

Himmelsk forbundethed



Alt det, vi er FOR



Det vi vil se MERE af

Kristen seksualmoral

- Kirken og kristne er kendt for at være snerpede og konservative ift. seksualitet
- Hvorfor?
 - Advarsler mod misbrug står mere tydeligt frem i Bibelen end anvisninger til sundhed og nydelse
 - Græsk dualistisk tænkning: at skille krop og sjæl – og ophøje det sjælelige/åndelige over det kropslige



Seksualitets-opfattelser

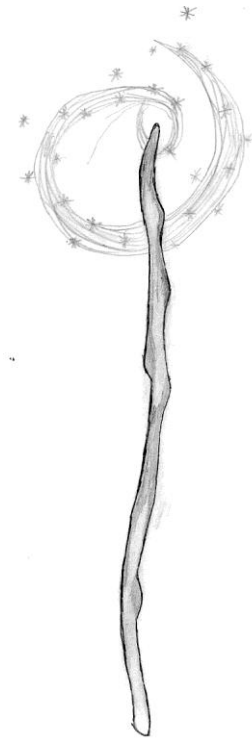
Måske går vi galt af hinanden, fordi vi har forskellige opfattelser af, hvad seksualitet og sex er?

- Af-fortryllelsen: *"Det er bare sex"*
- Identitetsmarkøren: *"Jeg ER min seksualitet"*
- Bibelen: Seksualiteten angår det HELE menneske
 - Krop og sjæl er forbundet



Seksualiteten: En stærk kraft

- Kan bruges til gode, smukke og opbyggende ting
- Kan bruges til onde, forfærdelige og nedbrydende ting
- Kan lede i to "lejre"
 - Betagelse eller tilbageholdenhed



Trænet eller utrænet?

- En seksualitets-forskrækket kirke:
 - Det taler vi ikke om eller forbud/passe på
 - Hvorfor taler vi ikke om det, vi godt må – før og i ægteskabet?
- Seksualiteten ligger ikke i dvale!
- Utrænede i at forholde os til ”kraften”
- Bibelens anvisninger
 - De gode rammer
 - Nyde og udforske



Kristne og seksualmoralen



En ny opfattelse: At vi som *kristne ser på seksualiteten med lige dele stor respekt og nysgerrig lyst til udforskning*

Mennesket skabes

”Gud skabte mennesket i sit billede..”

(1. Mos 1:27)

- Skabt til at ligne Gud – at være skabt til fællesskab!

”Gud så alt, hvad han havde skabt, og han så, hvor godt det var” (1. Mos 1:31)

- Det var godt – også seksualiteten!



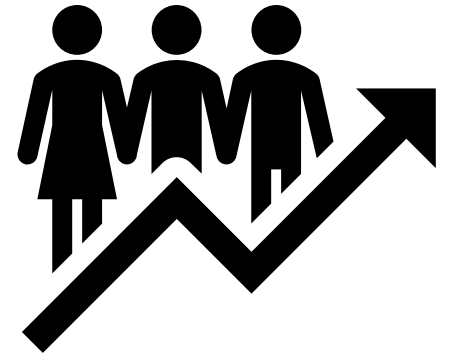
Formålet med seksualiteten

Gud velsignede dem og gav den første befaling: *”Bliv frugtbare og talrige”* (1. Mos 1:28)

- Seksualiteten kalder os til vækst

”Det er ikke godt for mennesket at være alene” (1. Mos 2:18)

- Afspejler Guds fællesskabs-natur
- Vi har brug for en, der svarer til os – en ”hjælper”
- Seksualiteten er længslen efter fællesskab og forbundethed
– at være set og kendt (1. Mos 4:1)



Et glimt ind i Edens Have



Himmelsengen

Baldakinen: En symbol på ægtesengen, hvor Gud bliver ét med os i nadveren

Chuppah: brugt ved jødiske bryllupper for at tydeliggøre helligheden af ægteskabet/ægtesengen



De skammede sig ikke

- *”De var nøgne, men de skammede sig ikke”* (1. Mos 2:25)
- Skammen kom med syndefaldet – og skabte afstand frem for fællesskab
- Sex med en tryk partner: At kunne være nøgen (mentalt og fysisk) uden skam



Seksualitet gennem livet

Vi er alle designet med en længsel efter forbundethed og fællesskab (uden at det behøver være seksualiseret)

- Fællesskabet med andre: at søge nære relationer med venner og familie
- Fællesskabet med Gud: i bøn, nadver og faste osv.



Single: Fællesskab med mig selv

- At være ”hjemme i eget hus”
 - Kende min krop
 - Kende og udforske min seksualitet inden for mine værdier
 - Kende nydelse (bredt forstået)
- Taknemmelighed for at mærke lyst og tiltrækning



Kærester: Fællesskab med mig og os

- Den gode samtale: Hvad er seksualitet og sex for dig og mig?
- Hvad er gode grænser for os – og hvorfor?
- Nyd den del af jeres seksualitet, jeres værdier tillader
- Tak Gud for tiltrækning og lyst



Gifte: Fællesskab med hinanden

At tage Bibelen seriøst vedrørende sex gælder ikke kun før ægteskabet, men også i ægteskabet:

- **5. Mos 24:5** - 1 år til gavn for hus og glæde for hustru
- **Ordsprog 5:18-19** - Glæd og berus dig i din ungdoms hustru
- **Præd 9:9** - Nyd livet med den kvinde, du elsker
- **1. Kor 7:4-5** - I råder gensidigt over hinandens legemer
– og må ikke unddrage jer hinanden med mindre det er aftalt



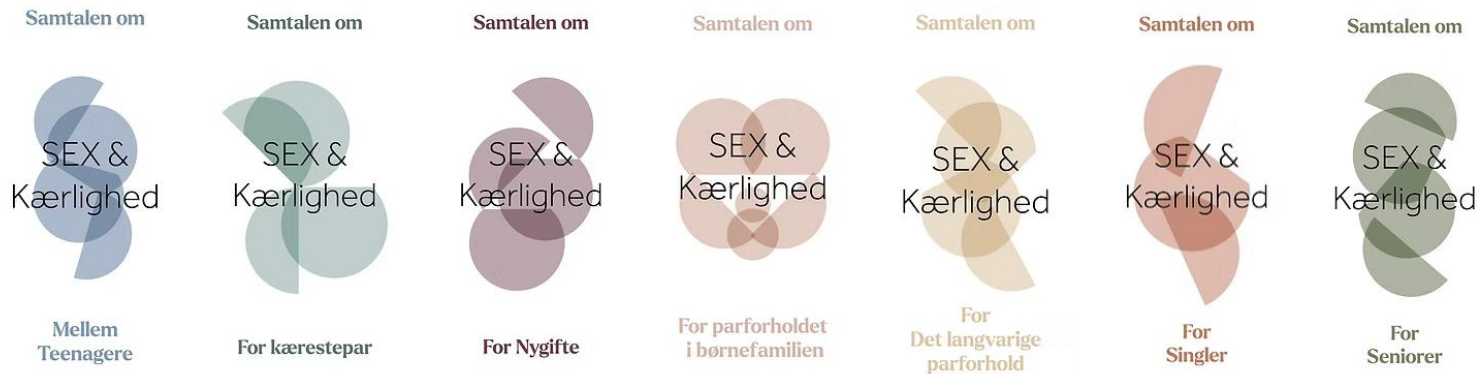
Vores fælles ansvar

- Tilbyde medvandring, samtale og forbøn
 - Hjælpe mennesker på vej med at danne egne værdier og trives
 - Tal med jeres børn!
- Tale om det, vi er FOR: Sund seksualitet
- Udbyde eller henvise til relevant undervisning
- Henvise til professionel hjælp



Den gode samtale om sex

- Samtale-materiale fra Amanda Lagoni
- Go' samtale – samtalekort
- Opsøg en psykolog/terapeut eller sexolog
- Konference om seksualitet gennem livet, Herning d. 27/3-2025:
<https://familiearbejde.dk/konference-om-kaerlighed-og-seksualitet>



Refleksionsspørgsmål

- **Taleret:** Hvem skal jeg tale med om seksualitet og sex? (*Fx netværksgruppe, en ven, min partner, en sjælesørger, en terapeut/psykolog/sexolog*)
- **Mentorskab:** Er der nogen, jeg skal følges med/støtte i deres opdagelse af værdier og udlevelse af seksualitet?
- **Min seksualitet som single, kæreste eller gift:** Er der noget, jeg skal blive klogere på, udforske eller ændre ift. udlevelsen af min seksualitet?