Psihološka priprema mladića i djevojke u vidu pripreme za brak

Kokanović, Marija

Master's thesis / Diplomski rad

2018

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Catholic Faculty of Theology / Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Katolički bogoslovni fakultet u Đakovu**

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:120:683183

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-04-20**

Repository / Repozitorij:

Repository of the Chatolic Faculty of Theology

SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU

KATOLIČKI BOGOSLOVNI FAKULTET U ĐAKOVU

PSIHOLOŠKA PRIPREMA MLADIĆA I DJEVOJKE U VIDU PRIPREME ZA BRAK

Diplomski rad

Mentor:
izv. prof. dr. sc. Stjepan Radić

Student:
Marija Kokanović (r. Lasić)

Đakovo, 2018.

Sažetak

Ovaj psihološko-teološki diplomski rad govori o zaljubljenosti, ljubavi, seksualnim odnosima i čistoći tijela za vrijeme ljubavne veze kršćanskog mladića i djevojke. Kao katolik, svaki je mladi čovjek pozvan sačuvati dostojanstvo svoga tijela jer tijelo je hram Duha Svetoga koji je u svakome (1 Kor 6, 19), sve dok ne odluči kroz period ljubavnog odnosa da je spreman okruniti svoju ljubav brakom i tek u braku postati jedno tijelo (Post 2, 24) s partnerom.

Teme rada su upoznavanje mladića i djevojke i odluka da započnu vlastitu ljubavnu vezu, razlike između zaljubljenosti i ljubavi koju mlade osobe često ne mogu uočiti jer im u zaljubljenosti prevladava ono što srce govori, dok razum šuti, a kod ljubavi srce i razum zajedno surađuju. Također će se istražiti način kako se seksualno ponašati u vezi prema sebi i prema partneru i kakvu povezanost spolnost ima s Kristom. Nakon što im veza sazrije, te iz koraka zaljubljenosti stupe u pravu ljubav, sljedeće im je uvidjeti da li će jedno drugom odgovarati u budućnosti, odnosno da li su zreli, sposobni i spremni za brak.

U konačnici, ovaj rad će pokušati povezati psihologiju ljubavi sa teologijom tijela, sažeti psihološku pripremu za brak mladića i djevojke, te dati odgovore na pitanja kao što su: koja je razlika između zaljubljenosti i ljubavi? Kako prepoznati pravu i iskrenu ljubav? Koja je uloga čistoće u ljubavnoj vezi i zašto živjeti čistoću tijela prije braka? Koje su posljedice spolnog odnosa prije braka? Kako izabrati idealnog partnera za brak? Kada se odlučiti za brak i kako se pripremiti za njega?

Ključne riječi: psihologija, mladić i djevojka, predbračna čistoća, zaljubljenost, ljubav, partneri, seksualnost, molitva, Isus Krist, komunikacija, brak

Summary

A YOUNG MAN AND WOMAN'S PSYCHOLOGICAL PREPARATION IN ASPECT OF PREPARATION FOR MARRIAGE

This psychological-theological graduate thesis speaks of infatuation (crush), love, sexual intercourse, and purity of the body during love relationships between a Christian young man and girl. As a Catholic, every young man is called to preserve the dignity of his body because the body is the temple of the Holy Spirit which is in everyone (1 Corinthians 6:19), until he decides through the period of love relationship that he is willing to crown his love with marriage and only in marriage become one body (Rev. 2. 24) with his partner.

Topics of this thesis are familiarizing between a young man and a girl and the decision to start their own love relationship, differences between infatuation and love that young people often do not distinguish because in love heart prevails over mind that is silent and in love heart and reason cooperate together. This paper will also look at how and in what way to behave sexually in a relationship both with oneself and with the partner, and what does sexuality has to do with Christ. After the relationship is mature, and the couple crosses over from the steps of infatuation to the steps of real love, the next thing to do is to see if they will respond to each other in the future, whether they are mature, capable and ready for marriage.

Ultimately, this thesis will try to associate psychology of love with theology of body, summarize the psychological preparation for marriage of a young man and girl, as well as give answers to questions such as: what is the difference between infatuation(crush) and love? How to recognize true and sincere love? What is the role of purity in love relationship and why to live the purity of the body before marriage? What are the consequences of having a sexual relationship before marriage? How to choose an ideal marriage partner? When to decide for marriage and how to prepare for it?

Key words: psychology, young man and a girl, premarital purity, infatuation (crush), love, partners, sexuality, prayer, Jesus Christ, communication, marriage

UVOD

Kroz ovaj diplomski rad na psihološko-teološki način upoznajemo ljubavni period muškarca i žene, od zaljubljenosti do braka. Prateći samu temu, mnogi psiholozi-teolozi tumače kako mladi katolik može prepoznati pravu ljubav, sačuvati čistoću prije braka, te ju podariti budućem supružniku nakon čina ženidbe.

O naslovu *„Psihološka priprema mladića i djevojke u vidu pripreme za brak“* govori se kroz tri poglavlja. U prvom poglavlju razmatra se početak i razvoj ljubavnog odnosa kod mladića i djevojke. To uključuje udvarenje i zasnivanje mladenačkog *„hodanja“* gdje se kroz upoznavanje i međusobne susrete u partnerima se javlja osjećaj zaljubljenosti. Ona međutim ima kraći period trajanja. Stoga ju treba promatrati kao dar prirode koji treba razvijati, obogaćivati i u konačnici pretvoriti u neki drugi oblik ljubav koja može trajati. Zaljubljenost je tek prvi korak na putu do prave ljubavi.

Nakon što se ona *„preraste“* , a ljubav zavlada, normalno je da se u partnerima javljaju međusobne želje za spolnim odnosima. O tome i govori drugo poglavlje. Bog tada traži od mladih da se bore sačuvati od njega darovanu čistoću. U kršćane, to jedna od najvažnijih borbi u mladosti jer će o njoj ovisiti njihova budućnost braka i obitelji. Bog zna da spolni odnosi prije braka nisu dobri. A da bi pomogao čovjeku, ostavlja mu zapovijedi kojih se treba držati kako bi tek u braku podijelio odnose sa supružnikom. No, da bi se bilo spremno započeti bračni život, potrebno je još nekoliko stvari naučiti i pokušati usavršiti za vrijeme ljubavne veze ili koraka do braka, odnosno zaruka. Postići dobru komunikaciju, naučiti ljubiti, slušati i poštivati partnera, stavljati njegove potrebe ispred svojih i u konačnici biti spreman *„predati se“*[1] za njega, ključni su elementi pripreme za brak.

Treće poglavlje zaokružiti će cijeli rad sa konačnom odlukom o bračnom životu. Trenutak kojega mladi priželjkuju još za vrijeme ljubavne veze, a napokon su mu dorasli. Brak je mjesto gdje dvije duše i dva tijela postaju Božjom milošću *„jedna duša, jedno tijelo“*.

[1] Sv. Pavao to izražava kroz poslanicu Ef 5, 22-26 gdje muž kao glava ženi, treba činiti za nju ono što je Isus Krist za Crkvu: ljubiti ju, predati se za nju, posvećivati ju, njegovati i uzvisiti ju da bude na njegovu slavu.

No, biti u braku, nije lako. I u ovoj ljubavi, traži se određena žrtva i obveze koje je potrebno ispunjavati prema svome supružniku. U ovom slučaju, čovjek više ne živi samo za sebe, već za drugoga. Pod Božjim blagoslovom, muž i žena uz pomoć molitve mogu prebroditi sve bračne probleme s kojim će se susresti, te uspjeti učvrstiti svoju ljubav prema partneru još jače, još više, sve do kraja.

Za kraj uvoda, činjenica je da se o predbračnoj čistoći danas nažalost premalo govori, ali odabirom ovakve vrste pripreme za brak, mlada osoba će prepoznati pravu vrijednost samog sebe i svoga tijela koju je Bog upisao u njega, te vrijednost budućeg partnera kojemu će se podariti u braku.[2]

[2] Kratka napomena: pisanjem ovog dipomskog rada na poseban način se zahvaljujem su-mentoru iz psihologije, dr. sc. Josipu Bošnjakoviću, koji me je pratio svojim komentarima i prijedlozima.

1. RAZVOJ LJUBAVNOG ODNOSA MLADIĆA I DJEVOJKE

1.1. Udvaranje i mladenački hod

Skoro sve mlade osobe prije ili kasnije dođu u doba kad se krenu zanimati za osobe drugoga spola, te u njihovoj prisutnosti postaju osobito pažljivi. Izbor partnera dolazi kao čudesno otkriće i teško je reći gdje započinje. Taj interes u puno slučajeva započinje na neobjašnjiv način[3], a ponekad djeluju i duhovne kvalitete[4]. Od toga trenutka, onaj kojemu je srce počelo na drugačiji način lupati, osjeća da je oboren i tako započinje velika avantura ljubavi koja u svojoj snazi polako preobražava dvije osobe suprotnog spola i spaja njihov život.[5]

Postoji razlog zbog čega djevojke žude za time da budu zavedene, osvajane i cijenjene, a postoji razlog zbog čega muškarci žude osvojiti ženino srce. Oni uživaju u *„moći“* osvajanja, a s druge strane, žene su dostojne tog osvajanja. Prigodan primjer imamo u Starom zavjetu kod Jakova koji se zaljubio u Rahelu. Žudio je za njom toliko jako da je dobre bolje služio njezinome ocu sedam godina, u zamjenu za njezinu ruku. Sve te godine, iz ljubavi prema njoj, učinile su mu se kao nekoliko dana.[6] No, nakon tih prvih sedam godina, otac nije dao Rebeku Jakovu, već je tražio još sedam godina služenja, što je Jakov iz ljubavi prihvatio.[7]

Udvaranje se definira kao svjesno i namjerno izricanje pohvala ili komplimenata partneru s namjerom da se stvore intimni odnosi, a hodanje je dogovoreno zajedničko provođenje slobodnog vremena tijekom kraćeg ili dužeg razdoblja, a ono uključuje udvaranje, te intimne odnose koji obuhvaćaju izmjenjivanje međusobnih fizičkih nježnosti kod mladića i djevojke. Odluku o prestanku hodanja za današnje mlade puno je lakše donijeti, nego što je bilo u prošlosti. Osobito je bio težak prekid odnosa ako su bili intimni i dugotrajni,

[3] Npr. kroz pogled, korak, osmijeh...
[4] Npr. molitva, optimizam, čvrstoća duha, vjera...
[5] I. FUČEK, *Moralno-duhovni život, Predbračna ljubav, Bračna ljubav*, Verbum, Split, 2005., str. 80.
[6] Post 29, 20
[7] J. EVERT, *Teologija tijela za nju*, Verbum, Split, 2013., str. 15.

a i štetili su ugledu djevojaka gdje ih je mladić napustio. Zato su se odnosi teže i bolnije prekidali, no neki su ih zadržavali, iako se nisu osjećali zadovoljno njima[8].

Razni su oblici započinjanja odnosa. Neki ih započinju da bi zadovoljili potrebu za potporom i sigurnošću, potrebu za ljubavlju i intimnošću, potrebu za romantikom i izražavanjem vlastite seksualnosti, jer se nadaju da će sa partnerom uspostaviti trajne emocionalne veze. Hodanje, osim što ima veliku ulogu u razvoju intimnih odnosa, ono je i vrsta podučavanja i privikavanja na partnera. Što je duže hodanje, veća je mogućnost za temeljitijim i potpunim upoznavanjem partnera. Ono u isto vrijeme pomaže partnerima da nauče racionalno razriješiti sukob, a istodobno im olakšava približavanje i emocionalno otkrivanje[9].

Muškarce se mora poučiti kako da ljube svoju buduću odabranicu i to da ljubi plemenito i svim srcem[10]. Mora ih se temeljito poučiti istini da je žena osoba, a ne naprosto

---

[8] M. ČUDINA-OBRADOVIĆ i J. OBRADOVIĆ, *Psihologija braka i obitelji*, Golden marketing – Tehnička knjiga, Zagreb, 2006., str. 16.

[9] *Isto*, str. 17.

[10] *„Draga buduća suprugo, smiješno mi je pisati ti ovo pismo i ne znati hoćeš li ga ikada pročitati…Jer kamo bih ga trebao poslati? Nemam tvoju adresu. Nemam tvoj telefonski broj na koji te mogu nazvati. Facebook i WhatsApp mi nisu od koristi, a Skype ili Instagram mi neće otkriti tvoje lice… Navigacija me ne može dovesti do tvojih vrata i ne znam gdje rezervirati kartu za vlak da bih ti ga mogao osobno uručiti. A ipak, iako se možda još nismo sreli, želim da znaš da sam ovdje. Da imam broj telefona i Facebook profil. Imam svoj svijet – prijatelje, obitelj, hobije i interese – i čekam trenutak kad će se naši svjetovi sresti, trenutak kad ćemo otvoriti naše svjetove jedno drugom i rasti zajedno u ljubavi. Želim da znaš da čekam i da sam te već izabrao. Izabrao sam te između svih lažnih slika života i ljubavi koje su ukorijenjene u našoj kulturi. Jer sve ove lažne slike – promiskuitet, egocentričnost – nisu sposobne zapaliti moje srce onako kako to može pomisao na tebe, pomisao da ću ti se jednog dana moći cijeli dati u bezuvjetnoj ljubavi. Ali postoje neke stvari koje moraš znati. Nisam savršen. Samo sam normalan tip koji pokušava izabrati živjeti autentičnu ljubav svaki dan, zajedno s mnogo drugih muškaraca koji rade isto. Da, mi postojimo! I ponekad je stvarno teško. Moraš znati da te ja neću spasiti, predobro poznajem svoje slabosti i nisam nikakav spasitelj. Ali postoji Jedan koji je naš Spasitelj. I nadam se da si ga već susrela. Iako te ne znam po imenu, On te zna. I nadam se da znaš da te On voli beskrajno više nego što ću to ja ikad moći, gdje god da jesi. Želim da znaš da govorim Bogu o tebi. Kao što te On voli licem u licem, molim kako bih te i ja mogao tako voljeti. Svaki me dan malenim koracima uči što znači voljeti i predati život za tebe. U Njemu vidim kako istinski ljubiti i izabrao sam ljubiti tebe. I tako ću nastaviti bdjeti nad svojom dušom, da bi mi jednog dana vjerovala i dopustila da čuvam i štitim tvoju. Božjom milošću povest ću te u nebo. Ali to vrijeme još nije došlo. I ne želim da se brineš koliko će vremena proći dok se ne sretnemo. Želim da budeš rame uz rame s Bogom, kako bi ti On mogao pomoći. Jednog dana ću ti ja pomagati, ali molim te ne čekaj me prije nego počneš, jer će se naši putovi sresti samo ako oboje budemo vjerni Bogu, očiju uperenih u Njega. Znaj da sam uz Njega; ipak, znaj kako mi je taj put često težak; staza koja se ne prelazi tako brzo, i da me On, iako sam katkad pun modrica, jača i priprema za tebe. Draga buduća suprugo, gdje god da jesi, znaj da je ljubav izbor, pa iako još ne znam tko si i ne znam što te nasmijava ili što ti je teško i bolno – znaj da sam izabrao voljeti te. I da ću te pronaći kako bi oboje bili, rame uz rame, u rukama našeg Nebeskog Oca. Nadam se da si na sigurnom. Nadam se da znaš da si voljena, da si beskrajno dragocjena mome srcu i Božjem Srcu. Neka te čuva tvoj anđeo čuvar. Molim te, moli za mene. Tvoj budući suprug.“* B. HINCE, „Draga buduća suprugo…“

predmet.[11] A temeljno oruđe kojim će žene počiti muškarce dostojanstvu jest njihova vrlina čednosti. Ženina čednost je *„služba ljepote“*. A poput Boga, *„ljepota će spasiti svijet“*.[12]

1.2. Zaljubljenost i / ili ljubav?

Naše prvo iskustvo ljubavi događa se rano u životu, u djetinjstvu. Osjeća se kroz toplinu, njegu i ljubav koju primamo dodirom naših majki, očeva, baki, djedova, ili drugih skrbnika. Tijekom tog životnog perioda, toplo, njegujuće i nježno ponašanje od naših roditelja pruža nam sposobnost da formiramo intimne, emocionalne veze koje se zovu privrženost. Ljubavna ponašanja poput dodirivanja, držanja, ljubljenja ili zagrljaja pomažu nam da stvorimo osjećaj sigurnosti ljubavi i potaknemo limbijski sustav da otpušta vazopresin[13], koji pomaže u stvaranju oksitocina[14] koji se bori protiv stresa, potiče osjećaje bliskosti s drugima i pomaže nam olakšati. Povezivanje tijekom djetinjstva nije samo važno za naš opstanak, pruža nam udobnost i sigurnost koja nam je potrebna kada smo pod stresom ili u opasnosti i štiti naše fizičko i psihičko stanje. Također, rano povezivanje i privrženost koje formiramo s roditeljima u djetinjstvu igraju ključnu ulogu u tome kako ćemo osjećati romantične veze kasnije u životu. U ljubavno odnosu s odraslom osobam, kada se osjećamo sigurno, imamo normalan romantični odnos. S druge strane, ljudi koji formiraju vrstu nesigurne privrženosti još u djetinjstvu definiranu kroz odbacivanje, svađanje, fizičko

– mladićevo ljubavno pismo njegovoj nepoznatoj supruzi (13. 2. 2016.), u: https://www.bitno.net/obitelj/draga-buduca-suprugo-mladicevo-ljubavno-pismo-njegovoj-nepoznatoj-supruzi/ (26. 11. 2017.)

[11] K. WOJTYLA, *Put do Krista*, Verbum, Split, 2004., str. 54.

[12] J. EVERT, *Teologija tijela za nju*, str. 44.

[13] Vazopresin ili antidiuretski hormon (ADH), polipeptid koji nastaje u hipotalamusu, a pohranjuje se u stražnjem režnju hipofize (neurohipofiza) iz kojega se otpušta u krv. Djeluje na bubrežne kanaliće te ih čini propusnima za vodu. Time se povećava apsorpcija vode iz kanalića u krv, pa se stvara mala količina koncentrirane mokraće. Obrnuto, kada se ADH ne luči, izrazito se povećava količina razrijeđene mokraće. ADH je zato važan regulator koncentriranosti tjelesnih tekućina, posebice koncentracije natrijevih iona. U većim količinama suzuje krvne žile (otud ime vazopresin) i povisuje krvni tlak, što može biti osobito važno pri krvarenju.

[14] Hormon oksitocin (hormon ljubavi) je po kemijskom sastavu vrlo sličan spoj vazopresinu koji zasigurno imaju veliku ulogu u razumijevanju emocija i razvijanju bliskosti među parovima. Oksitocin i vazopresin pripadaju skupini neuropeptidnih hormona čiji nastanak regulira hipotalamus, dio mozga odgovoran za niz važnih funkcija kao što su regulacija tjelesne temperature, otkucaji srca, krvni tlak te hranjenje i pijenje, a uz to upravlja aktivnostima autonomnog živčanog sustava i endokrinog sustava. Zanimljivo je istaknuti da na hipotalamus otpada samo 1% ukupnog volumena mozga, a on ima ključnu ulogu u našim emocijama i motivaciji. Oksitocin i vazopresin nastaju putem niza biokemijski pretvorbi u prednjem djelu hipotalamusa, u neurosekrecijskim neuronima, a putem hipofize se otpuštaju u krvotok.

zlostavljanje u obitelji, mogu biti neugodni u blizini budućih partnera. Mogu se upuštati u ovisnosti poput npr. parafilije[15], alkohola, droge i seksa.[16]

„Ljubav je univerzalni, dinamički i sintetički oblik duhovne energije u koju se transformiraju i sublimiraju sve druge energije. Ljubav je međusobno privlačenje i približavanje pojedinca. Nalazi se izvan svih racionalnih usustavljivanja ljudskih energija, plodnonosni je stvaralački nagon koji transformiranjem, korištenjem i oslobađanjem razvija čovjeka.“[17]

Čovjek ne može živjeti bez ljubavi. Sam po sebi on ostaje neshvatljivo biće, život mu je lišen smisla ako mu se ne objavi ljubav, ako se ne sretne s ljubavlju, ako je ne iskusi i ne usvoji, te ako u njoj živo ne sudjeluje.[18] Čovjek je bez ljubavi neispunjen, prazan i siromašan, ne posjeduje ništa. Ljubav je puštanje korijenja u egzistenciju. Ljubav ima iznimno značenje jer donosi veliku radost i posjeduje vlastitu ekstazu. Muškarac može pronaći svoje *„tlo“* samo uz ženu i postati utemeljen kroz nju. Oni su polovine u potrazi za svojom cjelinom, dopuna jedno drugomu. Kada se te polovine pronađu i počnu *„stapati“*, tada se osjećaju utemeljene, odnosno prizemljene.[19]

„Ljubav nije tek neki osjećaj ili čuvstvo koje označuje uravnoteženo ili neuravnoteženo stanje osobe, a očituje se pri njegovoj ispravnoj ili neispravnoj uporabi i primjeni, odajući time afektivno zrelu ili nezrelu osobu.“[20] Ljubav ne valja miješati ni sa simpatijom koja je samo mali dio ljubavi, tj. uvod u ljubav, kao privlačna pažnja prema nekoj osobi koja nam se sviđa zbog neke svoje kvalitete. Ne smijemo ju poistovijetiti ni sa prijateljstvom ili međusobnom osjećajnom naklonošću između dvije osobe, nastale iz

---

[15] Parafilija (patološka seksualna sklonost) je naziv koji obuhvaća mentalne poremećaje koji se očituju u ponavljajućim i intenzivnim fantazijama koje uzrokuju seksualno uzbuđenje, nagone ili ponašanja što uzrokuju poteškoće u seksualnom životu i u drugim područjima života pacijenta. Mogu uključivati nežive objekte, djecu, odrasle osobe koje nisu suglasne sa takvim pristupom, ili uključuju ozljeđivanje, patnju i ponižavanje samog sebe ili partnera.

[16] R. RYBACK, All About Love (14. 2. 2017.), u: https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-truisms-wellness/201702/all-about-love (18. 8. 2018.)

[17] P. BRAJŠA, *Pogled u sebe, svoje odnose i svoju ljubav,* Glas Koncila, Zagreb, 2016. str. 92.

[18] IVAN PAVAO II., enciklika *Redemptor hominis, Otkupitelj čovjeka*, KS, Dokumenti 56, Zagreb, 1997. str. 23.

[19] P. BRAJŠA, *Pogled u sebe, svoje odnose i svoju ljubav*, str. 57.

[20] I. FUČEK, *Moralno-duhovni život, Predbračna ljubav, Bračna ljubav*, str. 83.

podudaranosti njihovih shvaćanja i povezanosti. Prijateljstvo spaja dva bića slatkom vezom jedinstva i oduševljava jer od mnogih duša, tvori samo jednu.[21] No, prava ljubav, u sebi skuplja sve te sličnosti i darove prijateljstva, te ih zaodjeva u posve novu snagu.[22]

Kada se prvi put zaljubimo, naša privlačnost potaknuta je promjenama u mozgu, uključujući povećanje dopamina[23] koji nas motivira da tražimo i održavamo odnos sa željenim romantičnim partnerom. Zatim povećanje norepinefrina[24], što nam daje uzbuđenje, nervozu, energiju i motivaciju za brigom našeg romantičnog partnera. To također stvara fizičke simptome kao što je brzo kucanje srca, rumenjenje obraza i znojenje dlanova. Serotonin se smanjuje, što može poboljšati raspoloženje jer je važan neurotransmiter[25] u reguliranju raspoloženja, seksualne želje i funkcije, apetita, spavanja, pamćenja, društvenog ponašanja i učenja.[26]

Zaljubljenost je stanje prolaznog i ograničenog trajanja, dovoljno za zasnivanje, ali ne i održavanje dužeg međuljudskog odnosa. Osnovna obilježja zaljubljenosti su: oslabljenost slobodnog voljnog djelovanja[27], nekritičnost, nerealnost i subjektivnost u percipiranju vanjske stvarnosti[28], projiciranje vlastitog narcizma, ideala i želja u partnera, isključivanje razuma i logike, vezanost na partnera, dominiranje afektiviteta i izloženost promjenjivim emocionalnim raspoloženjima, regresivno ponašanje, potpuno stapanje s

---

[21] AUGUSTIN, *Ispovijesti*, KS, Zagreb, 1973. (I. FUČEK, *Moralno duhovni život*, *Predbračna ljubav, Bračna ljubav,* str. 83.)
[22] Bračni partneri bi trebali biti najbolji prijatelj jedno drugome.
[23] Dopamin je hormon koju proizvodi organizam, a koja igra važnu ulogu u našem mentalnom zdravlju. Prirodno se proizvodi u mozgu, a zadužen je za reguliranje našeg raspoloženja i energije. On je materija koja odašilje signale zadovoljstva i uzbuđenja mozgu. Poznato je da nizak nivo dopamina uzrokuje depresiju, tugu, lijenost, manjak interesa za određene aktivnosti, želju za hranom, pa čak i hronične bolove.
[24] Norepinefrin je hormon sličan adrenalinu koji oslobađaju nadbubrežne žlijezde i mozak. Njegova primarna uloga je uzbuđenje. Kada smo pod stresom postajemo znatno budniji i fokusiraniji. Norepinefrin pomaže da se krv preusmjeri iz dijelova tijela koji nisu ključni, poput kože, prema dijelovima koji su bitni, poput mišića. Iako se čini da je ovaj hormon suvišan s obzirom na postojanje adrenalina, dobro je znati da postoji i pomoćni dio u tijelu kada su u pitanju opasne i stresne situacije, pogotovo ako nadbubrežne žlijezde ne funkcioniraju kako treba.
[25] Neurotransmiter ili neuroprijenosik je kemijski spoj koji prenosi živčane impulse. Oslobađa se djelovanjem akcijskih potencijala i kalcijevih iona na završetcima živčanih vlakanaca, prenoseći podražaj sa živca na glatki mišić, mišić kostura, žlijezdu, srčani mišić, ili pak s jednoga neurona na drugi (u središnjem živčanom sustavu).
[26] R. RYBACK, All About Love (14. 2. 2017.), u: https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-truisms-wellness/201702/all-about-love (18. 8. 2018.)
[27] Npr. očaranost, opsesija, podvrgavanje...
[28] Odnosi se na pogrešno interpretiranje, uočavanje samo prihvatljivog.

partnerom i ovisnost o njemu, dominiranje vlastitog nesvjesnog i podsvjesnog[29], jačanje tog stanja ukoliko se nalazi na zapreke, prepreke, otežavajuće okolnosti ukoliko je odnos s voljenom osobom ugrožen[30].

Zaljubljenost je dramatična promjena percepcije gdje voljeni zadobiva posebno značenje. To je abnormalno stanje pažnje normalne osobe uz val nježnosti. Zaljubljenost je veličanje voljene osobe, usmjerenost na njezine kvalitete, zanemarivanje stvarnosti i prisilno bavljenje njome. To je žudnja za emocionalnim sjedinjenjem onoga što čovjeku treba. Ali zaljubljenost je prolazna. Gasi se i ponovno pojavljuje u kontekstu kvalitetne trajne bračne ljubavi. Zaljubljenost i ljubav u iskrenom braku se međusobno podržavaju i održavaju.[31] Pogrešno je zaljubljenost vrednovati kao nešto dobro ili loše, zdravo ili bolesno, normalno ili abnormalno. No, činjenica je da ovaj oblik ljubavi nije nikakvo jamstvo za kvalitetan i trajan bračni odnos. Stoga ju treba shvatiti kao početni kapital, dar prirode koji treba razvijati, obogaćivati, pretvarati u neki drugi oblik ljubav koja može trajati, koja nije prepuštena sama sebi. Zaljubljenost je prvi korak prema pravoj ljubavi, ali ne i čitava ljubav.

U konačnici, početna zaljubljenost ima kratak rok trajanja i nije toliko važno pronaći idealnoga partnera koliko je važno zajedno raditi na tome da se zaljubljenost pretvori u ljubav. Potrebno je obostrano prihvatiti sebe i partnera kakav je u stvarnosti, a ne kakav se nalazi u našim iluzijama jer je upravo to uzrok razočaranjima i okrivljavanju, koje se na kraju pretvara u međusobnu netoleranciju.[32]

---

[29] Neshvatljivo ponašanje
[30] P. BRAJŠA, *Umjeće življenja udvoje*, C.A.S.H., Pula, 1998., str. 14-15.
[31] P. BRAJŠA, *Pogled u sebe, svoje odnose i svoju* ljubav, str. 129.
[32] *Isto*, str. 124.

Američki psihoanalitičar E. Fromm[33] razlikuje zrelu i nezrelu ljubav. U zreloj[34] ljubavi dolazi do sjedinjenja s partnerom uz očuvanje vlastitog integriteta i individualnosti u kojoj dominira aktivnost nad pasivnošću, te davanje nad primanjem. Nezrela[35] ljubav se ostvaruje u simbiotskom sjedinjenju bez sačuvanog integriteta i specifične individualnosti pojedinog partnera.

U kršćnskom smislu, pravu ljubav zovemo *„agape“* odnosno *„caritas“*[36]. Enciklika *„Caritas in veritate“* piše da je ljubav, *„caritas“* izvanredna snaga koja potiče osobe da se hrabro i velikodušno založe oko pravednosti i mira. Ona je snaga čiji je izvor u Bogu, vječnoj Ljubavi i posvemašnjoj Istini. Ljubav u istini odražava osobnu i javnu dimenziju vjere u Boga koji je Agape i Logos, sebedarje i Istina, Ljubav i Riječ. Ljubav je *„Logos“* koji stvara dijalog (os), odnosno komunikaciju i zajedništvo. Sebedarje je primljena i darovana ljubav, koja je ujedno i milost. To je ljubav koju je objavio i ostvario Krist.[37] Ljubav, kao središnji osjećaj tj. čovjekovo stanje koje tvori apsolutno neponovljiv sadržaj bračnoga života, te je strogo povezan sa brakom i prethodi mu priprava definira se kao ona ljubav koja nadilazi prijateljstvo[38] i sadržava erotsko-afektivnu dimenziju koje nema u prijateljstvu.[39]

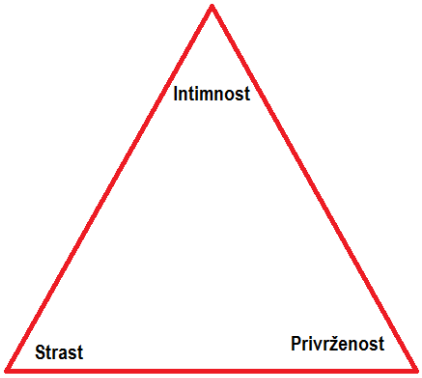
Američki psiholog R. J. Sternberg godine 1986.-1988. razvija teoriju o ljubavi pod imenom *„Triangularna teorija ljubavi“*[40] koja se sastoji od tri glavne stavke: bliskost[41], strast[42] i odanost[43], a prikazana je kroz prizmu trokuta. Metaforički, Sternberg smješta glavne komponente - intimnost, strast i odanost (privrženost) na vrhove trokuta. Prema tome,

---

[33] E. FROMM, *Umjeće ljubavi*, Matica Hrvatska, Zagreb, 1965. (P. BRAJŠA, *Umjeće življenja udvoje*, str. 14-15.)
[34] Ravna se po načelu: *„Voljen sam jer volim.“* i *„Trebam te jer te volim.“*
[35] Ovakva ljubav slijedi ovo načelo: *„Volim te jer te trebam.“* i *„Volim jer sam voljen.“* U nezreloj ljubavi ugrožen je individualni integritet. Vezana je uz biološku simbiozu majke i djeteta ili psihičku simbiozu u smislu mazohizma i sadizma.
[36] Riječ *„agape“* proizlazi iz grčkog jezika, dok je riječ *„caritas“* latinskog jezika. U hrvatskom prijevodu bi označavala pojam *„svete ljubavi“*.
[37] BENEDIKT XVI., enciklika *Caritas in veritate*, *Ljubav u istini*, KS, Dokumenti 158, Zagreb 2009., str. 5-9.
[38] Prijateljstvo sadrži mnoge kvalitete kao što su slaganje, spremnost na žrtvu, dijelenje radosti itd.
[39] I. FUČEK, *Moralno-duhovni život, Predbračna ljubav, Bračna ljubav*, str. 87.
[40] A. CRVENIĆ, Teorija ljubavi (23. 10. 2015.) u: https://www.psihocentrala.com/zivotne-teme/psihijatrija-i-psihologija/teorija-ljubavi/ (24. 4. 2016.)
[41] Odnosi se na intimnost koja obuhvaća osjećaj povezanosti i privrženosti.
[42] Predstavlja fizičku i seksualnu privlačnost koja vodi romansi i seksualnom odnosu.
[43] Odnosi se na privrženost koja može biti kratkoročna odluka da jedna osoba voli i brine od drugoj, te dugoročna da se taj odnos ljubavi održi do kraja.

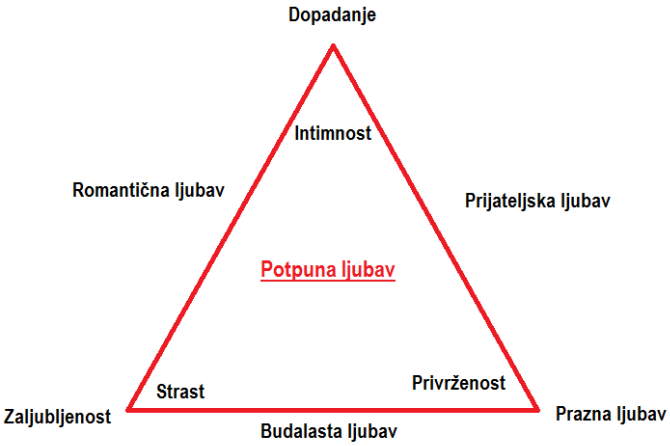
ljubavni odnos može se opisati u ovoj geometrijskoj metafori, kao *"mjesto"* na *"ljubavnom trokutu"* što upućuje na količinu i mješavinu različitih ljubavnih komponenti.[44]

Figura. 1



Kombinacijom glavnih stavki koje je smjestio na rubove trokuta, govori se o osam oblika relacija između partnerima koje su proizašle iz njih.

Figura 2.



1. Nepostojanje ljubavi – ovdje su odsutne sve tri stavke, odnosno niska je mješavina strasti, intimnosti i odanosti[45]. Ovakav oblik ljubavi osjećamo prema poznanicima.

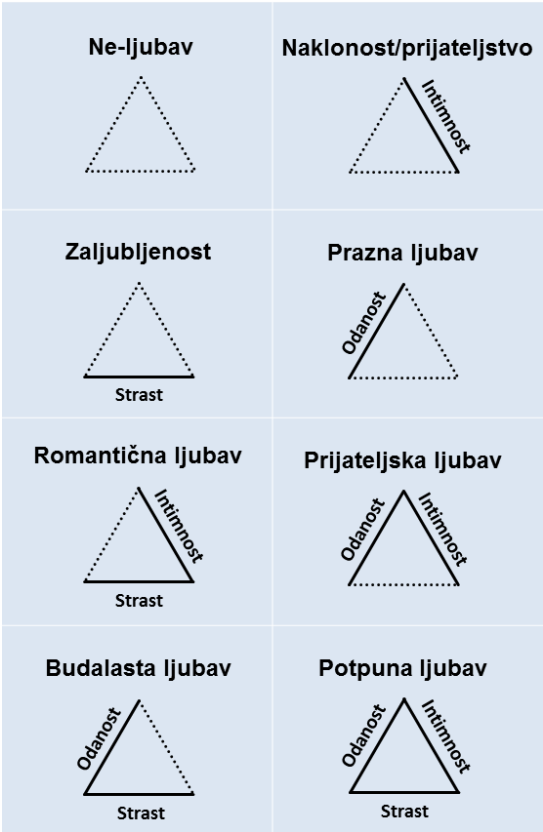
[44] R. BECK, Communion and complaint: attachment, object-relations, and triangular love perspectives on relationship with God, u: *Journal of Psychology and Theology*, 34 (2006.) 1, 43-52.
[45] *Isto*, str. 46.

2. Sviđanje – posjeduje samo bliskost. Ovaj oblik karakterizira osjećaj bliskosti i povjerenja. Pravi primjer ovoga je prijateljstvo, stoga u ovom obliku izostaju strast i privrženost.
3. Zaljubljenost – karakterizira ju osjećaj strasti gdje je izražena fizička privlačnost i spolno uzbuđenje. Ovaj oblik ljubavi, obično je prisutan na početku veze pod frazom *„ljubav na prvi pogled“*. Ukoliko ne dođe do razvoja bliskosti i odanostii, osjećaj ove ljubavi obično kratko traje.
4. Prazna ljubav – ovaj oblik ljubavi karakterizira se snažnom odanošću da se odnos održi. Javlja se na početku ugovorenih brakova (dok još nije razvijena intimnost i strast) ili u dugogodišnjem braku u kojem je nestalo intimnosti i strasti.
5. Prijateljska/suosjećajna ljubav –visoka je mješavina bliskosti i odanosti[46], dok strasti uopće nema. Ovakva vrsta ljubavi vidi se u najboljim prijateljstvima ili u dugotrajnim brakovima u kojima je spolna privlačnost nestala. Također, ovaj oblik ljubavi je i ljubav prema članovima obitelji.
6. Romantična ljubav – sadrži stavku strasti i bliskosti. Ovaj oblik ljubavi par doživljava u prvim mjesecima veze (kada ljubav *„cvjeta“*). Partneri su fizički bliski, te uživaju provoditi vrijeme zajedno. Ovaj oblik ljubavi je najprisutniji u adolescenciji i ranom odraslom dobu kada se razvijaju zrele ljubavne veze.
7. Besmislena/nezrela ljubav – sastoji se od strasti i odanosti. Odnos ovih partnera zasnovan je više na strasti nego na dubokoj intimnoj povezanosti. Često ljudi koji doživljavaju ovaj oblik ljubavi, donose odluku da se vjenčaju na brzinu.
8. Savršena/potpuna ljubav – obuhvaća sve tri stavke, odnosno visoka joj je mješavina strasti, odanosti i intimnosti.[47] Potpuna ljubav po Sternbergu je kompletan oblik ljubavi kojoj ljudi trebaju težiti iako ju je teško dostići. Strast, bliskost i odanost su podjednako pristuni.[48]

---

[46] *Isto*, str. 46.
[47] *Isto*, str. 46.
[48] O. NOVAKOVIĆ, Teorije ljubavi (3. 9. 2015.), u: http://psihologika.rs/teorije-ljubavi/ (20. 7. 2017.)

Figura 3.



Kad čovjek otkrije taj misterij ljubavi, tada sve ostalo postaje nevažno i sve dobiva drugačije značenje. Tada nam ni patnja nije teška, jer znamo da imamo nekoga tko će nam pomoći nositi životni križ. Onoga trenutka kad tuđu suzu budemo doživljavali kao vlastitu i supatili s bližnjim, dogodilo nam se čudo ljubavi i božanske prisutnosti. I od tada, u ono maleno ljudsko srce, odjednom može stati sve. Svaki osjećaj ima u njemu svoj dio kojeg ljubav oživljava na poseban način. Kao što je srce ono što čovjeka drži na životu, tako je i ljubav ona koja drugim osjećajima daje živost. Samo s ljubavlju, živimo vječnost. Tu nema smrti ni boli, nego živi nada. Ovdje se čovjek može susresti s čovjekom i Bogom, a da ne strahuje da sebe izgubi. Svi oni koji uđu u naše srce, blagoslovljeni su milošću i obdareni slobodom, te smo im mi dužni pružiti kako smijeh za radovati, tako i ruku za pomoći i rame za plakati.[49]

[49] I. CVITANOVIĆ, *Zaljubljenost*, Dekanatski ured, Split-katedrala, 1985., str. 12-13.

Postoji mnogo razloga kako se prava ljubav može prepoznati, a neki od njih su:

- kad dvoje mladih koji žele ozbiljnu vezu, tad se trude tu vezu učiniti stabilnom. Njihova ljubav postaje njihov čitav život, i sudjeluje u njihovim uvjerenjima, radostima i razočarenjima. Nastoje se upoznati što dublje u karakternim osobinama, idealima i težnjama. Također, u počecima ljubavi često puta zna doći do neke neugodnosti ili kakava neprilična otkrića. Do toga dolazi kada zaljubljni u zaljubljenome odjenom susretne neočekivane stvari koji ga mogu zakočiti, donijeti mu nepovjerenje i sumnju. No, moraju znati da se tu radi o prirodnom procesu iskrenog sazrijevanja prave ljubavi. Samo ovim putem, koji je iskren, bez laži, varanja ili namještenosti, može se otkriti drugu osobu kakva zaista jest. Stoga nije za čudno, ako mladi par susretne još više problema i poteškoća jer su im oni potrebni da bi bolje sazreli u pravoj ljubavi.[50] Prava ljubav je ona koja treba nešto graditi i održavati, a to zahtjeva trud i napor. Samo takva ljubav koja je aktivna, može biti osnova kvalitetnog i dugotrajnog bračnog odnosa.[51]
- događa se u počecima poznanstva, a odnosi se na međuizmjenu osobnih vrijednosti. To je početak procesa koji će se kasnije, razviti u duhovno jedinstvo koje tvori bitan element braka. Mladi par ide za tim da se nadopunjavaju. Poštivanje koje imaju jedno prema drugome, dovodi do međusobnog sklada u braku. Ovo doba je uglavnom doba romantike gdje vlada divljenje i poštovanje jednog prema drugome, te intenzivna izmjena malih darova kao simbola ljubavi.[52] Stoga, ljubav traži obostranost i razumijevanje.
- pravoj ljubavi ne smeta jedinstvenost i individualnost pojedinog partnera, ali je nužno zajedničko slaganje u bitnim stvarima.[53] Jasno je da se u tome ne traži identičnost mišljenja,

---

[50] I. FUCEK, *Moralno-duhovni život, Predbračna ljubav, Bračna ljubav*, str. 88-89.
[51] P. BRAJŠA, *Umjeće življenja udvoje*, str. 18-19.
[52] *„Kada je ona, inače odlična djevojka i odlična kršćanka, nakon dvije godine hodanja s isto tako dobro odgojenim kršćanskim mladićem, htjela na svaki način uči u predbračne odnose s argumentima kako su neki njihovi prijatelji zaručnici sretniji od njih jer odavno žive kao supružnici, shvatila je da bi to teško uvrijedilo Krista Gospodina u koga je ona zaljubljena, s njegovom milošću i svjetlom odozgor odustala je od te namjere. Prošla je još jedna godina u pripravi, molitvi i primanju sakramenata – sigurno ne u posve neznatnim žrtvama – i oni su stupili pred oltar čisti da si podjele sakrament ženidbe. Poznavao sam ih godinama: bili su kao otvorena knjiga sve do dana vjenčanja, a to su i sada. Sjali su od sreće kad su sljedećih dana propovijedali prijateljima o ljepoti velike novosti njihova života i njihove ljubavi, što istom sada pravo otkrivaju. A to je upravo taj pravi kršćanski način. Ti su novi supružnici svaki dan imali prilike biti na Misi i jednako uvijek primiti Kristovo tijelo. Ne mogu reći koliko sam se nad njima radovao, u stvari, radovao sam se pobjedi Duha Svetoga u njihovim srcima koji je sjao s njihovih vedrih obraza.“* (I. FUČEK, *Moralno-duhovni život, Predbračna ljubav, Bračna ljubav*, str. 90.)
[53] To se npr. može odnositi na: vjerska uvjerenja, političku i socijalnu orijentaciju, životne ideale itd.

jer bi ona kao takva u budućnosti mogla biti škodljiva. Ljubav osjeća potrebu za izmjenom i komplementarnošću[54] kako ne bi postala monotona i dosadna. Ipak, idealan odnos ljubavi je sloga u važnim i temeljnim stvarima i kompromis u manje važnim stvarima. Različita razmišljanja bit će zanimljiva točka izmjene misli, ali nipošto prilika za rušenje ljubavi. Sasvim je prirodno da će biti neslaganja u nekim manje važnim stvarima, ali ako je u pitanju neslaganje u bitnim stvarima[55], to treba zabrinjavati. Takva dublja različitost nemože se zvati pravom autentičnom ljubavlju.[56]

- također, jedan od znakova prave ljubavi je spremnost na žrtvu u korist drugoga. Ako je ljubav sinonim za darivanje samoga sebe drugome, logično je da se želim predati u potpunosti onome koga iskreno volim. U tom smislu se i kaže da se prava ljubav ne iskazuje riječima, nego djelima. Žrtvovati se u ime drugoga jest iskušavanje žara osobne autentične ljubavi.[57] Ljubav je ona koja se stalno mijenja i razvija zahvaljujući aktivnošću partnera, a samim time zahtjeva i njegu. Bez takve ljubavi, brak gubi svoj smisao[58].

Ljubav je zadatak postavljen čovjeku koji se tek u potpunoj slobodi može ostvariti i kao takva otkriva nam smisao postojanja. Ljubiti znači izabrati drugoga i izabranom darivati sebe na milost i nemilost, te se potpuno predati. Ljubiti znači doživjeti drugoga kao svoju priliku, mogućnost vlastitoga opstanka, prostor svoje slobode, kao nadu ostvarenja. Ljubiti znači doživjeti drugoga kao vječni izazov jer tek onda kad se istinski ljubi, moguće je pokloniti sebe i primiti drugoga na dar. Ljubiti znači prihvatiti drugoga u cijelosti, sa svim njegovim vrlinama i manama, sa svim njegovima jakostima i slabostima. Ljubiti znači ostati svoj, a biti istovremeno biti tuđi. Samo u takvoj ljubavi biti će moguće graditi pravo

---

[54] ...da bi se se obogatila onim što sama nema.

[55] Pitanje vjere, braka, morala...

[56] Npr. Završili su studije. Ona je radila, on je čekao posao. Ona je bila kršćanka, a on ateist. Nastojala je da se prikloni njezinim stavovima, ali uzalud. On je koristio razne prilike kako bi ju ismijavao dok je npr. odlazila u Crkvu, molila se, žrtvovala vrijeme za druge, davala milostinju potrebitima jer je smatrao da joj je vjera građena na ničemu jer Boga zapravo nema. Nakon tri godine hodanja, u duhovnoj obnovi koja je trajala nekoliko dana, dok se molila i razmišljala, učinila je pred Gospodinom svoj izbor, te hrabro napustila tog zgodnog, inteligentnog, dobro stojećeg, ali za nju, neprikladnog mladića. (I. FUČEK, *Moralno-duhovni život, Predbračna ljubav, Bračna ljubav*, str. 91.)

[57] Npr. u teškim trenutcima za jedno od njih dvoje, prava ljubav ide za tim da podigne drugoga, da suosjeća s njime, da mu olakša bol i proba ga osloboditi od njegove nevolje. (I. FUČEK, *Moralno-duhovni život, Predbračna ljubav, Bračna ljubav*, str. 92.)

[58] P. BRAJŠA, *Umjeće življenja udvoje*, str. 18-19.

zajedništvo.[59] Ljubiti u konačnici znači, poistovijetiti se s Kristom i njegovim životom, te poradi te ljubavi biti spreman dati svoj život za drugoga.

U čovjekovu životu, ljubav i zaljubljenost često se pojavljuju i međusobno su isprepletene. Svesti čovjeka na zaljubljenost, pogrešno je, kao i svesti ga na ljubav bez mrvice zaljubljenosti. Ona se promatra kao onaj fenomen kada ti se učini da sve ima smisla. Sve je savršeno, sve je baš onako kako je *„zapisano u bajkama“*. Čak su i naši stari vjerovali da su zaljubljene osobe one koje su *„ureknute i lude“* jer se ponašaju drugačije. Bit zaljubljenosti je u uzrocima koji su izvan naše slobode i radi toga nismo u mogućnosti njome upravljati. Zbog toga se nemože reći da je zaljubljenost posljedica zrelosti ljudske osobe, nego rezultat nesvjesnih elemenata natoloženih u našoj podsvijesti.[60] Čovjeku se zaljubljenost dogodi iznenada, pa čak i onda kad najmanje želi. Posebno čudna okolnost je u tome što osjeća da oduvijek poznaje onu osobu u koju je zaljubljen, iako je tek ušla u njegov životu. Čovjek tako npr. neće imati mira dok mu ta osoba nije u blizini. U njegovu se srcu tada odvijaju prekrasni dijalozi, polažu se zakletve vjernosti, čine se obećanja, poklanju se molitve. Zaljubljenik, očaran tim otkrićem, pogođen spoznajom ljepote, radostan zbog sudbine, otkriva da je postao drugačiji, tj. da je postao drugo biće. Obilježava ga promjena promatranja okoline. Sve gleda kroz tzv. *„ružičaste naočale“*. Sve što nije povezano s osobom u koju su zaljubljeni, postaje im nevažno. Prestaju biti oprezni, a postaju pjesnici, sanjari.[61]

Zaljubljenik svijet promatra kroz drugu prizmu, te je zaljubljenost kao takva predvorje i pomoć ljubavi u njezinu rađanju i rastu. Zaljubljenik ima oči koje vide što drugi ne vide. Osobu u koju su zaljubljeni, promatraju i vide drugačije nego ostali. No, problem se javlja kad čarolija zaljubljenosti ponestane, a partneri pokažu jedno drugom svoju svakodnevnu stranu osobnosti. To sve pokazuje da kada smo zaljubljeni u drugoga, zaljubljeni smo zapravo u svoju sliku u drugome. Tu je bitna razlika ljubavi i zaljubljenosti. U ljubavi, tko istinski voli drugoga, voli ga sa svim manama koje nosi u sebi i sa sobom. Izborom onoga u koga se zaljubljujemo, otkrivamo profil naše duše, i u drugome tražimo svoju dušu. Ako onaj u koga se zaljubimo, ima zbilja one kvalitete koje odgovaraju profilu

[59] I. CVITANOVIĆ, *Zaljubljenost*, str. 7-8.
[60] *Isto*, str. 18.
[61] *Isto*, str. 19-25.

naše duše, onda kod ove zaljubljenosti postoji mogućnost da se pretvori u ljubav. Onaj u kojeg smo zaljubljeni, jednostavno ga obožavamo jer taj drugi nije realan, nego je samo moja idealizirana slika. Kršćanin će se po uzoru na Isusa Krista, poniziti, odnosno pokoriti pred drugim, te staviti tuđe potrebe i zahtjeve ispred svojih.

U Svetom Pismu doznajemo da odnos muškarca i žene ima dimenziju *„kenoze“* koja se pojavljuje u rečenici *„Post 2, 24“*[62]. Muškarac ima prvenstvo[63], ali to prvenstvo *„biti glava“* određeno je da bude okrenuto prema ženi, odnosno podrazumijeva *„ostavljanje“* onoga poznatoga[64] i prijanjanje, predanost i zauzimanje za vlastitu ženu, a time poništenje sebe sama poradi žene. Pavao to izražava kroz *„Ef 5, 22-29*“[65]. Muž kao glava ženi, treba činiti za nju ono što je Isus Krist za Crkvu: ljubiti ju, predati se za nju, posvećivati ju, njegovati i uzvisiti[66] ju da bude na njegovu slavu (1 Kor 11, 8).[67]

Upravo se to događa u zaljubljenosti i ljubavi. Zaljubljenost nastoji pobožanstveniti osobu u koju smo zaljubljeni. Iako je velika razlika između ljubavi i zaljubljenosti, često su vrlo isprepletene. Jedna drugu potpomažu, prožimlju i radi toga se zaljubljenost često hrani iskustvom ljubavi, a ljubav doživljajima zaljubljenosti. Razumljivo je da zaljubljenik u onom biću kojeg ljubi, želi otkriti svoju sliku. Nju nam ocrtavaju kako riječi, tako i zaljubljene oči, te i pažnja koja nam je dana. Treba imati na umu, da je Krist Veroniki poklonio svoju prvu sliku, jer su njene zaljubljene oči, u licu prepunom krvi, znoja i rana, prepoznale ljepotu Krista. Svoju čeznju, prema drugome, zaljubljenik najprije otkriva u odnosu prema njemu.

---

[62] Kenoza predstavlja oplijenjenje, odnosno poništenje. Naznačena je u rečenici: *„Stoga će čovjek ostaviti oca i majku da prione uza svoju ženu i njih dvoje bit će jedno tijelo.“*

[63] Ne treba samo žena slušati muškarca, oboje se trebaju jedno drugome pokoravati. Kod takvog pokoravanja, riječ je o normalnoj zakonitosti ljubavi koja čini da drugoga čujemo i da mu se otvorimo.

[64] ...svoje obitelji i doma..

[65] *„Muževi, ljubite svoje žene kao što je Krist ljubio Crkvu te sebe predao za nju da je posveti, očistivši je kupelji vode uz riječ te sebi predvede Crkvu slavnu, bez ljage i nabora ili čega takva, nego da bude sveta i bez mane. Tako treba da i muževi ljube svoje žene kao svoja tijela. Tko ljubi svoju ženu, sebe ljubi. Ta nitko nikada ne mrzi svoga tijela, nego ga hrani i njeguje kao i Krist Crkvu.“*

[66] *„Tijekom svadbene večeri, on i njegova supruga, odstupili su od uobičajne tradicije da mladoženja mladoj svlači podvezicu i baca ju u razuzdanu gomilu neoženjenih muškaraca. Umjesto ponavljanja ova besmislena običaja, on je svoju nevjestu posjeo na stolac te kleknio pred nju i oprao joj noge. Isto je tako Isus oprao noge svojim učenicima prije nego što je na križu položio svoj život za njih (Iv 13, 1-15). Oponašanjem Kristove poniznosti pred očima svojih gostiju, ovaj je mladoženja svakome od njih ostavio prizor koji neće tako lako zaboraviti. Nije on činio predstavu za goste, nego im je pokazao kako njegova supruga zaslužuje biti ljubljena.“* (J. EVERT, *Teologija tijela za njega*, Verbum, Split, str. 15.)

[67] I. RAGUŽ, Muško i žensko, u: *Vijesnik Đakovačko-Osječke i Srijemske biskupije*, 145 (2017.) 2428, 61-62.

Poništenje, u kojem se ide tako daleko da se događa razmjena sebe samoga s drugim. Drugi prima ono što ima onaj koji ljubi, a onaj koji ljubi prima sve ono od drugoga koji ljubi.[68]

Mlade osobe često mješaju zaljubljenost i ljubav. Sa zaljubljenošću može ljubav početi, ali ne s njom i trajati. Zaljubljenost je vezana za kratki, a ljubav za trajni odnosi među ljudima koji treba razvijati, održavati, čuvati. Zaljubljenost je prolazno stanje ograničenog trajanja i relativno je kratki intimni odnos. To još nije ljubav, ali predstavlja osnovu na kojoj se može našom aktivnošću razviti ljubav. Tek ljubav, može osigurati obostrano zadovoljavajući dugi intimni odnos.[69] Osnovna obilježja zaljubljenosti su: selektivno zapažanje, subjektivno tumačenje i nekritično iskrivljavanje vanjske stvarnosti. Zaljubljeni vide i čuju samo ono što žele i što odgovara njihovim unutarnjim potrebama i osjećajima, te su u stanju isključivati sve ono što im ne odgovara, i što im smeta. Druga pak strana, koja je također zaljubljena, lako prepozna što voljena osoba želi vidjeti i čuti, pa joj to i nudi, a sve ostalo sakriva. I tako oboje žive u idealiziranom svijetu svojih osobnih selekcija i ograničenja. Ono što vide i čuju, zaljubljeni tumače kako im odgovara, te pridodaju tome svoja subjektivna značenja, koja nemaju često puta veze sa stvarnim značenjem određenog događanja. Posljedica toga procesa je potpuno nestvarna slika svijeta u kojojoj žive zaljubljeni. No, sve je dobro, dok su oboje zaljubljeni u istoj mjeri.

Kada zaljubljenost nakon određenog vremena počne blijediti, partneri se počinju gledati i upoznavati u posve drugačijem svijetlu. Ako se u ovom trenutku ne dogodi pretvorba zaljubljenosti u ljubav, ovaj se odnos može pretvoriti iz nestvarnog raja u stvarni pakao. Daljnje obilježje zaljubljenosti je isključivanje trećeg i simbiotsko stapanje s voljenim. Svakog trećeg zaljubljeni smatraju *„nepozvanim uljezom“*. Zaljubljeni ne podnose nikoga osim sebe i svi im smetaju osim njih samih. Smeta im svaka različitost među njima, pa su spremni žrtvovati svoju individualnost, slobodu i posebnost, te potpuno nestati jedno u drugome[70]. Iz dvoje postaju jedno. I opet se događa drama kada zaljubljenost prođe, a oni ostaju u dugom odnosu. U tim trenucima počinju tražiti i trebati treću osobu kako bi istakli svoju različitost.

---

[68] *Isto*, str. 61-62.
[69] P. BRAJŠA, *Umjeće ljubavi*, C.A.S.H., Pula, 1997., str. 48.
[70] Tzv. simbiotsko stapanje

Zaljubljenima trebaju prepreke, zabrane i protivljenja. To ih potiče, jača i hrani. One ih još više zbližuju, a ne rastavljaju. Njihova je veza jača što je više izložena preprekama, zaprekama, zabranama, otporima, napadima i nastojanjima da ih se razdvoji. Zaljubljeni se još bore jedno za drugo kada im se suprostavlja okolina[71] i kada ih progoni. [72] Zaljubljenost treba shvatiti kao početni kapital, dobiveni miraz, dar prirode na kojemu treba graditi, koji treba obogaćivati, koji treba pretvarati u drugačiju ljubav koja može trajati, koja nije prepuštena sama sebi, nego je čin, djelovanje u kojem smo aktivni i svjesni suradnici. Stoga je važno brak graditi na čvrstim temeljima, a zaljubljenost kao takva nije dostatna, te je potrebna čvrsta, istinska ljubav.[73]

Čovjek tako zna da barem u zaljubljenikovu srcu, živi kao onaj kakav je u svojim snovima želio biti. On zato treba nastojati da postane što sličniji slici o sebi koju zaljubljenik u njemu vidi. Ako mu je imalo stalo, pobrinit će se da postane bolja, pametnija, ljepša, pristojnija osoba kako se partner ne bi razočarao u njega i tako umro u njegovom srcu. Stoga nije ni čudno za reći da se zaljubljenici uzajamno stvaraju. Jedno drugome daruju svoju dušu, da bi u drugome pomogli nadići ograničenosti života, i tako postaju uzajamni stvaraoci, odgovorni za drugog i njegovu budućnost.[74] U Knjizi Postanka koja započinje izvještajem o tvaranju, piše kako je Bog uvidio nakon što je stvorio ptice, stoku i sve životinje da budu pomoć čovjeku, da je ipak čovjek i dalje usamljen. Potom pusti tvrdi san da čovjek zaspi, te od njegova rebra, Bog načinu ženu i dovede ju čovjeku da zajedno nastave djelo stvaranja.[75]

Zaljubljeni želi biti stalno u blizini onoga za kojim čezne. Želi slušati njegov glas, gledati njegove oči, osjetiti njegove ruke. Biti blizu voljenoga bića daje mu snagu i motivaciju za život, hrabri ga, i pomaže da podnese najteže boli. No, ne hrani zaljubljenik samo sebe, nego i drugoga, daje mu snagu podrške i osjećaj da je nekome sve u životu. Aristotel kaže da: "*Nitko nije zavolio dok nije osjetio uživanje kad je ugledao dotičnu osobu,*

---

[71] Imamo primjer dobro poznate ljubavne priče o Romeo i Juliji gdje su se njihove obitelji protivile njihovoj ljubavi.
[72] P. BRAJŠA, *Umjeće ljubavi*, str. 49-50.
[73] M. SZENTMARTONI, *Svijet mladih*, *Psihološke studije,* Filozofsko-teološki institut Družbe Isusove, Zagreb, 2007., str. 134-136.
[74] I. CVITANOVIĆ, *Zaljubljenost*, str. 26-27.
[75] Post 2, 20-23; Post 1, 28

ali sama radost u prizoru jedne osobe još ne čini zaljubljenost: za to je potrebno još da čezne za odsutnim stvorenjem i da se priželjkuje njegova prisutnost.“[76]

Zaljubljenik se boji istine o onome koga voli i ne želi čuti istinu koja bi se razlikovala od njegova viđenja, maštanja, sanjarenja. No, prava će ljubav tek onda u potpunosti biti ostvarena, kada oni koji se istinski ljube, iznesu svu istinu o sebi i kad tu istinu o drugome uzajamno prihvate. Don I. Cvitanović napisao je zlatno pravilo ljubavi koje glasi: *„Istine iznijeti drugima o sebi onoliko, koliko su te oni izabrali, koliko te oni već ljube i koliko si ti njih u ljubavi izabrao!“*[77]

Bitno je za reći da iskustvo zaljubljenosti i njegovo življenje, neće omesti sljedeće iskustvo, a još manje sljedeću ljubav, nego će joj omogućiti da postane intenzivniji i potpuniji odnos. Zbog toga ne bi trebalo niti jednom ljubavnom paru smetati ako je netko od njih prije bio zaljubljen jer je samo uz pomoć toga iskustva ljubavi došao kao bolja osoba u ovaj odnos. Čitajući Novi Zavjet[78] možemo primjetiti jedan indikativan primjer o Isusu Kristu koji je bio doista izuzetan muškarac. Evanđelist Ivan, prikazuje ga Zaručnikom Izraela na temelju starozavjetnoga prikazivanja ženidbe između Boga i njegovoga naroda.[79] Isus Krist pristupa ženama kao onima koje imaju jednako dostojanstvo i prava kao i muškarci, suosjeća s njihovim patnjama i nevoljama, ozdravlja ih, vraća im narušeno dostojanstvo, ne postupa po ustaljenim društvenim klišejima.[80] Zanimljivo je da su se u Isusovim najtežim zemaljskim

---

[76] ARISTOTEL, *Nikomahova etika*, Kultura, Beograd, 1970. str. 235.
[77] I. CVITANOVIĆ, *Zaljubljenost*, str. 26-27.
[78] *Usp. Iv 4, 7-9, 25-26. Premda se većina Židova nije družila sa Samarićanima, Isus je bio spreman razgovarati sa Samarićankom na javnom mjestu. Židovima je bilo sablažnjivo razgovarati sa ženom na javnom mjestu. No Isus se prema ženama odnosio s poštovanjem i obzirno. Pokazao je da ne gaji predrasude prema ljudima iz drugih naroda ni prema osobama suprotnog spola. Ustvari, ta žena iz Samarije bila je prva osoba kojoj je Isus otvoreno rekao da je Mesija.*
Usp. Mt 9, 22. Isusu je prišla žena koja je 12 godina bolovala od neugodnog i teškog krvarenja. Kad je dotaknula Isusa, istog je trena ozdravila. Prema Mojsijevom zakonu, žena koja je bolovala od krvarenja nije smjela ići među ljude, a kamoli ih doticati. Međutim, Isus nije prekorio ženu koja ga je dotaknula. Naprotiv, suosjećajno ju je utješio i obratio joj se s “kćeri”.
Usp. Mt 28, 1, 5-10. Kad je Isus uskrsnuo, prvo se pojavio pred Marijom Magdalenom i jednom drugom svojom učenicom, koju Biblija naziva “druga Marija”. Tim činom, ukazao je čast ženama omogućivši im da budu prvi svjedoci njegovog uskrsnuća. Isus je ženama rekao: “Idite, javite braći mojoj” i to jasno pokazuje da nije bio pod utjecajem predrasuda koje su u ono vrijeme bile uvriježene među Židovima i zbog kojih se na sudu žene nije priznavalo kao valjane svjedoke.
[79] Usp. Iv 3, 29; Hoš 1-2; Jr 2, 2, Iz 61, 10
[80] B. s. T. BARNJAK, Isusov odnos prema ženama, u: *Spectrum: ogledi i prinosi studenata teologije*, 3-4 (2014.) 1-2, 43.

trenucima razbježali svi njegovi učenici, a žene su ostale uz njega i pratile ga na njegovu križnom putu.[81] Poradi ljubavi koju su gajile prema njemu, vjerno su ga pratile do kraja njegovog života, slušale pomno njegove riječi, bile prisutne kod njegove smrti, promatrale njegov ukop, te su se nakon svih ovih događaja vratile u grad da bi pripravile pomasti za pomazanje njegova tijela kako bi mu iskazale ljubav i vjernost. A ono najljepše, prve su došle na grob i čule anđelove riječi: *„Nije ovdje nego uskrsnu!"*(Lk 24, 6).[82] U konačnici, Isusa su gledale kao svoga Zaručnika. A nakon toga iz ljubavi prema njemu, došle su ga pomazati na grob kako bi mu iskazale vjernost. [83] Zar je čudno da tako plemenit i jedinstven čovjek, nađe mjesto u srcu jedne žene? Kako to drugačije nazvati nego zaljubljenošću? A ne zaboravimo, radi se o Kristu. *„Budući da je Bog postao muškacem kada je na se uzeo našu ljudsku narav, muškarcima je time pružena jedinstvena prilika da u Isusu Kristu vide Božji naum za muževnost."*[84]

Ljubiti je dobro, ali teško. Ljubav jedne osobe prema drugoj možda je nešto najteže što nam je povjereno kao dokaz naše ljudske kvalitete. Ljubiti je uzvišen motiv koji se nudi svakom pojedincu da bi sazrio i postao nešto u sebi samom. To je vrlo teško i ambiciozno traženje koje se stavlja pred nekoga i obogaćuje ga, nešto što ga odabire i zove da bi ispunio veličanstveni i transcedentalan zadatak. Jedino u tome smislu, uzimajući to kao zadaću i obvezu za izgrađivanjem samog sebe, mladi bi trebali iskoristiti ljubav koja im je darovana.[85]

---

[81] Usp. Lk 23, 27–31

[82] B. s. T. BARNJAK, Isusov odnos prema ženama, str. 48.

[83] *Usp. Iv 12, 1-2; 7-8. Nakon što je Isus uskrisio Lazara, postalo je opasno biti u njegovom društvu. No, sestre Marija i Marta prihvaćaju Isusa i njegove učenike. Jače od prijetnji smrću jest zajedništvo u kojem žele biti s njim. Tako ovdje imamo malu sliku Crkve – zajednica prijatelja koji se ljube i koji se, bez obzira na cijenu i opasnost, okupljaju oko Isusa koji daje život. Svoju ljubav Marija iskazuje darom skupocjene pomasti. Libra koju spominje Ivan sadržavala je 327 grama dragocjene pomasti, što odgovara vrijednosti godišnje plaće (usp. Mt 20, 2. 9) U sljedećim redcima, Isus ne niječe potrebu pomaganja siromašnih. S obzirom da je u Izraelu sahranjivanje pokojnika i trošak koji pri tom nastane smatran važnijim od bilo kojeg drugog milosrđa, Isus Marijin čin shvaća kao čin milosrđa. Ona na raskošan način odgovara na ljubav svoga Stvoritelja! U njoj zaručnica odgovara svome Zaručniku koji je ljubi vječnom ljubavlju (usp. Jr 31, 3).*

[84] J. EVERT, *Teologija tijela za njega*, str. 14.

[85] A. VAZQUEZ, *Brak za novo vrijeme*, Verbum, Split - Zagreb, 2013., str. 69.

1.3. Razvoj predbračnih partnerskih odnosa

Tužna je činjenica kako je u naše vrijeme zavladala raskalašenost i nemoralnost među mladima. Krivica ovdje nije samo na njima, već i na odraslima koji su odgovorni za ozračje koje prevladava u javnom i privatnom životu. Kršćanska je tradicija oslabila u današnjim obiteljima, a napose u svakodnevnom medijskom okruženju koje je oko nas. Posebno loš utjecaj imaju nemoralni televizijski i internetski sadržaji koji su pristupačni gdje god se čovjek okrenio. Nije ni čudo što je među mladima zavladalo *„trgovačko“* iskorištavanje seksualnog nagona, a plod svega toga je opsjednutnost za fizičkom ljubavi i spolnom odnosu, te protivljenje svakog moralnog zakona. Međutim, normalno je da se u svakom mladom čovjeku javljaju pitanja u vezi spolnosti, ljubavi i bračnog života. Ali ono što Bog traži od svakog mladog čovjeka je borba da se sačuva čistoća. Možemo čak i reći da je to jedna od najvažnijih borbi za mladost jer će o njoj ovisiti svaka budućnost mladog čovjeka. Ako se u godinama mladosti osoba ne bori za svoju čistoću, dovesti će u pitanje svoj budući osobni i obiteljski život. Čistoćom se razvija samokontrola, a to znači da naš razum može kontrolirati naše nagone[86]. Ona nam pomaže da pronađemo ljubav na drugačiji način. Održava naš razum bistrim tako da možemo raspoznati prave i pogrešne osobe. Hodati s partnerom, a *„živjeti“* čistoću znači provoditi svoje vrijeme u pozitivnom druženju s tom osobom bez spolnih odnosa. Osobu je tada moguće dobro upoznati, te uvidjeti kako se ta osoba vlada u različitim situacijama i da li vam to odogovara. Čistoća znači nedopuštanje stvaranja emocionalne bliskosti koji spolni odnos stvara. Ona vam dopušta jasno razmišljanje[87] i omogućuje vam da kontolirate privlačnost prema partneru. Ljubav je vrlo osjetljiva i razvija se polako, ali prerani spolni odnos bi snagom spolne strasti mogao ugušiti tu ljubav[88]. Ljubav treba vremena i potrebno je nedopustiti spolnim osjećajima da pobijede jer tako mogu povrijediti našu ljubav. Isplati se čekati.[89]

---

[86] Čistoća znači biti sposoban reći: *„Ne!“*, kada naši nagoni vrište: *„Da!“*

[87] Ako hodate s nekim živeći pritom čistoću, dogodit će vam se jedna od dvije stvari. Prva je da će te čista srca moći pogledati osobu u oči i reći joj da ona nije za vas, a druga je da se iz te veze može početi razvijati doista nešto lijepo. Moći će te reći osobi: *„Volim te i znam da si ti prava osoba. Ne postoji spolna bliskost koja utječe na moje osjećaje, već moje srce govori da te volim.“* (M. B. BONACCI, *Prava ljubav*, Verbum, Split, 2004., str. 94-95.)

[88] Walter Trobisch je jednom rekao kako orkestar ne počinje glazbu s bubnjevima i trubama. Započinje ju sa flautama i violinama jer bi u suprotnom slučaje glasne trube i bubnjevi ugušili tiše instrumente. Istu stvar možemo primjeniti na spolnosti i ljubav. (M. B. BONACCI, *Prava ljubav*, str. 95.)

[89] *Isto*, str. 95.

Ivan Don Bosco, pedagog i veliki odgajatelj mladeži, često je govorio nekoliko pravila koji su mogla pomoći mladima kako se suzdržati se ukoliko ih spopadne napast spolnosti:[90]

- Za početak, stavi se pod zaštitu nebeske Majke Marije. Njoj se povjeravati, u nju se pouzdati. Ona je obrana pred napadom sotone u borbi za tvoju dušu.
- Ukoliko te spopadne napast, odmah se prihvati nekog posla jer je besposlenost *„majka“* svih opačina. Zaposlenošću ćeš pobijediti napast protiv kreposti čistoće.
- Često pogledaj raspelo i Isusa na njemu. On će ti biti velika pomoć u borbi protiv neprijatelja čistoće.
- Ako je napast jaka, uporana i trajnija, uteci se Kristu i Majci Mariji molitvom koju nam je Crkva dala[91].
- Čuvaj svoje oči od nevaljalih i prostih slika, filmova, knjiga i odmakni se od društva koje te nagovara na te stvari.
- Uvijek u sebi nadograđuj duh služenja i pomaganja bližnjemu. Misli na druge i ljubi ih kao sebe samoga. Baveći se ozbiljnim stvarima, nećeš misliti na zle i zavodljive stvari.
- Redovito se ispovijedaj i primaj Isusa kad god možeš. I kad prolaziš kraj crkve, sjeti se Isusa i pomoli mu se da ti pomogne ustrajati.

Drugi Vatikanski koncil izrekao je potrebu za razboritim i pozitivnim spolnim odgojem koji će se pružiti djeci i mladima u skladu s napredujućom dobi i uzimajući u obzir napredak psihologije, pedagogije i didaktike. Nije lako pristupiti pitanju spolnog odgoja u vremenu u kojem se spolnost osiromašuje i banalizira. Može ga se promatrati samo u širem okviru odgoja za ljubav i uzajamnog darivanja. Na taj bi način jezik spolnosti bio obogaćen i prosvijetljen. Spolni nagon može se pravilno usmjeriti kroz proces rasta u samokontroli i samospoznaji koji može razviti dragocjene sposobnosti radosti i susreta u ljubavi. Spolni odgoj treba pružiti informacije, ali pri tom treba imati na umu da djeca i mladi još uvijek nisu stekli potpunu zrelost. U to ih treba uputiti u pravo vrijeme i na način koji odgovora njihovom

[90] I. ZIRDUM, *Snagom Kristova Duha odvažno u budućnost*, krizmeni spomen-dar, UPT, Đakovo, str. 24-26.
[91] „...Sveta Marijo, moli za nas grješnike...“

uzrastu. Mladi trebaju shvatiti da su napadnuti sa svih strana porukuma koje nisu korisne za njihov razvoj ka zrelosti.[92]

Potrebno je odgajati vlastitu spolnost koja je izvorna dimenzija prirođena svakoj osobi, tako da je potpuno posjedujemo i upravljamo njome u skladu sa svim bogatstvom njezinih ljudskih značenja. Samo tako mladi neće postati njezini rob, nego će u punini uživati u svim njezinim plodovima. Kada se živi spolnost kao dar koji možemo podariti drugome, unutar dubokog odnosa uzajamne ljubavi i poštovanja, onda je to put prema punini pravog zadovoljstva.[93]

Spolni odgoj koji pomaže mladoj osobi sačuvati zdrav osjećaj stida ima ogromnu vrijednost. Stid je prirodno sredstvo kojim osoba brani svoje nutarnje osjećaje i štiti se od toga da se pretvori u puki objekt. Ako nema tog osjećaja stida, može se dogoditi da se ljubav i spolnost svedu na ovisnost o seksualnim nagonima. Neogovorno je mlade osobe pozivati da se igraju sa svojim tijelima kao da imaju zrelost i uzajamnu prednost koja je svojstvena braku. Stoga je vrlo važno naučiti ih da se stekne osjetljivost na različite izraze ljubavi, uzajamne brige, nježnosti, poštivanja i komunikacije. Upravo to priprema osobu za cjelovito i velikodušno darivanje samoga sebe koje će se izraziti nakon javnog prihvaćanja obveze, u daru tijela. Jezik tijela zahtjeva strpljivo učenje koje omogućuje interpretaciju i usmjeravanje vlastitih želja radi istinskog davanja. Spolni odgoj bi trebao uključivati poštivanje i uvažavanje različitosti kao način da se uspije pomoći mladima da prevladaju zaokupljenosti sobom i da se otvore prihvatiti drugoga. Stoga je potrebno cijeniti vlastito tijelo koje je *„stožer spasenja“*[94] u svoj ženskosti i muškosti kako bismo se mogli prepoznati u susretu s nekim tko je drugačiji. I tek kad se tijelu da dostojanstvo koje mu pripada, možemo shvatiti središnju istinu naše vjere[95], a to je da je *„Riječ tijelom postala“*[96]. Na taj će način biti moguće s radošću prihvatiti dar drugoga muškarca ili žene, kao djelo Boga Stvoritelja i

---

[92] PAPA FRANJO, Posinodalna apostolska pobudnica *Amoris laetitia, Radost ljubavi*, KS, Dokumenti 171, Zagreb, 2016., str. 212-213.
[93] B. I P. ROVEA, *On i ona na putu prema braku*, Novi svijet, Zagreb, 2015., str. 37-41.
[94] KKC 1015.
[95] I. PAVAO II, *Muško i žensko stvori ih, Kateheze o ljudskoj ljubavi, Cjelovita teologija tijela, Svezak I.*, Verbum, Split, 2012. str. 6.
[96] Iv 1, 14

uzajamno se obogaćivati. Spolni odgoj treba pomoći osobi da prihvati svoje tijelo tako da osoba ne teži za brisanjem spolne razlike jer se ne zna s njom suočiti.[97]

Predbračni partnerski odnosi započinju na različite načine. Kod nekih se razvija sporo i postupno, te iz prijateljskih odnosa prelaze u partnerske, dok kod drugih se razvijaju brzo. No, u oba slučaja se mijenjaju. Od početka upoznavanja, pa sve do dublje i trajnije veze, te u slučaju braka, odnosi prolaze kroz različite etape[98]:

1. Etapna teorija o razvoju i promjenama predbračnih odnosa koja se sastoji od dvoetapne teorije podjeljenje u dva koraka. Prvi je uzajamna privlačnost kod koje je specifično međusobno sviđanje i privlačnost partnera koji omogućuje održavanje odnosa. Uskoro, ovaj korak prelazi u drugi koji se naziva usklađenost (međusobno nadopunjavanje) sustava vrijednosti i životnih ciljeva. Postoji i troetapna teorija, tj. teorija podražaj-vrijednosti-uloge. Prvi korak su vanjski podražaji kao što su tjelesne osobine i privlačnost. Zatim sljedi sustav vrijednosti partnera, koji postaje važniji od prethodnog koraka i treći korak koji je ispunjenje određenih uloga. Ovdje je odlučujući sklad među partnerima koje će ako postoji određena doza usklađenosti i kompromisa završiti s brakom.
2. Teorija socijalne razmjene koja je utemeljena na odnosu između nagrade koju partneri dobivaju u dijadi i cijene. Ovdje su razne nagrade posljedica održavanja veze. Temeljna pretpostavka je da će se dijada održati ako partneri smatraju da su nagrade veće od cijene. U suprotnom se javlja kriza.
3. Teorija interpersonalnih odnosa ističe važnost interakcija među partnerima. Za razvoj ove teorije su najvažnije interakcije među partnerima i njihova priroda. Ovisno o prirodi, dogodit će se interakcije koje mogu biti manje ili veće, sporije ili brže. Pretpostavka teorije je da će tijekom vremena partneri uspostaviti intimne odnose, a ako se to ne dogodi, neće doći ni do sklapanja braka, a odnosi će se raspasti.

No, najvažniji cilj psihičkog razvoja mladog čovjeka bio je pronalaženje sebe, svoga ja. Mladi je čovjek u drugima tražio zapravo samog sebe. No, tek kad se okrene prema drugome, i kad pokaže svoj altruizam, odanost i požrtvovnost, tek tada je istinski sazrio kao

[97] PAPA FRANJO, *Amoris laetitia, Radost ljubavi*, str. 213-216.
[98] M. ČUDINA-OBRADOVIĆ i J. OBRADOVIĆ, *Psihologija braka i obitelji*, str. 39.

čovjek. Bitno je za uočiti neke razlike mladića i djevojake u tom razdoblju života s obzirom na međuljudske odnose. Mladići, kao i sve ostale generacije muškaraca, bolje se osjećaju u skupinama. Vole biti u timovima, a zadovoljni su sa dva-tri bliska prijatelja. Kad nema stabilne grupe vršnjaka, postoji mogućnost da će razvoj mladića biti ometen. S druge strane, djevojkama je potrebniji odnos *„osoba-osoba“*. Bez takvog razvoja kod mladića i djevojke, postoji mogućnost da će teže biti spremni za uspostavljanje heteroseksualnih odnosa. Važan događaj u adolescenciji je završetak psihoseksualnog razvoja. U visokom stanju puberteta, eros je bio okrenut prema osobama istoga spola. Momak se sigurnije osjećao u muškom društvu, a djevojka u društvu djevojaka. U miješanim grupama bilo je dosta nelagodno, pa se one baš nisu prakticirale. No, u adolescenciji se događa okretanje prema osobi suprotnog spola, i time je situacija adolescenta povoljnija nego što je bila u istospolnom društvu.[99] U tom smislu postoje faze u približavanju mladih osoba prema onima suprotnog spola:

1. Početna faza je ona koja se događa u obliku flerta[100]. On je površinska igra koja po svojoj naravi još uvijek nije trajna veza. U flertu osoba još nije osjetila ljubav prema drugome, a svrha joj je samo približavanje. Pri ovome su mladići obično aktivni, a djevojke pasivne. One uglavnom čekaju ili iskušavaju svoju privlačnost[101] gdje istodobno partnera zbunjuju i ohrabriju, odbijaju i privlače.
2. Sljedeća faza je zaljubljivanje. Ovdje je karakteristično da još uvijek postoji partnerova pojava.[102] Tu je prisutno načelo: *„Volim te zbog toga i toga: npr. stasa, boje kose, osmijeha, načina hodanja..“* Budući da je očaran izvana, zaljubljena osoba je slijepa za mane partnera, radi čega se prije ili kasnije rodi razočarenje. No, kako osoba u ovoj fazi nije do kraja zahvaćena u potpunosti svoga bića, preko tog razočarenja se može lakše prijeći.
3. Faza ljubavi koja za razliku od zaljubljenosti, ne ostaje na površini, nego izlazi iz dubine i ulazi u nju. Ljubav je okrenutost prema drugoj osobi zbog njezinih duhovno-karakternih vrijednosti. Ovdje se rađa drugačiji stav ka ljubljenoj osobi, kao npr. odogovornost za nju, trajnost odnosa, veća dubina doživljavanja. U ovoj fazi vrijedi načelo: *„Volim te unatoč svemu“*.

---

[99] M. SZENTMARTONI, *Svijet mladih*, *Psihološke studije,* str. 128-129.
[100] Uzbudljiva ljubavna igra *„s vatrom“*; pokusno koketiranje bez ozbiljnih namjera
[101] Tzv. koketiraju, tj. koriste sve moguće načine kako bi privukle muškarca
[102] Npr. glas, pokreti, miris, izgled...

Ljubav kod mladih treba sagledati kroz vid erosa. Eros na nižoj razini, poznat je kao stremljenje za fizičkim posjedovanjem osobe, a na višoj razini manifestira se kroz privlačnost, zadivljenost i duboke emocije. Eros je jaka želja za prisutnošću i stapanjem drage osobe na svim područjima, a cilj sve te sile u čovjeku bit će tek bračni moment koji je jedinstvo, sjedinjenje u plodnosti i nerazrješivost. Muškarčevim erotskim žudnjama potrebna je nutarnja preobrazba, ali one nisu loše same po sebi. Riječima pape Ivana Pavla II., ta nutarnja promjena omogućava muškarcu iskusiti *„puninu erosa“* koji znači polet ljudskoga duha prema onome što je istinito, dobro i lijepo, po čemo i ono *„erotsko“* postaje istinito, dobro i lijepo[103]. Samo pročišćenjem muškarac može iskusiti puninu onoga što bi erotska ljubav trebala biti jer čistoća ne poništava erotsku žudnju, već je usavršava. Savršenstvo muškarčevih spolnih žudnji od njega traži da se koristi unutarnjom snagom kako bi služio i žrtvovao se.[104] Takvo će mu ponašanje omogućiti da je ispravno ljubi kao zaručnicu jer ljubeći ženu, muškarci čine vidljivom Isusovu ljubav koji je predao svoj život za svoju zaručnicu, Crkvu. [105] Bog je stvorio muškarce da imaju jače spolne žudnje i to ih ne čini grešnima. Razina testosterona oko dvadeset puta je veća negoli kod djevojaka, a područje njihova mozga posvećeno je spolnom nagonu dvostruko više nego kod žena. No, to nije njihova mana, već dar od Boga koji muškarac mora dovesti u red prema zahtjevima prave ljubavi. Kada muškarac uistinu voli ženu, on žudnju za njom pretvara u djela i riječi kako bi joj pokazao tu ljubav. Drugim riječima, on ujedinjuje eros, žudnju i agape, požrtvovnu ljubav.[106]

Ukorijenjena u potpunom i osobnom daru supružnika, nerazrješivost ženidbe svoju konačnu istinu nalazi u naumu koji je Bog očitovao u svojoj objavi. On hoće i daruje nerazrješivost ženidbe kao plod, znak i zahtjev posvemašnje vjerne ljubavi koju Bog ima prema čovjeku i koju Gospodin Isus očituje prema svojoj Crkvi. Krist obnavlja prvobitni naum koji je Stvoritelj upisao u srce muža i žene i u slavljenju sakramenta ženidbe daje *„novo*

---

[103] I. PAVAO II, *Muško i žensko stvori ih, Kateheze o ljudskoj ljubavi, Cjelovita teologija tijela, Svezak I.*, str. 327.
[104] Kada se nađe u kušnji da promatra ženu kao predmet požude, on priziva u sjećanje da njezino tijelo objavljuje njegov poziv da je ljubi. Kada se nađe u kušnji da postane robom svoje slabosti, on u pamet priziva snagu koju mu je Bog podario. Kada se nađe u kušnji da je iskoristi, prisjeća se da je treba ljubiti kao *„sestru“*.
[105] J. EVERT, *Teologija tijela za njega*, str. 20-21.
[106] *Isto*, str. 26-28.

srce". Tako supružnici ne samo da mogu nadvladati tvrdoću srca[107] već također mogu biti dionicima pune i konačne Kristove ljubavi novoga i vječnoga saveza koja je tijelom postala. Kao što je Gospodin Isus vjerni svjedok[108] Božjih obećanja i prema tome najviše ostvarenje bezuvjetne vjernosti kojom Bog ljubi svoj narod, tako su i kršćanski supružnici pozvani da stvarno uzmu udjela u neopozivoj nerazrježivosti koja povezuje Krista s Crkvom, njegovom zaručnicom, koju on ljubi do kraja vremena.[109]

Grijeh zlouporabe seksualnosti protiv ljubavi počinje onda kada njih dvoje u poštenosti i iskrenosti shvate da njihova osobnost u najvišim djelovima svoga dostojanstva trpi i da se njihove emocije spuštaju i srozavaju na razinu potpuno negativnih erotičkih osjećaja i doživljaja. Tada njihovi izvanjski izražaji ljubavi postaju suradnici individualnih zadovoljavanja. To postaju izražaji zlouporabe koji spolnost odvode od njezinih pravih ciljeva, i oštećuju istinski smisao ljubavi, spolnosti, supruga, braka i njegove vjernosti. U takvoj situaciji, opasnost je da se spolnu ljubav kakvu ju je Stvoritelj usadio u ljudsko srce, te svu njenu ljepotu i plemenitost, svede na bezosjećajno vođenje ljubavi. [110]

---

[107] Mt 19, 8
[108] Otk 3, 14
[109] IVAN PAVAO II., Apostolska pobudnica o zadaćama kršćanske obitelji u suvremenom svijetu *Obiteljska zajednica, Familiaris consortio*, KS, Dokumenti 64, Zagreb, 1981. str. 18-19.
[110] I. FUČEK, *Moralno-duhovni život, Predbračna ljubav, Bračna ljubav*, str. 85-86.

2. PRIPREMA ZA BRAK

2.1. Izbor partnera za brak

Svaka mlada osoba želi pronaći odgovarajućeg životnog partnera s kojim će dočekati starost jer to osobu uvjerava da može imati miran i sretan život. Ne traži se toliko ljubav, već zaštita, udobnost i mogućnost ostvarenja vlastitih želja preko druge osobe. Traženje idealnog partnera ima svoje naznake u periodu djetinjstva u kojem nam je kao djeci sve izgledalo moguće.[111] Kad bi smo godinama kasnije, kao odrasle i zrele osobe razmislili, shvatili bi zapravo da je sve to bila samo iluzija. Ponekad u životu, može nam se dogoditi sretnemo nekoga tko nas podjeća na *„staru“* ljubav iz mladosti i da nepromišljeno ulazimo u kontakt s tom osobom željeći ostvariti s njim ljubavnu vezu. Zaluđeni u tu osobu, zaboravljamo na svoje nedostatke i neuzore, a onda kad prođe ta zaluđenost, javljaju se problemi koje smo prolazili sa *„starom“* ljubavi, te ostajemo razočarani i frustrirani.[112]

Savjet C. Evert svakoj djevojci je: *„Umjesto da tražiš idealna muškarca, postani idealna žena i pusti da on traži tebe.“*[113] Žena bi trebala biti sakrivena u Isusu Kristu, odnosno sakriti svoje srce kod Boga kako bi muškarac morao otići k njemu da ju pronađe. Shvatiti će da je kršćanstvo susret s Osobom koja ju savršeno poznaje i ljubi. Kad žena Bogu bude dopustila da je u njegovoj ljubavi preobrazi, spoznati će koliku vrijednost nosi u sebi. S takvim značenjem, žena će biti lekcija mladićima kako da postanu muškarci koje žene zaista zaslužuju. Budući da je posebna, ona zaslužuje da je se osvaja i nema potrebe da se otkriva svakome, nego samo jednome muškarcu koji je dostojan njezine ljubavi, njezinom suprugu.[114]

Doživljaj partnerskog odnosa u ovisi o tome koliko je on sličan idealnom partnerskom odnosu kojeg smo zamislili. Nerealna očekivanja savršene veze ljudi oblikuju na temelju romantične literature i filmova u kojima se odnos prikazuje kao stanje neprestanog blaženstva, a idealni partneri se prikazuju kao oni koji ne samo ispunjavanju sve potrebe svog

---

[111] Ne definira psihologija uzalud djetinjstvo kao dob svemoći u kojoj se želi *„sve i odmah“*.
[112] V. ALBISETTI, *Terapija bračne ljubavi*, Provincijat franjevaca trećoredaca, Zagreb, 1998., str. 27-28.
[113] C. EVERT, *Istinska ženstvenost*, Verbum, Split, 2012., str. 15.
[114] J. EVERT, *Teologija tijela za nju*, str. 47.

parnera, nego ih predviđaju i ispunjavaju unaprijed. Ispunjavanje postavljenih kriterija dovodi do zadovoljstva u vezi, dok s druge strane, neispunjavanje dovodi do nezadovoljstva. No, razumnom čovjeku, dobri partnerski odnosi temelje se na realnim očekivanjima partnera, što znači da partneri ne bi trebali očekivati da će veza ispuniti baš sve njihove potrebe, odnosno da će partner biti savršen u svakom pogledu. Stoga su realna očekivanja da svaki partner ima svoje prednosti i nedostatke, i da će svaka veza imati svoje uspone i padove. Također, za bolju vezu zaslužni su oboje, a ne samo jedan od njih.[115] Za dobre partnerske odnose potrebno je da su partneri zadovoljni time kako onaj drugi ispunjava njihove kriterije. Mnogi od svojih partnera imaju sasvim realna očekivanja, odnosno umjerene kriterije, te znaju kako prihvatiti ono što se nemože promijeniti, a zajedno sa svojim partnerom znaju poboljšati ono što se može popraviti. Zato se njihovi odnosi sastoje od međusobnih izjava i ponašanja koja potvrđuju partnerovu vrijednost, pri tome kritika je rijetka, a međusobne izjave koje potvrđuju ljubav, poštovanje i obzirnost, dovode do dubljeg odnosa bliskosti i povezanosti.[116]

Brak je u svojoj biti voljna i tjelesna veza koja je po naravi usmjerena na prokreaciju i zajednički obiteljski život. Istovremeno, ona je i moralna stvarnost kojoj je zadaća općeljudsko dobro.[117] Označavanje braka kao razvojne faze sadrži pretpostavku da se psihološki razvoj nastavlja u životu odraslih ljudi i da on nije, kako se pretpostavljalo tradicionalnim predajama, završen s fizičkom zrelošću. Nema sumnje da je djetinjstvo od velike i primarne važnosti za razvoj i da ono najvećim zalogom sudjeluje u određivanju i oblikovanju ponašanja i doživljavanja svijeta ljudske jedinke. Izbor bračnog partnera može mnogo reći o osobnosti onoga koji bira, posebno o njegovom odnosu prema spolnosti. U izboru partnera čovjek često otkriva svoje svjesne i nesvjesne životne ciljeve, pokazujući

---

[115] U jednoj njemačkoj pokrajni postoji stari običaj za provjeru jesu li zaručnici prikladni za zajednički život. Prije vjenčanja, vodi ih se na jednu čistinu gdje je posječeno stablo. Daje im se pila s dvije rulke i oni moraju ispiliti deblo, Ovim se provjerava koliko su spremni surađivati. Ako nemaju uigranosti, svatko će vući prema sebi i neće biti rezultata. Ako jedno želi upravljati i sve sam učiniti, makar ga drugi pustio da radi, zadatak će tražiti dvostruko više vremena. Da bi sve išlo uredu, oboje moraju preuzeti inicijativu koja treba biti složna. Njemci su tako ustvrdili da je suradnja važna pretpostavka za brak. Suradnja koja je usmjerena ne na dobrobit dvije osobe, nego na drobrobit čovječanstva. (B. I P. ROVEA, *On i ona na putu prema braku*, str. 22.)

[116] D. SVILAR BLAŽINIĆ, *Partnerski odnosi, obitelj i roditeljstvo u suvremenom društvu*, u: *Psihološki aspekti suvremene obitelji, braka i partnerstva*, urednici: A. Brajša-Žganec, J. Lopižić, Z. Penezić, Hrvatsko psihološko društvo, Zagreb, 2013., str. 25.

[117] S. GIRGIS, R. ANDERSON, R. P. GEORGE, *Što je brak? Muškarac i žena: Obrana*, U ime obitelji, Zagreb, 2015., str. 7.

pritom svoje iskustvo u poznavanju ljudi i svoju vještinu u proziranju tuđeg ponašanja. Možemo reći da je to posljedica emocionalne zrelosti i rezultat iskustva i stečenog znanja. Činjenica je da je sretan brak osnovni uvjet za zadovoljstvo, isto kao i povoljne vanjske okolnosti, kao što je dobar stan, sigurno zaposlenje, financijsko stanje i slično. Međutim, ni najsređenije životne prilike ne mogu nadomjestiti unutarnji nesklad, hladnoću, odbojnost i trajni osjećajni nesporazum među bračnim partnerima. Jer stvarni sadržaj braka proizlazi iz ljudi, iz njihovih osjećaja, težnji, interesa. Ako se našlo dvoje ljudi koji su uzajamno otkrili mnogo toga zajedničkoga, pa se približavaju njihovi životni interesi, vjerojatno će imati i iste životne potrebe.

Zato je pravilan izbor bračnog partnera od najveće važnosti za uspjeh spolne zajednice u kojoj čovjek može i želi zadovoljiti svoje najintimnije potrebe. Da bi izbor bio uspješan, čovjek pri njemu mora biti potpuno samostalan. Ljudi obično tvrde da je ljubav *„slijepa“*, no to je samo djelomično istina. Emocije smanjuju sposobnost razumnog prosuđivanja, ali samo u svom početnom, akutnom stadiju. Kad ljubav postane staloženija, mirnija, a ujedno i dublja, vraća se mogućnost sređenijeg promatranja partnera. Osim toga, zreo se čovjek ni neće upustiti u brak na brzinu, u prvom naletu zaljubljenosti, nego će to učiniti kasnije, kad osjećajna veza s osobom drugog spola postane prisnija. No, pravilan izbor partnera najčešće se sastoji upravo u tome da se zna razlučiti dublja osjećajna povezanost od časovite zaljubljenosti zbog spolne privlačnosti.[118]

Ako je muška zadaća pokrenuti stvaranje dara života, mladić mora mudro odabrati s kime će donijeti život na svijet i tko će biti majka njegovog djeteta. Suzdržavajući se od spolnih odnosa prije braka, mladić zapravo čini najbolje za njegovu buduću djecu time što se ne dovodi u mogućnost da ih začme. On zna da nije još vrijeme da postane ocem i tako žrtvuje svoje žudnje za dobrobit drugih jer odgađa užitak svojim suzdržavanjem.[119] Sama narav Božje stvaralačke ljubavi utisnuta je u mušku anatomiju. Muškarci pokreću dar života, a žene ga primaju. Ali, ova činjenica ne čini muškarce većima od žena jer su i jedni i drugi stvoreni

[118] G. SALEBI, Ljubav - izbor bračnih partnera, u: *Narodni zdravstveni list*, 43 (2001.) 498-499, 15-16.
[119] J. EVERT, *Teologija tijela za njega*, str. 38.

na Božju sliku i priliku. Dapače, muškarci započinju život, ali žena je svetohranište života jer se čudo začeća zbiva unutar nje.[120]

Nadalje, izbor partnera kod svakog će pojedinca ovisiti od specifičnog prelamanja usvojenih poruka, vezanih za kulturološke stereotipe o partnerskim odnosima i braku, onih koje roditelji prenose djeci. Značajan utjecaj imaju obrasci emocionalnog vezanja djece i roditelja, gdje tvrdimo da usklađeni emocionalni odnosi između roditelja kod djece doprinose razvijanju osjećanja sigurnosti u sebe, kao i stabilnosti u emocionalnom razvoju i sazrijevanju. Međutim, hladni, distancirani ili konfliktni roditelji kod djece uzrokuju razvoj osjećanja nesigurnosti u sebe, zastoja u emocionalnom razvoju i sazrijevanju, kao i pojavu straha od emocionalnog zanemarivanja i povrijeđivanja. Na taj način djeci se prenose mnoga negativna značenja povezana sa budućim izborom partnera, ali i sa očekivanjem od partnerskih odnosa. Takve poruke u nekim slučajevima mogu dovesti do toga da se mladi ljudi opredjele da ne ulaze u brak i zasnuju obitelj. Stoga, izbor partnera za brak ne može biti prepušten sudbini jer da se to dopusti, brak bi se prepustio riziku. Bračni partner ne bi smio biti *„mačak u vreći“*, a ni zgoditak pronađen na nekoj zabavi kako bi se zadovoljile trenutne potrebe. Također, o izboru partnera ne bi smijeli odlučivati roditelji, prijatelji i drugi ljudi u naše ime jer ćemo u braku živjeti mi osobno, a ne oni. [121] Jedino ispravno rješenje je osobna odluka koja se temelji ponajprije na vlastitom iskustvu i osjećajima, a potom i na pomoćnim savjetima i ohrabrivanju od strane drugih.

Pri izboru, nije toliko važno koga smo izabrali, nego jesmo li s njim spremni započeti, razvijati i održavati kvalitetan odnos udvoje. Pri odabiru partnera treba odmah s njim započeti vježbati i usavršavati kvalitetnu i otvorenu međusobnu komunikaciju. Brak kao doživotan odnos udvoje, nužno sa sobom nosi bezbroj problema, razilaženja, raznih mišljenja i neslaganja. Važno je otvoreno i pošteno izjašnjavanje u vezi s međusobnim očekivanjima i potrebama unutar budućega bračnog odnosa. Bitno je igrati ovu *„igru“* otvorenih karata, bez želje da se pobjedi partnera[122].

---

[120] I. PAVAO II, *Muško i žensko stvori ih, Kateheze o ljudskoj ljubavi, Cjelovita teologija tijela, Svezak I.*, str. 174-175
[121] P. BRAJŠA, *Umjeće življenja udvoje*, str. 37.
[122] *Isto*, str. 39.

B. Liss govori mladićima i djevojkama o kršćanskoj ljubavi, partnerstvu i braku na mladenačkoj razini.[123] Izbor partnera znači odlučiti se samo za jednu osobu, a autor navodi nekoliko smjernica koje bi pomogle u odabiru partnera:

1. Motiv pri odabiru partnera – odnosi se na ljubav, tj. odnosno na iskrenu naklonost povezanu sa željom da se partnera usreći, u uvjerenju da jedno drugo vole i da se razumiju.
2. Erotska privlačnost – tu se podrazumijeva osjećaj da ti je partnerova blizina ugodna i da čezneš za njegovim nježnostima. Ukoliko ovo nedostaje, razlozi za brak trebali bi se kritički preispitati.
3. Zajedničke osobine – tu se mora razmisliti o svemu, počevši od socijalnog statusa, pa do interesa i hobija u slobodno vrijeme, kao i vjerskog uvjerenja. Zajednička bi osnova svakako trebala biti dovoljno široka kako bi se mogla izravnati s onim područjima na kojima se otkriju razlike.
4. Zajednički razgovor – odnosi se na zajedničke teme, na izražavanje vlastitih osjećaja, na slušanje jedno drugoga... Upravo će o sposobnostima međusobne komunikacije ovisiti napredak partnerske zajednice.
5. Uzajamna ljubav – važno je da su nam partnerove misli, želje i problemi jednako važni kao naši vlastiti. Držati partnera u svemu važnim također znači prihvatiti ga onakvim kakav jest i ne željeti ga preodgojiti prema vlastitoj predodžbi o idealnom partneru.[124]

Ovih pet točaka naravno da ne sačinjvaju neku listu pravila, ali mogu biti važan poticaj za razmišljanje o jednoj od najvažnijih odluka koje se donose u životu, a to je bračni život.

Partnera treba odabrati na temelju njegove posebnosti, neponovljivosti, i izuzetnosti. Tada će jedno drugom biti na dar i divljenje, jer će se međusobno obožavati. Odnos prema tako izabranom partneru jedinstven je i poseban, te izdvojiv od drugih odnosa. Takav odnos omogućuje da se prema trećim osobama ponaša istinski jer će u izabranom partneru

[123] Mlade osobe su se ovdje pitale na koji način se može sa sigurnošću prepoznati da li im određena osoba doista odgovara za zajednički život, a autor na to odgovara da će zajednički život dvije osobe ovisiti isključivo o osobinama koje one nose u sebi. Ono bitno se postiže samo vlastitim zalaganjem.
[124] B. LISS, *Brak može uspjeti*, UPT, Đakovo, 2004., str. 26-29.

procvasti. *„Ljubav je čudesno bogatstvo koje raste od trošenja.“*[125] Kao kršćani, pozvani smo u naš odnos sa partnerom uključiti i Boga kako bi naša radost bila potpuna[126]. Jedino sa molitvom i zajedničkim gledanjem prema Bogu, partneri mogu uistini postići potpunu sreću u braku.

U svome odabranom partneru treba ljubiti i njegovu dušu i tijelo. Ali, da bi ljubav ostala stabilna, duša se mora voljeti više jer za razliku od tijela, ona sa vremenom postaje sve ljepša i savršenija.[127] Kad netko istinski ljubi jedno biće, u njemu i kroz njega ljubi cijeli svijet. Kakve li radosti kod čovjeka kad shvati da na svijetu ima netko tko je spreman njega prihvatiti onakvim kakav jest i kakav bi želio biti. Tako njegov san počinje živjeti u tuđem oku i tuđem srcu i u njega može povjerovati, može mu se radovati i od njega živjeti. Kad mu druga osoba vjeruje, kad ima povjerenja prema svakoj njegovoj gesti, kad poklanja pažnju svakoj riječi i kad u njegovim očima vidi sebe, onda je rođena prava ljubav. Čovjek postaje bogat ljubavlju i ništa više nije potrebno. Tada za njega na svijetu ništa nema toliku vrijednost u usporedbi s onim što dobiva u ljubavi.[128]

U konačnici, kako onda pronaći bračnog prijatelja jer to je kao traženje igle u plastu sijena. Ali jedino nam Bog daje odgovor, moramo naučiti biti vođeni Duhom[129]. Samo On zna tko je i gdje je osoba, koju nam je namijenio.[130] Stoga je na nama da mu povjerujemo i prepustimo se njegovom putu. Bog uzima odgovornost obznanjivanja svoje volje djeci koja ga to zatraže.[131] Ovo jako uvjerenje dopušta sigurnost da od trenutka kad molimo Gospodinovo vodstvo ili da nam pokaže svoju volju u određenoj stvari, On će to učiniti! To je obećanje, biblijska istina.[132] Ovaj princip, jednom usvojen i uspostavljen u našim srcima, povlači neke praktične posljedice, a to je da se kršćanin ne treba bojati da je na krivom putu (dakako, ako prepusti put Gospodinu). Nije nestrpljiv ako još nema odgovora. Jedno je

---

[125] I. CVITANOVIĆ, *Odnosi osoba i zajedništvo*, str. 52.
[126] Usp. Ivan 15, 11
[127] P. BRAJŠA, *Pogled u sebe, svoje odnose i svoju ljubav*, str. 145.
[128] I. CVITANOVIĆ, *Odnosi osoba i zajedništvo*, str. 65.
[129] Usp. Rim 8, 14
[130] Usp. Ps 25, 9; 32, 8; Izr 16, 9
[131] Usp. Ps 34, 6
[132] Usp. Jer 29, 11-13

sigurno, Bog će odgovoriti. Kad mu Bog pokaže svoju volju, On sam će se pobrinuti da Njegovo dijete znade bez sjene sumnje da mu se upravo On očitovao.

Uz pomoć nekoliko ključnih pitanja, pomognimo si razumijeti možemo li pronaći se s željenim partnerom u braku. Od oba partnera se traži pažljiva provjera kako bi uvidjeli imaju li stvarnih mogućnosti za ostati zajedno čitav život. Pokušajte si postaviti ova pitanja: *„Osjećam li psihofizičku privlačnost? Želim li biti uvijek s tobom? Mogu li zamisliti životni put s tobom? Smatramo li da imamo u rukama sredstva za suočavanje s možebitnim raznim bolima koje će doći? Jesu li različitosti u karakteru bogatstvo ili izvor patnje? Izgledaju li neuskladive s mojom osjetljivošću i mojom svakodnevnom organizacijom? Osjećam li želju da nastavimo zajednički hod i rast, iako će naše ograničenosti ostati? Jesi li ti onaj otac ili ona majka koje bih željela/želio za svoju djecu?"*[133]

2.2. Zrelost partnera za brak

Za psihoanalitičara S. Freuda princip zrelosti sadržava tri elementa. Oslobađanje od pricipa užitka, od infantilizma[134], zatim prilagođavanje izvanjskoj stvarnosti oslobađajući se postupno od unutrašnjih osjećaja i uspostavljanjem odnosa sa vanjskim svijetom, odnosno orijentiranje prema vanjskom svijetu.[135] Zrela osoba mora biti kadra sklopiti ljubavni odnos s osobom suprotnog spola i baviti se nekim društveno korisnim i proizvodnim radom, te uživati u jednom i drugom (voljeti i raditi). Zrela je osoba ona koja sustuže mržnju i može voljeti osobu suprotnog spola[136]. Čini se, zrelost podrazumijeva i to da je pojedinac kadar prihvatiti svoje nedostatke bez prevelika osjećaja krivnje ili stida, uz osjećaj vlastita identiteta

[133] B. I P. ROVEA, *On i ona na putu prema braku*, str. 19.
[134] Infantilizam je zaostajanje razvoja na stupnju djeteta. Psihički infantilizam način je mišljenja i ponašanja odrasloga kao kod djeteta. Posljedica je zaostajanja u razvoju ili nazadovanja na prijašnje razvojno razdoblje. Infantilizam češće označava samo emocionalnu sastavnicu ličnosti: nesamostalnost, osjećaj ugroženosti, potrebu za zaštitom, nekritičnost, egocentričnost. Fizički infantilizam je zaostajanje u razvoju pojedinih organa ili organskih sustava zbog različitih bolesti srca, pluća, genetskih oštećenja i embriopatija (patuljasti rast i dr.). Spolni infantilizam može biti psihički (smetnje u razvoju spolnoga nagona) ili fizički (poremećen razvoj spolnih organa).
[135] L. GJERGJI, Religija po Freudu, u: *Crkva u svijetu*, 12 (1977.) 4, str. 362.
[136] Osoba s kojom može i želi živjeti i raditi, rađati potomstvo i odmarati se te svojoj djeci osigurati primjeran razvoj.

i sposobnost vođenja brige o samome sebi, uživanja bez straha u osjećaju neovisnosti zbog realnog osjećaja vlastitih sposobnosti. Zreli partneri mogu voljeti i uživati jedno u drugo, a da pri tome jedno od drugoga ne stvaraju likove roditelja.[137]

Pri pokušaju određenja idealnog braka, treba voditi računa da je idealni brak određen sa više komponenti koje ga čine idealnim. To se odnosi na poznavanje partnera[138], istinsku zainteresiranost za partnera, rješavanje problema[139], dijalog, prihvaćanje različitosti i stvaranje zajedničkih vrijednosti kao temelj za trajanje uspješnog odnosa i braka.[140] Prije stupanja vjernika u brak potrebna je osobna zrelost, poznavanje vjere, sadržaja Objave i vjerskih istina, te informiranost o značenju, sakramentalnosti, svojstvu, pravu i obvezi braka. Osoba koja je dovoljno zrela ima svoj *„ja“*, sposobna razmišljati i odlučivati svojom voljom. Ima jasan životni cilj, realistički gleda na život, rješava probleme praktičnog života i društvenih odnosa, ustrajna je u ostvarivanju planova. Stalno proširuje svoj životni nazor, obogaćuje iskustvo**,** spremna je na razgovor. Teškoće podnosi strpljivo i spremno prihvaća pomoć kada joj je potrebna. Preuzima na sebe odgovornost za svoje čine i za čine onih koji su radili po njezinom utjecaju i primjeru. Ima vremena za sebe, ne isključujući druge. Prihvaća druge sa svim kvalitetama i slabostima jer zna da je prihvaćanje drugoga temelj dijaloga i prilagođavanja. Prihvaća kritiku i sugestiju. Cjelovito gleda na život. Hrabro se suočava s tragičnim i nepredviđenim situacijama[141] koje dovode u pitanje njezino životno opredijeljenje, zvanje ili samu egzistenciju.[142]

Sakrametnet ženidbe, znak je sjedinjenja Krista i Crkve, nije nikakav ritual, društveni ugovor ili znak opredjeljenosti, on je dar za posvećenje i spasenje supruga jer pripradajući jedno drugom, mladenci uprisutnjuju odnos Krista s njegovom Crkvom. Brak je zvanje i prema tome odluka o sklapanju ženidbe i osnivanju obitelji treba biti plod razlučivanja zvanja. Uzajamno darivanje koje je bitni dio sakramentalne ženidbe ima korijene u milosti

---

[137] G. SALEBI, Burno razdoblje zrelosti, u: *Narodni zdravstveni list*, 42 (2000.) 488-489, str. 13.
[138] Poznavanje partnerovih potreba, želja, ciljeva, interesa, briga, očekivanja, strahova...
[139] Ublažavanje negativnih ispada, kompromis i tolerancija...
[140] D. SVILAR BLAŽINIĆ, *Partnerski odnosi, obitelj i roditeljstvo u suvremenom društvu*, str. 26.
[141] Npr. smrt drage osobe, neuspjeh u poslu, nepravdu, bolest koja ga diskvalificira, neostvarenje pravedne težnje...
[142] PASTORAL MLADIH, Čovjek kao zrela osobnost (6. 11. 2011.) u: http://www.pastoralmladih.hr/Fokus/Nase-teme/Covjek-kao-zrela-osobnost.aspx (21. 3. 2018.)

krštenja koje uspostavlja temeljni savez svake osobe s Kristom u Crkvi. U prihvaćanju, zaručnici jedno drugom obećavaju putpuno darivanje, vjernost i otvorenost životu.[143] Ženidbenom paru daje milost da se ljube onom ljubavlju kojom Krist ljubi Crkvu. Tako milost sakramenta usavršuje ljudsku supružničku ljubav, učvršćuje njihovo nerazrješivo jedinstvo i posvećuje ih na putu u vječni život[144].

Nadopuna na temelju spoznaje o vjeri i o značenju sakramenta ženidbe, zrelosti i odgovornosti supružnika, prije sklapanja ženidbe, može se dobiti, kroz zaručničke tečajeve koji uvode u razumijevanje brojnih pitanja budućeg bračnog života. Na tim tečajevima, zaručnici prolaze osnovne stvari o sakramentu ženidbe, zatim o psihologiji bračnog para, ljubavi i spolnosti, odgovornom roditeljstvu, planiranju obitelji i slično.[145] Brak s kršćanskog gledišta zahtjeva da se oba partnera u svojoj nutrini odvoje od svojih roditelja[146]. Tko se želi vjenčati treba prethodno postati samostalnim čovjekom. Zbog svoje ozbljinosti, to javno opredjeljenje ljubavi ne može bit plod ishitrene i nepromišljene odluke. Predati se definitivno drugoj osobi uvijek nosi određeni rizik i traži odvažnost.[147]

Ako je mlada osoba u stanju svjesno postupiti sa sobom, tada se odlukuje ljubaznošću i zna postupati sa drugima. Spremna je za razumijevanje, kompromise i prihvaćanje suprotnosti. To joj daje prioritet za razvoj zajedničkoga života. Oblikovanje sebe i svladavanje sobom, cilje je brige i rada na sebi. Odnosi s drugima, rezultat su naših odnosa sa samim sobom, odnosno naše brige i rada na sebi.[148] Odnosi mlade osobe prema sebi i drugima rezultat su onoga što ona nosi u sebi, a ovisi o tome koliko se brine za sebe i radi na sebi jer nitko nemože dati drugime ono što i sam nema, pa tako voljeti drugoga pretpostavlja i voljeti samog sebe.[149]

---

[143] PAPA FRANJO, *Amoris laetitia*, *Radost ljubavi*, str. 57-58.
[144] Katekizam Katoličke Crkve, br. 1644-1649.
[145] GLAS KONCILA, *Vodič na putu prema sakramentu ženidbe, Kako u crkveni brak*, Zagreb, 2004, str. 33.
[146] U Matejevom evanđelju 19, 5 piše: *„Stoga će čovjek ostaviti oca i majku da prione uza svoju ženu i dvoje njih bit će jedno tijelo.“*
[147] PAPA FRANJO, *Amoris laetitia*, *Radost ljubavi*, str. 101.
[148] Ne može nesretan čovjek druge ljude usrećivati, neraspoložen druge oraspoložiti, bez osmijeha na licu druge razveseliti, bez mira u sebi, druge smiriti.
[149] P. BRAJŠA, *Pogled u sebe, svoje odnose i svoju ljubav,* str. 74.

Odvajanje od roditelja ne znači da se o njima više ne brine. Tu se radi samo o svršetku dječje ovisnosti i vremenu adolescencije[150]. Odrastao se sin ili odrasla kći trebaju spram roditelja postaviti onako kao što je uobičajno među odraslim ljudima. Nema više nadređenosti niti podređenosti. Onaj tko nađe tu slobodu moći će prije tražiti od roditelja dobar savjet u različitim životnim pitanjima nego čovjek koji je ostao ovisan o svojim roditeljima. Odvajanje od roditelja, također je i preduvjet za uzajamno nadopunjavanje partnerima u braku.

Muškarac i žena[151], imaju jednaku vrijednost, dostojanstvo i položaj, te tako trebaju zajedno živjeti da nijedno ne vlada nad drugim. Da bi brak uspio, potrebno je da partneri imaju mnogo zajedničkog. No, činjenica je da čovjek unatoč sklopljenom braku zadržava svoju osobnost. To znači da se u braku mora svladati napetost između onog zajedničkog s jedne strane i nužne mjere osobne slobode s druge strane. Onaj tko želi sklopiti brak onako kako odgovara temeljnom kršćanskom stavu, trebao bi o tome razmisliti već u doba pripreme. Najvažniji instrument da bi se razvilo bračno partnerstvo jest razgovor. Učiti razgovarati i tome se vježbati vjerovatno je najbitniji element pri oblikovanju vremena između izbora partnera i sklapanja braka.[152]

U svakom razgovoru prenosimo neki sadržaj, otkrivamo ili prikrivamo tko smo i obogaćujemo drugoga. To je obostrani proces gdje šaljemo i primamo određene sadržaje. Svjesno ili ne svjesno, u razgovoru pokušavamo utjecati na drugoga. Međutim, partner na naše riječi može reagirati tako što će prihvatiti ili odbiti našu poruku, stoga je tu potrebno naglasiti ulogu neverbalne komunikacije na području otkrivanje sebe i utjecaja na drugog

[150] Ovdje napose ulogu imaju sami roditelji koji bi trebali odgajati djecu da postanu s vremenom sposobna odvajati se od vlastite obitelji.
[151] I. Pavao II. u pobudnici „*Familiaris consortio*“ piše da za ženu treba istaknuti da ima jednako dostojanstvo i odgovornost kao i muž. Ta jednakost na osobiti se način ostvaruje u uzajamnom predanju muža i žene i u predanju njih dvoje djeci, a to je svojstveno braku i obitelji. Ono što ljudski razum naslućuje i priznaje, u punini je objavljeno Božjom Riječi: povijest spasenja je, uistinu, trajno i svijetlo svjedočanstvo dostojanstva žene. (IVAN PAVAO, apostolska pobudnica *Familiaris consortio*, str. 31-32.)
[152] B. LISS, *Brak može uspjeti*, str. 22.

tijekom našeg razgovora.[153] U skladu s tim, razgovor može biti poželjan, prosječan i nepoželjan[154].

Da bismo ispravno razgovarali s partnerom, potrebno je proći kroz tri osnovne faze učenja, a to su informiranje, prepoznavanje i vježbanje. Razgovaranje treba učiti, stalno osvještavati i prilagođavati našem sugovorniku. Budući da se radi o svakodnevnoj vještiti, nužno je stečene spoznaje prepoznavati u ponašanju nas samih i drugih oko nas. Dobivene informacije nije dovoljno racionalno prihvatiti, već ih treba prepoznati u vlastitom i tuđem ponašanju. Na kraju, prihvaćenu informaciju treba pretvoriti u usvojenu vještinu koja se postiže vježbanjem. Osnovna sredstva za naučiti dobro razgovarati su primanje i traženje povratnih informacija.[155]

Sugovornika trebamo slušati sa *„četiri“* uha.[156] Prvo je usmjereno na njegovu osobnost gdje nam je važno o kakvom se čovjeku radi koji nam šalje poruku. Drugo je usmjereno na sadržaj njegove poruke jer želimo čuti i razumjeti o čemu govoru. Treće je usmjereno na njegov odnos prema nama, odnosno na njegov način ponašanja prema nama. A četvrto je usmjereno na utjecaj njegove poruke gdje se pitamo kako treba na dobivenu informaciju reagirati i što učiniti.

Onoliko koliko je važno dobro razgovarati, važno je i dobro slušati. To znači da trebamo voditi računa o potrebama partnera tijekom komunikacije, truditi se što bolje ih prepoznati i traženjem informacija dati do znanja da nam je važan razgovora.[157]

---

[153] P. BRAJŠA, *Bez razgovora se ne može*, Glas Koncila, Zagreb, 2013. str. 26.
[154] Poželjan je razgovor onaj koji je tolerantan, djelotvoran, kreativan, mudar, suradnički, odmjeren, uvažavajući i razumljiv. Prosječan je onaj razgovor koji je ispravljajući, nametljiv, racionalan, normativan, neodmjeren, kontrolirajući i pasivan, a nepoželjan razgovor je onaj koji je netolerantan, manipulirajuči, hirovit, sumljičav, paničan, ugrožavajući i nerazumljiv. (P. BRAJŠA, *Bez razgovora se nemože*, str. 104-105.)
[155] *Isto*, str. 28.
[156] Međutim, iskustvo pokazuje da smo svjesni samo *„drugog uha“*, uha za sadržaj, tj. aspekt slušanja koji se odnosi na ono što čujemo, a prihvaćanje ili neprihvaćanje onoga što smo čuli bitno ovisi o tome što smo čuli prvim, trećim i četvrtim uhom.
[157] *Isto*, str. 78-79.

2.2.1. Psihologija predbračnih odnosa

Pastoralni psiholog M. Szentmartoni, rekao je: *„Svaki predbračni odnos jest simptom nepotpuna shvaćanja ljubavi i kao takav upozorava na neke neriješene probleme u procesu sazrijevanja.“*[158] Tvrdnja govori o nepotpunom shvaćanju ljubavi u jednoj ili obje osobe, iz koje se predlaže jedan mogući pristup za razumijevanje pojave predbračnih seksualnih odnosa.

S obzirom na predbračne spolne odnose, danas postoje dva suprotna stava. S jedne strane stoji propaganda za predbračne odnose[159]. Tome u suprot stoji moralističko osuđivanje i borba protiv svake intimnosti prije braka ne ulazeći u dublje razumijevanje problematike s točke gledišta samih mladih ljudi. Zanimljivo je što se i jedni i drugi pozivaju na ljudsku prirodnu narav. Prva strana kaže: *„seksualno druženje je uvijek naravno“*, a druga strana kaže: *„seksualni odnosi su naravni samo u braku“*. Ta okolnost da se dva suprotna stava mogu graditi na istim temeljima i dokazivati istim argumentima, dovoljna je opomena da budemo krajnje oprezni s terminima *„narav“* i *„naravno“*.

Pri tom se zaboravljaju dvije istine o čovjeku. Prvo, da se *„naravnim“* u biološkome smislu u čovjeka mogu smatrati one funkcije koje izmiču kontroli volje: izmjena tvari i tjelesne promjene, a na području seksualnosti menstruacija i noćna polucija. Drugo, zaboravlja se da čovjekovoj naravi pripada razum. Stoga, seksualnost ne pripada spomenutoj kategoriji *„naravnih stvari“*, u smislu bioloških danosti, nego onim pojavama koje se mogu i moraju kontrolirati razumski da bi uistinu bili ljudski čini. Seksualnost je za čovjeka nešto što se uči i što je podložno razumskoj kontroli. Seksualnost je temeljna čovjekova funkcija. To znači da se ona može smisleno razumijeti iz perspektive cjeline ljudske osobe, a kad kažemo čitava čovjeka, onda mislimo na konkretnog čovjeka koji je odrastao u određenoj kulturi i ima iza sebe iskustvo. Prvi korak u psihološkoj odredbi problema predbračnih odnosa jest traganje za motivima. Usporedili smo dvije ankete koje će pobliže protumačiti motive mladih po pitanju odnosa. Prva je provedena u američkom časopisu *„Seventeen“* gdje

---

[158] M. SZENTMARTONI - *Svijet mladih, Psihološke studije*, str. 142.
[159] Makar nesvjesna i možda nenamjerna putem reklama i predlaganja takvih uzora čija je glavna oznaka težnja za natprosječnim seksualnim ostvarenjima.

su mladi izrazili želju više za ljubavnom vezom, nego li seksualnim odnosima, te da će radije čekati na pravu osobu s kojm bi izgubili nevinost [160]. Prema psihologu R. D. Mcanulty, u današnje vrijeme u Americi, tinejdžeri izgube čistoću u prosjeku sa sedamnaest godina. Prema nedavnim procjenama, 16% mladih osoba stupe u odnose prije petnaeste godine, a dvije od tri osobe izgube do osamnaeste osobe. U novije vrijeme, mladi kasnije izgube čistoću jer su puno više zabrinuti zbog neželjenih posljedica, te iz razloga što u Americi postoji religiozni običaj da mladi javno obećaju *„zavjet nevinosti“* do braka.[161]

S druge strane, *„Schofield anketa“* piše da su najčešći motivi za odnose prije braka sekusalna želja, zaljubljenost, znatiželja i utjecaj alkohola[162]. Među neseksualnim motivima zbog kojih se mladi upuštaju u predbračne odnose, najčešće se susreću ovi[163]:

- da se stekne priznanje vršnjaka – osjećaj prihvaćenosti od strane vršnjaka ima važnu ulogu u izgradnji slike o sebi, tj. vlastitog identiteta. Mladi se osjećaju osamljeno i izolirano ako uvide da ih društvo ne prihvaća. Zbog te potrebe za prihvaćenošću i pritiska skupine vršnjaka, mladi se upuštaju u predbračne odnose kako bi se dokazali pred društvom. Ovdje seksualnost nije i nemože biti izražaj zrele ljubavi, nego je znag konfuznog identiteta.
- pobuna – ovo je drugi problem zbog kojeg mladi stupaju u odnose prije braka. Ponajviše se odnosi na pobunu protiv roditelja, tj. njihovih normi i ideala jer su roditelji uglavnom oni koji ograničavaju seksualnu aktivnost svoje djece. Mladi smatraju da im je tako zakinuta i ograničena samostalnost i neovisnost.

---

[160] Istraživanje je pokazalo da bi 66% mladića više voljelo imati djevojku nego seksualne odnose, a osim toga, 75% njih je izjavilo da bi radije čekali i izgubili nevinost s nekim koga zaista vole. Na pitanje ”Što čini vezu ozbiljnom?” apsolutna većina je odgovorila ”Želja biti s nekim i imati zajedničku budućnost”, slijedi 75% ”Postati isključiv i biti samo s tom osobom” i samo 34% ”Seks”. Mnogi mladi (35%) se brinu da će seks promijeniti njihovu vezu. 73% mladića je izjavilo da imaju više poštovanja prema djevojkama koje ne žele seksualne odnose u vezi, i dobar postotak (56%) je izjavio da im je pritisak manji kada njihove djevojke kažu da žele pričekati sa seksualnim odnosom. 23% mladića priznaje da je lagalo da nisu djevci, a zapravo su bili, te da su to napravili samo kako bi sebe prikazali seksualno iskusnijima. Najveći postotak mladića (78%) bi radije imao partnericu koja se ističe svojom inteligencijom i simpatičnošću, nego svojim fizičkim izgledom.
N. MILANOVIĆ, Istraživanje: Mladima je važnija ljubav od seksa (28. 8. 2014.), u: http://hu-benedikt.hr/?p=23593 (20. 7. 2017.)

[161] R. D. MCANULTY, Virginity (22. 1. 2016.), u: https://www.researchgate.net/publication/291355154_Virginity (14. 8. 2018.)

[162] U postotcima je anketa izražena ovako: seksualna želja kod mladića je 64 %, a kod djevojaka je 10 %. Zaljubljenost 10 % kod mladića, kod djevojka je 42 %. Znatiželja je kod mladića 25 %, kod djevojaka 13 %. Utjecaj alkohola je kod mladića 3 %, a kod djevojki je 9 %.

[163] M. SZENTMARTONI - *Svijet mladih, Psihološke studije*, str. 141-146.

- Izraz neprijateljskih osjećaja – povezan je sa prijašnjim motivom. Neprijateljski osjećaj među generacijom u današnje vrijeme postala je česta pojava. Iz toga osjećaja, razvija se želja za predbračnim odnosima samo kako bi se postigao cilj, a to je npr. povrijediti drugu osobu.
- Bijeg i izlaz iz teškoća – seksualnost se vrlo često upotrebljava kao izlaz iz drugih psihičkih teškoća. Mladi bi htjeli pobjeći od kuće jer se ondje osjećaju ugroženi od roditeljskih zahtjeva. U često slučajeva, to je motiv pozadine kad djevojke zatrudne i tako prisile partnera na brak kako bi izbjegle tiraniju roditeljske kuće.
- Poziv u pomoć – seksualna aktivnost mladih moće značiti i poziv u pomoć skretanjem roditeljske pažnje na sebe i tada svoju seksualnu aktivnost ne kriju pred roditeljima. Iako roditelji smatraju da će ta faza proći i trude se ignorirati ju, stvarna je poruka da mladi žude za ljubavlju i roditeljskom pažnjom.

Njemački pedagog K. Thomas[164] je podijelio čitavo područje seksualnosti na sedam dimenzija koje su podjednako važne za zdravu seksualnost imajući na umu da se seksualnost tiče cjelokupnog čovjekovog života:

1. Anatomsko-biološka dimenzija za koju je nužno da se seksualnost već na toj razini smjesti u cjelinu ljudskoga tijela, tj. u okvir razlike o cjelokupnoj tjelesnoj građi, imajući pred očima životnu funkciju spolova.
2. Fiziološko-funkcionalna dimenzija gdje se jedan organ može smisleno razumijeti samo polazeći od njegove funkcije za koju je namjenjen. Spolnost ima smisla samo u cijelini ljudske osobe i kao takva osposobljena je za prokreaciju novoga života. Biološka i fiziološka dimenzija, uključuju jedan središnji pojam koji dolazi do izražaja na području seksualnosti: bios, odnosno život. Stoga je ispravan stav *„da“* za seksualnost, ali u svoje vrijeme i u svom životnom određenju.
3. Individualno-psihološka dimenzija kojoj je svrha odgoja da mlada osoba stekne poštovanje pred nekom drugom osobom, odnosno pred partnerom s kojim će dijeliti život. Pozitivna vodilja je brak kao ideal, tj. kao životna zajednica za koju se isplati čekati, pripremati i ulagati puno truda da bi se postigla prava harmonija braka.

[164] *Isto*, str. 148.

4. Socijalno-psihološka dimenzija u kojoj je nužno da mladi čovjek nađe svoje *„ja“* da bi se mogao okrenuti prema jednom *„ti“*, i na taj način zajedno ostvariti *„mi“*. Riječ o osposobljavanju mlade osobe za zrele međuljudske odnose, a posebice za odgoj partnerstva, a to znači tražiti dobro i radost druge osobe, zanimati se za nju i sudjelovati u njezinim brigama.
5. Psihološko-psihijatrijska dimenzija gdje se seksualni odgoj ne može odvojiti od odgoja karaktera. Ideja vodilja je *„upoznaj sama sebe!“* Riječ je o razrješenju osnovnoga konflikta između nagonskog i razumskog u čovjeku.
6. Moralno-etička dimenzija kojoj je zadatak razlučiti dobro od lošega na području seksualnosti. Ideja vodilja je odgovornost na vlastito djelovanje, prihvaćanje posljedica svojih čina i dobrobit druge osobe. Svrha je odgoj savjesti, tj. odgoj za otkrivanje životnih vrijednosti.
7. Religiozno-kršćanska dimenzija za koju je nužan odgoj vjere koja prihvaća da je stvaranje čovjeka u cjelosti (zajedno sa njegovom seksualnošću) prema sudu Boga, nešto sasvim dobro. Ova spoznaja utemeljuje osnovno prihvaćanje života i pozitivan stav prema svemu stvorenome. Iz toga se rađa zahvalnost za sebe i svoje tijelo. Osnovni cilj ovoga religioznog odgoja je zdrava harmonija između religoznog i erotskog. [165]

I. Fuček u knjizi *„Predbračna ljubav“* definira fizičko sjedinjenje u predbračno vrijeme kao ono koje blokira daljni rast u ljubavi. Kada bi predbračni odnos imao pozitivnu funkciju za budući brak, onda bi se to moralo odraziti u kasnijem zadovoljstvu i vjernosti u braku. Istraživajući upravo takav odnos, rezultati su pokazali da predbračni odnosi s partnerom koji na kraju neće biti bračni partner, negativno utječu na kasnije zadovoljstvo u braku. Premda nije veliki argument, neki zagovaraju predbračnu uzdržljivost s točke gledišta pojedinca i društva. Seksualni užitak se mora razvijati, nije danost prve bračne noći, tj. pri prvom iskustvu. A predbračni odnosi kod mladih toliko su naglašeno usmjereni upravo na užitak da izazivaju suprotan učinak: blokiranje sposobnosti za budući razvoj. Ako pak mladi skupljaju različita seksualna iskustva, to se često događa u takvim okolnostima da izaziva tjeskobu, brigu zbog posljedica, osjećaj krivnje, razočaranje. Sve vodi do zaključka da se

[165] M. SZENTMARTONI - *Svijet mladih, Psihološke studije*, str. 148-150.

prerana i nezakonita seksualna aktivnost rezultira u negativnom stavu prema seksualnosti, umjesto da pomogne budućem rastu i kompletiranju cjelokupne ljudske osobnosti.[166]

2.2.2. Čistoća tijela i ljubavi

„Čistoća“ je ono unutarnje držanje koje se brani od svake, pa i najmanje doze zlouporabe spolnosti. Važna je jer štiti naš odnos s Bogom i drugom osobom, a pomaže nam pronaći i živjeti istinsku ljubav.[167] Značenje čistoće se razlikuje prema spolu, dobi, kulturi i količini spolnog iskustva. U tradiciji, žene su odgajane da gledaju čistoću kao dar koji se čuva do pravog trenutka. S druge strane, muškarci su imali prostora i od njih se nije tražilo da čuvaju čistoću predugo.[168]

U 21. stoljeću gdje smo okruženi seksističkim reklamama, porgnografijom i internetskim spolnim uznemiravanjem, ona je nužnost za svakog čovjeka koji ne želi izgubiti svoje dostojasntvo. Ona nije protuteža ljubavi, nego njezina obrana i imunološki sustav. Ona je gospodstvo duha koje spolni nagon[169] podređuje ljubavi. Bez čistoće, ljubav nemože uspjeti, nego propada, prije ili poslije. Uz čistoću, pojavljuje se osjećaj stida koji nas štiti od toga da bude objektom požude drugih. On je način ljubavi prema bližnjemu jer olakšava drugom da sačuva svoj unutarnji red s obzirom na spolne napasti. Tjelesna požuda oprečna je ljubavi jer čini čovjeka slijepim i neosjetljivim za njezinu ljepotu. Stoga su čistoća i stid zahtjevi same ljubavi, a suvremenim rječnikom rečeno, one su djelatna zaštita okolike u

---

[166] *Isto*, str. 154.
[167] M. B. BONACCI, *Prava ljubav*, str. 93.
[168] R. D. MCANULTY, Virginity (22. 1. 2016.), u: https://www.researchgate.net/publication/291355154_Virginity (14. 8. 2018.)
[169] Spolna privlačnost je ljudski nagon sličan gladi ili ljutnji. Ljudski nagon sam po sebi ne poznaje istinsku ljubav. Nagoni samo znaju *„željeti ono što ja želim kada to želim“*. Kada ste gladnii kad odete na večeru u restoran, te uočite npr. pizzu na drugom stolu, vaš nagon vas navodi da je uzmete i pojedete. Ali vaš razum kaže: *„Mi smo u restoranu i ta je pizza na tuđem stolu. Osim toga, komad koji gladno gledaš, dobiti će malo dijete. Nemoj ga uzeti.“* Uzimanje komada pizze ne bi bila lijepa gesta, ali vaš nagon to nemože znati. Vaš razum mora biti onaj koji će prenijeti tu informaciju. No, vaš razum neće biti učinkovit , ako vas nagon ne sluša, stoga vaš razum i vaša snaga volje moraju biti jači od vaših nagona. To se primjenjuje u mnogim drugim situacijama. Ako ste ljuti, vaš nagon vas može natjerati da nekoga udarite. Vaš razum tada kaže: *„To nije dobro.“* A kada vaš spolni nagon kaže: *„ U ovom trenutku bi spolni odnos dobrodošao“*, tada vaš razum mora reći: *„Ne, nije još vrijeme“*. Naš razum i naša volja odabiru ljubav, a ne naši nagoni. (*Isto*, str. 93-94.)

intimnom području kojem se odražava životni prostor ljubavi.[170] Potrebno je dopustiti Bogu da preobrazi naša srca kako bismo žudjeli za dobrom partnera. To je rast u ljubavi.

Mladi trebaju znati da predbračna suzdržljivost od njih ne želi nešto oduzeti, uskratiti ili zabraniti, nego da im ona pomaže da dođu do prave ljubavi[171]. Naime, bračna je sreća biti u potpunom osobnom kontaktu, a ne plod isključivo zadovoljavanja spolnih potreba. Istinska ljubav je ona koja misli na drugog koliko na sebe, ali još i više. Želja im je da sve prožive skupa i da im je sve zajedničko.[172] Poziv svake osobe koja je spremna ljubiti partnera ostvaruje se kroz bračnu ili kroz djevičansku ljubav. Oba načina zahtjevaju življenje čistoće koja omogućuje rast u ljubavi i iskreno sebedarje. Čistoća također pomaže čovjeku da raste, da se razvija kao jedinka, da se zna kontrolirati, da dozrijeva i sazrijeva, ali ujedno i da zna poštivati drugog čovjeka jer je stvoren na sliku Boga. U procesu stvaranja svijeta tijekom sedam dana, očita je precizna stupnjevitost prilikom stvaranja[173], gdje čitajući knjigu Postanka, imamo osjećaj kao da se Stvoritelj zaustavio i sabrao prije nego li je čovjeka pozvao u postojanje riječima: *„Načinimo čovjeka na svoju sliku, sebi slična...“*[174] Post 1, 27 govori kako se bitna istina o čovjeku odnosi jednako i na muškarca i ženu: *„Bog stvori čovjeka na svoju sliku, na sliku Božju on ga stvori, muško i žensko stvori ih.“*[175] Također, očaravajuća je činjenica da se *„slika Božja“* dovodi u izravnu vezu s muškarcem i ženom zajedno, što bi značilo da je plodnost ljudskoga para živa i djelotvorna *„slika“*, odnosno

---

[170] A. LAUN, *Ljubav i partnerstvo*, Verbum, Split, 2005., str. 39-40.

[171] Jednom mi je sedamnaestogodišnjak rekao: *„Znam da je porješno spavati s djevojkom do koje ti nije stalo, ali što ako je stvarno voliš? Vidite, djevojka s kojom sam sada, umro bih za nju. Ozbiljno vam kažem. Kada bi joj netko proslonio pištolj na glavu, rekao bih mu da puca u mene, umjesto u nju. Eto koliko volim tu djevojku.“* Moj odgovor: *„Dobro. Napravi to.“* Mladić me je pogledao zbunjeno i zapitao: *„Molim?“* Objasnio sam mu: *„Umri za nju. Gledaj, zabavno je zamišljati scenarij u kojemu češ se junački žrtvovati kako bi spasio život žene. Bog ti je tu plemenitu želju usadio u srce sa razlogom. Ali znamo da se to neće dogoditi. Osima ako tvoja djevojka nije upetljana u organizirani kriminal, danas se sigurno neće naći pred pištolje. Ali postoji netko od koga je trebaš zaštiti, a to si ti sam. Ako uistinu želiš umrijeti za nju, neka umre tvoja požuda. Ako je doista želiš žaštiti, zaštiti njezinu dušu. Drugim riječima, kada bi netko stvarno ubio tvoju djevojku, bi li ona bila spremna stati pred Boga? Jesi li zaštitio njezin vječni život? Ili te možda više zanima njezino tijelo negoli duša?“* Ovaj mladić nije bio bezosjećajan glumac. On predstvalja sve muškarce jer svi oni žude činiti ono što je plemenito i hrabro. No, njihove se težnje često okaljaju jer namjere nisu uvijek onoliko čiste koliko bi trebale biti. (J. EVERT, *Teologija tijela za njega*, str. 13-14.)

[172] M. SZENTMARTONI, *Svijet mladih, Psihološke studije*, str. 137.

[173] Stvaranje čovjeka u biblijskom opisu, bitno se razlikuje od prethodnih Božjih djela. Ovdje kao da se radi o Božjem odlučivanju prije tog važnog čina. Također, dostojanstvo čovjeka se ističe *„sličnošću“* s Bogom čija je on slika.

[174] Post 1, 26

[175] I. Pavao II., *Muško i žensko stvori ih. Kateheze o ljudskoj ljubavi. Cjelovita teologija tijela*, Svezak I., str. 62-63.

vidljivi znak Božjeg stvaralačkog čina. Bračni par koji rađa novi život, živi je znamen koji očituje Boga stvoritelja i zbog toga je Božja ljubav simbol Božjih intimnih stvarnosti. Plodni odnos para postaje slika za razumjeti otajstvo samog Boga kojeg se promatra kao Oca, Sina i Duha ljubavi. Ivan Pavao govori da je Bog u svom najdubljem otajstvu obitelj jer u sebi ima očinstvo, sinovstvo i ljubav koja je Duh Sveti. Tako je pojam obitelji svojstven Božjoj biti.[176]

P. M. Quay piše: *„Oni koji su zaručeni, budući da su se obvezali jedno drugomu, iako ne još u potpunosti, imaju dovoljan razlog da iskazuju ljubav, čak i produljenim ljubljenjem i grljenjem. Njihova ih je ljubav dovela do početnog dodirivanja sebe samih, iako još uvijek djelomičnog, i može se s potpunim pravom pokazivati ovim prirodnim simbolima, pod uvjetima: da to nijedno od njih ne uvede u grijeh, da s tim žestoko ne pretjeruju i da zaruke ne traju vječno.“*[177]

Da bi čovjek postigao nutarnju slobodu potrebno je da zagospodari svojim tijelom jer ako to ne učini, dogodit će se suprotno, tijelo će zagospodariti nad njim. Vlast nad samim sobom nekada predstavlja borbu kojoj čovjek ne vidi kraja, dok je nekada lako odoljeti. No, potrebno je u okviru vlasti nad samim sobom, izbjegavati prilike, izazove i nadvladati instintkivne poticaje koje bude na grijeh. Čistoća je krepost stavljena na srce svim kršćanima pa stoga ona i u braku jest radostan i zahtjevan *„hod svetosti“*.

Jedna od najvećih prepreka čistoću je pogrešno shvaćanje da su spolne žudnje loše. No, papa Ivan Pavao u *„Teologiji tijela“* govori o otkupljenju[178] našega tijela i poziva nas da ponovno otkrijemo njegovo značenje. Kada je Adam prvi put ugledao Evu, oni su još bili u stanju nevinosti. Papa Ivan Pavao II. kaže: *„Prve muškarčeve riječi iz Post 2, 23 kada je ugledao ženu što ju je Bog stvorio, izražavaju čuđenje i divljenje, štoviše, osjećaj očaranosti.“*[179] Adam je u početku iskusio spolni nagon kao posve čistu žudnju. Iako ga je

[176] PAPA FRANJO, *Amoris laetitia, Radost ljubavi*, str. 11-12.
[177] P. M. QUAY, *Kršćansko značenje spolnosti*, Filozofsko-teološki institut Družbe Isusove u Zagrebu, Zagreb, 2008., str. 86.
[178] Ono znači da je nešto *„kupljeno natrag“* ili brižljivo vraćeno svojoj prvotnoj svrsi.
[179] I. PAVAO II, *Muško i žensko stvori ih, Kateheze o ljudskoj ljubavi, Cjelovita teologija tijela, Svezak II.*, Verbum, Split, 2013., str. 216.

Eva očarala, on ju nije vidio kao predmet koji treba iskoristiti zbog svoga zadovoljstva. Naprotiv, u njezinu tijelu je vidio poziv da je ljubi na način koji će učiniti Božju ljubav vidljivom, a to je ljubav koja je slobodna, potpuna, vjerna i životvorna. Naša su srca postala ratno polje između ljubavi i požude. Što požuda više vlada u našem srcu, manje smo sposobni iskusiti *„ženidbeno značenje tijela“,* odnosno shvatiti da su tijela muškarca i žene stvorena jedno za drugo i da si budu međusobni dar.[180] Bog je u Post 2, 24 sa prvim parom imao *„seksusalni“* razgovor. Nije im rekao: *„Prvo isprobajte jedan drugog.“*, već im je uputio zapovijed da budu jedno tijelo tek kao muž i žena. Iz ovoga možemo isčitati, Božju nakanu o čistoći prije braka.[181]

Gubitak čistoće je značajan razvojni korak kod većine ljudi. Značenje gubitka razlikuje se od osobe do osobe i na značenje utječu spol, vjerski odgoj i dob, kao i kultura. Sociologinja L. Carpenter provela je istraživanje kako bi razumjela značenje gubitka čistoće i otkrila je četiri načina razmišljanja, a to su dar, stigma, proces i sakrament. Model *„dara“* opisuje individualce koji gledaju na čistoću kao vrijedan dar koji će podijeliti sa posebnom osobom u predanom odnosu. Model *„stigme“* se odnosi na osobe koje se srame svoje čistoće i pokušavaju je sakriti. Češći je kod muškaraca i može dovesti nepromišljenog gubitka čistoće kako bi izbrisali tu *„stigmu“*. Model *„procesa“* uključuje pogled da je gubitak čistoće neizbježan dio života i važan trenutak za odraslu osobu. Ovdje je čistoća inicijacija, odnosno prirodni dio odrastanja. Naposljetku, model *„sakramenta“* karakterističan je za religiozne osobe koji gledaju na apstinenciju kao oblik štovanja. U ovom obliku, čistoća se predaje samo supružniku u skladu sa Božjim zapovijedima. [182]

Na putu pripreme za brak, partneri međusobno, trebaju pružiti one informacije koje jedno o drugom moraju znati prije nego li se započne zajednički život[183]. U intimni dio braka pripada razgovor partnera i erotsko-seksualni život koje je potrebno da se razvije prije braka.

---

[180] J. EVERT, *Teologija tijela za njega*, str. 17-18.

[181] N. A. TORO, What's So Wrong with Sex Before Marriage? (2. 7. 2013.), u: https://rcg.org/realtruth/articles/130530-005.html (18. 8. 2018.)

[182] R. D. MCANULTY, Virginity (22. 1. 2016.), u: https://www.researchgate.net/publication/291355154_Virginity (14. 8. 2018.)

[183] Npr. Kakvo je osobno i obiteljsko zdravstveno stanje? Kakve se poteškoće mogu očekivati od buduće rodbine? Kakvi su planovi vezani za planiranje budućnosti i potomstva?

Kada partneri nalaze u razgovoru sve više bliskosti, posve je normalno da i njihove nježnosti postaju intimnije. No, ovdje se tako može otkriti visoka skala nježnosti koja se tada treba sačuvati za brak. Spolno općenje koje je definitivni i konačni način izražavanja ljubavi, u prenesenom značenju znači: *„Posve pripadam tebi i rado prihvaćam da i ti meni želiš posve pripadati. Upravo zbog toga je idealno i jedino pravilno mjesto za to sjedinjenje brak“*.[184]

Na erotskom području za bračne partnere je prije svega važno da postanu puni osjetljivosti za partnerove osjećaje i da nauče kako se mogu drugima izreći vlastiti osjećaji. Ako se u vrijeme pripravnosti za brak vježba na način da se uzimaju ozbiljno želje voljene osobe, onda postoji i nada da će se u braku odgovorno držanje dalje razvijati. Tako će partneri biti sposobni da seksualnost pravilno uklope u bračni život, ako ju ne uzimaju kao jedinu važnu, a ni sporednu stvar, već kao veličanstvenu mogućnost da se njihova ljubav izrazi na jedinstven način.

„Od upoznavanja dvoje mladih ljudi, do njihove zrele i odgovorne odluke da zajedno dijele sav preostali životni vijek, dug je put na kojem je nužno sazrijevanje za tu životnu odluku. To sazrijevanje ima svoj naravni i normalni tijek u kojem ne bi smjelo biti skokova ili preskakanja razvojnih faza u uzajamnom odnosu.“[185] Osobu koja nije sposobna kontrolirati svoje nagone, smatramo nezrelom osobom i nije dorasla za donošenje životne odluke. Spolni nagon, osobito kod mladih ljudi koji su u vezi, možemo poistovjetiti sa pojmom *„sebičnost“*. Suzdržavanje je mogućnost tretiranja vlastite i partnerove sposobnosti kontrole *„sebičnosti“*. Partneri koji ne znaju kontrolirati svoju *„sebičnost“*, nisu dobri kanditati za dugi zajednički život. Ako se popusti spolnom nagonu, onda dolazimo do velikih rizika[186]. Pribjegavanje kontracepcijskim sredstvima dodatni je grijeh, jer takva spolnost u kršćanskom smislu riječi ima za temeljni cilj potpuno zajedništvo s drugom osobom koje je

[184] B. LISS, *Brak može uspjeti*, str. 37.
[185] GLAS KONCILA, *Vodič na putu prema sakramentu ženidbe, Kako u crkveni brak*, Zagreb, 2004, str. 27-28.
[186] Prvi i najveći rizik je neželjena trudnoća. Kod neželjene trudnoće, djevojka je zapravo nezaštićena, budući da mladić još nije preuzeo nikakvu odgovornost za njihovu budućnost. U našoj svakidašnjici, djevojka je često u iskušenju da učini pobačaj.

otvoreno prema životu; a ako je dodatno još kontracepcija[187] kemijska, onda ima loše zdravstvene i duhovne posljedice.[188]

Čista i prava ljubav želi zajednički prihvatiti posljedice koje se iz nje rađaju. Iz toga slijedi glavni argument protiv predbračnih odnosa, a to je grijeh protivan ljubavi jer partneri dijele zajedno radost odnosa, ali *„teret“* koji iz njega izlazi nejednako se raspodjeljuje. Mladić koji želi zadovoljiti svoj seksualni nagon u konačnici ne voli djevojku, nego samoga sebe. Ponaša se sebično kada svu odgovornost za posljedice prebacuje na djevojku[189]. Puno mladića nije ni svjesno što djevojkama uvjetuje spolni odnos.[190] One će tjednima ili mjesecima živjeti pod teretom straha radi toga odnosa. Mlade stoga treba dovesti do shvaćanja da uzdržljivost nije zapreka ljubavi, nego je ona uvjet za rascvat pun ljubavi u braku. Pravi izbor partnera započinje kad se u partneru počinje gledati kao oca ili majku zajedničkog budućeg djeteta. Dokaz imamo u emocionalnom stanju djevojke. Ona se ne osjeća potpunom dok ne osjeti da je voljena, a kad osjeti pravu ljubav, vezu želi učiniti trajnom i postati majka.[191]

Poradi negativnih posljedica što ih predbračno spolno iskustvo može imati, postoje neki psihološki razlozi[192] koji idu u prilog suzdržljivosti prije braka. Prvi seksualni odnos ima određeno značenje bilo to u pozitivnom ili negativnom smislu. U pozitivnom smislu, kod prvog iskustva, pojedini mladići, a posebno djevojke, ostaju afektivno vezani za njega. Ako to iskustvo nije bilo s budućim bračnim partnerom, u kasnijem seksualnom životu, često će se stvarni bračni partner uspoređivati s tim prvim iskustvom. No, s druge strane, češće su negativne posljedice. Iako je prvo iskustvo negativno, osnovni stav prema seksualnosti može postati negativan.

---

[187] Korištenje kontracepcije nije samo odbijanje trudnoće, nego i odbijanje načina na koji je žena stvorena. Uzimanje lijekova da bi se spriječio život podrazumijeva da u ženskome tijelu ima nešto problematično što treba ispraviti kemikalijama. Žensko tijelo je stvoreno savršeno. Ako žena zatrudni zbog toga što je imala spolni odnos, to samo znači da je sve prošlo kako treba. (J. EVERT, *Teologija tijela za nju*, str. 29.)
[188] *Isto*, str. 29.
[189] No, ako si djevojka posvijesti veliko otajstvo koje joj je povjereno, njezina će čistoća biti zajamčena. Samo poštovanje koje bi imala prema svome tijelu, neizbježno bi zamjetio i mladić, a mladić će čitajući njezin govor tijela i zamjećujući njezinu čednost, pristupiti joj sa poštovanjem i dostojanstvom koje ona zaslužuje.
[190] Međutim, činjenica je da postoji i obrnuta situacija, odnosno slučaj kada se djevojke ponašaju kao u navedenom primjeru za muškarce.
[191] M. SZENTMARTONI – *Svijet mladih, Psihološke studije*, str. 138.
[192] *Isto*, str. 151.

Zbog posljedica istočnog grijeha, žena koja je ranjiva, mogla bi odbaciti od sebe svoju otajstvenu narav i odabrati prolazna zadovoljstva. Budući da u tom slučaju ne vjeruje da je zaslužila da je se osvaja, ona je ta koja počinje osvajati. Umjesto da čeka da otkrije svoju dostojanstvenost, ona se izlaže onima koji je nemaju pravo gledati. Takav proces često može započeti nepristojnim govorom i odijevanjem što dovodi do otvorenog seksualnog poziva. Žena takvim ponašanjem otkriva samo svoju nesigurnost, jer budući da ne shvaća svoju vrijednost, pristaje da se prema njoj odnosi bez poštovanja, i takvim načinom postaje *„sredstvo zabave za muškarce“*. Nažalost, suvremeni mediji pune djevojkama glavu sa porukom da se njihova vrijednost određuje mladićevom reakcijom na njezin izgled. Uzimajući to k srcu, djevojke često koriste svoja tijela kao sredstvo s kojim žele steći poštovanje.[193]

Specifične emocionalne opasnosti preranog upuštanja u spolne odnose variraju od osobe do osobe. Neke emocionalne posljedice su kratkotrajne, ali i dalje ozbiljne. S druge strane, neke traju jako dugo, čak i kroz razdoblje braka i roditeljstva. Mnoge od tih psiholoških posljedica teško je zamisliti dok se nešto takvo ne iskusi. U svim slučajevima, emocionalne posljedice seksualnih iskustava treba shvatiti ozbiljno. Emocionalni problemi mogu imati štetne, ponekad i nepopravljive posljedice na sposobnost osobe da vodi sretan i produktivan život. Postoji nekoliko emocionalnih opasnosti preranog upuštanja u spolne aktivnosti[194]:

- Zabrinutost zbog trudnoće i spolnih bolesti - za mnoge mlade ljude koji su postali seksualno aktivni strah od trudnoće[195] ili dobivanja spolno prenosive bolesti velik je emocionalni stres.[196]

---

[193] J. EVERT, *Teologija tijela za nju*, str. 19.

[194] T. LICKONA, 10 emocinalnih opasnosti predbračnog seksa i 10 nagrada za one koji „čekaju“ (11. 10. 2016.), u: https://www.bitno.net/obitelj/spolnost/predbracni-seks-maloljetnicki-seks-predbracna-cistoca-emocionalne-opasnosti-cekanje-braka/ (21. 9. 2017.)

[195] Mogućnost za eventualno začeto dijete u današnjem je svijetu vrlo česti slučaj. Tada su moguća su tri rješenja. Prvo je da se mladić oženi djevojkom radi djeteta, ali praksa pokazuje da takvi brakovi nisu najsretniji. Drugo rješenje je da majka ostaje sama s djetetom. Dijete je u tom slučaju, predano dobrobiti najbližih, uz nedostatak nazočnosti oca. Posljednje i najgore rješenje je da se majka ili odlučuje na abortus, ili na davanje djeteta na posvojenje jer nije sposobna za brigu o njemu. Svakako stoji tvrdnja da neželjeno predbračno dijete uzrokuje više briga nego radosti.

[196] Primjer jedne srednjoškolke koja se obratila psihologu: *„Vidim kako neke moje prijateljice kupuju testove za trudnoću. Svakog su mjeseca zabrinute i preokupirane su time, boje se da su možda trudne. Meni je olakšanje biti djevica.“*

- Žaljenje i pretjerana samo kritičnost - dečki i djevojke mogu osjećati duboko žaljenje nakon seksualne veze, iako će kod djevojka taj slučaj biti češći. Djevojka koja vidi odnose kao način da pokaže da joj je stalo, može se osjećati prevarenom i iskorištenom kad dečko ne pokazuje veće romantično zanimanje nakon seksualnog iskustva.[197] Žaljenje zbog seksualnog iskustva može trajati godinama.
- Krivnja – kao poseban oblik žaljenja. S jedne strane može biti snažan osjećaj da se nešto učinilo moralno pogrešno, a s druge strane može biti zdravo moralno iskustvo koje nam govori da nam savjest funkcionira i da u budućnosti izbjegavamo svati koje su nas u prošlosti doveli do grižnje savjesti. Djevojke će češće od dečkiju osjećati krivnju nakon prvog seksualnog iskustva, a krivnja je veća ako se iskustvo dogodilo pod utjecajem droge ili alkohola.[198] Krivnja poslije odnosa, također može proizlaziti i iz nečijih vjerskih uvjerenja. Za nas kršćane, spolni odnosi su dar od Boga čovjeku i ženi u braku da si kroz tjelesni način mogu izraziti ljubav. Također, kad je u pitanju pobačaj[199], mnoge žene kažu da su poslije tog iskustva iskusile uznemirujuće emocionalne posljedice, depresiju, noćne more, gubitak osjećaja vlastite vrijednosti, a napose krivnju koja može ponekad doći odmah, a ponekad se javi godinama poslije.[200]

T. LICKONA, 10 emocinalnih opasnosti predbračnog seksa i 10 nagrada za one koji „čekaju“ (11. 10. 2016.), u: https://www.bitno.net/obitelj/spolnost/predbracni-seks-maloljetnicki-seks-predbracna-cistoca-emocionalne-opasnosti-cekanje-braka/ (21. 9. 2017.)

[197] B. Bartlett, voditelj tečaja o ljudskoj spolnosti za prve razrede u jednoj srednjoj školi u Minnesoti, podijelio je priču djevojke: *„Sandy, jedna pametna i lijepa djevojka, pitala me možemo li razgovarati za vrijeme odmora. Objasnila je da nikad nije imala dečka, pa je bila vesela kad ju je jedan maturant pozvao da izađu. Nakon što su nekoliko tjedana izlazili, on je rekao da želi seks. Ona je oklijevala, ali on je bio uporan. Bojala se da će ga izgubiti i da će ispasti nezrela, pa je pristala.“„Je li to upalilo?“ pitao sam je. „Jesi li ga zadržala?“„Odgovorila je: ‘Još tjedan dana. Još smo jednom spavali skupa, i onda je prekinuo sa mnom. Rekao je da nisam dovoljno dobra. Nije bilo iskre. Sad znam da me nije stvarno volio. Kako sam mogla biti tako glupa.’“*
T. LICKONA, 10 emocinalnih opasnosti predbračnog seksa i 10 nagrada za one koji „čekaju“ (11. 10. 2016.), u: https://www.bitno.net/obitelj/spolnost/predbracni-seks-maloljetnicki-seks-predbracna-cistoca-emocionalne-opasnosti-cekanje-braka/ (21. 9. 2017.)

[198] U svojoj knjizi za tinejdžere, *„Ljubav, izlasci i seks“*, autor G. Eager mladićima savjetuje sljedeće: *„Kad se dogodi prekid, obično je mnogo teže djevojkama nego dečkima. To nije nešto što želite imati na savjesti – da je neka djevojka zbog vas imala velike emocionalne probleme.“*
T. LICKONA, 10 emocinalnih opasnosti predbračnog seksa i 10 nagrada za one koji „čekaju“ (11. 10. 2016.), u: https://www.bitno.net/obitelj/spolnost/predbracni-seks-maloljetnicki-seks-predbracna-cistoca-emocionalne-opasnosti-cekanje-braka/ (21. 9. 2017.)

[199] Ako žena ostane trudna, pa posegne za pobačajem kao rješenjem, ona očituje odbijanje dara života nakon što ga je primila u sebe i proturječi svojim najdubljim žudnjama i svemu što ona jest.

[200] Svjedočanstvo mlade majke o pobačaju što ga je imala kad je bila studentica: *„Bila sam na drugoj godini. Bilo mi je jako loše kad sam se vratila sa zimskih praznika. Liječnik u studentskoj ambulanti napravio je test urina i rekao mi, ne osuđujući me, da sam trudna. ‘Što želite učiniti?’ pitao me. ‘Želim ga se riješiti’, odgovorila sam, ne trepnuvši. Zapisao je broj telefona i adresu obližnje klinike za žene. ‘Postupak’ je bio iznenađujuće*

- Gubitak samopouzdanja – mnoge osobe pate od manjka ili gubitka samopouzdanja kada otkriju da imaju spolnu bolest.[201] Ponekad gubitak samopouzdanja nakon neobveznog seksa vodi osobu u nove neobvezne odnose, što vodi do daljnjeg gubitka samopouzdanja. To je začarani krug iz kojeg se teško izvući.
- Kvarenje karaktera - kad se prema drugima odnosimo kao seksualnim objektima za svoj sebični užitak, ne samo da gubimo samopoštovanje nego i mijenjamo svoj karakter, osobu kakva ćemo postati. Svaka odluka koju donesemo u životu utječe na naš karakter, bilo dobro, bilo loše. Dobre odluke jačaju naš karakter, a loše ga kvare. Naša je savjest dio našeg karaktera koji razlikuje dobro od lošeg i pomaže nam donijeti dobre odluke. U našem današnjem seksualnom okruženju, mnogi mladi imaju iskrivljenu savjest, koja za jako loše oblike ponašanja smatra da su „u redu". Spolni odnos kao takav može iskvariti karakter i time što navodi ljude da lažu radi seksualnih aktivnosti.[202]
- Uništeno povjerenje - mladi koji su se osjećali iskorišteno ili prevareno nakon prekida seksualne veze mogu imati poteškoća s povjerenjem u kasnijim godinama, počevši sa daljnjim vezama, te konačno u braku.[203]

---

jednostavan. Grčevi su bili jaki, ali to sam izdržala. Da me je netko odmah tada pitao kako se osjećam zbog toga što sam upravo učinila, rekla bih, 'Odlično! Dobila sam natrag zdravlje i svoj život!' Pitajte me sad. Sad, u ovom trenutku, plačem. Kako sam bila bezosjećajna. Klinka, zapravo. Egoistična i plitka. Tada je bilo, i sad ima, toliko alternativa. Prizemljilo me je mojih dvoje žive djece, a najviše moja prijateljica Amy. Njoj je bilo toliko stalo do djeteta kojeg je izgubila u spontanom pobačaju da mu je dala ime i priredila pogreb. Ja o svome djetetu nisam razmišljala dok nisam odrasla."
T. LICKONA, 10 emocinalnih opasnosti predbračnog seksa i 10 nagrada za one koji „čekaju" (11. 10. 2016.), u: https://www.bitno.net/obitelj/spolnost/predbracni-seks-maloljetnicki-seks-predbracna-cistoca-emocionalne-opasnosti-cekanje-braka/ (21. 9. 2017.)

[201] Jedan čovjek nije čuo za humani papiloma virus prije nego što je spavao sa svojom djevojkom. Uskoro je primijetio kvržice po svom spolnom organu. Liječnik mu je rekao da su to genitalne bradavice uzrokovane virusom. Nije ih se uspio riješiti tretmanom kiselinom, laserskim tehnikama ni operacijom. Nakon toliko neuspješnih tretmana zabrinuo se da se neće moći nikad oženiti zbog tih kvržica.
T. LICKONA, 10 emocinalnih opasnosti predbračnog seksa i 10 nagrada za one koji „čekaju" (11. 10. 2016.), u: https://www.bitno.net/obitelj/spolnost/predbracni-seks-maloljetnicki-seks-predbracna-cistoca-emocionalne-opasnosti-cekanje-braka/ (21. 9. 2017.)

[202] Npr. Uobičajene su laži: *„Volim te"* i *„Nikad nisam imao spolno prenosivu bolest"*.

[203] Ovo je priča Briana, studenta četvrte godine: *„Prvi sam put spavao s djevojkom kad nam je bilo 15 godina. Izlazili smo gotovo godinu dana i jako sam je volio. Bila je simpatična, otvorena i popularna. Radili smo sve osim samog odnosa, i onda je ona jedne noći pitala možemo li otići do kraja. Nekoliko dana kasnije smo prekinuli. Bilo je to najbolnije razdoblje u mom životu. Njoj sam se otvorio više nego ikome, čak više nego svojim roditeljima. Bio sam deprimiran i živčan. Prestao sam se baviti sportom, i osjećao sam se kao totalni promašaj. Na faksu sam uglavnom imao veze za jednu noć. Bojim se zaljubljivanja."*
T. LICKONA, 10 emocinalnih opasnosti predbračnog seksa i 10 nagrada za one koji „čekaju" (11. 10. 2016.), u: https://www.bitno.net/obitelj/spolnost/predbracni-seks-maloljetnicki-seks-predbracna-cistoca-emocionalne-opasnosti-cekanje-braka/ (21. 9. 2017.)

- Depresija - postaje sve češća među tinejdžerima, a istraživanja pokazuju da to nije automatska pojava u toj dobi. Kod tinejdžera koji se suzdržavaju od riskantnog ponašanja kao što su seks, droga i alkohol, najmanja je vjerojatnost od depresije. Kod mladića i djevojaka koji se često upuštaju u riskantna ponašanja vjerojatnost od depresije je najveća. Kod djevojaka čak i jednokratno eksperimentiranje sa seksualnim odnosima ili drogom značajno povećava rizik od depresije. U nekim slučajevima depresija može dovesti osobu do čina samoubojstva.
- Narušeni odnosi – seksualni odnosi mogu pokvariti dobare odnos. Druge dimenzije odnosa mogu se prestati razvijati, a na površinu izbijaju i negativne emocije, koje s vremenom zatruju odnos. Također, mogu negativno utjecati i na odnose s ljudima s kojima nismo seksualno povezani. Većina roditelja kaže da ne žele da njihovi tinejdžeri započinju sa seksualnom aktivnošću, a kad postupe suprotno od tog standarda, tinejdžeri mogu stvoriti konflikt ili distanciranost u obiteljskim odnosima. Mnogi tinejdžeri koji imaju seksualne veze čine sve što mogu da im roditelji za to ne doznaju, jer znaju koliko bi ih to uzrujalo.[204]
- Usporen razvoj ličnosti - prerano upuštanje u spolne odnose može poremetiti razvoj odnosa, ali i usporiti razvoj ličnosti. Tinejdžeri koji se posvete intenzivnoj vezi, okreću se „prema unutra“ baš onda kad bi se u svom životu trebali okretati „prema van“ i stvarati nova prijateljstva, pridruživati se sportskim ili plesnim klubovima, razvijati svoje interese i vještine, te preuzimati veće društvene odgovornosti. Tinejdžerske godine kritično su razdoblje za učenje i razvoj kad se postavljaju temelji za budućnost svake mlade osobe. Prilike koje se tada propuste ne mogu se vratiti. Ako mladi ne iskoriste te prilike, možda nikad ne razviju svoj puni potencijal.
- Negativne posljedice za brak - većina tinejdžera žele jednog dana biti u sretnom braku. No, da bi si to omogućili, trebamo ih poticati da se zapitaju: *„Koje će mi seksualne odluke sad u mom životu pomoći da ostvarim svoj san o sretnom braku? Koje bih probleme*

---

[204] Ovo je doživjela jedna djevojka u takvoj situaciji: *„13-godišnja Becky spavala je sa svojim 15-godišnjim dečkom. Znala je da bi njezini roditelji i drugi članovi obitelji bili jako povrijeđeni kad bi za to doznali. Kad joj je izostala mjesečnica, počela je paničariti. Čak je počela razmišljati o samoubojstvu. Na njezino veliko olakšanje, test na trudnoću bio je negativan. Odlučila je da ne želi da joj se to više događa, pa je prekinula s dečkom.“*
T. LICKONA, 10 emocinalnih opasnosti predbračnog seksa i 10 nagrada za one koji „čekaju“ (11. 10. 2016.), u: https://www.bitno.net/obitelj/spolnost/predbracni-seks-maloljetnicki-seks-predbracna-cistoca-emocionalne-opasnosti-cekanje-braka/ (21. 9. 2017.)

mogao/mogla uzrokovati sebi ili budućem bračnom partneru ako budem seksualno aktivan/aktivna prije braka?" Odgovor na posljednje pitanje pronalazimo u četiri su moguća problema:

a) Usporedbe i sjećanja - ako mladi spavaju s nekim tko nije njuhov budući supružnik, može se pojaviti sklonost, koju nekad ne mogu kontrolirati, a to je da se uspoređuje supružnika s prijašnjim partnerima.[205] I muškarci i žene mogu doživjeti *„seksualne flashbackove"*[206] koji mogu poremetiti bračnu seksualnu intimnost.

b) Nevjera – jedan od mogućih razloga za preljub u braku je seksualna aktivnost koja je prije braka bila česta i sa više partnera. Sposobnost odupiranja iskušenjima dio je našeg karaktera, nešto što se razvija s vremenom, kroz praksu. Ako nismo vježbali govoriti *„ne"* seksualnim iskušenjima prije braka, može nam biti teže odupirati im se u braku, a to može dovesti do uništenja braka.

c) Neplodnost - mnogi novopečeni mladenci ne mogu začeti dijete. Do neplodnost može doći od ogromnog stresa u braku. Ako je ona prouzrokovana spolno prenosivom bolesti kao što je klamidija[207], stres je još veći.[208]

d) Mogući razvod braka – u većini slučajeva, zajednički život prije braka povezan je većim rizikom od razvoda. Što se s više partnera prije braka živjelo, veće su šanse za razvod. Jedan dobar razlog je to što seksualni odnosi mogu sprječiti da stvarno upoznate drugu osobu i saznate imate li zajednička vjerovanja, vrijednosti i ciljeve na kojima se može graditi trajan brak.[209] Važno je znati o emocionalnim opasnostima preranog stupanja u spolne odnose, ali

---

[205] Jedan je mladi muž ispričao sljedeće*: „Kad vodim ljubav sa svojom suprugom, znam pomisliti: 'Moja se bivša bolje ljubila' ili 'Ona je to bolje radila'. Ne mogu prestati uspoređivati."*
T. LICKONA, 10 emocinalnih opasnosti predbračnog seksa i 10 nagrada za one koji „čekaju" (11. 10. 2016.), u: https://www.bitno.net/obitelj/spolnost/predbracni-seks-maloljetnicki-seks-predbracna-cistoca-emocionalne-opasnosti-cekanje-braka/ (21. 9. 2017.)

[206] Mentalne slike prijašnjih partnera.

[207] Klamidija može uzrokovati upalu zdjelice, ali i ožiljke i suženja jajovoda, zbog čega jajašca možda neće moći stizati do maternice da budu oplođena.

[208] Primjer 33-godišnje supruge: *„Za svojih ludih studentskih dana sam pokupila infekciju koja mi je oštetila unutrašnjost jajovoda, zbog čega sam neplodna. Sad sam udana za predivnog čovjeka koji jako želi djecu, i osjećam ogromnu krivnju. Vjerojatno ćemo posvojiti dijete, ali cijela je ova situacija užasno teška."*
T. LICKONA, 10 emocinalnih opasnosti predbračnog seksa i 10 nagrada za one koji „čekaju" (11. 10. 2016.), u: https://www.bitno.net/obitelj/spolnost/predbracni-seks-maloljetnicki-seks-predbracna-cistoca-emocionalne-opasnosti-cekanje-braka/ (21. 9. 2017.)

[209] John i Kathy Colligan, koji godinama savjetuju parove koji se pripremaju za brak, misle ovako: *„Vidjeli smo mnogo zaručenih parova koji žive skupa. Razgovarajući s njima doznamo da imaju malo toga zajedničkoga. Nisu razgovarali o vrijednostima i ciljevima, a seksualna privlačnost i povezanost vrlo su jaki. Kad im predložimo da ne žive ili ne spavaju skupa, da postanu prijatelji i upoznaju jedno drugo da vide slažu li se zapravo, često se odupiru. Mi vidimo da će taj brak vrlo vjerojatno propasti – i to se često i dogodi."*

je jednako važno znati i dobrobiti od čuvanja spolnih odnosa za stvarno ozbiljnu ljubavnu vezu, odnosno brak.

No, bez obzira na počinjene grijehe, te rane nisu tu da vas poraze. Sve one se mogu izlječiti, a vaše žudnje se mogu otkupiti. Što je nekoć bio oblik traganja za ljubavlju putem čednosti, sada može uz pomoć čednosti postati žarki poziv na autentičnu ljubav. Očajanje se može preokrenuti u nadu kada osoba otrkije svojeu preveliku vrijednost, bez obzira na svoju prošlost.

Stoga, postoji nekoliko razloga za *„čekanje“* koji će pomoći da se osoba izgradi prije ulaska u brak[210]: *„Čekanje“* će učiniti vezu boljom jer mlade osobe tako mogu provesti više vremena upoznajući jedno drugo. *„Čekanje“* će povećati njihovo samopouzdanje i donijeti poštovanje jer imaju hrabrosti držati se svojih uvjerenja. *„Čekanje“* će naučiti da poštuju druge oko sebe i da ih ne dovode u iskušenje. *„Čekanje“* predstavlja čistu savjest i duševni mir. *„Čekanje“* će pomoći pronaći pravog i iskrenog partnera, a samim time pretpostavlja i bolju seksualnu vezu u braku, bez usporedbi, utemeljenu na povjerenju. *„Čekanje“* će pomoći da ostanete vjerni supružniku i prije nego što ga upoznate.

Prakticiranje vrlina koje su povezane s čekanjem kao što su vjernost, dobro prosuđivanje, samokontrola, čednost i stvarno poštovanje prema sebi i drugima pomaže da se razvije karakter koji će učiniti čovjeka dobrim bračnim partnerom. Kad on postane karakterna osoba, moći će privući drugu karakternu osobu, odnosno onakvu osobu s kojom bi htio osnovati obitelj.

Vrijeme između izbora partnera i sklapanja braka od velike je važnosti. Treba ga potpuno iskoristiti. Odluka da se uđe u brak ima smisla onda ako je uzajamna ljubav dosegla

---

T. LICKONA, 10 emocinalnih opasnosti predbračnog seksa i 10 nagrada za one koji „čekaju“ (11. 10. 2016.), u: https://www.bitno.net/obitelj/spolnost/predbracni-seks-maloljetnicki-seks-predbracna-cistoca-emocionalne-opasnosti-cekanje-braka/ (21. 9. 2017.)

[210] T. LICKONA, 10 emocinalnih opasnosti predbračnog seksa i 10 nagrada za one koji „čekaju“ (11. 10. 2016.), u: https://www.bitno.net/obitelj/spolnost/predbracni-seks-maloljetnicki-seks-predbracna-cistoca-emocionalne-opasnosti-cekanje-braka/ (21. 9. 2017.)

onaj stupanj kada su oba partnera spremna za trajnu vezu i vjernost i kada svaki od njih može preuzeti odgovornost za partnerov život.[211]

Biblija govori o *„upoznavanju“* kada u Knjizi Postanka spominje kako se muškarac i žena potpuno sjedinjuju[212]. Upoznavanje je organski proces koji se odvija malenim i polaganim koracima. Taj pojam govori da se ne radi samo o tjelesnom činu jer u tome sudjeluje čitav čovjek. Tijelo i duša trebaju po mogućnosti biti u što većem skladu. To za razvoj partnerstva između muškarca i žene znači da oboje strpljivo pokušaju prvobitni osjećaj nepoznavanja zamijeniti sve intimnijom bliskošću. Partneri pritom kao prvu prirodnu prepreku osjećaju stidljivost. Ona se s jedne strane odnosi na tijelo i znači sputanost da se pred stranom osobom otkrije intimnost. Zdrav čovjek s druge strane doživljava i duhovnu stidljivost koja predstavlja prepreku kada se pokušava stranom čovjeku povjeriti nešto od vlastitih misli. Upoznavanje omogućava oprezno kretanje prema naprijed. Muškarac i žena sve više jedno drugom otkrivaju tajne vlastita bića. Kako raste uzajamno povjerenje, tako će se partneru pokazivati sve intimnija područja. Ako su uvjeti za razvoj dobri, može se produbiti svijest: *Mi se slažemo i već se radujemo što ćemo cijeli život dijeliti jedno s drugim.* Budući da se tijelo i duša ne mogu razdvojiti, u istoj će se mjeri svladati i tjelesna stidljivost. Partneri postaju svjesni uzajamnog poštovanja, svaki od njih zna čemu onaj drugi pridaje vrijednost i tako bivaju njihove nježnosti posve spontano sve intimnije, što je najveći simbol duševne bliskosti. Ako je dobra priprema za brak dovela do potpune sloge između muškarca i žene, time se nije došlo do završetka, nego razvoj partnera teče dalje. U najviše slučajeva potrebno je mnogo mjeseci i godina da bi dvoje ljudi pronašli optimalne mogućnosti da jedno drugo usreće.

Prava i istinska duhovna ljubav zahtijeva mnogo odricanja. Ljudima koji su željni zadovoljstva, u životu su najvažniji seksualni užitci. No, pravi kršćanin je iznad tih stvari. Tko u današnje vrijeme želi zastupati kršćansko shvaćanje, mora voditi borbu na dvije strane. Na jednoj su naslijeđene tradicije seksusalno neprijateljski okrenute prošlosti uz omalovažavanje spolnosti, a na drugoj strani nalazimo poplavu neprikladnih časopisa, knjiga,

[211] B. LISS, *Brak može uspjeti*, str. 38.
[212] Post 1, 28; 4, 1; 4, 17

slika i filmova koji žele čovjeku pokazati put za životnu sreću koja se može naći ako se savršeno ovlada tehnikom izazivanja seksusalnog užitka. No, zloupotreba seksualne snage može dovesti do slomljenih srca, neželjene trudnoće, uništenih brakova, razorene obitelji, nesretnosti djece rastavljenih roditelja... Čovjekova se seksualnost mora kao i sve druge sposobnosti razvijati i sazrijevati. Cilj razvoja je da seksualnost sve više postaje izrazom ljubavi kako bi partner usrećio jedan drugoga. Uklapanje seksualnosti u cjelokupni život ostaje stalnom čovjekovom zadaćom.

Tko je jednom shvatio što znači kršćanska ljubav za partnerstvo između muškarca i žene, a također i za razvoj na erotsko-seksualnom području, neće više inzistirati da mu se nešto dopusti. Takav čovjek također neće misliti da spolni susret mora prije braka isprobati kako bi bio siguran da će u braku funkcionirati.[213]

Ukoliko se osoba slobodnom odlukom odrekne seksualnih aktivnosti, ima mogućnost da svoju seksualnu nagonsku energiju sublimiranjem pretvori u velika, čak izvanredna ostvarenja. Tako se mogu ostvariti umjetničke, moralne, vjerske i znanstvene vrijednosti. Sublimiranje nije međutim potiskivanje, već zrela seksualnost povezana sa slobodnim odricanjem nagona. Par koji prije braka svjesno postavi sebi granicu, ima izglede da otkrije mnoge nježnosti koje su prikladne da izraze individualni način izražavanja ljubavi i postoji nada da će oni unijeti u brak širok sprektar erotike tako da će potpuno sekusalno sjedinjenje u nježnoj atmosferi postići svoj plementi cilj, kako tjelesnu tako i duševnu bliskost.

Partneri koji žele sklopiti brak trebaju znati da kultivitirati seksualnost je doživotni zadatak. Nije važna učestalost seksualne aktivnosti, kao ni način na koji se dvoje ljudi seksualno susreću, a isto tako niti tehnički detalji koji se na stranicama nekih časopisa hvale kao presudni činilac ljudske sreće. Odlučujuće je da dvoje ljude iz uzajamne ljubavi nađu one oblike seksualnog dodira koji odgovaraju upravo njihovim osobinama. Tu trebaju dati svojoj mašti da što snažnije djeluje. Pri tom je princip zajedništva najvažnije mjerilo za osobnu kontrolu. U konačnici, nikada se od partnera ne smije tražiti nešto što mu je

[213] B. LISS, *Brak može uspjeti*, str. 53.

neugodno, a u pravilu je za oboje dobro ono što pri oblikovanju svoga seksualnog života zajednički prihvaćaju. [214]

Ima nešto misteriozno i izuzetno u odnosu muža i žene. U intimnom svijetu, njih dvoje stvaraju *„čudo“* koje se nemože definirati i koje je potpuno njihovo, i što održavaju na životu uzajamnom vjerom, a što živi ukorijenjeno u njihovim nagonima. Od tuda proizlazi čudesna težnja da se erotski impulsi prema drugima prikriju, a šalju samo izabranom. Tako se događa da ljubav, ta čudesna posljedica vlastitog izbora drugoga i poklona vlastite osobnosti drugome nije sklona rasipati svoju energiju izvan okvira bračnog para. Seksualni odnos rađat će radost, tj. istinski ljudski odnos u kojemu se osobe daruju jedna drugoj. Tako je *„mjera“* seksualne dozvoljene blizine u stvari adekvatna dubini i zrelosti odnosa.[215]

Bog je stvorio čovjeka kao muškarca i ženu i obdario ih nagonskom snagom koja je usmjerena na to da jednog partnera dovede drugom i da ih sjedini u trajno zajedništvo. Otvaranjem čitave osobnosti partneru treba se na najbolji mogući način razviti vlastita odgovornost. U toj se ljubavi također nalazi i najbolji preduvjet za rast djece. Dakle, budući da je Bog želio to zajedništvo između muškarca i žene, može se s kršćanskog gledišta nalog za bračno partnerstvo razumjeti samo tako da se oba partnera trude da svoju povezanost izraze znakovima ljubavi. Pritom se partneru svaki dan iznova trebaju govoriti riječi *„volim te“* koje čine da sama ljubav jača i raste.[216]

---

[214] *Isto*, str. 40-42 .
[215] I. CVITANOVIĆ, *Odnosi osoba i zajedništvo,* str. 65-66.
[216] B. LISS, *Brak može uspjeti*, str. 50.

2.2.3. Simbolika predbračne čistoće

Spolnost nije samo tjelesna kategorija, nego prožima cijelu osobu u svim njezinim dimenzijama. Tako spolnost zahvaća još i psihološku, socijalnu i duhovnu razinu ljudske osobe. Prema Božjoj zamisli, uloga spolnosti je u tome da otvori i usmjeri jednu osobu prema drugoj, da ih potakne na iskrenu ljubav koja prije svega traži dobro druge osobe. Samo je čisto srce sposobno proizvesti odnos iskrene i nesebične ljubavi koja služi drugome. *„Čistoća zahtjeva postizanje gospostva nad osobom, što je odgoj za ljudsku slobodu. Alternativa je jasna: ili čovjek zapovijeda svojim strastima i postiže mir, ili pušta da ga zarobe i postaje nesretan.“*[217]

Žensko tijelo nije naprosto otkrivanje ženstvenosti, već budući da su žene stvorene na sliku i priliku Božju, one otkrivaju i dio neba na zemlji. Oblik muškoga i ženskoga tijela zamišljen je tako da su oni stvoreni jedno za drugo i nije nema smisla u potpunosti bez onoga drugog. Ženino je tijelo stvoreno poradi muškarčevog tijela kako bi primio u sebe dar života. Njezino tijelo otkriva njegov poziv da ljubi, a njegovo tijelo otkriva njezin poziv da ljubi[218]. Postoji razlog zašto su muškarci toliko zadivljeni ženama. Bog ih je stvorio takvim da su samo uz ženu, oni zapravo jedno tijelo. Što su bliže Bogu, muškarci su sve sličniji njemu. Istina je da spolni nagon neće nestati, već uz pomoć Boga i odabrane žene, bit će usavršen u ljubavi.[219]

Žena posjeduju otajstvo po samoj naravi koja se otkriva u njezinoj osobnosti i njezinu tijelu. Prije svega, njezini intimni organi skriveni su od pogleda. Oni su unutar njezina tijela, a ono što je skriveno obično upućuje na nešto duboko i otajstveno. Ivan Pavao nazvao je ženu *„gospodaricom svojega otajstva“*[220] jer ona sama bira kako i kome će se otkriti. Ženino tijelo

---

[217] M. NIKIĆ, *Očima psihologa teologa*, Zaklada biskup Josip Lang, Zagreb, 2011., str. 121.
[218] Međutim, naš poziv da ljubimo jedno drugo često je izopačen grijehom. Umjesto darivanju, muškarci često pribjegavaju uzimanju. Umjesto da primaju dar života od muškaraca, puno žena se boji svoje plodnosti. Druge možda čak i vjeruju da nezaslužuju biti ljubljene. Nitko nije slobodan od posljedica grijeha, ali Bog nam nudi svaku nadu otkupljenja. (J. EVERT, *Teologija tijela za nju*, str. 8.)
[219] *Isto*, str. 7.
[220] I. PAVAO II, *Muško i žensko stvori ih, Kateheze o ljudskoj ljubavi, Cjelovita teologija tijela, Svezak II*., str. 229-230.

otkriva[221] duboku istinu o tome tko je ona, a budući da je stvorena na sliku i priliku[222] Boga, otkriva određene istine o Bogu.[223] Kada žena razmatra kako se Bog otkriva, ona uči istinu o sebi, a to znači da samo dostojan muž zaslužuje iskusiti slavu otkrivenoga otajstva.[224] Kod djevojaka, nedirnuti himen[225] je fizički poput nekakvih *„vrata“* koja su zatvorena i čuvaju djevojčinu nevisnost. Simbolično je to njezin *„svijet“* koji ona čuva ljubomorno, kako bi na kraju bila posvećena posuda u kojoj će Bog djelovanjem njezina supruga, stvoriti otajstvo novoga života u njoj samoj. Djevičanstvo mladića[226] nije tako opečaćeno, pošto je njegovo tijelo isto prije i nakon prvog spolnog odnosa, za razliku od ženskoga tijela. No, da bi zadržao svoje djevičanstvo, mladić mora od ranih dana uspostaviti kontrolu razuma[227] nad jačanjem nagona i žestine njegovih spolnih moći i želja. S tim će se morati dosta teško boriti, jer će erekcije, noćne polucije i drugi spontani spolni nagoni biti puno češći nego kad bi pao u grijeh bludnosti. Unatoč tome, mladić je sposoban po Kristovoj milosti, postići da zagospodari svojim tijelom. *„Istinska muževnost traži nutarnju snagu.“*[228]

Kad stekne sposobnost da nadvlada samog sebe, on simbolički pokazuje da je sposoban podložiti svijet dobru buduće obitelji, te da se može skrbiti za nju i zaštititi ju. Značenje muškog djevčanstva tada ima moć nad svijetom radi dobra njegove buduće obitelji, što simbolično predstavlja brigu Boga za dobro njegovog Božje naroda. Očuvanje djevičanstva prije braka, predstavlja čovjekovu slobodu o stvaranju potomstva, kojega samo

---

[221] Žena kada skromnim odijevanjem pokriva svoje tijelo, ona se ne skriva od muškarca, već mu tako otkriva svoje dostojanstvo.

[222] Jedna je djevojka rekla: *„Ne želim ispasti ohola, ali ne želim se udati za momka koji nije dostojan mojega tijela.“* Ovime je htjela poručiti da razumije vrijednost toga što je stvorena na sliku i priliku Božju i želja joj je bila da se otkrije dostojnome muškarcu, odnosno budućem suprugu. Znala je da je čednost ispravan stav žene koja poznaje vrijednost svojega otajstva.

[223] J. EVERT, *Teologija tijela za nju*, str. 9-10.

[224] *Isto*, str. 18.

[225] U Pjesmi nad pjesmama, autor govori o ženskom tijelu kao o zatvorenu vrtu: *„Srce si mi ranila, sestro moja, nevjesto, srce si mi ranila jednim pogledom svojim, jednim samim biserom kolajne svoje. Kako je slatka ljubav tvoja, sestro moja, nevjesto! Slađa je ljubav tvoja od vina.. Ti si vrt zatvoren, sestro moja, nevjesto, vrt zatvoren i zdenac zapečaćen.“* (Pj 4. 9-10. 12).

[226] Svaki muškarac žeđa spoznati i živjeti istinu o životu, ljubavi i spolnome odnosu. Problem nije što je javlja *„glad“* za ženom jer je Bog u svakog muškarca usadio tu glad za ljubavlju i spolnim odnosom. Problem je u tome kada se mladići *„ne hrane sa stola“* Božjega nauma, nego neizbježno završe prejedajući se nezdravom hranom. Od istoga materijala stvorio je i današnje velike svece, ali i od toga materijala, mnogi su postali grešnici jer nisu mogu kontrolirati svoju glad za ljubavlju. (J. EVERT, *Teologija tijela za njega*, str. 5.)

[227] Kada mladić gleda u žensko tijelo, vidi li on poziv na istinsku ljubav prema njoj ili osjeća kušnju da je iskoristi? Vidi li je kao odraz raja ili kao odvraćanje od njega? Njegov problem nije ženina ljepota, nego što mora iznova naučiti kako je gledati i uočiti kako ju je Bog stvorio.

[228] J. EVERT, *Teologija tijela za njega*, str. 8.

najiskrenija ljubav može potaknuti. Ovo simboličko značenje predbračne čistoće, objašnjava odnos koji današnji mladi teško razumiju. U današnjem suvremenom svijetu gdje je tehnologija zavladala i upravlja čovjekom, gdje su alkohol, droga i kocka na svakom koraku, gdje se u konačnici gubi vjera u čovjeku, teško je doći do mlade osobe i ukazati joj dobar životni put. Sve loše stvari postale su za mlade osobe dobre, a sve dobre, bile su odavno izubljene. Uvriježeno je vladalo mišljenje u mladosti *„jednom se živi“*, pa zašto ne bi to iskoristili i probali sve što život pruži. Biti pošten, dobar, skroman i ponizan su pridjevi koji su nekada krasili mladost, dok je danas samo postalo važno napraviti što više loših stvari samo da te društvo ne odbaci. Nažalost, suočeni smo s okruženjem gdje djeca postaju sve ranije spolno aktivna, a mediji nameću napasti kojima je teško odoljeti[229].

Postavlja se pitanje, zašto mlade osobe često puta imaju jake spolne želje, nagone i osjećaje prije nego što su moralno slobodni da bi te moći iskoristili i zadovoljili u braku? Još im je više vremena potrebno da razviju svoju intelektualnu i emocionalnu zrelost kako bi oprezno ušli u brak, iako su fizički spremni imati djecu. Odgovor bi mogao biti ovaj: *„Mlada osoba mora se naučiti potpunoj suzdržljivosti te gospodariti svojim spolnim nagonima i željama prije nego što je spremna potpuno se predati u braku. Spolni odnos je simbol ljubavnog sebedarja jednoga supružnika drugomu. No, osoba koja još ne posjeduje samu sebe, nemože se ni dati. Ako muž nije sposoban za savršenu samokontrolu, on se nemože savršeno predati svojoj ženi. Isto tako i žena mora biti gospodarica svojih emocija i osjećaja ako se u istinskoj slobodi bude darovala svojem mužu.“* [230]

Ipak, postoje i trenutci kada se i muž i žena u braku moraju kontrolirati, suzdržavati i apstinirati jedno od drugoga[231]. U takvim trenutcima, njihova ljubav ne smije biti manja, nego se ona mora iskazati upravo u spolnoj uzdržljivosti i kroz neke druge oblike ljubavi, npr. njegovanje, pomaganje u kućanskim poslovima, razumijevanje itd.

---

[229] Npr. pornografija, reklame o zaštiti i tabletama za spolnu aktivnost, filmovi sa eksplicitnim sadržajem...
[230] P. M. QUAY, *Kršćansko značenje spolnosti*, str. 100.
[231] Ako je npr. jedan od supružnika bolestan, neposredno prije i poslije rođenja djeteta, kada su razdvojeni poslom ili drugim životnim prilikama.

Kršćanska čistoća je u isto vrijeme simbol radosti i patnje. Radost se krije u tome kad se stekne kontrola nad spolnim nagonima i kad se postane gospodar svoga tijela, a patnju predstavlja proces razvijanja kontrole nad spolnim nagonima. Savršena čistoća pokazuje se u tome da je dječak postao muškarac, a djevojčica postala žena i to razumom, tijelom i dušom. Tako mogu dokazati sebe kao muškarca i ženu koji su sazreli u svim vidovima, a posebice u kontroli svoje spolne moći. Dječak kroz napor i žrtvu, dokazuje svoju muškost kontrolom svoga tijela, postajući poput Krista, koji je primjer savršene muškosti. A djevojka prelazi u svijet žena kontrolom svojih emocija i želje za ljubavlju podređujući svoje emocije i želje ljubavi prema Kristu u čistoći.

„U svim vidovima svoje simbolike, potpuna suzdržljivost besprijekornoga djevičanstva nije tek jedini oblik čistoće za nevjenčane, nego najsavršenija moguća priprema muškarca i žene za brak.“[232]

2.3. Komunikacija partnera

Jedna od najvažnijih osobina po kojoj se razlikuju sretni i nesretni parovi je način na koji međusobno komuniciraju. Prvi i osnovni stav treba biti iskrenost, odnosno pokazati se onim kakvim zapravo jesi i otkriti sve svoje strane. Ovdje se radi o suočavanju sa stvarnosti kao prvom činu hrabrosti[233]. Treba se izgubiti strah od pokazivanja sebe kakvim doista jesmo. Ne radi se o tome da budemo grubi i da govorimo ono što mislimo ne razmišljajući o tome što govorimo jer to bi bila spontanost, a ne iskrenost. Stoga je razboritost tu da bude kao protuteža koja nas tjera da razgovaramo s taktom i u pravo vrijeme. U pravo vrijeme, na pravom mjestu i na najljubazniji način.[234] Sretni partneri otvoreno i iskreno komuniciraju, trude se rješavati probleme, iznose svoje misli, izražavaju svoje osjećaje, pokazuju međusobno razumijevanje, te nastoje probleme sagledati iz perspektive partnera. Nesretni

[232] *Isto*, str. 102.
[233] Kada npr. suprug previše izlazi sa prijateljima, ako žena tada postane sjetna, te izmisli bilo kakav izgovor koji nije istinit, može se završiti na žalopojkama gdje nikad neznamo za što se uhvatiti.
[234] A. VAZQUEZ, *Brak za novo vrijeme*, str. 90.

partneri izbjegavaju, ublažavaju ili ignoriraju sukobe, ne žele raspraviti problematične stvari, destruktivno komuniciraju[235], a za probleme u odnosu okrivljuju partnera.

F. Nietzsche nas savjetuje da se kod ulaska u brak upitamo: *„Vjeruješ li da ćeš s tim partnerom moći doći do starosti dobro razgovarati?“* Otvoreni i iskreni razgovor u braku bi trebao biti zajednička igra partnera, uz zajedničko dobivanje, međusobno slušanje i prihvaćanje. Bez razgovora u braku nema stvarnog susreta partnera jer jedan drugoga ne slušamo i ne govorimo. Često smo uvjereni da smo rekli partneru što smo mislili i da je čuo i prihvatio našu poruku. Međutim, slabo vjerujemo da smo rekli ono što nismo mislili, da je partner čuo ono što mu nismo rekli, da je razumio poruku na svoj način i da prihvaća ne što smo milili i rekli, nego što je čuo i shvatio. O našem načinu shvaćanja dobivene poruke[236] ovisit će da li nam je partner u razgovoru bio iskren ili ne, sebe otkrio ili prikrio, distanciran ili osoban. Razgovor u braku sastoji se od sadržaja, riječi, odnosa, stavova, unutarnjeg doživljavanja i ponašanja, radi se o namjernom i nenamjernom, svjesnom i nesvjesnom, planiranom i neplaniranom, iskrenom i neiskrenom, s riječima ili bez, osobnom slanju, primanju i djelovanju poruku unutar bračnog razgovora. No, razgovor može biti i slobodan i prisilan, uvažavajući i ugrožavajući, prihvatljiv ili neprihvatljiv, iskren ili ne. U njemu partneri mogu sebe otkrivati dorečenošću, razumljivošću, konkretiziranjem, dopunjavanjem i provjeravanjem.

Ono što je u braku važno, unutar razgovora se nemoramo slagati, ali se moramo i dalje međusobno uvažavati. Najlakše je slagati se i uvažavati, nije lako ne slagati se i ne uvažavati, a najteže je ne slagati se sa sačuvanim i međusobnim uvažavanjem. Razgovor mora biti na obostrano zadovoljstvo, a to znači zajedničko zadovoljavanje potreba, osjećaja, interesa, suradnje, slušanja, poštivanja i povjerenja. Stoga je preduvjet kvalitetnog razgovora u braku ljubav prema sebi i partneru koja uključuje i odnos i razvoj ponašanja prema partneru. Važno je željeti sebi svoju, a partneru njegovu sreću, zavoljeti kod partnera ono što ne volimo i ne razvijati svoju na račun partnerove sreće. Kvalitetni razgovor u braku slobodan je uz međusobno uvažavanje, prihvaćanje i iskrenost, a ciljevi su slobodno zajedništvo, sačuvana

[235] Kritiziraju, ne slažu se, tuže se, daju sarkastične primjedbe itd.
[236] Ostati indiferentan, ignorirati, odbiti ili u konačnici prihvatiti poruku...

individualnost, prihvaćena suradnja, iskreno sporazumijevanje. Također, sa druge strane, potrebno je međusobno slušanje, razmišljanje o onome što smo čuli i međusobno priopćavanje razmišljanja. U njemu je važno pravo na različito mišljenje, poštivanje blizine i distance, slobodno određivanje trajanja, pravo na aktivnost i pasivnost, kao i podnošljiv omjer zadovoljstva i nezadovoljstva. D. Bohm nas upozorava da bračna ljubav nestaje ako ju ne komuniciramo, a M. Buber kaže da bez dijaloga, bez stvarnog kontakta sa bračnim partnerom nije moguća stvarna i kvalitetna ljubav.[237]

Komunikacija se uvijek odvija na dvije razine: verbalnoj[238] i neverbalnoj[239]. Neverbalna je komunikacija često značajnija od verbalne, jer ju je vrlo teško kontrolirati i *„cenzurirati“*. Neusklađenost verbalne i neverbalne komunikacije[240] je najčešći okidač za sukob partnera. Nadalje, jedan od glavnih preduvjeta dobre komunikacije, uz poštovanje i zainteresiranost za partnera, je aktivno slušanje. Ono se odnosi na stalno praćenje verbalnih i neverbalnih poruka partnera, ponavljanje primljene poruke vlastitim riječima (kako bi se izbjegao nesporazum) te traženje dodatnih objašnjenja. Sukobi su neizbježni i normalni u bilo kojem dugotrajnom odnosu, pa tako i u braku. Stoga ih ne treba izbjegavati, već ih treba rješavati. Izbjegavanje razgovora o međusobnim neslaganjima obično dovodi do porasta nezadovoljstva i neraspoloženja, što u konačnici najčešće rezultira potpunim emocionalnim udaljavanjem partnera. Dakle, način na koji supružnici izlaze na kraj s konfliktima određuje kvalitetu i trajanje njihova odnosa.

Činjenica je da ne postoji savršen brak u kojem nema sukoba, jer to bi jedino značilo da su postojeći sukobi prikriveni. Konflikti proistječu već iz toga što se sukobilo dvoje ljudi različitih karaktera. Najvažnije sredstvo za sređivanje konflikata je upravo komunikacija, odnosno razgovor. Potrebno je mnogo vremena zajedničkog razgovora da bi se što bolje naučilo kako izreći svoje misli i osjećaje partneru, a da ga se pri tome ne povrijedi[241].

---

[237] P. BRAJŠA, *Bez razgovora se ne može*, str. 167-169.
[238] Govorno sporazumijevanje
[239] Ton i boja glasa, kontakt očima, držanje tijela, mimika, gestikulacija...
[240] Npr. govorite jedno, a u držanju i tonu glasa se vidi da zapravo ne mislite tako.
[241] Npr. Umjesto izjave: *„Tebi je uvijek važnija televizija od mene..“*, izreći ovu*: „Tako bih voljela da večeras nađemo više vremena jedno za drugo..“*

Sve riječi koje se kažu otvoreno i iskreno mogu se proanalizirati. Sređivati konflikte sa partnerom znači pronaći neki kompromis za oboje. Svaki je čovjek nesavršen i prilike u kojima moramo živjeti nose u sebi nesavršenost. Važno je da se tijekom godina nauči poštovati životna stvarnost. Zbog onoga što se ne može promijeniti ne treba tugovati, već prihvatiti stanje onakvo kako jest i iz toga izvući ono najbolje. Kratko rečeno, važno je naučiti da se prihvati nesavršenog čovjeka u nesavršenim okolnostima. Pri tome, nikada ne bi smjelo biti pobjednika ili gubitnika u vezi, i poradi toga treba pronaći rješenje koje najviše odgovara zajedničkim interesima oba partnera.

Kad nastanu nesuglasice, nije samo dovoljno ukloniti konflikt, već partneri moraju učiti te konflikte stalno otkrivati i na njima isprobavati koliku imaju sposobnost da ih razumno riješe. Ako su dovoljno uspjeli usavršiti razgovor kao sredstvo za sređivanje konfliktnih situacija, time su naučili nešto što će uvijek u daljnjem tijeku zaručničke ili bračne veze biti od velikog značenja. Biti će sposobni obračunati s problemima[242] koje će se javljati u različitim fazama njihove zajedničke budućnosti, ma kakve god one bile[243]. Treba se riješiti straha od patnje i od uzrokavanja patnje druge osobe. Ljubiti jednu osobu ne znači otkloniti od nje svaku bol, položiti je među jastuke i beskrajno ju maziti. Ljubiti znači nastojati uvijek pronaći način da se uspije u dobru i istini. Stoga je važno znati se pomiriti s radošću i zadovoljstvom koje odzvanja.[244]

Prvi korak u bračnoj komunikaciji je sposobnost i spremnost da se izgovori što se misli i osjeća. U fazi zaljubljenosti, možemo se dobro poslužiti neverbalnom komunikacijom, ali u dugotrajnom odnosu, ona nije dovoljna i dovodi do nepotrebnih nesporazuma. Druga pretpostavka je spremnost da se doživljeno izrazi riječima. Ako ono doživljeno ostane neizgovoreno, onda se bračni odnos pretvara u teško predvidivo događanje, što nas čini nesigurnima i napetima. Treća pretpostavka je nužnost razgovaranja o međusobnim odnosima, a to je spremnost izražavanja riječima svoga stava i odnosa prema partneru. Četvrta pretpostavka je razgovor o seksualnom aspektu bračnog života. Bračni seks treba

[242] Npr. ljubomora, gubitak posla, promjena zvanja, dječji pubertet, roditelji koje je potrebno njegovati, preljub, financijski problemi, rodbina i tazbina itd.
[243] B. LISS, *Brak može uspjeti*, str. 64-66.
[244] A. VAZQUEZ, *Brak za novo vrijeme*, str. 94.

živjeti, ali i o njemu treba razgovarati. Samo se otvorenim razgovorom o toj temi može doći do rješenja problema[245].

2.3.1. Međusobno razumijevanje

P. Tournier[246] tumači kako za razumijevanje u braku nije dovoljno samo voljeti se, nego da je potrebno puno više elemenata. Kroz nekoliko stavki, on daje upute partnerima kako ostvariti dobro razumijevanje u braku. Kao prvu pretpostavku on smatra *„da bismo se razumjeli, treba to htjeti“*. Za njega je to banalno jer je ta tvrdnja jako rijetka među ljudima. Svatko tko je u svojim očekivanjima razočaran, sklon je odgovornost prebaciti na drugoga jer je to mnogo lakše nego tražiti vlastitu odgovornost. Stoga je važno da se bračna sreća zajednički izgrađuje i neka ona bude cilj kojem se teži, a ne unaprijed stečena povlastica. Kad je Bog ustanovio brak, rekao je: *„Stoga će muškarac ostaviti oca i majku da prione uza svoju ženu, i bit će njih dvoje jedno tijelo.“*[247] Pod tim se misli da biti jedno, znači ne imati za drugoga ništa skriveno. Čim bračni partneri krenu skrivati nešto jedno od drugoga, ugrožava im se jedinstvo brak i kreće put neuspjeha. No, sa iskrenošću treba biti vrlo oprezan. Treba pronaći idealan način i vrijeme kako nešto iskreno reći partneru, a da ga se pri tom ne povrijedi ili uznemiri.

Sljedeća je stavka *„da bismo se razumjeli, treba se izraziti“* [248]. Svaki čovjek ima potrebu da se izrazi jer je to ono što ga ispunjava. Da bismo se očitovali, treba da nađemo ozračje prisnosti, te pažljivog i dobronamjernog slušanja. Nadalje, *„da bismo se razumjeli, treba nam hrabrosti“*[249]. Da bismo jedno drugomu pomogli da nam se povjeri, treba mu dati za to vremena da lakše i potpunije iskaže što misli i osjeća, a da pri tom jako pažljivo slušamo. Ukoliko bi osobu počeli žaliti, mogli bi ju natjerati da se povuče u sebe jer je ljudska duša vrlo istančana. Četvrta stvar o kojoj autor piše je: *„da bismo se razumjeli, treba se voljeti“*[250].

---

[245] P. BRAJŠA, *Umjeće življenja udvoje*, str. 32.
[246] P. TOURNIER, *Više razumijevanja u braku*, Provincija franjevaca trećoredaca, Zagreb, 2007., str. 3-11.
[247] Post 2, 24
[248] P. TOURNIER, *Više razumijevanja u braku*, str. 15.
[249] *Isto*, str. 21-23.
[250] *Isto*, str. 27-30.

Tko ljubi, razumije, a tko razumije, ljubi. Tko se osjeća shvaćenim, osjeća da je voljen, a tko se osjeća voljenim, ima pouzdanja da će biti shvaćen. Čovjeku je potreban jak osjećaj da je voljen da bi mogao povjeriti neku svoju tajnu. Ovdje brak postaje velika pustolovina jer se neprekidno otkrivamo partneru. I sam je Bog rekao: *„Nije dobro da čovjek bude sam“*[251]. Samim time osjeća potrebu zajednice, potrebu partnera, istinskog susreta, potrebu da se osjeća shvaćenim od drugoga. To je i Božja nakana da ustanovi brak. Ne htjeti razumjeti bračnoga partnera, znači ne htjeti razumjeti sama sebe i ne razvijati se. Nadalje, *„da bismo se razumjeli, treba dopustiti razlike u naravi“*[252]. Zbog nedostataka razumjevanja prema drugom, svatko se izlaže opasnosti da ne upozna potrebe drugih i da zanemari one koji imaju važnost za njih oboje. No, ipak, bića su stvorena da se dopunjuju i otkrivaju ono što neznaju jedno uz pomoć drugoga jer je upravo u tome jedan od smislova braka. *„Da bismo se razumjeli, treba prihvatiti koliko su muškarac i žena međusobno različiti“*[253]. Muškarac i žena se međusobno jako puno razlikuju, i upravo zato teško se razumiju, ali s druge strane, trebaju jedno drugo da bi se razvijali. Muškarac posjeduje teoretski duh, a žena više osobni. Žena osim toga, misli i govori o pojedinostima. Muškarac to sluša jer *„mora“*, a ne shvaća da je ženina narav takva. Dok muškarac kroz riječi govori o svojim idejama i informacijama, žena kroz riječi izražava osjećaje i emocije. *„Da bismo se razumjeli, treba priznati različitosti u ljubavi“*[254]. Za muškarca je ljubav vrlo snažan, ali prolazan impuls, koji je u prvom redu nošen seksualnom željom i zanosom, dok je za ženu ljubav cijeli život. No, najbolji lijek je razgovor koji će obojima pomoći da uvide što onaj drugi želi. *„Treba se razumjeti, kako bismo si međusobno pomagali“*[255]. Tek kad se partneri budu osjećali prihvaćenim jedan od drugoga onakvim kakvim jesu, onda će žudit da pomažu jedno drugome, jer takvo prihvaćanje je odraz Božjega prihvaćanja. *„Da bi se razumjelo, treba shvatiti ulogu prošlosti“*[256] No, uzalud nam je slušati partnera, ako ga ne slušamo sa zanimanjem o njegovu djetinjstvu i mladosti. Kako li je samo divno kada se otkrivanje i istraživanje prošlosti događa među partnerima. Tada se ostavaruje ono čemu se svi mladi ljudi nadaju prilikom stupanja u brak, a to je međusobno pomaganje. U ovom se području,

---

[251] Post 2, 18
[252] P. TOURNIER, *Više razumijevanja u braku*, str. 37-39.
[253] *Isto*, str. 41-44.
[254] *Isto*, str. 47-49.
[255] *Isto*, str. 51-54.
[256] *Isto*, str. 55-57.

oba partnera razvijaju. To je potpuna razmjena darivanja: jedno daje drugomu ono što ima u sebi i što drugome nedostaje. Kao posljednja stavka za više razumjevanja u ljubavi, navodi se: *„Da bi smo se razumjeli, treba svoj život podložiti Isusu Kristu“*[257]. To je potpuna radost ako bračni par prepozna religiozno značenje[258] svoga velikog iskustva. Blago onom paru koji shvaća da je sve dobro svijeta dano od Boga, i koji mu mogu zajednički zahvaljivati, ne samo za ljubav prema jedno drugom koji su dobili od Boga, nego i za napredak u školi razumjevanja jedno drugoga. Upravo u šutnji punoj istine, poštovanja i ljubavi prema drugom, pred Bogom, možemo svladati šutnju koja se pojavila u braku i koja ga je oslabila. Tada smo ostvarili jedno uz pomoć drugoga, iskustvo Boga. Kroz zajedničku molitvu, partneri se duhovno sjedinju jedno s drugim, a da bi molitva bila plodna, potrebno je nekoliko koraka:

a) Slušanje koje omogućuje bračnom drugu da se otvori svijetu svoga partnera, njegovoj različitosti i jedincatosti.

b) Odgovornost gdje svaki bračni drug mora znati da ima slobodu volje, pa samim time može se odlučiti za dobro ili loše. No, za što se god odlučio, mora stajati iza toga i ukoliko dođe do promjena, stajati iza njih.

c) Opraštanje jedno drugom koje se u braku treba svakodnevno činiti jer je ono ključ za čistu ljubav i mirnu dušu.

d) Spremnost za *„promijenti se na bolje“* u bračnom odnosu jer odbacivanje promjena na korist sebe i partnera, znači pokušaj uništenja odnosa.

e) Vjera u Boga može dati da se prevladaju neke teške bračne krize. Ona brani da se stvarnost i život žive kao izrazi dominacije i posjedovanja, te dopušta da se živi u skladu sa životom, sa sobom, neprijateljem i smrću.[259] *„Znajte dobro: ima nešto sveto, božansko u najobičnijim situacijama što treba svatko od vas otkriti... Ili ćemo znati pronaći*[260] *Gospodina u našem svakodnevnom životu ili Ga nikada nećemo pronaći.“*[261]

---

[257] *Isto*. str. 61-70.

[258] V. ALBISETTI u djelu „*Terapija bračne ljubavi*“ piše: *„Moliti povezujući pihologiju i duhovnost za mene znači započeti nutarnji put koji sve više vodi k rušenju svega onoga što onemogućuje ili otežava istinski odnos s Bogom, sa sobom i drugima“*., str. 155.

[259] *Isto*, str. 156.

[260] Pronaći će te ga razgovarajući s Njim, u svetoj bračnoj postelji, u uživanju i suzdržavanju, ali uvijek zbog ljubavi.

[261] A. VAZQUEZ, *Brak za novo vrijeme*, str. 77.

2.3.2. Temelji na kojima se gradi ljubav

Autentična ljubav treba se graditi i počivati na istini. Budući da je ljubav najprije Božje djelo, ona ne trpi laganje i pretvaranje. Biti iskren u ljubavi za partnera znači biti imati hrabrosti i biti uvijek spreman izreći istinu osobi koju voliš. Ona se odnosi na sve ono što netko doživljava u svojoj duši[262]. Ako je u pitanju prava ljubav, osoba mora znati pronaći načina kako voljenome izreći istinu, a da se ona ne uvrijedi, dok osoba kojoj se govori, ukoliko također stvarno ljubi svoga partnera, prihvatiti će istinu dobronamjerno, pa čak i ako te ta istina zaboli u duši. Prema Isusovim riječim[263], istina ima moć osloboditi čovjeka, no prije nego nastupi oslobođenje, ona često zna zaboliti. Druga stvar je istinska vjernost. Ona nam ne dopušta održavanje drugih ljubavnih veza uz osobu koju volimo jer podijeljeno srce nikada nemože biti vjerno. Vjernost čini ljubav jakom. Psihički labilne i nezrele osobe teško mogu ostati vjerne jer traže nove veze da bi dokazale svoju vrijednost. To je infatilno dokazivanje koje blokira psihički i duhovni razvoj osobe. Treći temelj koji je povezan uz vjernost je povjerenje. Ako nekoga zaista volimo, spremni smo mu dati svoje povjerenje. No, to ne znači naivno vjerovati i biti žrtva laži, već omogućiti drugoj osobi da smije biti ono što jest bez da se mora pretvarati. Četvrta stvar na kojoj se gradi prava ljubav je dobronamjernost, a to znači u svemu imati dobru i čistu nakanu. Prava se ljubav jedino tako može graditi. Svjesna zloća u vezi ubija ljubav. Druga osoba često zna prepoznati kada je žrtva nečije ograničenosti, a kada je uvrijeđena iz zloće jer moguće je nekome nanijeti uvredu, a da nije učinjena svjesno, nego iz vlastita neznanja i raznih ograničenosti. U tom slučaju, takva osoba će se ispričati, potvrditi svoju ljubav, a uvrijeđeni će oprostiti. Često puta, nakon što se moli za oproštenje, kvalitetno se znaju poboljštati međuljudski odnosi u ljubavi. Posljednja stvar, jednako važna je poniznost kao osnovni uvjet za sve druge kreposti. Biti i ostati ponizan znači priznati svoju ograničenost i svoje pogreške. Ona omogućuje napredak i psihološko dozrijevanje jer samo istinska poniznost omogućuje stvarnu promjenu na bolje. Tako će osoba koja je ponizna da prihvati istinu o sebi, biti sposobna rasti i dozrijevati u ljubavi. Također, istinski ponizna osoba rado oprašta jer je uvjerena da i sama živi od opraštanja koje dobiva od Boga i ljudi.

---

[262] To se odnosi na način kako se osoba osjeća, što misli od drugome, kako ga doživljava i što joj se ne sviđa kod nje.

[263] *„...upoznat ćete istinu i istina će vas osloboditi.“* (Iv 8, 32)

Ove kreposti na kojima se gradi autentična ljubav, prije svega djelo su Duha Svetoga. On ih ostvaruje u duši koja iskreno traži Boga, koja ga ponizno moli i otvara mu svoju dušu.[264]

2.4. Konačna odluka za brak

Odluka za brak pokazuje ozbiljnost poistovjećivanja s drugim, pretpostavlja nadilaženje nezrelog individualizma i izražava čvrstu odluku o pripadanju jedno drugomu. Odlukom za brak se pokazuje da je osoba spremna napustiti sigurnost svoga doma kako bi se izgradile nove veze i preuzela odgovornost za drugu osobu. Njegova je bit ukorijenjena u samoj naravi osobe, te uključuje niz obveza koje izviru iz same velikodušne ljubavi koja je spremna suočiti se sa svakim budućim rizikom.[265]

Temelj postizanja osobnog zajedništva među ženidbenim drugovima treba postaviti već za vrijeme zaruka. Zaruke su vrijeme u kojemu su mladić i djevojka odlučno i svjesno usmjereni prema zajedničkom životu u braku. U tom smislu, shvaćene su kao vrijeme priprave za brak u kojoj dolazi do sazrijevanja u zajedničkoj ljubavi i boljeg međusobnog upoznavanja. Za kršćane, zaruke su znak i vrijeme milosti jer zaručnička ljubav uključuje onu ljubav koju je Krist imao prema Crkvi. Prema tome, ona nije samo ljudska ljubav, već i sredstvo Božje milosti kojim se dvoje mladih posvećuju.[266]

Prije braka, zaručnici se trebaju temeljito upoznati[267]. Mladić i djevojka pronalaze jedno u drugome nešto što nitko ne može shvatiti. U njima se rađa potreba da se jedno drugome predaju. Kad sve više shvate da su jedno za drugo, onda se uzajamno više zbližavaju, kao budući supruzi. Čistoća u zarukama pomaže nam otkriti koliko je jaka

---

[264] M. NIKIĆ, *Očima psihologa teologa*, str. 118-121.
[265] PAPA FRANJO*, Amoris laetitia, Radost ljubavi*, str. 100.
[266] P. ŠOLIĆ, Kršćanski pogled na seksualnost (II), u: *Crkva u svijetu*, 22 (1987.) 1, 140.
[267] *„Dok hodate, dobro je da imate otvorene oči kako bi ste otkrili jedan drugoga, a nakon vjenčanja bolje je jedno povremeno zatvoriti!“* (B. I P. ROVEA, *On i ona na putu prema braku*, str. 26.)

samokontrola zaručnika. Mnogo se stvari može naučiti ako vaš zaručnik može kontrolirati svoju spolnu želju bez obzira na vašu obostranu iskrenu ljubav i želju da provede ostatak vremena zajedno. Iz ovoga će proizaći da se trenutno zadovoljstvo može odgoditi za dobrobit drugoga, da se ozbiljno shvaća Boga i njegove zapovijedi, te da osoba ima samokontrolu kad je okružena drugim ljudima nakon vjenčanja.[268] Dvoje mladih dolazi do uvjerenja da su zajedno odgovorni za svoju budućnost. Zaručnici moraju biti svjesni da im tek sklapanje braka daje pravo na međusobno posjedovanje. Zaruke pretpostavljaju privremenu kušnju, a ženidba ostvaruje trajnu vezu.

Muškarac je vrlo često zaljubljenošću usmjeren na prolaznost veze upućene spolnom činu. Od prvotne zaljubljenosti, do prave ljubavi, dalek je i *„trnovit“* put koji treba prijeći u samosvladavanju i stjecanju gospodarenja nad strašću i nagonom. Zaručnik će najbolje dokazati da je sazreo za brak kada pokaže da je površnost i prolaznost spolne provlačnosti kod njega prerasla u trajnost veze[269].

Od svih potencijalnih partnera s kojima se ljudi susreću, veću šansu za vezu ili kasnije za brak, imaju osobe koje su fizički blizu jedna drugoj jer sama ta fizička blizina uvlači u odnos. Upravo je za muškarce više karakteristično opažanje fizičke privlačnosti koja će presuditi u ne/odabiru partnerice. Za žene, važnija činjenica leži u sposobnosti ekonomskog zarađivanja i ambicioznosti muškarca. Teorije kompatibilnosti odnosa[270] kazuju kako se partneri biraju na temelju sličnosti[271]. Da bi se veza realizirala na dulje vrijeme, početna se privlačnost mora pretvoriti u trajnu privlačnost. Mora doći do razvoja predanosti i povezanosti. Sama odluka o sklapanju braka može biti potaknuta sasvim romantičnim razlozima, ali i potrebom za komunikacijom, društvom itd.

Pošto je seksualnost određeni govor, poruka svakog ljubavnog čina je ova: *„Nas dvoje smo jedno.“* Ta odlučnost da će pripadati jedno drugome i da će postati jedno, dolazi

[268] M. B. BONACCI, *Prava ljubav*, str. 102-103.
[269] S. ZANINOVIĆ, Brak i obitelj u kršćanskom shvaćanju, u: *Obnovljeni život,* 30 (1975.) 4, 351-352.
[270] M. PERNAR, Psihološke odrednice braka, u: *Medicina Fluminensis*, 46 (2010.) 3, 248-254.
[271] Stavovi, interesi, religiozna vjerovanja itd.

do izražaja tek u izricanju bračne privole u sakramnetu ženidbe[272]: *„Ja N. uzimam tebe N. za svoju zakonitu ženu (za svoga muža) i obećavam ti vjernost u dobru i zlu, u zdravlju i bolesti. Ljubit ću te i poštivati u sve dane života svoga."*[273] Dar sakramenta za kršćanske supružnike istodobno je poziv i zapovijed da zauvijek ostanu jedno drugome vjerni, unatoč svim iskušenjima i teškoćama, velikodušno poslušni Gospodinovoj volji: *„Što Bog združi, čovjek neka ne rastavlja."*[274] U konačnici, svoju i partnerovu ljubav treba što bolje upoznati i stalno na njoj raditi, a to znači zajedno je usavršavati. Ne postoje općevažeći recepti za međusobnu ljubav. Partneri zajedno moraju doći do svog jedinstvenog recepta njihove ljubavi. Ako im to uspije, nije važno u kojoj su životnoj dobi jer samo tako se mogu voljeti od vjenčanja pa sve do smrti.[275]

[272] Bračna privola je spremnost muškarca i žene da se jedno drugome daruju s ciljem da žive savez vjerne i plodne ljubavi uz prihvaćanje oba bitna svojstva ženidbe (jednost i nerazrješivost). Privola mora biti svjesna i slobodna ne uvjetovana nasiljem ili prisilom.
[273] RIMSKI OBREDNIK, *Red slavljenja ženidbe*, KS, Zagreb, 1997., str. 25.
[274] Mt 19, 6
[275] P. BRAJŠA, *Pogled u sebe, svoje odnose i svoju ljubav,* str. 127.

3. ODGOVORNOST PARTNERA U BRAKU

3.1. „Jedna duša, jedno tijelo“

Nakon sklopljenog braka, svaka zaručnica prve bračne noći u mogućnosti je reći svome zaručniku ove riječi*: „Sada kada je Bog primio naša obećanja da ćemo živjeti bračni život pred njegovim očima, dopušteno mi je dati ti ključeve ovoga vrta i ja vjerujem da ćeš mu pristupiti sa strahom i drhtanjem.“*[276] Brak je sveubuhvatno zajedništvo osoba. Ono ujedinjuje dvoje ljudi u njihovim najosnovnijim dimenzijama, umovima i tijelima, ujedinjuje ih u prokreaciji i obiteljskom životu, trajno i isključivo. *„Brak bi trebao biti slika ljubavi između dvije nesavršene osobe koje odlučuju da će se ljubiti usprkos svemu.“*[277]

Kod zajedništva tijela dvoje pojedinaca, da bi organski bila sjedinjena, moraju smjerati zajedničkom biološkom cilju cjeline koju zajedno čine. Kada se to događa, njihova veza je stvarno jedinstvno dijelova istog tijela. Izuzetna je činjenica da postoji jedna funkcija u kojoj je ovo najviše zajedništvo dvoje pojedinaca moguće, odnosno jedna svrha u kojoj nas partner zaista nadopunjuje, a to je spolno sjedinjenje. Samo u tome odnosu, tijela muškarca i žene kvalitetom svoje seksualne komplementarnosti smjeraju prema biološkoj svrsi reprodukcije. Ovaj čin nijedno od partnera ne može ispuniti bez prisutnosti drugoga. U biološkom smislu, njihovo usklađeno djelovanje je prvi korak reproduktivnog odnosa. Sudjelujući u njemu, partneri čine više od dodira, smjerajući prema biološkom dobru cjeline koju zajedno čine. Ovdje je cjelina par, a jedinstveno biološko dobro njihova je reprodukcija. Tjelesna usklađenost partnera moguća je čak i onda kada njezin cilj nije ostvaren, odnosno, bračni par potiže tjelesno sjedinjenje u spolnom odnosu i onda kada ne dođe do začeća. Ono što čini zajedništvo je upravo ta usmjerenost prema zajedničkom cilju, ali ostvarenje cilja da bi se produbilo zajedništvo nije nužno. To znači da postoji nešto posebno u vezi s činom koji uzrokuje začeće. Ako je spolni čin slobodan izraz ljubavi i predanosti partnera, on je ujedno

[276] Zaručnika treba podsjetiti da mu je potrebno Božje dopuštenje kako bi ušao u njezin sveti *„ograđeni vrt“*, te da to treba učiniti i s poštovanjem i zahvalnošću. Takav bi se slikovit spolni govor mogao mnogima učiniti neprikladnim, pa čak i pomalo sablaznim. No, Bog je autor Svetoga pisma, on je udahnio erotsku poeziju (*„Pjesma nad pjesmama“)* u srce Biblije. On zna da naša spolnost nije nešto prljavo, nego sveto, odnosno, ona je odraz samoga Božjega nauma za ljudski rod. (J. EVERT, *Teologija tijela za nju*, str. 11-12.)
[277] B. I P. ROVEA, *On i ona na putu prema braku*, str. 17.

i bračni čin. Bračni čin tako uključuje najizrazitije bračno ponašanje[278], izabrano iz izrazito bračnih motiva, a to je da se ostvari bračna ljubav, kako bi se omogućilo jedinstvo svojstveno supružnicima, te se zajedništvo njihovih srca i umova proširilo na tjelesnu razinu. Zajedništvo u ljubavi muškarca i žene ostvareno spolnim činom je vrijedno, čak i onda kad se ne traži i nije ostvareno začeće.[279]

Tjelesno darivanje jedno drugome ima značenje koje obvezuje čitavu osobu. To nije samo udruživanje dviju žudnji, spajanje dviju sebičnosti, to je najjači iskaz u uzajamnom sebedarju koje dodjeljuje ljubavi nešto dovršeno i nepovratno što jedino bračno sjedinjenje može razumjeti.[280] Božja namjera je bila sa stvori čovjeka kao muško i kao žensko. *„Stvaranje je povlastica Svemogućeg, ali prokreacija je poput ovlaštenog stvaranja. U njezinoj osnovnoj prirodi nalazi se najveća slava čovjeka u prirodnom poretku. Bog je želio ustanoviti „stvaralačko trojstvo“, muškarca, ženu i samog Sebe na vrhu. Mogao je učiniti i drugačije, no na tajanstveni način čovjeka je učinio sudionikom svoje stvaralačke moći. Njegova susretljivost došla je do te mjere da se podložio našoj volji.“*[281] Pritom je u tjelesno-duševnu strukturu muškog i ženskog čovjeka upisao svoj plan, a to je da trebaju ostati ono što jesu, a opet *„postati jedno tijelo“* i djeci darovati život. Čovjek se sastoji od duše i tijela, a njegovo je određenje ljubav kojoj uvijek pripada čežnja za jedinstvom. Osobitost bračne ljubavi je traženje jedinstva u tijelu. U ovoj stvari nailazimo na jedno od čuda stvaranja, a to je da ljudsko tijelo posjeduje tajnovitu sposobnost da u sebi nosi izvršava specifično duhovne procese.[282]

- Misli su duh, ali su ipak uvjetovane procesima u mozgu.
- Osjećaji dolaze iz srca, ali postoje hormoni koji ih omogućuju.
- Smijati se može samo jedna osobnost, no ipak se smije istodobno i tijelo kontrakcijama svojih mišića.

---

[278] Tjelesno sjedinjenje u spolnom činu.
[279] S. GIRGIS, R. ANDERSON, R. P. GEORGE, *Što je brak? Muškarac i žena: Obrana*, str. 23-27.
[280] A. VAZQUEZ, *Brak za novo vrijeme*, str. 116.
[281] *Isto*, str. 116-117.
[282] A. LAUN, *Ljubav i partnerstvo*, str. 79-80.

Ista stvar je kod spolnog sjedinjenja jer se u bračnom zagrljaju tijelo budi za ljubav, nadilazi samog sebe, te postaje utjelovljena ljubav, a da pri tome nije prestala biti duhovna ljubav. Biblijski je spolna ljubav opisana kao sjedinjenje u plodnoj ljubavi je divna mogućnost čovjeka koja se događa samo u posebnim uvjetima[283]. Čovjek se, po riječima Biblije[284], razlikuje po spolu, on je muško ili žensko, muškarac ili žena. Sa svojom spolnošću, čovjek se treba razvijati da bude Bogu na slavu. Ali spolnost tek dolazi do izražaja u tjelesnim i duševnim svojstvima, a ona ne bih smijela stajati u suprotnosti jedne prema drugoj, već se treba u odnosu upotpunjavati. Muškarac i žena, kao cjelina riječi *„čovjek“* upućeni su jedno drugome, nadopunjavaju se i dolaze do pune izražajnosti svojeg bića tek u bračnoj zajednici. To unutarnje nadopunjavanje tj. cjelina oba spola u bračnim odnosima isključuje svaku pomisao da su ti odnosi sablažnjivi, da opterećuju brak, da su sporedni, nemoralni ili grješni[285]. U svojoj spolnosti i u odnosu prema suprotnom spolu čovjek mora biti *„hram Svetog Duha”* (1 Kor 6, 19-20).

Bračno sjedinjenje traži *„pobožnost“* bračne ljubavi, tj. njezino *„posebno produbljenje i ganuće“*.[286] Spolni odnos muža i žene ne smije biti ograničen samo na tjelesno zadovoljstvo spolnog nagona, već mora mnogo više od toga, a to je obuhvaćati cjelinu ljudskog bića muža i žene, njihovu duševnu potrebu u bliskoj zajednici. Muž i žena tako postaju *„jedno tijelo”*, ne samo tijelom, već jedna duša i jedan duh. To je ona psihološka strana bračne zajednice o kojoj govori apostol Pavao u poslanici Korinćanima[287]. Spolni odnos partnera mora dakle biti potpuna i voljna spremnost da *„dvoje budu jedno”*. Bez tog jedinstva duše i tijela, spolni bi odnos bio zloupotreba spolnosti onakve kakvu je Bog dao i

---

[283] Kao kod mnogih velikih djela, u športu, znanosti, umjetnosti, za uspjeh jedinstva u tijelu nužno su *„idealni uvjeti*“ koji se nalaze u ljudskoj odgovornosti.

[284] *“I blagoslovi ih Bog i reče im: ‘Plodite se i množite se i napunite zemlju...’ Stoga će čovjek ostaviti oca i majku da prione uza svoju ženu, i bit će njih dvoje jedno tijelo.”* (Post 1, 28) *“... muško i žensko stvori ih.”* (Post 1, 27)

[285] Npr. kao što su to govorili gnostici, Tolstoj ili kad srednjevjekovna crkva smatra celibat ili beženstvo višim moralnim stupnjem od onoga što je Bog ustanovio.

[286] A. LAUN, *Ljubav i partnerstvo*, str. 83.

[287] *“Ne znate li da su vaša tjelesa Kristovi udovi? Hoću li otkinuti Kristove udove i učiniti ih udovima bludnice? Daleko od toga! Ili ne znate da onaj koji se s bludnicom združi s njom biva jedno tijelo, jer se veli: ‘Oboje će biti jedno tijelo.’ A tko se združi s Gospodinom, s Njim je jedan duh. Bježite od bludnosti! Svaki (drugi) grijeh koji čovjek učini izvan tijela je; a bludnik griješi protiv vlastitog tijela. Ili zar ne znate da je vaše tijelo hram Duha Svetoga, koji stanuje u vama i koji vam je dan od Boga? Ne znate li da ne pripadate sami sebi...?”* (1 Kor 6, 15-19)

odredio. Ako jedna strana u braku nema na umu drugu stranu niti ima obzira prema svojem bračnom drugu u njegovoj cijelosti, tada promašuje svrhu bračne zajednice.

Spolni doživljaj bez prave ljubavi je užitak koji u većini slučajeva donosi osjećaj izigranosti i krivnje. Jedino obostrana ljubav unosi osjećaj odgovornosti i omogućuje da oboje podnose sve posljedice svojeg bračnog odnosa. Ljubav između muža i žene ne ograničava se na tjelesnu razinu ljudskog bića, već je trodimenzionalna jer uključuje duhovnost i duševnost.[288] Sakrament ženidbe u zajedništvu je s Presvetim Trojstvom. Bog uvijek poziva da ga susretnete u svom bračnom drugu, o čemu govori Papa Ivan Pavao je kroz svoju knjigu *„Teologija tijela“* [289] gdje nam je omogućio potpuno novi pogled na kršćansku spolnost i brak.

---

[288] J. SLANKAMENAC, *Kršćanski brak i obitelj*, Esdea, Oroslavlje, 2002., str. 25.

[289] Njegove misli mogu se sažeti u nekoliko važnih točaka koje mogu pridonijeti svakom ljubavnom paru: 1. Muž i žena nose božansku sliku. Čovjek, kojega je Bog stvorio kao muško i žensko, nosi božansku sliku otisnutu na svom tijelu *„od samog početka“*. Muškarac i žena predstavljaju dva različita načina ljudskog *„biti tijelo“* u jedinstvu te slike. 2. Muškarac i žena su stvoreni jedno za drugo. Sam čovjek ne može u potpunosti shvatiti što je *„biti osoba“*. On to shvaća samo postojeći *„s nekim“* i još dublje i potpuno postojeći *„za nekoga“*. Zajedništvo osoba znači postojati u uzajamnom *„za“*, u odnosu uzajamnog dara. 3. Naša tijela nam omogućuju da postanemo dar drugima u ljubavi. Ljudsko tijelo sadrži od samog početka sposobnost izražavanja ljubavi u kojoj osoba postaje dar, a pomoću ovog dara ispunjava smisao svoga bića i postojanja. 4. Tijelo otkriva otajstvo Božje ljubavi prema ljudskim bićima. Tijelo je jedino sposobno je učini vidljivim ono što je nevidljivo, duhovno i božansko. Ono je stvoreno kako bi u vidljivu stvarnost svijeta prenijelo Božju ljubav prema čovjeku i tako postalo njegov znak. 5. Brak je najstarija objava Božjeg plana u stvorenom svijetu, s konačnom objavom da je *„Krist ljubio Crkvu i sam sebe predao za nju*“, darujući tako braku svojom otkupiteljskom ljubavi karakter i smisao. 6. Brak je ujedinjenje u jedno ljudsko tijelo. Sakrament je u kojem su muškarac i žena pozvani postati *„jedno tijelo“*, sudjelujući tako u Božjoj kreativnoj ljubavi. 7. Muškarci su pozvani ljubiti žene kao što je Krist ljubio Crkvu, a žene su pozvane biti podložne svojim muškarcima kao Kristu. Muž je iznad svega onaj koji ljubi, a žena, s druge strane, je ona koja je ljubljena. Pravilno shvatiti izjavu moguće je u kontekstu cjelokupnog teksta iz Poslanice Efežanima, koji prije svega govori o podložnosti Crkve Kristu, jer je Krist dao život za Crkvu, te stoga označava iskustvo Njegove ljubavi. 8. Poziv na brak zahtijeva shvaćanje *„teologije tijela“*. Oni koji traže ostvarenje vlastitog ljudskog i kršćanskog poziva u braku pozvani su istražiti „teologiju tijela“, čiji početak nalazimo u prvim poglavljima Knjige Postanka u opisu života i ponašanja prvih ljudi. Na putu do bračnog poziva, neophodno je temeljito poznavati značenje ljudskog tijela, u svojnjegovoj muževnosti i ženstvenosti. 9. Ljudska spolnost je darivanje samog sebe u braku i prokreaciji. Bračni čin u isto vrijeme ujedinjuje muža i ženu u najbližoj mogućoj intimnosti i omogućava im da sudjeluju u stvaranju novog života. Iz toga slijedi da čovjek (s nužnošću ispravnog razuma) mora prepoznati u isto vrijeme dvostruko značenje bračnog čina i također neodvojivu vezu između ujedinjujućeg značaja i prokreativnog značaja bračnog čina. Ovdje je riječ o čitanju jezika tijela u svjetlu istine. 10. Krist je uzor kršćanskom braku. Sam Krist manifestira tu savršenu ljubav kojom je ljubio Crkvu dajući sebe samog za nju. Ova je ljubav slika i nadasve model ljubavi koju muž treba pokazati svojoj ženi u braku, kada su međusobno podložni jedno drugome *„iz poštovanja prema Kristu“*.
CATHOLICK-LINK, 10 predivnih citata „teologije tijela“ sv. Ivana Pavla II. (2. 7. 2015.), u: https://www.bitno.net/vjera/10-predivnih-citata-teologije-tijela-sv-ivana-pavla-ii (23. 3. 2018.)

„Dosljedno tome, spolnost, kojom se muž i žena međusobno predaju činima svojstvenim i isključivim supružnicima, nije nešto biološko, nego zadire u ljudsku osobnost kao takvu. Ona se istinski ljudski ostvaruje jedino ako je cjelovit dio ljubavi kojom se muž i žena potpuno predaju jedno drugome sve do smrti. Tjelesno bi darivanje bilo laž ako nije znak i plod potpunog osobnog darivanja u kojem je prisutna cijela osoba.“[290]

Stoga je tražena čistoća prije braka s ljubavi neodvojivo povezana, jer bez ljubavi čistoća je neplodna. Njezina mrtva voda pretvara dušu u baru, u prljavu kaljužu iz koje se dižu kužni oblaci oholosti.[291] Promišljajući tako o prvoj bračnoj noći, u konačnici nemojte se briniti o njezinom uspjehu ili neuspjehu, ali postoje čimbenici koji su prepreka. Nedostatak mira, prirodnosti i određene spretnosti. U ovom slučaju, rješenje je razumjevanje jedno drugog. Prihvatite jedno drugo onakvim kakvi jeste u tom novom načinu vašeg života i pokušajte uložiti sav trud da pružite partneru što mu treba, što traži, a ne ono što vama odgovara.[292]

3.2. Bračne odgovornosti

„Rastite!“[293] - to je prvi dio zapovijedi Božje upućene prvom ljudskom ženidbenom paru, a to znači da si uzajamno pomažu u duhovnom, tjelesnom i osobnom rastu. Zajednički treba ulagati u napore u vlastitom životu i životu obitelji i braka. Zajednica uzajamnog sveobuhvatnog rasta, rasta u zajednici, spoznaja da se može ostvariti, održati i napredovati samo ako se osniva na integralnoj međusobnoj ljubavi koja obuhvaća čitava čovjeka, na ljubavi koja se potpuno daje. Papa Pio XI. govori o supružničkoj ljubavi kao o najvažnijem obilježju ženidbene zajednice, a zahvaljujući njoj supružnici si svakog dana otrkivaju nove osobine i plemenitosti zbog čega im ljubav raste i jača[294].

---

[290] IVAN PAVAO II., *Obiteljska zajednica, Familiaris consortio*, str. 17.
[291] A. LAUN, *Ljubav i partnerstvo*, str. 83.
[292] A. VAZQUEZ, *Brak za novo vrijeme*, str. 126.
[293] Post 1, 28
[294] PIO XI. u: S. ZANINOVIĆ, Brak i obitelj u kršćanskom shvaćanju, str. 344-346.

Bračni partneri se međusobno odnose, međusobno komuniciraju i upotrebljavaju. Treba znati biti sposoban i spreman humano i kvalitetno, međusobno se ravnopravno upotrebljavati jer ako se u tome ne uspije, ono se pretvara u manipulirajuće međusobno zloupotrebljavanje. Bračni partneri također trebaju jedno drugom služiti kao zaštita, obrana, sigurnost. Za zasnivanje i održavanje braka, najbitnija je zrelost, tj. sposobnost i spremnost oba bračna partnera da razvijaju kvalitetne odnose, komunikaciju i ravnopravno naizmjenično međusobno upotrebljavanje, odnosno korištenje[295].

Brak kao dug i kvalitetan odnos treba ispunjavati neke pretpostavke, za koje se od bračnih parova traži određena zrelost, sposobnost ili barem spremnost da se u svom međusobnom odnosu ostvaruju. Prva pretpostavka je reciprocitet, tj. obostrana naizmjeničnost zauzimanja položaja aktivne i pasivne uloge, subjekta i objekta. Kvalitetan je odnos stalno održavani cirkularni sustav rotiranja položaja aktivnog subjekta i pasivnog objekta među partnerima. Ako toga nedostaje, brak se ubrzo iscrpi i postaje monoton[296].

Brak nije uvijek *„slika dvoje kako skladno hodaju s rukom u ruci“*. Potrebno je naučiti živjeti zajedno i ljubiti se usprkos svim razlikama. Hod kroz brak traži naporno zalaganje. Funkcionirat će samo ako se partneri odluče da ga grade iz dana u dan predano radeći na njemu, dajući ljubav bez očekivanja uzvrata. Kad je partner prihvaćen onakvim kakav jest, veća je mogućnost da će se promijeniti na dobrobit drugoga. Treba poštivati njegovo vrijeme. No, da bi doprinjeli trajnom uspjehu, partneri moraju imati volju da rastu zajedno u ljubavi. Osjećaji su važni, ali nisu dovoljni, stoga je ključna zajednička volja.

Teolog I. Raguž govori kako Krist je onaj koji pokazuje muškarcima da budu i ostanu glave ženama, ali takve glave koje će ih činiti robovima u služenju ženama, u savezu i vjernosti, u čudesnoj razmjeni svih dobara. Isto vrijedi i za žene koje su stvorene da budu primateljice i obdarenice. Trebaju biti ropkinje u ljubavi svojim muževima, te ih aktivno obdarivati. Muškarac je prvi stvoren od Boga kako bi imao prvenstvo, te postao aktivni princip. On je po svojoj naravi pokretač, inicijator, a to znači da svoju muškost ostvaruje tako

[295] P. BRAJŠA, *Umjeće življenja udvoje*, str. 34.
[296] *Isto*, str. 30.

da sebe i svoje potrebe ne stavlja u središte, nego ženu. Zaborav vlastite osobnosti je izričaj potpune posvećenosti prema njoj. Žena je stvorena dok je Adam spavao pri čemu san označava ekstazu Adamova zajedništva s Bogom. To poziva muškarca da živi uvijek u dvije vrste ekstaze, jedna je molitveni odnos s Bogom, a drugo je kenotička ljubav prema ženi. Ako pogledamo fizionomiju žene, vidimo da je njezino tijelo drugačije. Ona ima prostor koji može primiti drugoga, koji može u njoj boraviti i rasti. Unutrašnjost žene daje drugome da živi od nje, da se hrani njome i postaje jedno s njom. Ova činjenica nam govori nešto o misteriju žene, a to je da ona ima osjećaja za sebe i druge. Ona je roditeljica i nositeljica života, majka. U njoj se ljubav i predanost vidljivo izriču, ona je strujanje života jer ima sposovnost da nosi drugi život. Žena treba ostvarivati onu poslušnost o kojoj piše Sv. Pavao. To je poslušnost Crkve kao žene, prema Kristu kao njezinom mužu. Žena mora imati Glavu, Krista ili glavu, muškarca, ako želi biti istinska, plodna i duhovno moćna žena.[297] U konačnici, ne treba samo žena slušati muža, nego se oboje trebaju *"jedno drugome pokoravati*". Kod takvog *„pokoravanja"* riječ je o normalnoj zakonitosti ljubavi koja čini da drugoga čujemo, da se otvorimo njemu i njegovim željama, te iz ljubavi služimo ga i brinemo o njemu.[298]

Za kvalitetan odnos potrebna je sposobnost i spremnost međusobnog stapanja uz dopuštanje i podnošenje međusobnog udaljavanja i distance. Prevelika i neprekidna blizina uništava bračni odnos kao i daljina. Omjer daljine i blizine je najbolji čuvar kvalitetnog i stvarnog bračnog odnosa jer u braku treba biti dovoljno prostora za svakog pojedinog partnera. Treća pretpostavka je zrelost i spremnost prihvaćanja sličnosti i različitosti u ponašanju partnera. Četvrta pretpostavka je zrelost i spremnost oba partnera na recipročno priznavanje i prihvaćanje prava na progresivno i odraslo, te regresivno i dječje ponašanje. Ako želimo da odnos bude jak, oba partnera moraju imati mogućnost biti jaki i slabi, uspješni i neuspješni[299].

[297] I. RAGUŽ, Muško i žensko, str. 63-65.
[298] A. LAUN, *Ljubav i partnerstvo*, str. 95.
[299] P. BRAJŠA, *Umjeće življenja udvoje*, str. 31.

3.3. Sloboda u zajedništvu

Kada se govori braku, može se različito postaviti težište. Brak je zajednica između dviju osoba. S jedne strane, naglasak se stavlja na zajednicu. A s druge strane, naglasak je na dvije osobnosti, tj. da se u braku radi o zajednici dviju zasebnih osoba. Obje krajnosti mogu biti opasne za brak. Potpuno zajedništvo može ugušiti pojedinu osobu, a pretjerano naglašavanje osobne slobode može dovesti do raspada braka. Kad osoba postane svjesna tog problema, moguće je da će doći do zaključka da se cijeli život mora održavati ravnoteža između ta dva elementa.

Supružnici trebaju imati izvjesnu mjeru zajedničkih interesa, uvjerenja, navika, karakternih osobina. No, pored toga postoje i različitosti, a to su na primjer talenti i sklonosti koje se ne poklapaju s partnerovim mogućnostima. Brak bi trebao izdržati činjenicu da svaki partner neovisno o profesionalnoj djelatnosti ima razne sposobnosti i da ih razvija. Ako je zajednica braka uspješna, partneri će međusobno izmjenjivati i nadopunjavati se informacijama s toga područja. Činiti će to iz potrebe da svaki od njih pruži voljenoj osobi mogućnost sudjelovanja u onome što njemu samome donosi radost ispunjenja. Time se može ojačati zajedništvo njih samih, iako se radi o aktivnostima u kojima svaki partner sudjeluje bez onoga drugoga.

Kao osnovna stvar za takvo oblikovanje budućeg braka potrebno je mnogo povjerenja od strane oba partnera. Onome tko je na poseban način zabrinut za naklonost svoga partnera, bit će potrebno puno ideja da izmisli izgovore kako bi spriječio partnerove avanture. Puno je zreliji onaj brak koji se gradi na međusobnom povjerenju i koji može poštivati partnera zato što se osjeća prisutnost uzajamne ljubavi. Onaj tko želi sklopiti brak potrebno je da temeljito razmisli o vlastitim talentima, sposobnostima i sklonostima, a učine li to oba partnera, trebaju o tome razgovarati. Svaki od njih dolazi pred čin da prihvati sposobnosti onog drugoga i da potiče ono što on u sebi nosi. Ako se zahtjeva od jednog od partnera da napusti sve što mu je drago i vrijedno, ugrožava im se budućnost. Partnera bi se u vrijeme pripreme za brak trebalo pustiti da se poduzme oko nečega što ne spada u zajedničko područje. Tako možemo sami

sebe dobro preispitati koliko je u vlastitim osjećajima prisutno povjerenja koje bismo željeli pokloniti partneru.[300]

Nakon određenoga vremena, u ljubavnom odnosu se pojavljuje *„dosada“*, odnosno osjećaj kad čovjek postane *„sit“* nečega ili nekoga u svim njegovim dimenzijama. Premda je strast uvijek prisutna, potrebne su promjene, a tko ih zna upotrijebiti, zna održavati ljubav. Spolna vjernost zahtjeva pretežno racionalno upravljanje sobom. Stoga se trajna ljubav treba svakodnevno obnavljati i svaki dan biti drugačija da donese osvježenje u odnosu. Mora se mijenjati, mora ju se hraniti kao i vlastito tijelo jer samo obnovljena i uvijek svježa ljubav, u stanju je biti trajna. Samo takva ljubav neće trebati treću osobu, samo takva može ostati dovoljna jednom i drugom partneru.[301]

Kršćanski parovi bi trebali u vrijeme pripreme za brak, razvoj svoje ljubavi i osobnih odnosa držati važnijim od vanjskih utjecaja. Iako je budući brak nešto što se tiče dvije osobe posve osobno, mora se uzeti u obzir da svaki par živi u određenoj društvenoj sredini. Čovjek je po naravi društveno biće, pa je tako i svaki par ovisan o društvenosti sa drugima. Zbog toga je u svim narodima predviđena nekakva službena forma kada se dvoje ljudi veže u zajednički život. Kršćani svoju odluku da kao muškarac i žena pripadaju jedno drugom obavljaju pred zajednicom vjernika u crkvi. Oni time ujedno izražavaju da kao supružnici imaju određeno mjesto u crkvenoj zajednici i da s jedne strane imaju pravo primati pomoć, a sa druge strane i sami spremni ispuniti svoju zadaću. Crkveno vjenčanje nije samo očitovanje, već je taj čin sakrament. Ljubav među partnerima postaje znakom ljubavi koju je Bog poklonio čovjeku po Kristu. Svi koji istinski vole, mogu doći do spoznaje da svoju ljubav nisu sami stvorili, nego da je ona poklon. Ako žive svoju ljubav tako uvjerljivo za okolinu da možda i drugi ljudi zahvaljujući tome mogu vjerovati da ljubav doista postoji, tada je Bog u našem svijetu pomoću takvog bračnog para postao djelotvorniji jer onaj tko vjeruje u ljubav, taj već vjeruje i u Boga.

---

[300] B. LISS, *Brak može uspjeti*, str. 54-57.
[301] P. BRAJŠA, *Pogled u sebe, svoje odnose i svoju ljubav*, str. 145.

Na početku braka, na prvom mjestu je ljubav koja je dvoje ljudi povezala. Oni u međusobnoj bliskosti osjećaju sreću koja im se poklanja, dok osjećaj naklonosti izražavaju nježnostima. Spremnost[302] da se život prenosi dalje odgovara određenom stupnju sazrijevanja u ljudskom životu. Nakon što je mladi čovjek našao svoj identitet, te stekao sigurnost u sebe, postoji za njega mogućnost da izađe iz granice svoga života i potraži zajedništvo s drugom osobom u slobodnoj vezi jednako vrijednih partnera. To znači da bi svaki od dvoje partnera trebao dati dio sebe, a da pritom ne izgubi svoju ličnost. Ako su muškarac i žena naišli u zajedničkom životu dovoljno sigurnosti i ako se ne moraju bojati da će izgubiti nešto od vlastite osobnosti, tada mogu biti spremni za daljnji razvoj koji označavamo kao generativnost, a to znači svoj vlastiti život prenositi dalje.[303]

[302] Biti uistinu spreman na spolne odnose znači prihvaćati sve posljedice, tjelesne, emocionalne i duhovne. Biti spreman znači biti u situaciji u kojoj ne strahujete od posljedica, odnosno biti s jednim trajno vjernim partnerom koji vas neće ostavit. Upravo to znači živjeti spolnost na način na koji je to Bog zamislio i stvorio. (M. B. BONACCI, *Prava ljubav*, str. 92.)
[303] *Isto*, str. 58-64.

ZAKLJUČAK

Glavna misao koja se prožima radom je ljubav. Čovjek ne može živjeti bez ljubavi. Bez nje neispunjen, prazan i siromašan, ne posjeduje ništa. Ljubav ima iznimno značenje jer donosi veliku radost i posjeduje vlastitu ekstazu. Ljubav započinje sa zaljubljenošću jedno u drugo, s kojom je apsolutno sve savršeno. Međutim, kako vrijeme zaljubljenosti blijedi, tada ljubav pomalo otkriva svoje nesavršenosti. Ali ako ostane jaka, ljubav je ta koja će prihvatiti sve probleme i pronaći rješenje. Uz pomoć nje, partneri će znati da li su si suđeni ili nažalost ne. Ako prođu ovaj korak, nema straha od prave vječne ljubavi koja iza toga slijedi. Ipak, idealan odnos ljubavi je sloga u važnim i temeljnim stvarima i kompromis u manje važnim stvarima. Različita razmišljanja bit će zanimljiva točka izmjene misli, ali nipošto prilika za rušenje ljubavi. Ljubiti znači prihvatiti drugoga u cijelosti, sa svim njegovim vrlinama i manama, sa svim njegovima jakostima i slabostima. Ljubiti znači ostati svoj, a biti istovremeno biti tuđi. Samo u takvoj ljubavi biti će moguće graditi pravo zajedništvo.

Bog je dao čovjeku čisto srce i tijelo. Srca da ima za sebe, a tijelo da pokloni bračnome drugu. Nažalost, mnogi mladi to ne žele poštivati, pa dovode sebe i druge u razne seksualne stvari koje im ugrožavaju tijelo, psihu i moral. Ipak, nada uvijek postoji i nikad nije kasno vratiti se na pravi put i odlučiti za čistoću prije braka. Čistoća je univerzalan poklon koji partneri mogu samo jednom u životu podariti, ali i dobiti od drugoga. Ne vrijedi ju prokockati ni zašto.

Zahvaljujući ovom istraživanju, predbračna čistoća koji Bog traži od čovjeka otvorila je novi pogled na kršćansku spolnost prije braka. Čovjek uz pomoć nje može otkriti svoju pravu vrijednost i dostojanstvo, ali i vrijednost i dostojanstvo drugoga. Stoga, mnogi mladi koji se odluče za ovakav način pripreme, kroz žrtvu čuvanja spolnosti prije braka, uživat će u konačnici blagoslovljeno darivanje dara dobivenog od Boga, a predanog svome doživotnom partneru.

Ovo istraživanje uključilo je ponajviše domaćih teologa, psihologa, moralista koji su pisali o ljubavi, čistoći i braku, posebice prijašnjeg deteljeća i stoljeća. Veliki nedostatak je

manjak novije literature unazad nekoliko godina što pokazuje da se o toj temu nažalost puno manje govori. Unatoč tome, rad ostavlja još mogućnosti za istraživanje kroz ankete ponajprije o zaljubljenosti, potom o ljubavi, predbračnoj čistoći i braku. Uz pomoć njih, zaista se može očitati pravo stanje katoličke mladosti u jednom konkretnom mjestu. Samim time, rad bi zaista pokazao činjenično stanje spolnosti koje mladi katolici danas žive.

LITERATURA

Crkveni izvori

BENEDIKT XVI., enciklika *Caritas in veritate*, *Ljubav u istini*, KS, Dokumenti 158, Zagreb, 2009.

IVAN PAVAO II., enciklika *Redemptor hominis, Otkupitelj čovjeka*, KS, Dokumeti 56, Zagreb, 1997.

IVAN PAVAO II., *Obiteljska zajednica, Familiaris consortio*, *Apostolska pobudnica o zadaćama kršćanske obitelji u suvremenom svijetu*, KS, Dokumenti 64, Zagreb, 1981.

Jeruzalemska Biblija, Stari i Novi zavjet s uvodima i bilješkama iz *"La Bible de Jerusalem"*, (prir.) Rebić, A.- Fućak, J.- Duda, B., KS, Zagreb, 2003.

PAPA FRANJO*, Amoris laetitia, Radost ljubavi*, *Posinodalna apostolska pobudnica*, KS, Dokumenti 171, Zagreb, 2016.

Knjige

A. EVERT*, Istinska ženstvenost*, Verbum, Split, 2012.

A. LAUN, *Ljubav i partnerstvo*, Verbum, Split, 2005.

A. VAZQUEZ, *Brak za novo vrijeme*, Verbum, Split – Zagreb, 2013.

ARISTOTEL, *Nikomahova etika*, Kultura, Beograd, 1970.

AUGUSTIN, *Ispovijesti*, KS, Zagreb, 1973.

B. LISS, *Brak može uspjeti*, UPT, Đakovo, 2004.

B. I P. ROVEA, *On i ona na putu prema braku*, Novi svijet, Zagreb, 2015.

D. ANGE, *Tvoje tijelo stvoreno za ljubav*, UPT, Đakovo, 2003.

E. FROMM, *Umjeće ljubavi*, Matica Hrvatska, Zagreb, 1965.

GLAS KONCILA, *Vodič na putu prema sakramentu ženidbe, Kako u crkveni brak*, Zagreb, 2004.

I. CVITANOVIĆ, *Odnosi osoba i zajedništvo*, Dekanatski ured, Split – katedrala, Split, 1983.

I. CVITANOVIĆ, *Zaljubljenost*, Dekanatski ured, Split-katedrala, 1985.

I. FUČEK, *Moralno-duhovni život, Predbračna ljubav, Bračna ljubav*, Verbum, Split, 2005.

I. PAVAO II, *Muško i žensko stvori ih, Kateheze o ljudskoj ljubavi, Cjelovita teologija tijela, Svezak I.*, Verbum, Split, 2012.

I. PAVAO II, *Muško i žensko stvori ih, Kateheze o ljudskoj ljubavi, Cjelovita teologija tijela, Svezak II.*, Verbum, Split, 2013.

I. ZIRDUM, *Snagom Kristova Duha odvažno u budućnost*, krizmeni spomen-dar, UPT, Đakovo

J. EVERT, *Teologija tijela za njega*, Verbum, Split, 2013.

J. EVERT, *Teologija tijela za nju*, Verbum, Split, 2013.

J. SLANKAMENAC, *Kršćanski brak i obitelj*, Esdea, Oroslavlje, 2002.

K. WOJTYLA, *Put do Krista*, Verbum, Split, 2004.

M. B. BONACCI, *Prava ljubav*, Verbum, Split, 2004.

M. ČUDINA-OBRADOVIĆ i J. OBRADOVIĆ, *Psihologija braka i obitelji*, Golden marketing – Tehnička knjiga, Zagreb, 2006.

M. NIKIĆ, Očima psihologa teologa, Zaklada biskup Josip Lang, Zagreb, 2011.

M. SZENTMARTONI, *Svijet mladih*, *Psihološke studije*, Filozofsko-teološki institut Družbe Isusove, Zagreb, 2007.

P. BRAJŠA, *Bez razgovora se ne može*, Glas Koncila, Zagreb, 2013.

P. BRAJŠA, *Pogled u sebe, svoje odnose i svoju ljubav,* Glas Koncila, Zagreb, 2016.

P. BRAJŠA, *Umjeće ljubavi*, C.A.S.H., Pula, 1997.

P. BRAJŠA, *Umjeće življenja udvoje*, C.A.S.H., Pula, 1998.

P. M. QUAY, *Kršćansko značenje spolnosti*, Filozofsko-teološki institut Družbe Isusove u Zagrebu, Zagreb, 2008.

P. TOURNIER, *Više razumijevanja u braku*, Provincija franjevaca trećoredaca, Zagreb, 2007.

R. ALLENDY, *Die Liebe*, Kindler, Munchen, 1981.

RIMSKI OBREDNIK, *Red slavljenja ženidbe*, KS, Zagreb, 1997.

S. GIRGIS, R. ANDERSON, R. P. GEORGE, *Što je brak? Muškarac i žena: Obrana*, U ime obitelji, Zagreb, 2015.

V. ALBISETTI, *Terapija bračne ljubavi*, Provincijat franjevaca trećoredaca, Zagreb, 1998.

Članci

B. s. T. BARNJAK, Isusov odnos prema ženama, u: *Spectrum: ogledi i prinosi studenata teologije*, 3-4 (2014.) 1-2, 42-49.

D. SVILAR BLAŽINIĆ, Partnerski odnosi, obitelj i roditeljstvo u suvremenom društvu, u: A. BRAJŠA-ŽGANEC, J. LOPIŽIĆ, Z. PENEZIĆ, *Psihološki aspekti suvremene obitelji, braka i partnerstva*, Hrvatsko psihološko društvo, Zagreb, 2013., 25-26.

G. SALEBI, Burno razdoblje zrelosti, u: *Narodni zdravstveni list*, 42 (2000.) 488-489, 12-13.

G. SALEBI, Ljubav – izbor bračnih partnera, u: *Narodni zdravstveni list*, 43 (2001.) 498-499, 15-16.

I. RAGUŽ, Muško i žensko, u: *Vijesnik Đakovačko-Osječke i Srijemske biskupije*, 145 (2017.) 2428, 61-65.

L. GJERGJI, Religija po Freudu, u: *Crkva u svijetu*, 12 (1977.) 4, 359-364.

M. PERNAR, Psihološke odrednice braka, u: *Medicina Fluminensis*, 46 (2010.) 3, 248-254.

P. ŠOLIĆ, Kršćanski pogled na seksualnost (II), u: *Crkva u svijetu*, 22 (1987.) 1, 140-150.

R. BECK, Communion and complaint: attachment, object-relations, and triangular love perspectives on relationship with God, u: *Journal of Psychology and Theology*, 34 (2006.) 1, 43-52.

S. ZANINOVIĆ, Brak i obitelj u kršćanskom shvaćanju, u: *Obnovljeni život*, 30 (1375.) 4, 332-354.

Web materijali

A. CRVENIĆ, Teorija ljubavi (23. 10. 2015.) u: https://www.psihocentrala.com/zivotne-teme/psihijatrija-i-psihologija/teorija-ljubavi/ (24. 4. 2016.)

B. HINCE, „Draga buduća suprugo…“ – mladićevo ljubavno pismo njegovoj nepoznatoj supruzi (13. 2. 2016.), u: https://www.bitno.net/obitelj/draga-buduca-suprugo-mladicevo-ljubavno-pismo-njegovoj-nepoznatoj-supruzi/ (26. 11. 2017.)

CATHOLICK-LINK, 10 predivnih citata „teologije tijela“ sv. Ivana Pavla II. (2. 7. 2015.), u: https://www.bitno.net/vjera/10-predivnih-citata-teologije-tijela-sv-ivana-pavla-ii (23. 3. 2018.)

N. A. TORO, What's So Wrong with Sex Before Marriage? (2. 7. 2013.), u: https://rcg.org/realtruth/articles/130530-005.html (18. 8. 2018.)

N. MILANOVIĆ, Istraživanje: Mladima je važnija ljubav od seksa (28. 8. 2014.), u: http://hu-benedikt.hr/?p=23593 (20. 7. 2017.)

O. NOVAKOVIĆ, Teorije ljubavi (3. 9. 2015.), u: http://psihologika.rs/teorije-ljubavi/ (20. 7. 2017.)

PASTORAL MLADIH, Čovjek kao zrela osobnost (6. 11. 2011.) u: http://www.pastoralmladih.hr/Fokus/Nase-teme/Covjek-kao-zrela-osobnost.aspx (21. 3. 2018.)

R. D. MCANULTY, Virginity (22. 1. 2016.), u: https://www.researchgate.net/publication/291355154_Virginity (14. 8. 2018.)

R. RYBACK, All About Love (14. 2. 2017.), u: https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-truisms-wellness/201702/all-about-love (18. 8. 2018.)

T. LICKONA, 10 emocinalnih opasnosti predbračnog seksa i 10 nagrada za one koji „čekaju“ (11. 10. 2016.), u: https://www.bitno.net/obitelj/spolnost/predbracni-seks-maloljetnicki-seks-predbracna-cistoca-emocionalne-opasnosti-cekanje-braka/ (21. 9. 2017.)

SADRŽAJ

Sažetak..... 1
Summary..... 2
UVOD..... 3

1. RAZVOJ LJUBAVNOG ODNOSA MLADIĆA I DJEVOJKE..... 5
1.1. Udvaranje i mladenački hod..... 5
1.2. Zaljubljenost i/ili ljubav..... 7
1.3. Razvoj predbračnih partnerskih odnosa..... 22

2. PRIPREMA ZA BRAK..... 30
2.1. Izbor partnera za brak..... 30
2.2. Zrelost partnera za brak..... 36
2.2.1. Psihologija predbračnih odnosa..... 41
2.2.2. Čistoća tijela i ljubavi..... 45
2.2.3. Simbolika predbračne čistoće..... 60
2.3. Komunikacija partnera..... 63
2.3.1. Međusobno razumijevanje..... 67
2.3.2. Temelji na kojima se gradi ljubav..... 70
2.4. Konačna odluka za brak..... 71

3. ODGOVORNOST PARTNERA U BRAKU..... 74
3.1. „Jedna duša, jedno tijelo“..... 74
3.2. Bračne odgovornosti..... 78
3.3. Sloboda u zajedništvu..... 81

ZAKLJUČAK..... 84
Literatura..... 86