. Klausies atsaucīgi! Ja vajadzīgs kāds paskaidrojums, saki: “Vai tu varētu vēl mazliet parunāt par [...]?”

Ļauj, lai sarunās bieži ienāk šādi teikumi: “Ko tu domā ar [...]?” un “Raksturo, lūdzu, to, kā jūties...”

Ja tu vēl aizvien nesaproti, ko partneris saka, tad pārfrāzē to saviem vārdiem: “Kā es saprotu, tad tu domā [...]. Vai tā ir?”

3. Izsaki viedokli mīlestībā un saprotoši ieklausies pretējā viedoklī. Kāds vienmēr opozīciju izturēs veiksmīgāk nekā otrs. Kāds no jums nepiekrīšanu, iespējams, uztvers kā personisku apvainojumu. Otrs varbūt to uztvers kā vienkāršu dažādu viedokļu diskusiju. Viens varbūt teiks: “Tu dusmojies uz mani, kad es ieteicu, ka mēs varētu pavadīt laiku ārpus mājas.” Otrs varētu atbildēt: “Nē, es tikai labprātāk iekrātu naudu mūsu kāzu jubilejai.”

4. Vienojieties, ka jums nebūs nekādu noslēpumu. Tas nenozīmē, ka uzreiz “jāspļauj” ārā tas, kas uz mēles, lai kādi būtu apstākļi. Tas arī nenozīmē, ka jūs pastāvīgi atkal un atkal pārrokot pagātnes grēkus. Tāpat tas nenozīmē, ka šad tad kādam no jums nevarētu būt kāds noslēpums ar kādu trešo personu. Tas nozīmē vien to, ka jūs nolemjat speciāli neslēpt informāciju, kas partnerim varētu palīdzēt labāk iepazīt otru un mīlēt vēl vairāk.

Tas nozīmē, ka jūs piekrītat uzņemt risku, lai dalītos domās, izjūtās un piedzīvojumos pat tad, ja tas nav nekas patīkams, ja tas ir pat kas negatīvs vai biedējošs.

Nolemjot neslēpt nekādu informāciju par sevi, tu piekrīti būt līdzstrādnieks, kopā strādājot pie mīlošu, harmonisku attiecību veidošanas. Ja viens "bremzē", tad otram netiek dota iespēja izbaudīt pilnēstīgas attiecības laulībā.

5. Uz izjūtām neatbildi ar faktu. Uz izjūtām atbildi ar izjūtām un uz faktu — ar faktu.

Kāds mums stāstīja par sievu, kas atgriezās mājās no uztraukumu pilna brauciena uz veikalu. Autostāvvietā bija pārpildīta, veikalā nebija vajadzīgās preces, pie kases bija gara rinda. Somu pakotājs viņas mašīnā ielika cita klienta mantas. Kad šī nabaga sieviete atgriezās mājās un izteica savu saniknojumu vīram, viņš pacēla acis no avīzes un teica: "Nākamreiz tev vajadzētu iet uz citu veikalu!" Lai gan tas bija loģisks secinājums, tajā brīdī viņai vajadzēja nevis loģiku, bet gan sapratni: "Šādos apstākļos arī es būtu pavisam sakreņķējies." Šādās situācijās loģika un fakti labāk tiks uzklauti pēc tam, kad būs rimušas izjūtas.

6. Kad ārējā komunikācija nonāk strupceļā, jāmeklē iemesli.

Ja tu atpokies, ka jūs strīdaties par kaut ko, kam nav risinājuma, vai par kaut ko, kas īstenībā neinteresē nevienu no jums, sāc runāt par citiem iemesliem, kāpēc ir šis satraukums.

Piemēram, pēc grūtas darba dienas Petija un Džims sāka strīdēties par to, vai vakara ziņas skatīties pa 7. vai 4. kanālu. Sarunai aizvien vairāk uzkarstot, viņi saprata, ka ne jau vakara ziņas ir strīda iemesls, bet gan komunikācijas "avārija", kas sākās jau pie vakariņu galda. Abi pēc garās darba dienas bija noguruši jau pirms vakariņām, un tā vietā, lai iedziļinātos viens otrā, Petija sāka runāt par to, ka viņa netiek ar visu galā, bet Džims sūdzējās par kolēģu slikto darbu. Viņi abi jutās ignorēti. Līdz brīdim, kad ieslēdza televizoru, Petija un Džims bija apņēmušies netikt ignorēti kanāla izvēlē. Bet, protams, ne jau tā bija īstā problēma. Sapratuši, ko dara, viņi ieslēdza TV, atzinās savā nogurumā, apliecināja mīlestību viens otram un nolēma vēlāk parunāties, kad būs mazliet atvilkuši elpu, — un skatījās ziņas.

7. Neaizmirstiet par iespēju parunāt ar kādu trešo personu. Saskārušies ar kādu īpaši grūtu problēmu risināšanas gadījumā, aprunājieties ar kādu pāri vai cilvēku, ko abi cienāt, lai jums būtu atgriezeniskā saikne.

Kāda jauna sieva nesen piezvanīja Alisei un teica: "Es gribētu, lai tu man pasaki, ko es domāju." Alise neatrisināja viņas problēmu, bet palīdzēja sakārtot jaunās sievietes domas, lai viņa ar savu vīru paši varētu nonākt pie secinājuma.

Runājot ar pāriem par šiem principiem, esam sapratuši, ka daži no šiem principiem ir piemērojami specifiskām situācijām, bet daži izklausās vairāk teorētiski. Tomēr vēlāk tie noderēs arī mājas dzīvē. Trešajā daļā runāsim par konkrētu problēmu risināšanu.

Tomēr apdomā komunikācijas/saziņas nozīmi attiecībās.

1. Kāds ir tavas komunikācijas/saziņas mērķis? Vai tu savā laulībā gribi pilnīgu atklātību? Cik atklāts tu pats/pati vēlies būt?

---

---

---



2. Kas palīdzēs šo mērķi sasniegt? Mini vismaz četrus principus vai ieteikumus savam komunikācijas/saziņas stilam/manierei.

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. Komunikācija laulībā neriņķo tikai ap krīzēm. Tā izaug no veida, kā ikdienas sarunās jūs attiecaties viens pret otru.

Kas ir tava komunikācijas/saziņas stila stiprās puses? Vai tu vairāk apspried domas, cilvēkus vai lietas? Kāpēc?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. Kuram no jums sarunāties ir vieglāk? Kāpēc?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5. Kuram no jums ir vieglāk dalīties savās izjūtās un sajūtās?

✂ \_\_\_\_\_

Kā tu reaģē, kad partnere/partneris izsaka negatīvas jūtas?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

6. Pārdomā kādu nesenu gadījumu, kad jums kaut kas "nogāja greizi" komunikācijā. Kas notika? Vai viens no jums mēģināja slēpt savas izjūtas vai domas no otra? Vai viens no jums ignorēja otra izjūtas vai domas? Ja tev būtu iespēja šo situāciju izdzīvot no jauna, ko tu darītu citādi?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

7. Dažiem pāriem ir tieksme izdarīt secinājumus pārāk ātri, neizpētot visas iespējas. Kurš no jums strīdoties, visticamāk, "mīļā miera labad" padosies? Kurš no jums, visticamāk, izpētīs dažādas iespējas jebkurai problēmai?

✎ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Vai vari iedomāties nesenu situāciju, kad tu būtu vēlējies/vēlējusies vairāk izpētīt iespējas un tikai tad izdarīt secinājumus?

✎ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

8. Kas ir jūsu komunikācijas vājās puses? Ko tu vari darīt, lai to uzlabotu?

✎ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### 3

#### Problēmu risināšana

##### *Kad notiek nenovēršamais*

Apmēram divus mēnešus pirms apprecēšanās mēs uzrakstījām sarakstu, kādas varētu būt iespējamās problēmas mūsu laulībā. Mūsu padomdevējs lika mums izrunāt, kā ar šīm problēmām tiks galā. Tā sagadījās, ka devāmies 8 stundu ilgā ceļojumā ar mašīnu, un visu ceļu mēs spriedām: “Kas notiktu, ja [..]” Lai gan daži no šiem “ja” tā arī nekad nav notikuši, citi ir. Un vairākus mēnešus pēc kāzām mēs atskatījāmies uz to, ko toreiz mašīnā runājām.

Kopš tā laika mēs paši esam izveidojuši tādu kā problēmu risināšanas veidu; mēs tās laiku pa laikam atsvaidzinām, lai atrisinātu it kā neatrisināmo. Tas allaž ir sāpīgs process. Bieži vien mūsu sarunās gribas mētāt pa gaisu rokas un teikt — kaut kas ir neiespējami. Tomēr esam atraduši lielu prieku tajā, ka nav neiespējamu problēmu. Īpaši jau kristīgam pārim, kurā strādā Dieva Gars, vienmēr ir atrisinājums, ja abi partneri ir gatavi riskēt, atzīstot savas kļūdas un izdarot izmaiņas.

Iespējams, būs lietderīgi atgriezties pie šīs daļas, kad būs izlasīta nākamā daļa par laika pavadīšanu, apiešanos ar naudu, par ģimeni, kā arī citām jomām, kur jāpieņem lēmumi. Kas notiks, ja jūsu domas nesaskanēs? Varbūt jums noderēs mūsu paraugs.

Vispirms skaidri definējiet problēmu no abiem viedokļiem. Katram no jums vajadzētu teikt: “No tava teiktā es saprotu — tu domā, ka [..]” Tad otram tiek dota iespēja apliecināt vai izlabot radušos iespaidu, lai būtu skaidrs, ka komunikācija ir nepārprotama.

Pirms daudziem gadiem dzirdējām frāzi, kas labi raksturo daudzus laulības strīdus: “Es zinu — tu uzskati, ka tu saproti, ko tu saki, bet es neesmu pārliecināts, vai tu saproti, ka tas, ko tu dzirdēji, nav tas, ko es domāju.” Jo vairāk laika tiek veltīts problēmas risināšanas sākumā, lai pilnīgi pārliecinātos, ko patiesībā saka dzīvesbiedrs, jo ticamāk, ka tiks aiztaupītas emocionālās sāpes.

Otrkārt, norādiet to, kam jūs varat piekrist. Piemēram, vīrs var teikt: “Es piekrītu —tevi uztrauc, ka es nāku mājās vēlu.” Un sieva var teikt: “Es piekrītu — mana emocionālā reakcija uz to, ka tu pārnāc vēlu, tevi tracina.”

Citā gadījumā sieva var teikt: “Es piekrītu, ka tev ir grūti pārkārtot savu dienas kārtību, lai no rīta aizvestu bērnus pie auklītes.” Un vīrs var atbildēt: “Es piekrītu, ka tu uzņemies atbildību par mūsu bērnu aizvešanu.” Katrā no šīm situācijām ikviens no partneriem kaut mirkli paskatās uz šīm problēmām no otra viedokļa.

Treškārt, kopā radiet variantus visām alternatīvām, lai atrisinātu problēmu. Varbūt pat pierakstiet tās un pārrunājiet visus “par” un “pret”.

Ceturtkārt, norādiet, kādas izmaiņas katrs personīgi esat gatavs veikt, lai nonāktu pie risinājuma.

Piektkārt, izdariet kopsavilkumu vislabākajam risinājumam.

Visbeidzot — lūdziet Dieva palīdzību nepieciešamajai rīcībai, lai sasniegtu risinājumu.

1. Ar kādu pašreizēju problēmu jūsu attiecībās jūs varētu izmantot šo metodi?

✍️ \_\_\_\_\_

---

---

2. Pamēģiniet "atrisināt" kādu no šīm problēmām.

a) Linda un Bills ir precējušies divus gadus. Tagad, kad viņi gaida pirmo bērniņu, viņi cīnās katrs par savu karjeru. Linda ir veterinārārste, Bills ir grāmatvedis. Linda grib ierobežot savu darbu uz vienu dienu nedēļā, lai paliktu mājās ar mazuli. Bills domā, ka viņiem būs vajadzīga Lindas pilnas slodzes alga, it īpaši tagad, kad viņiem ir mazulis.

b) Kurts un Pema strīdas par to, kā kopīgi pavadīt vakarus. Kurts, ekstraverts cilvēks, gribētu kopā skatīties TV vai ar draugiem iet uz kino vai koncertiem. Pema, introverts cilvēks, gribētu kaut ko darīt vienatnē vai vienkārši būt tajā pašā istabā, kur Kurts, lasot grāmatu vai klausoties mūziku.

c) Džeka priekšnieks pieprasa, lai viņš strādātu virsstundas piecus vakarus nedēļā. Sju ir sāpināta, ka viņš reti pārrodas mājās pirms bērnu gulētiešanas laika. Džeks ir dusmīgs, ka Sju prasa no viņa pārāk daudz.

d) Verns un Diāna satraucas par savu atšķirīgo garastāvokli. Ja Vernam bijusi slikta diena, viņš pārrodas bezspēcīgs un melnholisks. Toties Diānai patīk skatīties uz dzīves gaišajām pusēm. Daudzi no viņu strīdiem izaug no veida, kā viņi interpretē negatīvos notikumus.

## Otrā daļa

### **Pamatlēmumi**

#### 4

#### Dzīve un darbs

*Kuram tas jādara?*

Vairākums no mums nepārtraukti savā prātā "glezno". Mēs "gleznojam" nākamo atvaļinājumu. Mēs "gleznojam", kur dzīvosim, kad pārcelsimies. Mēs "gleznojam", kas mēs būsime pēc desmit gadiem. Vai varbūt mēs tikai "gleznojam", ko darīsim rīt.

Saderināts pāris, protams, ļoti aktīvi nodarbojas ar "gleznošanu". Un lielākā daļa cilvēku viņiem dos tiesības uz mazliet māksliniecisku pieeju savās cerībās un gaidās! Tomēr pārlicinieties, vai savu kopīgo nākotni jūs "gleznojat" iespējami sīkās detaļās. Jūs būsime izbrīnīti, cik atšķirīgas būs jūsu domas par detaļām dažās jomās.

Esam apkopojusi virkni praktisku jautājumu, ko jums vajadzētu pārrunāt tagad un par ko turpināt pārrunas vēlāk, kad "gleznas" pārvērtīsies realitātē. (Un, ja jūsu domas nesakrīt, nekautrējieties izmantot to, ko mācījāties "problēmu risināšanas" nodaļā.)

1. Par ko jūs strādāsime laulības sākumposmā? Vai abi strādāsime ārpus mājas? Kādi ir jūsu nākotnes karjeras mērķi?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. Vai jūs vēlaties bērņus? Cik? Kas notiks ar darbu, kad jums būs bērņi?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. Kā jūs katrs jūtaties par otra dzīves mērķi? Pēc kāda izglītības līmeņa un kāda ienākumu daudzuma jūs tiecaties? Kur jūsu viedokļi atšķiras? Padomājiet, kā jūs praktiski tiksime galā, ja jūsu domas šajā jautājumā atšķiras.

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. Kādā rajonā jūs plāņojat apmesties?

✂ \_\_\_\_\_

5. Kur jūs dzīvosiet pēc kāzām? Dzīvoklī? Tas būs jūsu? Jūsu draugu? Pavisam jauns? Vai pirsiet māju?

✎ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

6. Lai kur jūs dzīvotu — kā jūs iekārtosiet māju? Kurš nolems, kā to darīt? Ko jūs domājat par viesu uzņemšanu?

✎ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

7. Kuram būs "pēdējais vārds" jūsu mājās? Miniet pāris piemēru.

✎ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

8. Kā jūs sadalīsiet pienākumus mājās?

✎ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

9. Kurš pirmām kārtām būs atbildīgs par bērnu disciplinēšanu? Kāpēc?

✎ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

10. Kā jūs nonāksiet līdz pamata lēmumiem savā laulībā? Kas notiks, ja jūsu domas nesakrītis? Un kā būs ar sīkiem, ikdienišķiem lēmumiem?

✎ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Ģimenes attiecības

*No kurienes mēs nākam un uz kuriem mēs ejam?*

Laulātie pāri ātri saprot, ka ir apprecējuši vairāk nekā vienu personu. Katru laulību veido divi pieaugušie, "ieکشējais pagātnes bērns" katrā no viņiem un dažādās kombinācijās vecāki, vecvecāki vai dažreiz audžuvecāki. Visi šie cilvēki (kas mēs esam, kas mēs bijām un visi tie, kas mūs ir ietekmējuši gadu gaitā) ir dzīvi un darbojošies laulības attiecībās.

Kaut gan pāriet visa dzīve, lai patiešām saprastu, cik sarežģītas ir visas šīs attiecības, saderināšanās laikā iespējams daudz darīt, lai veidotu veselīgu modeli saskaņā ar partnera ģimeni. Viena vieta, kur sākt, varētu būt vienkārša informācija par savu ģimeni.

Mēs daudz stundu esam pavadījuši automašīnā vai dzīvojamā istabā, spēlējot spēli "Ko tu darīji, kad... tev bija pieci gadi? ...tu biji 3.klasē? ...vidusskolā?" Alise zina, ka desmit gadu vecumā Bobs savu vijoles kastīti lietoja kā beisbola nūju, un Bobs zina, ka Alise, kad viņai bija septiņi gadi, ieslēdza savu kaķi skapī! Visi šie stāsti liecina par to, no kurienes mēs esam nākuši un kurp mēs iesim.

Ja vēl neesat sākuši to darīt, sāciet stāstīt viens otram visu, ko vien varat atcerēties par savu ģimeni un to, kādi bijāt kā bērni.

1. Kas tev vislabāk patika savā ģimenē, kad biji bērns?

✎ \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

2. Kādas tev bija problēmas bērnībā ar mammu, tēti? Kā tas varētu ietekmēt laulību?

✎ \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

3. Raksturo savas tagadējās attiecības ar ģimenes locekļiem! Vai tās ir tuvas? Laimīgas? Vai ir kāds konflikts? Vai tu par kaut ko baidies, kad līgava/līgavainis kļūst par tavas ģimenes locekli?

✎ \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

4. Ko tu zini par savas līgavas/līgavaiņa bērnību un ģimeni?

✎ \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

5. Kāds ir tavs viedoklis par līgavas/līgavaiņa ģimeni? Vai tu ar prieku gaidi, lai būtu daļa no viņas/viņa ģimenes? Par ko tu baidies?

✍ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

6. Kā pāris — vai jūs saredzat sevi sievas ģimenē? Vīra ģimenē? Kā? Cik bieži jūs apciemosit vecākus? Cik tuvu jūs vēlētos dzīvot viņiem?

✍ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

7. Kādas ir tavas prioritātes ģimenes dzīvē? Kas ir galvenais iemesls, kāpēc tu vēlies bērnus? Ja tu negribi bērnus, kādi tam ir iemesli?

✍ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## 6

### Nauda

*Ko darīt, ja tā ir/ja tās nav*

Ja kāds tev iedotu 1000 latu, ko tu ar tiem darītu? (Pieraksti savu atbildi!)

✂ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Raksti nepauž, ka nauda ir visa ļaunuma sakne, bet — “visa ļaunuma sakne ir mantas *kārība*” (1.Tim.6:10). Laikrakstos mēs lasām par visām tām šausmām, ko tik cilvēki dara, lai tiktu pie naudas. “...dažs labs, tiekdamijs pēc tās, ir nomaldījies no ticības un pats sev nodarījis daudz sāpju” (1.Tim.6:10b).

Pārlicinies, ka abi piekrītat — naudai jūsu laulībā nebūs galvenā nozīme.

Un tomēr no brīža, kad saņemsiet savu pirmo kāzu dāvanu (vai pat no brīža, kad sāksiet plānot kāzas), jums būs darīšana ar naudu un īpašumiem. Lai gan Raksti mūs brīdina par mantas kārību, Raksti māca arī to, ka “...katra Dieva radība ir laba, un nekas nav atmetams, ko saņem ar pateicību” (1.Tim.4:4).

Mēs esam sapratuši, ka labākais veids, kā tikt galā ar naudu un īpašumiem, ir tiekties pēc “naudas apziņas” trūkuma. Pāris ar zemiem ienākumiem var būt vēl vairāk “naudas apzinīgs” nekā bagātāks pāris. Mazā budžeta dēļ mūsu laulības sākumā mēs bijām tik apzinīgi, ka pierakstījām burtiski katru izdoto sīknaudas gabalu. Tas palīdzēja mums saprast, kur tērējam naudu, bet mēs secinājām, ka pārāk daudz domājam par naudu kā tādu. Tāpat arī reizēs, kad mums bija pietiekami daudz naudas, lai nopirktu kādu luksusa lietu, mums vajadzēja izvairīties no kārdinājuma domāt, ka šīs “ekstras” nesīs mums mūžīgu laimi. Tagad mūsu mērķis ir pilnībā izbaudīt to, ko Dievs devis, un lūgt Viņam palīdzību būt apmierinātiem ar to, kas mums ir.

1. Kura nauda tā ir? Vīra? Sievas? Abu? Kurš noteiks, kā to tērēt? Kāpēc?

✂ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. Ja abi strādāsiet: vai katrs pats noteiks, kā ienākumus tērēt? Vai saliksiet visu kopā un tad abi izlemsiet vai lietosiet kādu citu metodi?

✂ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. Kurš maksās rēķinus? Kurš pirks pārtiku? Kurš nolems, kādas drēbes pirkt ģimenes locekļiem?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. Kurš būs atbildīgs, ja nauda izbeigsies?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5. Cik daudz naudas jūs atdosiet (piemēram, Baznīcai)? Kurš nolems, kam to dot?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

6. Kādu ienākumu līmeni jūs paredzat tuvākajiem gadiem? Ko jūs darīsiet ar pārpalikumu?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

7. Sāciet pierakstīt savus ienākumus un izdevumus pirmajam laulības gadam, lai jums būtu rakstisks "realitātes čeks" tam, ko sagaidāt. Uzrakstiet teorētisku budžetu. Uzlabojiet to, ja saņemat konkrētāku informāciju.

Piezīme: šis jums ir jādara abiem kopā. Izmantojiet to kā vingrinājumu, lai uzlabotu komunikācijas un kompromisa spējas!

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## 7

### Laiks

*Izdarīt izvēli — pa stundai*

Mēs bieži domājam, ka nauda ir mūsu visvērtīgākā “prece”. Bet daudziem no mums laiks ir vērtīgāks par naudu. Ar spiedienu un atbildību, ko mums uzliek modernā sabiedrība, daudzi no mums labprātāk iedotu draugam piecus latus nekā veltītu vienu stundu no dienas. Te iederētos Jēzus vārdi no Jāņa ev. 15. nodaļas: “Nevienam nav lielākas mīlestības kā šī, ja kāds savu dzīvību nodod par saviem draugiem.” (Jņ.15:13) Mums varbūt nekad nebūs jāpierāda, ka mēs varētu atdot savu dzīvību par laulāto draugu, bet no mums noteikti tiks prasīts laiks: atkal un atkal būs jānoliek malā savas vēlmes, lai darītu prieku otram.

1. Kā tu domā, cik daudz laika parastā nedēļā jūs pavadīsiet kopā?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. Cik daudz laika jūs pavadīsiet baznīcas aktivitātēs? Ar draugiem? Ar bērniem? Mājas darbiem? Atpūtai?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. Ko tu gribētu darīt brīvajā laikā?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. Kāda, tavuprāt, būtu labi pavadīta brīvdiena? Labi pavadīts vakars?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5. Kā tu gribētu pavadīt atvaļinājumus?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

6. Kā pāris: ko jūs uzskatāt par savām stiprajām un vājajām pusēm laika sadalīšanā?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Trešā daļa

### **Personīgā puse**

#### **8**

### Garīgā izaugsme laulībā

#### *Kopīgu sakņu iedibināšana*

Šī rokasgrāmata ir sadalīta nodaļās. Šādā veidā mēs ceram pārrunāt visas svarīgākās laulības dzīves jomas. Bet nedomājiet, ka garīgā izaugsme ir tikai viena no jomām, kas ir izolēta no pārējām. Gluži pretēji — mūsu dzīvei Kristū vajadzētu iejusties ikkatrā mūsu domāšanas un rīcības aspektā. Lai mums veiktos, mums jāatļauj Dievam strādāt mūsu dzīvē katru dienu. Mēs esam atraduši pirmos trīs līmeņus: personīgais klusais laiks, ģimenes "klusais" laiks, iesaistīšanās baznīcā.

Tieši tāpat kā katram no jums arī pēc kāzām būs vajadzīgi draugi, tāpat arī katram vajadzēs personīgas attiecības ar Kungu. Vieni no jaukākajiem mūsu laulības brīžiem ir bijuši personīgie "klusie" laiki ar Dievu. Bet tā tas nav bijis vienmēr. Privātās lūgšanas ir viena no visgrūtākajām kristieša dzīves disciplīnām daudziem kristiešiem. Mēs esam cīnījušies gan ar slinkumu, gan burta kalpību, dažreiz sacīdami: "Es šorīt labāk mazliet pagulēšu nekā palasīšu Bībeli." Ir pavidējusi arī šāda doma: "Dievs mani nemīlēs, ja man nebūs savs klusais laiks ar Viņu." Tie abi ir "grāvji". Taisnība ir tā, ka mums jādzīvo ciešās attiecībās ar Dievu. Mums jābūt "savienotiem" ar Viņu.

Pagrieziena punkts mums pienāca, kad pārlicinājāmies, ka Dieva vārda lasīšanai un laikam, ko pavadām privātās lūgšanās, ik dienu vajadzētu būt augstākajai prioritātei mūsu dienaskārtībā. Tā ir taisnība, ka šodienas aizņemtajā pasaulē, ja mēs pastāvīgi neveltām laiku, lai komunicētu ar Dievu, tad mēs ar laiku noliekam Viņu kaut kur maliņā. Tā nu mēs apņēmāmies viens otram palīdzēt, lai atrastu laiku personīgajam klusajam laikam. Laiku pa laikam izlaidām dienu vai divas, bet bijām izstrādājuši noteiktu modeli, pie kura vienmēr atgriezāmies.

Kad mūsu meitas gāja bērnudārzā, mūsu apņemšanās — ik dienu atvēlēt brīdi klusajam laikam — bija saistīta ar praktiskām lietām: Bobs tika galā ar meitenēm no rītiem, kamēr Alisei bija savs klusais laiks. Gadiem mūsu meitenes bija Boba kompānijā, kad viņš skuvās un gatavoja ģimenei brokastis. Tas nozīmēja, ka mums abiem diviem bija jāceļas agri, lai arī Bobam varētu būt klusais laiks.

Pat tad, kad meitenes paaugās un mums vairs nebija jāuztraucas par viņu uzraudzīšanu, lai kāds no mums varētu pavadīt laiku klusumā, mēs mēģinājām iedrošināt viens otru, apliecinot otra prioritāti personīgajam laikam ar Dievu. Mūsdienu sabiedrībā šis personīgais klusais laiks vairs netiek praktizēts, bet tas noteikti ir lielākais avots garīgai izaugsmei.

Garīgā izaugsme acīm redzami ir ģimenes lieta. Mūsu ieteikums attiecībā uz ģimenes kluso laiku — būt elastīgiem. Kad vien mainījās mūsu dienaskārtība un bērni auga, mums šis plāns bija jāmaina. Dažreiz mēs lasījām īsus Bībeles stāstus, citreiz kādus kristīgus stāstus. Dažkārt mēs par kaut ko diskutējām, par ko bijām domājuši personīgajā lūgšanu laikā. Tomēr mūsu mērķis vienmēr ir bijis tas pats — palīdzēt savstarpēji un bērniem atbildēt Kunga vārdam. Mēs gribam iemācīties Dieva patiesību izmantošanu ikdienas dzīvē.

Vēl bez personīgā un ģimenes klusā laika trešais garīgās izaugsmes stūrakmens ir vietējā baznīca. Mēs nevaram pietiekami daudz uzsvērt, cik nozīmīgi ir būt par daļu no vietējās ticīgo "miesas". Raksti ir ļoti skaidri: "Un vērosim cits citu, lai paskubinātu uz mīlestību un labiem darbiem, neatstādami savas sapulces, kā daži paraduši, bet cits citu paskubinādami, un to jo vairāk, redzot tuvojamies to dienu" (Ebr.10:24-25). Vietējā draudze ne tikai piedāvā vietu, kur pielūgt kopā ar citiem ticīgajiem, bet arī paplašina mūsu apvārsni, un mēs vairs nedomājam, ka viss beidzas ar mūsu ģimenes vajadzībām, mūsu personiskajām izvēlēm un mūsu ierobežotajām izredzēm.

1. Kāda ir tava klusā laika pieredze?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ko šajā jomā tu gribētu darīt pēc apprecēšanās?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Kā partneris varētu palīdzēt, lai tev būtu šāds klusais laiks?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. Pārdomā 5. Moz. 6:4-9.

Kāda ir ģimenes klusā laika nozīme? Kādi elementi te iederētos? Kā tu domā paklausīt šīs Rakstu vietas pavēlēm?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Kurš atbildēs par ģimenes dievkalpojumiem? Kāpēc?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Cik strukturēts vai nestrukturēts tu vēlies būt?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. Kāda lieluma draudze tev ir vispiemērotākā garīgi (liela, maza; konfesionāla, neatkarīga; formāla, neformāla)?

✍ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Kādai vajadzētu būt draudzes nostājai svarīgos doktrinālos jautājumos (Kristus dievišķums, Rakstu autoritāte utt.)?

✍ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Vai tu tic, ka Jēzus ir vienīgais ceļš pie Dieva? Kādā veidā tava draudze un ģimene to atspoguļo?

✍ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Kāpēc būtu jāiesaistās draudzē? Raksturo savu iesaistīšanās līmeni vietējā draudzē.

✍ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Garstāvoklis un emocijas

### *Tilts starp sirdi un prātu*

Jūsu attiecības droši vien jau pieredzējušas kādu asaru. Ja ne, jūs varbūt brīnīsieties. Tomēr lielāks izbrīns būs tad, kad jūs sapratīsiet, kāpēc asaras nāk vispirms.

Mēs pazīstam kādu līgavu, kas izplūda asarās, kad jaunais vīrs parādīja viņai skaisto vietu, ko viņš rūpīgi bija izraudzījis viņu medusmēnesim. Viņš bija tik atvieglots, kad uzzināja, ka asaras nav tāpēc, ka viņai nepatīktu šī vieta, bet pāri plūstošo emociju dēļ, ko viņa vairs nespēja valdīt!

Ja būtu kāds veids, kā padarīt redzamu mūsu garstāvokli un emocijas, tad visi cilvēki emocionāli "izskatītos" tikpat atšķirīgi kā fiziski. Viens no darbiem laulībā ir iepazīt un atbalstīt emocionālos slāņus, ko Radītājs devis dzīvesbiedram, tāpat arī dažādo dzīves pieredzi, kas ietekmējusi to, kā dzīvesbiedrs izturas un attiecas pret laulību.

Mēs esam sapratuši, ka bieži vien partneriem ir grūti būt atklātiem par to, ko patiesībā jūt. Dažkārt viens vairāk vēlas slēpt izjūtas, domājot, ka tikai dažas no emocijām ir uzmanības vērtas. Patiesībā it visas emocijas var būt informācijas avots. Ne visas emocijas ir nekļūdīgas. Mūsu emocijas ietekmē grēks un mūsu domāšanas kļūdīgums. Gadsimtiem ilgi visi domāja, ka zeme ir plakana. Šī doma bija kļūdaina. Tomēr tas nenozīmē, ka visa mūsu domāšana ir nepareiza. Tāpat dažreiz mūsu izjūtas ir kļūdainas, bet citreiz tās var izrādīties pareizākas nekā mūsu domāšana.

Mūsu laulībā Alise bieži jūtas tā, it kā Bobs būtu uz viņu dusmīgs, lai gan patiesībā viņš ir pārņemts ar kādu darba problēmu. Šajā gadījumā Alises izjūtas ir kļūdainas. Bet citreiz Bobs dodas pie Alises, lai jautātu, ko viņa domā par kādu situāciju, jo zina, ka viņas intuīcija piedāvās pareizu informāciju (kas parasti ir nekļūdīga).

Ir svarīgi atcerēties, ka izjūtas ietekmē laulības attiecības — vienalga, vai tās ir sakņotas realitātē vai nav. Ja Alisei šķiet, ka Bobs ir dusmīgs, pat ja viņas izjūtas ir kļūdainas, viņa jutīsies sāpināta un viņas atbildes reakcija būs no aizsargāšanās pozīcijām un ar naidīguma pieskaņu. Tāpēc ļoti, ļoti svarīgi ir neignorēt izjūtas vai izlikties, ka to nav.

Tās tevi ietekmēs — vai tev tas patīk vai ne.

Turklāt izjūtas ir smalks informācijas avots. Negatīvas izjūtas (tādas kā aizvainojums, dusmas, greisirdība, bažas) stāsta mums kaut ko par mūsu pieredzi šajās vissvarīgākajās attiecībās. Tās var paust, ka notiekošais nav līdzsvarā, ka vienam no mums regulāri jāizrunājas par otra vajadzībām. Tās var vēstīt arī par to, ka mēs nepareizi interpretējam saziņu, kas netiek izteikta vārdos. Mūsu izjūtas var atgādināt, ka atbildam partnerim nelāgā saziņas paveidā, kādu esam iemācījušies bērnībā. Mums jāzina šī informācija, ja esam noskaņoti būvēt pamatīgas, mīlestības pilnas laulības attiecības.

Iemācies ieklausīties savās izjūtās! Iemācies "saklausīt" dzīvesbiedra izjūtas! Ieklausies uzmanīgi! Uzmanīgi uzdod jautājumus, lai saprastu labāk. Ja nu jūtas tomēr "sakarst", tad, iespējams, labāk uz brīdi nodomāti jānoliek malā savas izjūtas, lai ieklausītos otra izjūtās. Klausoties otrā, lūdz Svētajam Garam pēc gudrības attiecībā uz to informāciju, ko sadzirdi, lai mainītu tās izjūtas, kas ir sāpinošas, un stiprinātu savu mīlestību, saņemot drosmi būt savstarpēji atklātiem un godīgiem.

Sākumā diskutējiet, pēc tam pārdomājiet vienatnē.

1. Es domāju, ka esmu:

kaprīzs

gaisīgs

saspringts

nejūtīgs

kluss, mierīgs

nelokāms

jūtīgs, uztverīgs

priecīgs

elastīgs

skumjš

Apvelc tos vārdus, kas attiecas uz līgavu/līgavaini, un pievieno īpašības, kuru šajā sarakstā nav. Katrai apvilktajai īpašībai mini vismaz vienu piemēru, kad esi pamanījis/pamanījusi, ka līgava/līgavainis piedzīvo šādas emocijas. Ko tas stāsta par līgavu/līgavaini?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. Mana lielākā emocionālā vajadzība:

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. Manas līgavas/līgavaiņa lielākā emocionālā vajadzība:

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5. Izlasi 77. psalmu!

Raksturo psalmista garastāvokli pirmajos 10 pantos.

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Kādos brīžos tu tā jūties?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



Ko psalmists domā no 11. līdz 20. pantam? Kas palīdzēja izmisumu vērst cerībā?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Kas izmisumā mierina tevi?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

6. Izlasi 149. psalmu! Raksturo psalmista garastāvokli.

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Kad tu jūties tā, ka varētu dziedāt un dejot par slavu Kungam?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Uzraksti brīvu slavas un prieka psalmu par savu saderināšanos.

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

7. Cik labi tev izdodas izpaust prieku, skumjas un dusmas? Cik labi to prot līgava/līgavainis? Ko tu vari darīt, lai palīdzētu otram šajā laulības jomā?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Fiziskās attiecības saderināšanās laikā

### *Gaidas, cerības un bailes*

Tā kā mūsu sabiedrībā pārlietu daudz tiek uzsvērts sekss, mēs varam cerēt, ka jaunie pāri labāk nekā jebkad agrāk ir sagatavoti laulības seksuālajām attiecībām. Mirgojoši plakāti, erotiskas reklāmas un filmas tomēr visai maz ataino laulības dzīves realitāti. Mūsu ar seksu piesūcinātajai sabiedrībai ir tikai neskaidra nojausma par to skaistumu un prieku seksuālo attiecību izaugsmē, kāds ir laulībā un par ko rakstīts Bībelē.

Kad Bībele runā par to, ka sievas un vīra starpā ir seksuālas attiecības, tad tur teikts, ka vīrs atzina sievu. Tas ir jauks apzīmējums, kas liecina, ka sekss ir kas vairāk par fiziskām attiecībām, ka seksuālais uzbudinājums izaug no dziļākas iepazīšanas un ka vislielāko seksuālo apmierinājumu var sasniegt drošās un intīmās laulības attiecībās.

Līdzīgi citiem laulības aspektiem seksuālās attiecības ir tās, ko jūs abi kopā mācīsieties, kurās augsiet, kļūdsieties un mācīsieties vēl un vēl. Ir daudz tāda, ko varat pārrunāt saderināšanās laikā, lai veidotu veselīgas un apmierinošas seksuālās attiecības laulībā. Saderināšanās laikam vajadzētu būt augošas intimitātes laikam. Līdz zināmam posmam šī intimitāte būs fiziskā līmenī. Pretstatā nostādnēm mūsu sabiedrībā mēs esam pilnīgi pārlicināti, ka pilnīgu fizisko intimitāti Bībele rezervē laulībai.

Saderinātie bieži jautā: "Kāpēc mēs nedrīkstam mīlēties, ja mēs jau tagad esam solījušies viens otram?" Šis ir grūts jautājums. Raksti nedod precīzas instrukcijas saderināto attiecībām. (Kad jūs pēdējoreiz dzirdējāt par izraēliešiem vai agrīnajiem romiešu kristiešiem, kas gāja uz randiņiem?) Bet Rakstos sastopamais klusums šajā jomā nenozīmē, ka Dievs nerūpējas par saderinātajiem. Visiem pirmslaulības attiecību aspektiem mūs jā sagatavo, lai ieietu bibliskās laulības attiecībās.

Raksti skaidri norāda, ka seksuālajām attiecībām laulībā jābūt unikālām, intīmām un pastāvīgām. Sākot ar desmit baušļiem un beidzot ar Kristus mācību, laulības pārkāpšana un ārļa laulības sakari ir aizliegti. Jebkādas aktivitātes saderināšanās laikā, kas satur seksuālu intimitāti "vaļīgāk", nekā tam vajadzētu būt, ir grēks.

Sabiedrība mums stāsta, ka seksam ir nepieciešama vienīgi mīlestība. Raksti mums stāsta, ka seksam ir nepieciešams laulības apsolījums. Šeit loģisks ("Mēs mīlam viens otru un pēc mēneša precēsimies") un sociāls ("Visi tā dara") spiediens ir jā noliek malā, lai paklausītu Svēto Rakstu Kungam. Valters Trobišs pauž: "Kad Vācija [II pasaules kara laikā] apšaubīja bausli "Tev nebūs nokaut" mīlestības vārdā, tā nokļuva velna nagos. Kad mēs šodien apšaubām bausli "Tev nebūs laulību pārkāpt" mīlestības vārdā, arī mēs nokļūstam velna nagos."

Kristiešu pāris, kas nolēmis gaidīt līdz laulībām, varētu jautāt: "Kas tad ir atļauts saderināšanās laikā?" Vēl viens grūts jautājums! Ir jā izvairās no pārmērīgas mīlināšanās un fiziskas intimitātes. Kad kāds par šo jautāja Valteram Trobišam, viņš atbildēja, ka ir divi ļoti būtiski pasākumi: atgulties kopā un jebkāda veida izģērbšanās. Viņš saka: "Ir ļoti grūti izdot tādus likumus, kas derētu ikvienam jebkurā vietā. Bet šis padoms varētu palīdzēt: tam, kuram ir jūtīgāka sirdsapziņa, ir jāpalīdz otram." Tas nozīmē, ka otrs apstāsies, kad viņam lūgs apstāties. Cita vadlīnija, ko mēs pievienotu, ir šī: "Ja par kaut ko šaubāties, tad atsakieties no tā."

Varbūt jums palīdzēs saprast arī doma, ka labāk ir jautāt nevis "Kā mēs varam pasprukt?", bet "Kā mēs varam izmantot mūsu saderināšanās laiku, lai labāk sagatavotos seksam laulībā?" Iztaujājot

pārus par viņu pieredzi, mēs atkal un atkal dzirdam: gaidiet! Mēs vēl nekad neesam sastapuši pāri, kas gaidīšanu būtu nožēlojis — ne tikai seksuālo attiecību ziņā, bet arī citādas intīmas pievilcības izrādīšanas ziņā —, toties esam satikuši daudz pāru, kas nožēlo, ka pirms kāzām viņiem bijusi pārāk liela fiziska intimitāte.

Sabiedrība nepārtraukti maina savu priekšstatu par seksuālo morāli. Kristiešu pāri, lai gan viņiem ir drošība nemainīgajos Bībeles standartos, var tikt “noķerti” jautājumu krustugunīs par seksu sekulārajā izpratnē. Šis ir viens iemesls, kāpēc ir bīstami būt pārāk specifiskiem par seksuālajām vadlīnijām saderināšanās laikā. Daži pāri ir dzīvojuši tādos ierobežojumos, ka viņus vajadzēja īpaši izvadīt laulības brīvībā. Citi pāri, savukārt, darījuši pretējo, un viņiem vajag nokrist uz ceļiem un lūgt piedošanu par pagātnes grēkiem — un tikai tad veidot veselīgu, biblisku attieksmi pret seksu.

Paturot to visu prātā, gribam dot dažus vispārīgus ieteikumus, ko varat piemērot savām attiecībām. Mēs vēlētos, lai jūs varētu ienākt laulībā ar Sulamītes prieku Sālamana Augstajā dziesmā (4:17): “Lai mans draugs nāk savā dārzā un bauda no tā dižciltīgiem augļiem!”

Pirmkārt, atzīt Rakstu instrukciju, ka “laulība lai ir visiem godā” un “laulības gulta neaptraipīta” (Ebr.13:4), atklāti pārrunāt, kādas fiziskās aktivitātes, jūsprāt, Dievs ir rezervējis tikai laulībai. Privāti vai kopā nožēlojiet jebkuru jomu, kurā jūs kā pāris esat grēkojuši.

Otrkārt, dalieties viens ar otru, kādi apstākļi, manieres vai drēbes jūs pārāk satrauc un padara grūtu gaidīšanu līdz kāzām.

Izvairieties arī no situācijām, kas var jūs pārāk izprovocēt. (Nopietni — izvairieties! Mēs zinām neprecējušos kristiešu pārus, kas pateicās Dievam, ka viņi var gulēt vienā gultā viens ar otru bez dzimumattiecībām. Tā ir spēlēšanās ar uguni un Dieva šķīstības baušļu izaicināšana. Neatļaujieties nokļūt situācijās, kas būtu pārāk intīmas, lai izturētu saderināšanās laiku.)

Noteikti izstāstiet viens otram to, kāda rīcība/kādi pasākumi jums patīk, kas varētu aizvietot pārāk intīmas lietas. Piemēram, maigs apkampiens agrā vakarstundā var nozīmēt “Es tevi mīlu” tādā veidā, ka vēl intīmāki mīlestības izrādīšanas veidi vēlāk nav nepieciešami.

Vēl cita iespēja ir kopā skaļi lasīt labu grāmatu par seksu. Lasot grāmatas skaļi, jūs iemācīsities lietot terminoloģiju, kas varētu izklausīties savāda un varbūt pat nekautrīga. Bet tas ir ļoti svarīgi — lietot vispiemērotākos vārdus seksuālajai sfērai, jo tas palīdzēs jums precīzāk komunicēt vienam ar otru, kad jūs gribēsiet raksturot to, kas jums patīk jūsu attiecībās. (Tomēr saderināšanās laikā iesakām to darīt prātīgi. Atbilstīgi tam, cik esat lasījuši vai pārrunājuši iepriekš, jūs varat nonākt pie secinājuma, ka pat Bībeles mācībā balstītas grāmatas par seksu var pirms kāzām jūs pārāk uzbudināt. Jūs šīs grāmatas varat paņemt līdzī medusmēnesī. Jums būs pietiekami daudz laika lasīt šīs grāmatas tad, kad jūs varēsiet likt tās lietā!)

Visbeidzot — nepārtraukti atgādiniet viens otram, ka pats labākais vēl tikai būs. Šis ir viens no grūtākajiem posmiem attiecībās. Atgādiniet viens otram, ka tas nevilksies mūžību. Kāds brīnums un prieks būs kāzu naktī, kad viens otram teiks: “Šis ir tas, ko mēs tā gaidījām!”

Jūs varat pārrunāt vēl citus jautājumus.

1. Kas līdz šim tev visvairāk patīcis jūsu fiziskajās attiecībās?

---

2. No kā tu baidies, fiziskajām attiecībām tuvojoties laulību virzienā?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Kā šīs bažas/bailes varētu pārvarēt?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. Kas ir tas prieks, kuru tu visvairāk gaidi no seksuālajām attiecībām laulībā?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. Ko tu domā par kontracepciju? Vai, tavuprāt, tā ir sievas vai vīra atbildība? Vai ir kāda metode, kas, tavuprāt, būtu vispiemērotākā jums? Vai labāk kontracepcijas metodes kombinēt?

✂ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Pārrunājiet savu izvēli ar ārstu vai laulības konsultantu.

## Ceturtā daļa

### **Jauns sākums**

#### **11**

#### Dzīvojot ar pagātnes ēnu

*Sākt no jauna*

Statistikas dati pauž, ka vairākums laulību izirst. Mēs dzīvojam laikā, kad šķiršanos skaits ir vēl nepieredzētā apjomā. Var gadīties, ka esat no tiem, kas grasās sākt otro laulību. Iespējams, dažiem pirmo laulību izjaukusi šķiršanās. Citi varbūt dodas otrajā laulībā tāpēc, ka dzīvesbiedrs miris. Tomēr būs arī tādi, kas precēsies pirmoreiz, bet viņi šīs attiecības iesāks ar iepriekšējo romantisko, fizisko vai emocionālo saistību vēsturi, kas viņus veidojusi tādas, kādi viņi ir šodien.

Sākt jaunu mīlestību, ņemot vērā šos nosacījumus, ir ļoti spēcīgs piedzīvojums. Mēs nevēlamies būt iedomīgi, dodot padomus. Katram pašam jāizprot, cik daudz stāstīt par pagātnes attiecībām. Dažiem pagātnē slēpjas svarīga informācija, kas būs noderīga jaunās laulības izaugsmei. Citiem ir bijušas kādas brūces, kas ar Dieva žēlastību ir dziedinātas, un par tām vairs nav jārunā. Bet citiem šīs brūces vēl jādziedina, un viņiem ar to jādalās drošā vidē, kur iespējama garīga un emocionāla dziedināšana.

Katra laulība sākas ar partneru pagātni.

Ja brīnīties par pagātnes iespaidotām sāpēm vai neveselīgu dzīves modeli, nezaudē drosmi. Neignorē to visu. Nepārstāj cerēt, ka vari kaut ko mainīt.

Viena no spēcīgākajām Rakstu vēstīm ir tā, ka Dievs ir cerības Dievs. Kad Vecās Derības patriarhs Jāzebs salīdzinājās ar brāļiem, kas pirms gadiem viņu bija nežēlīgi ievainojuši, viņš spēja viņiem pateikt: "Jūs gan bijāt iecerējuši man ļaunu darīt, bet Dievs to ir par labu vērsis, gribēdams, kā šodien redzams, daudz ļaužu saglabāt dzīvus" (1.Moz.50:20). Tāpat arī Dievs var lietot to, kas mūs ir sāpinājis pagātnē, un labot to veidā, ka no tā var nākt kas labs.

Nekad nezaudē cerību!

Kāds no jums laulībā var ienest pagātnes pāridarījumu atmiņas — seksuālas, fiziskas vai emocionālas — no iepriekšējā partnera, kāda ģimenes locekļa vai paziņas. Ja pagātne kļūst par šķērslī brīvībai jaunajās attiecībās, nopietni iesakām meklēt profesionālu padomdevēju un lūgšanu atbalstu no dažiem uzticamākajiem draugiem. Jūsu jaunā laulība uzplauks, ja spēsīt "atlaist" pagātnes sāpinājumus, pārtraukt salīdzinājumus ar iepriekšējām attiecībām un uzticēties tai mīlestībai, kas ir jūsu jaunās laulības pamatā, — gan dzīvesbiedra mīlestībai, gan debesu Tēva mīlestībai.

Dievs ir iesākumu Dievs. Ja kāds ir Kristū, tad tas ir "jauns radījums" (2.Kor.5:17). Dieva žēlastība nozīmē, ka viņš nekad nesaistīs mūsu pagātni ar mums. Dieva izpirkšana nozīmē, ka Viņš var nest labo pat no negatīvas pieredzes. Mēs būtu naivi, ja ignorētu tās bailes, ko mūsos atstājuši sāpīgi notikumi pagātnē. Tomēr pat dziedināšanas laikā no dažām sekām izvairīties nav iespējams. Piemēram, iespējams, ka no iepriekšējās laulības ir finansiālas saistības vai bērni.

Ja šī tev nav pirmā laulība vai ja tev ir nopietnu un intīmu romantisku attiecību vēsture, atbildi uz vairākiem jautājumiem.

1. Ar kādām grūtībām tagadējās attiecībās tu saskaries, kas, tavuprāt, izaugušas no iepriekšējo attiecību sāpēm? Ar kādām cerībām tu veido jauno laulību?

---

---

---

2. Romiešiem 8:28 Pāvils raksta: "Un mēs zinām, ka tiem, kas mīl Dievu, visas lietas nāk par labu, tāpēc ka tie pēc Viņa mūžīgā nodoma ir aicināti."

Kāda pagātnes pieredze tev ir, ko Dievs varētu lietot, lai bagātinātu tavu jauno laulību?

---

---

---

3. Baznīcai Korintā Pāvils raksta: "Tāpēc, ja kas ir Kristū, tas ir jauns radījums; kas bijis, ir pagājis, redzi, viss ir tapis jauns."

Kādā ziņā tu esat "jauns radījums"? Vai ir kas tāds, ko tu vari darīt savai līgavai/līgavainim vai viņa/viņš tev, lai jums abiem apliecinātu, ka "kas bijis, ir pagājis"?

---

---

---

4. Kādas bailes, kas saistītas ar vecajām attiecībām, tev ir par jauno laulību? Kā dzīvesbiedrs var palīdzēt tikt vajā no šīm bailēm?

---

---

---

5. Ja tev ir bērni no iepriekšējās laulības, pārrunājiet, kā šī atbildība ietekmēs jauno laulību. Kura bērni tie būs?

---

---

---

Kurš būs atbildīgs par finansiāliem solījumiem?

---

Kādas būs tavas nākotnes attiecības ar bijušo dzīvesbiedru?

✎ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Kādas būs tavas nākotnes attiecības ar taviem bērniem?

✎ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## 12

### Kāzas

*Un te nāk līgava... un daži duči citu ļaužu*

Kāzas ir kā vidusskolas izlaidums. Kāzas ir sīki izstrādāta ceremonija, kas oficiāli apliecina iepriekšējo solījumu. Kāzas signalizē par jaunas dzīves pakāpes sākumus. Šādu gadījumu publiska svinēšana ir atzīmēta neskaitāmās Vecās Derības svarīgu gadījumu svinēšanās. Lai gan šie "svētki" nebija funkcionāli nepieciešami, tie no jauna apliecināja tā svarīgumu, kas tika svinēts. Zīmīgi ir tas, ka triumfālā Kristus un Baznīcas savienošanās atainota Atklāsmes gr. 19. nodaļā kā kāzu ceremonija.

Randolfs Klasens par Ķēniņa Sālamana bagātajām kāzām teicis (pēc Augstās dziesmas 3:6-11):

"Sālamans varēja atļauties tādas kāzas. Vairākums no mums nevar. Un varbūt pat īpaši negribam tādas ārišķīgas kāzas. Bet ir kas tāds, ko mums nevajadzētu garīgot. Ekstravagance ne vienmēr ir grēks. Vai tad Dievs pats nav izšķērdīgs devējs? Ir gadījumi, kas it kā paši pēc savas dabas sauc: "Dod visu, kas tev ir!" Auksts praktiskums tad ir nepiemērots. Kāzas ir viens no tādiem gadījumiem..."

Lai kā jūs nolemsit svinēt savas kāzas, vienkāršībā vai ekstravagancē, ar dažiem cilvēkiem vai daudziem draugiem, klusi vai ar vērienu, raugieties, lai kāzas būtu mīlestības apsoliņuma simbols, ko jūs viens otram pateicībā Dievam kopā nesat.

1. Kam, tavuprāt, ir domātas kāzas?

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> līgavai               | <input type="checkbox"/> jūsu draugiem       |
| <input type="checkbox"/> līgavainim            | <input type="checkbox"/> Baznīcai            |
| <input type="checkbox"/> līgavai un līgavainim | <input type="checkbox"/> valstij             |
| <input type="checkbox"/> jūsu vecākiem         | <input type="checkbox"/> cits variants _____ |

2. Kuram būs "pēdējais vārds" lēmumos par kāzām?

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> līgavai               | <input type="checkbox"/> floristam           |
| <input type="checkbox"/> līgavainim            | <input type="checkbox"/> līgavas tēvam       |
| <input type="checkbox"/> līgavai un līgavainim | <input type="checkbox"/> līgavaiņa vecākiem  |
| <input type="checkbox"/> līgavas mātei         | <input type="checkbox"/> cits variants _____ |
| <input type="checkbox"/> mācītājam             |  |

Atcerieties, ka ik ģimenē ir daudz tradīciju. Lai kuram būtu "pēdējais vārds" kāzās, lēmumiem vajadzētu parādīt cieņu un mīlestību pret ikkatru. Ne visi lēmumi visiem būs pa prātam. Pārliecinieties, ka šoreiz jūs visu iesākat mīlestības un atklātības gaisotnē ar vecākiem. Pierakstiet veicamās darbības.



3. Kurš maksās par kāzām?

✂ \_\_\_\_\_

Pierakstiet visus izdevumus, kas saistīti ar kāzām. Pārliecinieties, ka neesat aizmirsuši par kāzu mielastu, baznīcas rotājumiem, pateicības dāvanu mācītājam, ērgelniekam un tiem, kam, jūsuprāt, tas būtu nepieciešams. Pārskatiet šo sarakstu kopā ar to, kurš apmaksās rēķinus.

✂ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. Kādu noskaņu jūs vēlētos savās kāzās? Vai gribat klusas, intīmas, priecīgas, pielūgsmes pilnas vai svinīgas kāzas?

✂ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Kādus elementus vajadzētu iekļaut ceremonijā, lai palīdzētu radīt šādu noskaņu?

✂ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. Kāda nozīme kāzās būs mūzikai? Kuras dziesmas tiks dziedātas?

✂ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

6. Kāda nozīme jūsu kāzās būs apģērbam, puķēm, svecēm un rotājumiem?

✂ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

7. Par ko jūs vēlētos, lai runā mācītājs? Vai vēlaties tradicionālo laulību dievkalpojuma formātu vai izveidot kaut ko personiskāku, kas domāts tieši jums diviem?

✂ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Pārrunājiet šīs lietas iespējami agri ar to (tiem), kas vadīs jūsu laulību ceremoniju, lai visu varētu pienācīgi sagatavot. Nopietni ņemiet vērā šīs personas padomus.

8. Padomājiet, kā jūsu plāni, ceremonija un kāzu mielasts iespaidos citus.

Gadu gaitā esam daudz dzirdējuši par ģimeņu kļūdām. Gadās, ka līgava un līgavainis ir tik ļoti pārņemti ar savu kāzu plānošanu, ka neievēro tuvāko draugu intereses un vajadzības. Vai cerat izvairīties no pārāk lielas pārņemtības, gaidot savas kāzas?

✂ \_\_\_\_\_

Ko jūs varat darīt, lai būtu uzmanīgi pret savu neprecēto draugu īpašajām vajadzībām, kad viņi dalīsies jūsu priekā?

✂ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Vēl cita kļūda ir kārdinājums līgavai un līgavainim plānot savas kāzas kā evaņģelizācijas kampaņu saviem neticīgajiem draugiem un ģimenes locekļiem. Kāzas ir brīnišķīgs notikums, lai svinētu savu ticību tāpat kā mīlestību, un mēs patiešām ceram, ka citi tiks "pievilkti" Jēzum caur kāzu ceremoniju un mielastu. Tomēr dažreiz mūsu labie nodomi kļūst samāksloti un tēmēti nepareizā virzienā. Vispirms kāzu ceremonijā jāgodā vecāki — tam nav nozīmes, vai viņi ir ticīgi vai nav.

Domājot par ģimenes locekļiem un draugiem, kas nav kristieši, kādā veidā jūs gribētu, lai viņi redz Dieva žēlastību un mīlestību jūsu kāzās?

✂ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Kā jūs domājat, kādā veidā "Kristus saldā smarža" (2.Kor.2:15) būs redzama jūsu kāzu mielastā?

✂ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Medusmēnesis

*Vai ir iespējams piedzīvot to, ko gaidījāt?*

Kad nedēļām garā gatavošanās kāzām, pašas kāzas un apsveicēju rinda beidzot būs garām, jūs būsiet pilnīgi nomocījušies. Jūs nevarēsiet vien sagaidīt brīdi, kad beidzot būsiet divatā, lai baudītu sen pelnīto medusmēnesi — atvaļinājumu. Bet vai izvēlēta vieta būs tā, kas jums abiem vajadzīga?

Kāds draugs atgriezās no medusmēneša un godīgi teica: “Esmu tik priecīgs, ka beidzot varu redzēt sev blakus arī kādu citu, ne tikai sievu. Mums bija tik garlaicīgi, kad bijām vieni paši!”

Lai cik liela ir jūsu mīlestība un cik liela sajūsma, medusmēnesis rūpīgi jāizplāno. Pārdomājiet šīs vadlīnijas, kad vairākas nedēļas pirms kāzām apsēdīsities, lai pārrunātu medusmēnesi.

Pirmkārt, esiet godīgi un konkrēti par to, ko jums patiešām patīk darīt. Izvairieties no tās iemilēšanās problēmas, ka varat pateikt tikai to, ko, jūsuprāt, gribētu dzirdēt otrs.

Otrkārt, plānojiet medusmēnesi tā, lai tas piedāvātu fizisku atpūtu un atspirdzinājumu, kas jums abiem būs vajadzīgs. Šī noteikti nebūs labākā reize, kad apskatīt visas iespējamās Eiropas katedrāles.

Treškārt, lai gan dažiem pāriem patīk vienatne un izolēta kotedža, daudzi dod priekšroku būt kopā ar citiem cilvēkiem, kad viņiem sagribētos. Daži izvēlas pavadīt medusmēnesi savā jaunajā mājā. Lai ko jūs izvēlētos, ielānojiet vismaz dažas maltītes ārpus mājas, kādu ievērojamu vietu apskatīšanu un vismaz kādu “acu mielošanu pie skatlogiem”. Ja vien jums abiem nepatīk gatavot ēst un mazgāt traukus, mēģiniet izvairīties no tā, ka medusmēneša laikā jāgatavo trīs maltītes dienā. Šāda iespēja būs vēlāk!

Jau laikus izplānojiet, cik naudas varat atļauties medusmēnesim — un tad ar prieku to tērējiet. Ja naudas nav pārāk daudz, esiet godīgi un dodieties uz kādu nedārgu vietīņu, kur nebūs jākar zobi vadzī. Bet atcerieties — laulības laikā šī, iespējams, būs pēdējā reize, kad varēsiet būt tik bezrūpīgi. Pat ja medusmēnesis paredzams tikai dažas dienas, mēģiniet darīt vairākas īpašas lietas. Un, protams, pārrunājiet savas finanses.

Mūsu pirmais strīds notika medusmēnesī, kad Alise gribēja nopirkt kādu senlietu, kas neiekļāvās Boba budžetā. Ja mēs iepriekš būtu visu pārrunājuši un ja mums katram būtu sava kabatas nauda, pirmos asaru plūdus mēs būtu atlikuši uz vēlāku laiku.

Un, visbeidzot, izplānojiet kāzu nakti. Lai gan mūs apvairo par to, ka neesam romantiski, mēs esam atklājuši, ka vairākums līgavu un līgavaiņu gūst milzīgu brīvību caur zināšanām. Jau laikus pārrunājiet, ko darīsiet pēc kāzu mielasta un kad ieradīsities medusmēneša galapunktā. Tas, iespējams, padarīs jūsu nakti romantiskāku, jo nebūs jāstāpjas ar bailēm no nezināmā. Plānojot ņemiet vērā, ka vieglāk izģērbties otra priekšā biežāk ir vīram nekā sievietei. Varat nolemt, ka noģērbties katrs atsevišķi un pārģērbties nakts drēbēs savam pirmajam nakts randiņam!

Jūs pat varat nolemt, ka pirmajā naktī jums dzimumsakaru nebūs. Nākamajā rītā, kad būsiet atpūtušies, var būt daudz piemērotāks laiks. Jums ir daudz jāatklāj no jauna, bet nevajag steigties. Lai ko jūs nolemtu, atcerieties, ka par to nevienam nebūs jāatskaitās, sekojiet jebkuras sekta

rokasgrāmatas norādījumiem vai arī mēģiniet būt paši. Jūsu kāzu nakts varētu būt prieka pilna jums abiem, ja vien laikus atklāti un godīgi to pārrunāsi.

1. Ko jūs vēlaties no sava medusmēneša?

✍ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. Ko katrs no jums visvairāk gribētu darīt savā medusmēnesī?

✍ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. Kādu vidi jūs vēlētos? Vai gribat būt vietā, kur apkārt ir daudz cilvēku, vai kādā vientuļā vietā?

✍ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Cik naudas jūs varat atļauties tērēt?

✍ \_\_\_\_\_

Cik ilgs būs medusmēnesis?

✍ \_\_\_\_\_

Ar ko jūs gribētu nodarboties (ievērojamo vietu apskatīšana, teātra apmeklējums, iepirkšanās, riteņbrauciens utt.)?

✍ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Vai jūs labāk gribētu paēst vienas vakariņas dārgā restorānā vai "izstiept" šo naudu divām ne tik dārgām maltītēm?

✍ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. Kādas lietas jums kāzu naktī varētu palīdzēt, lai atturīgo dzīvesveidu mainītu pret dalīšanos ar savu miesu?

✂ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Kāda daļa jūsu kāzu naktī atvēlēta seksam?

✂ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ko sagaidāt no sevis? Ko no sava partnera? Par ko baidāties?

✂ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_