

Kedves érdeklődők!

A múlt heti első előadásom - amelyik arról szólt, hogy mit tegyen egy keresztyén ember, ha azt veszi magán észre, hogy szenvedélybeteg - hosszas felvezetést kapott, hogy a téma aktualitását érzékeltessem, és hogy alapfogalmak tisztába legyenek téve.

Mai előadásomban ezt már nem teszem: nem kezdek el bevezetést tartani a szenvedélybetegségekről, sem annak a problémájáról, hogy egy keresztyén ember hogyan lehet szenvedélybeteg, hanem egyből arról szólok, hogy mit tehet egy keresztyén ember a hozzátartozójáért, ha azt látja, hogy az szenvedélybeteg.

A válaszadás az adott helyzetektől függ. Nincs két egyforma eset. Érzékeltetésképpen egy kis válogatást adok ezekből a különböző helyzetekből:

Más a helyzet akkor, ha közvetlen hozzátartozóról, tehát házastársról, szülőről-nagyszülőről, dédszülőről, vagy éppen gyermekről, unokáról, dédunokáról, illetve testvérről van szó, és más a helyzet akkor, ha távolabbi rokonról, mint például sógor, vagy unokatestvér és megint más a helyzet, ha például egy régi jóbarátunkról van szó, vagy szomszédunkról, vagy munkatársunkról .

Más a helyzet akkor, ha a szerettünk, vagy hozzátartozónk keresztyén ember, és más, ha hitetlen.

Más a helyzet akkor, ha szerettünk történetesen azonos hitközösségben van velünk, például azonos gyülekezetben, és más a helyzet, ha csak úgymond távolabbi hittestvér.

Más a helyzet akkor, ha én, mint keresztyén a saját családi életemet nem veszélyeztetve olykor bizonyos szélsőséges segítségnyújtásokkal próbálkozom, és más a helyzet akkor, ha a szenvedélybetegek felé való segítségem ára a saját családi életem tönkremeneteléhez vezetne. E ponton kénytelen vagyok megvallani, hogy ha nem is ezért

ment tönkre a házasságom, de az bizonyos, hogy a határokat feszegettem, és nem minden esetben döntöttem jól.

Más a helyzet akkor, ha egy lakásban-házban élünk szenvedélybeteg szerettünkkel, és más a helyzet akkor, ha nem.

Más a helyzet akkor, ha korkülönbség van a segítő és függő közt, és más, ha azonos korúakról van szó. Más a helyzet akkor, ha nagyjából azonos korú vagyok szerettemmel, de fiatalok vagyunk, vagy középkorúak, vagy idősek. Természetesen az eltérő nemnek is van jelentősége.

Más a helyzet akkor, ha rendben van a keresztyén életem, és eközben próbálok segíteni, és más, ha éppen magam is kínlódom valami bűnnel.

Nem ragozom tovább, egy szó, mint száz: a helyzet, hogy ki kinek, hogyan segítsen, nem mindegy, nem húzható egy kaptafára.

Ugyanakkor mégis van valami olyan titka a keresztyének segítségnyújtásának, ami miatt általában elmondható, hogy hatékonyabb, mint a nem keresztyének segítségnyújtásai. Ez statisztikai igazság. És éppen ezért olyan fontos, hogy mi, akik most itt vagyunk, ezt a többletet ismerjük meg, tanuljuk meg, és éljünk vele jól.

Nagyon furcsa, amit most mondok, de ez a segítségnyújtás mindenekelőtt az imádság. Ez nagyon tudománytalannak tűnik egy előadáson, de kitartok mellette. Hangsúlyozom, hogy az elmondott imáról van szó és nem arról, hogy általánosságban a keresztyének úgymond tudnak imádkozni. Az elmondott ima azt jelenti, hogy komolyan vesszük szerettünket. Akiért hívő emberként nem imádkozunk, annak élete, ügye nincs komolyan véve, valamiért nem érdekes számunkra. Akiért viszont imádkozunk, az Isten színe elé vitt ember. Az benne van a szívünkben, sőt még szebb kifejezéssel benne él a szívünkben és úgy, hogy tudjuk: mi magunk kevesek vagyunk a segítségnyújtásban. Rászorulunk Isten oltalmazására, vagy az Ő csodájára. Ezért imádkozunk.

Amikor szenvedélybetegnek segíteni akarunk, akkor ugyanúgy, mint egykor Mózes le kellett, hogy vegye a saruját az égő csipkebokor előtt, amiből maga az Isten szólította meg, ugyanúgy a lelki betegek gyógyításánál alázatosan meg kell hajolnunk Isten előtt, hogy minden tudásunk ellenére a folyamat megfordulása rajtunk kívül álló csoda. Mi annyit tehetünk, hogy a helyzeten ne rontsunk, vagy legalábbis előkészítsük valami jóra, de a gyógyítás nem a mi tudásunk, trükkünk. A pszichológia ugyan hatalmas tudásanyaggal magyarázza, hogy mi történik ilyenkor, de ettől még minden szenvedélybeteg gyógyulása továbbra is csoda. Az előző előadásomban említettem, hogy a különböző korokban, különböző helyszíneken különböző stílusú módszerekkel igyekeztek szenvedélybetegeket gyógyítani, és ezek között vagy semmilyen fejlődést nem állapíthatunk meg, vagy csak minimálist. Ezek a módszerek sokkal inkább egymást kiegészítők, mint egymást felülmúlók. Mindezeknek az ismeretében manapság a függők gyógyításához terápiás módszerként, vagy terápiás eszközökként már használunk gyógyszereket, relaxációt, csoportterápiát, pszichoanalízist, sématerápiát, nondirektivitást, mentalizációalapú terápiát, áttételfókuszú terápiát, kognitív viselkedésterápiát, sématerápiát, Mindfulness alapú intervenciót, hipnózist, egyes helyeken még tudatmódosító szert is, szimbólumterápiát, Minnesota-programot, családterápiát, állatasszisztált terápiát, művészetterápiát, színházterápiát. Ezek mind szenvedélybetegek gyógyításának különböző pszichológiai megközelítései, módszerei. Nem csupán a szórakoztatás céljából soroltam fel ezeket, hanem azért is, mert így talán jobban megérthető, hogy mekkora a probléma, amikor módszertanilag a bőség zavarával küzdve próbálhatunk segíteni a szenvedélybetegeknek, és mégis az eredmény bosszantóan kevés.

Az ateisták egyfajta tudománytalan és manipulatív varázslásnak vélik a keresztyének ima terápiáját, de a keresztyének (jó esetben) nem olyan hókuszpókusznak használják az imát, amiben Istent rákényszerítik az ima által a gyógyításra, hanem éppen ellenkezőleg: megvallják, hogy

itt már csak Ő segíthet, és elengedik a történetet, a személyt. Átadják neki, és engedik Isten titokzatos Szentlelkét dolgozni. Az AA, vagyis az Anonim Alkoholisták, akik nem vallják magukat keresztyéneknek, még ők is úgy mondják el a 12 pontjukat és az egyéb liturgiai elemeket az alkalmaikon, mint a keresztyének az imádságot. Nem kell hívőknek lenniük, de képtelenség lenne akár csak egyetlen alkalmat is úgy tartaniuk, hogy az ünnepélyes közösségi fohász, vagy fogadalomtétel nélkül folya le. A hatékonyság tekintetében ez az akár nyíltan, akár közvetett módon való imádság, vallási cselekvés, liturgia nagyon fontos.

Az imádságban nem azt imádkozzuk, hogy Isten tegye szerhasználatmentessé, absztinenssé a szenvedélybeteget, hiszen ha Isten az imádságokra mechanikusan igennel válaszolna, a világ rendje 1 perc alatt felbomlana. A keresztyén ember azt imádkozhatja, hogy Isten, akik Lélek, Szentlélek, az Ő mindenhatósága és korlátlan szeretete által indítson el az illető beszűkült és görcsössé vált lelkében valamilyen megváltó, felszabadító változást, és hogy ebben a folyamatban vagy általunk, vagy valamilyen más személy-helyzet által olyan segítséget, jót kapjon az illető, ami őt a jó úton megtartja.

A társas támogatás, benne különösképpen a közbenjáró imádság különös erő, amiben az, aki átéli, hogy önsegítő csoporttárs, vagy hívő ember is drukkol neki, gondol rá, sőt Isten elé viszi őt- vagy halálosan fárasztó ügyét, méghozzá az elé az Isten elé, aki maga szintén szeretettel figyeli a függőt és segíteni tud és akar, nos az ilyen ember nagyobb valószínűséggel tudja rendbe tenni az életét, mint más egyedül küzdő szenvedélybetegek.

Egy személyes cél valóságosabb, ha konkrétan megfogalmazzuk és kimondjuk, ahhoz képest, mint ha csak úgy magunkban már gondoltunk rá valahogy. Az imádság nem más, mint Istennek kimondott gondolat, amit az elmondója maga is kénytelen komolyan gondolni, átgondolni. Ugyan ki lenne olyan bolond, hogy nem érdekli őt a szerette, de azért naponta komoly gondolatokban percek

szánna rá, hogy imában gondoljon rá. Nyilván ez butaság lenne. Aki imádkozik szerettéért, az valószínűleg tényleg szereti őt. Ráadásul Isten előtti imáinkban akár meggondolatlanul, akár meggondoltan, de fogadalmakat is szoktunk tenni. Ez is fontos tényező, aminek lehet jó hatása egy szenvedélybeteg segítségében, hiszen így magunk közben alakulunk, a szerettünket még komolyabban vesszük, valamiről lemondunk, vagy megteszünk érte, és segítőbb segítővé válunk.

Amikor a keresztyén ember Isten elé viszi szerette életét, és vele szorosabb kapcsolatban élő szerettéről van szó, akkor hatalmas hiba lenne, ha imádságában nem tartana vizsgálatot, hogy ő maga esetleg nem okozója-e, vagy legalábbis fenntartója annak az áldatlan állapotnak, amiben a függő képtelen mellette, vagy a közelében normálisan, boldogan érezni magát. S bizony, ha ebben nem érzi magát tisztának a hívő ember, akkor itt az ideje változni, megtérni. Komolyan kell vennie azt, hogy miben kell kevesebbnek lennie és miben többnek. Vagy mit kell abbahagynia szerettéért, esetleg mit kell elkezdeni csinálnia szerettéért? A tegnap még működő hit, vagy szokások mára már nem biztos, hogy jók. Az élő hit a keresztyén embert naponta harcra hívja, hitének alakítására, hogy Isten akaratát tegye és úgy éljen, hogy általa Isten neve dicsőíttessék. Jézus komoly ítéletet hirdetett azok felett, akik botránkoztatnak. Ha az én hiteltelen, hibás életem miatt (is) szenvedélybeteg a szerettem, akkor azt Isten számon fogja kérni. Nem menti fel ettől a szenvedélybeteget, de engem is számon fog kérni. Tehát imádkozni a szerettemért azt jelenti, hogy ezáltal saját magamat késszé teszem változásra, hogy Isten formáljon és adjon alázatot, vagy éppen fantáziát, vagy tettekésséget, hogy minél inkább segítője legyek másoknak és ne terhére legyek.

Aztán az imádságban a magunk lelkiismeretével is kell vívódnunk, hiszen tudjuk, hogy Isten az igazak imáját hallgatja meg. Képtelenség másért úgy imádkoznunk, hogy közben a saját életünk nagyon nincsen rendben. A kettő között összefüggés van, és ez azt jelenti, hogy azt,

ami számos esetben a szenvedélybeteg problémája, hogy a szerettei között nem tud boldog lenni, mert azoknak is kellene változniuk, így ezzel az imával előkészítve a segítő keresztyén sokkal nagyobb valószínűséggel megcselekszi a saját élete változtatásához szükséges dolgokat.

Aztán az imádságban hagyjuk, hogy fájjon nekünk a szeretetünk miatt szerettünk tragikus élete. Ez a fájdalom már ama keresztt vállalása, amiről Jézus azt mondja, hogy aki követni akar engem, az vegye fel a maga keresztjét. Ettől nehezebb lesz az élet, viszont emberibb és istenibb lesz. Ez a fájdalom az a sírás, amire lehet, hogy majd az isteni vigasztalás boldogsága fog jönni.

Az imádságban tehát fáj szerettem élete, de nem sértettségemben, hanem hasonlattal élve úgy, hogy az egyik kezemmel Isten kezét fogom, a másikkal szerettemét, és közben egyszerre megérint Isten nyugalma és egyszerre szerettem boldogtalansága.

Aztán az ima kiszakít a hétköznapi valóságából és belehelyez Isten jóakarataiba. Ezt nagyon kedvesen érzékelteti József Attila egyik istenes verse.

ISTENEM

Dolgaim elől rejtegetlek,
Istenem, én nagyon szeretlek.
Ha rikkancs volna mesterséged,
segítnék kiabálni néked.

Hogyha meg szántóvető lennél,
segítnék akkor is mindennél.
A lovaiddat is szeretném
és szépen, okosan vezetném.

Vagy inkább ekeszarvat fogva
szántanék én is a nyomodba,
a szikre figyelnék, hogy ottan

a vasat még mélyebbre nyomjam.

Ha csősz volnál, hogy óvd a sarjat,
én zavarnám a fele varjat.
S bármi efféle volna munkád,
velem azt soha meg nem unnád.

Ha nevetnél, én is örülnék,
vacsora után melléd ülnék,
pipámat egy kicsit elkérnéd
s én hosszan, mindent elbeszelnék.

Éppen az által, hogy az imádkozó ember maga belehelyezte magát Isten megtartásába, éppen ez által olyan lelki békéje lehet, hogy ugyanezt kéri szeretetére is.

Aztán az ima belehelyez egy vallási rendbe, amiben az ember otthonosan, jól érzi magát. Amikor egy szenvedélybetegnek segíteni akarunk, akkor, ha azt látja, hogy mi magunk benne vagyunk valamilyen rendben, akkor legfeljebb azt mondja, hogy ő ebből nem kér, de ha nem lát rajtunk egy értelmes rendbe beleilleszkedést, akkor kifejezetten semmi kedve nem lesz ahhoz, hogy a mi rendetlen életünkhöz hasonló rendbe változzon meg, térjen meg. Miközben sok nem hívő ember neurotikus figuráknak tartja a hívőket, mivel vallási törvényeknek vetik alá magukat, aközben éppen a keresztyéneknek a zéró-toleranciás gondolkodásmódjuk, az egyértelmű elkötelezettségük, a világos határokhoz tartásuk válik vonzóvá számos szenvedélybetegnek. Tetszik nekik, hogy a hívők azt mondják: ha nekem szent ez az isteni szabály ma, akkor az holnap is az lesz. Ezt a logikát magáévá téve a függőnek az önkontroll egy önbeteljesítő paranccsá válik, ahol Istent, embertársát és magát is tiszteli, továbbá a maga elveit, a maga jelenét és jövőjét. Ráadásul ebben a dologban örökre lesznek partnerei, hittestvérei, akik ebben mellette fognak állni.

A keresztyén ember a függő szerettéért mondott imádságában – mondanom sem kell – öngerjesztő módon egyre inkább megszereti imádsága tárgyát, szerettét. Az ima automatikusan hív újra meg újra a maga napi rendszerességében imára. A másik ember általános értelemben vett szeretésénél viszont könnyen kikopnak a jó automatizmusok.

Az imádság határt szab a segítség lehetőségeinek, ezért, mint keresztyén embert arra is nevel, hogy mit ne tegyek. Az imádságom nem engedi, hogy én legyek az Isten, aki meggyógyítok, vagy jóvá teszem-nevelem szerettemet. Az én jóságomból, abból, hogy én vele szemben, ő hozzá képest jó vagyok, semmilyen haszna nem származik másnak. A kellő visszafogottság, amiben nem ellenségként, botránkozásom tárgyaként tekintek szerettemre, hanem úgy tekintek rá, mint Isten egy másik szerettére, testvéremre, ez is olyan dolog, ami segíti a szenvedélybetegek gyógyítását.

Az imádságban a másik emberre úgy tudok tekinteni, hogy ez a látásmód nem előre vetítés, hanem előre meglátás. Nem előre vetítek, hogy például alkoholistá szörnyeteg a másik, hanem meglátom benne azt, amit Isten: ő az, aki tele van szeretetvággyal, tehetséggel, egyéniséggel, jóra való képességgel.

Ha imádkozom szerettemért, akkor sem felettem nem áll, vagyis nem győz le az ő rosszja, sem alattam nem áll, vagyis nem győzöm le erőszakkal, erkölccsel, emberi nagyságommal, tudásommal, humanitásommal, hanem mindezekkel ellentétben mellette állok. A helyemen.

Ha imádkozom a szerettemért, akkor ezzel azt a látásmódomat fejezem ki, hogy az ő életét, ami nekem galibát csinál, nem annak látom, amit egyszerűen nem tudok megérteni, ami idegen tőlem, hanem látom benne magamat a magam gyengeségével, Istenre szorultságával. Mivel Istennek adom át, így már lehetetlenné válik, hogy én magam az ítélőjévé váljak. Csak a testvére lehetek.

Eddig csak arról volt szó, hogy mit tehet egy keresztyén ember az imádságai által, ha a hozzátartozója függő? Most azt is lássuk: mit tehet egy keresztyén ember az imádságon kívül, ha azt veszi észre egy szerettén, hogy az szenvedélybeteg?

Például rögtön magára gondolva hálát adhat, ha nem érintett, vagyis mentes ettől a szenvedélybetegségtől és ez máris alázatra indítja, hiszen tudja, hogy őt is mennyi minden kísértés meggyötörte és bizony, nem mindig jött ki győztesen ezekből a harcokból. Tehát még nem tesz semmit a másikért, de már magán elkezd gondolkozni és dolgozni. Ez nagyon jó alap bármilyen későbbi segítséghez.

Mit tehet egy keresztyén ember az imán kívül, ha azt látja a szerettén, hogy szenvedélybeteg?

Meghirdetheti Isten szeretetét. Ez a meghirdetés nem azt jelenti, hogy az erkölcsös hívő felülről meghirdeti az alul levő erkölcstelen szenvedélybetegnek, hogy térjen már meg és zárkózzon fel arra a színvonalra, amin a keresztyén ismerőse él, hanem azt, hogy az az isteni kegyelem, ami erőt és örök célt ad a hívőnek, az ebben az esetben egy csodálatos megmentő, felhúzó hatalom a lefelé húzóval szemben. A keresztyén ember ismertetheti Jézus számos történetét, ahol ő megmentette a lelkével kínlódó embereket és egyben bizonyosságot tehet arról, hogy ez az ő életében hogyan működött.

Mit tehet egy keresztyén ember az imádságon kívül, ha látja szerettén, hogy szenvedélybeteg? Mivel Isten rendjét látja a családban, vagy a rokoni-települési, baráti, vagy egyéb intézményekben, kötelékekben, ezért úgy viszonyul szerettéhez, mint szeretett családtaghoz, barátához, csoporttárshoz, munkatárshoz, honfitárshoz, hittárshoz. Bizony, sokszor éppen ezek a vágyott emberséges érzelem-kifejezések, biztonságot nyújtó gesztusok, hozzáállások, szükségletek nincsenek meg a szenvedélybetegeknél. Családban él, de nem érzi otthonának, valahogy mindenkinek a senkije, barátok közt él, de nem értik meg, intézmények-rendek közt, de ezek irgalmatlanul fojtogatják, vagy

legalábbis úgy érzi. Nagyon fontos számukra az a keresztyén megközelítés, amelyik egy ölelés. Ezt csodaszépen fejezi ki Reményik Sándor Vízválasztó című verse.

Ha kegyelmesen úgy tetszik Neked
Sorsom, vagy Istenem,
Hogy e mostani megpróbáltatásom
Vízválasztó legyen,
Amelynek kopár hegytaraján túl
Eztáni életem
Új forrása ered:
Legyen, kérlek, e forrás
Mélyebbbről fakadó,
Nem magának-való
Tisztultabb szeretet.
Legyen e tiszta nedv
Felbuzgó munkakedv,
Önzetlenebb erő,
Malmot hajtó patak,
Szolgáló akarat,
Sziklából feltörő.

Ha kegyelmesen úgy tetszik Neked
Sorsom, vagy Istenem,
Hogy e mostani megpróbáltatás
Vízválasztóm legyen,
Amelyen túljutva
Egészen más a táj -:

Hadd mosolyogjak én
Azon is, ami fáj
Azon is, ami e
Világban vaksötét,
Fáklyavivő legyek,
Míg tart e furcsa lét.
Legyek összeszedett,
Szelíden is kemény,
S hogy ne ítéltessem,

Mégse ítélek én,
Nevessek a világ
Játékai felett,
De ez a nevetés
Legyen egy ölelés,
Amellyel mindenkit
Magamhoz ölelek.
(...)

Keresztyénként az imádságon kívül miközben motiválni próbáljuk szerettünket, hogy bátran keressen új barátokat, vagy elfoglaltságokat, hobbit, közben nem lessük naponként, hogy „mi lesz már”, hanem szabadságot is adjunk neki, hiszen Pál apostol is előbb keresztyéneket ölt, mire nagy sokára megtért, s utána ezeket tudott Istenhez vezetni. Isten türelmes volt hozzá. Nekünk is türelmeseknek kell lennünk. A magvető példázatától kezdve sok bibliai történet tanít arra, hogy imádkozzunk, utána menjünk aludni, és hagyjuk a csodát megtörténni. Nagy különbség van egy szenvedélybetegnél a belőle kikényszerített és ezért minél hamarabb túl levéses-megkönnyebbüléses bűnvallás, meg az igazi bűnbocsánatért mondott őszinte bűnbánati bűnvallás között.

A keresztyén ember az imádságon túli segítségben azzal is segít, hogy a szenvedélybeteggel való segítő magatartásban nem akar győzni. Ez nagyon fontos. Egyszerűen szereti az elveszettet. Jézus Lelkével. Meghirdeti szóval és tettel. De nem szekál, nem zsarol, nem fenyeget, nem csalódik, nem utál. Nem olyan harcot vív, ahol muszáj győztes-vesztesnek lenni.

Semmilyen erkölcsi fölényt nem érez és nem is hangsúlyozza, mert tudja, hogy ez Isten előtt éppen semmilyen rangot sem jelent, ő éppen úgy Isten végtelen kegyelméből üdvözülhet csak, mint aki a bűnei miatt kárhozatra méltó. Ugyanakkor nem maszatol a szerette kedvéért, nem tisztázza őt, nem védi meg őt hazug módon. Nem veszi át a szerepeit, hogy más előtt be ne égjenek. A veszekedésekbe nem

megy bele folyton, nem indulatoskodik. Ettől még azonban a szenvedélybetegnek a fájó következményekig való eljutást engedi, hogy a felelősséget ne próbálja meg a szenvedélybeteg egy életen át megúszni. Ez konkrétan azt jelenti, hogy ad határidőt (nyilván nem túl rövidet) és ad terápiás lehetőségeket, ad türelmet, ad sok mindent, de egy bizonyos ponton túl a következményt engedi, hogy megtörténjék: pl. válás, otthonról elzavarás, külön kassza, telefonos elérhetőség megszakítása, egészségügyi problémában benne hagyás, börtönből nem kiváltás, kölcsön megtagadása, ügyek nem elintézése, stb. (Nem egy ismerősöm ekkor, a magára maradottságkor először gondolkodott el azon, hogy ő maga egyedül kell, hogy rendbe tegye az életét. Addig úgy érezte, hogy a segítség nem kellő mennyisége okoz problémát.)

Végül még 8 rövid gondolatban arról szólok, hogy mit ne tegyen egy keresztyén, ha segíteni akar szenvedélybeteg szerettének?

1. Ne érezze úgy, hogy ő a megmentője. Isten az.
2. Ne érezze úgy, hogy a szenvedélybeteg élete rá nézve is szégyen, amit takargatni kell. Vigye nyíltan Isten elé szeretettét imáiban. Ne restelljen ugyanakkor emberi segítséget is kérni, akár terápiás segítséget kérni.
3. Tényleges segítséget próbáljon adni, ugyanakkor tudjon elengedni is. A zárszó nem az övé kell, hogy legyen.
4. Ne érezze úgy, hogy miért tette ezt vele, vagy szerettével az Isten, hanem éppen ezen gondolkodjon el, hogy Isten terhet is adhat, amiből hit által így-vagy úgy még jó dolgok is következhetnek.
5. Ne a szenvedélybeteg pártját fogja, hanem az ő oldalán álljon!
6. A szenvedélybetegek általában valamilyen nem megfelelően működő családi állapotról árulkodnak a feszültségmentesítő devianciájukkal. Nem szégyen bűnvallást tartania a segítőnek, ha érintett. Ne érezze úgy, hogy ettől Jézus neve meg fog szégyenülni. Ellenkezőleg. Innentől már újra nem fogja takarni Jézust.

7. Nyugodt szívvel javasolhatja szerettének bizonyos keresztyén terápiás helyek felkeresését, ugyanakkor nem szégyen, ha történetesen nem egy keresztyén terápiától jön rendbe szeretttünk élete.

8. Ne gyötörje szeretttét „miért és hogyan tehetted ezt velünk” kérdésekkel, mintha az ő élete viszont feddhetetlen lenne, és mint ha az ő erkölcsössége egészen bizonyosan azért lenne a másik felett, mert érett személyiségként mindig ellene állt a kísértéseknek, s nem csupán arról lehet szó, hogy kevesebb, vagy kisebb kísértéseket kellett átélnie.