

duben 2019

# Noviny z rodiny

133. číslo členského bulletinu Ligy pár páru



## Národní pochod pro život a rodinu

Jitka Nováková

Připojujeme se k Hnutí pro život a zve-  
me na letošní pochod pro život a rodi-  
nu, který proběhne v Praze 27.4.2019.

Program:

10:30 Pražský hrad, katedrála –  
pontifikální mše svatá

12:30 Klárov – oběd,  
program pro velké i malé

14:00 Pochod centrem Prahy  
na Václavském náměstí

16:00 Zakočení u sochy sv. Václava

Přihlášení: [pochodprozivot.cz](http://pochodprozivot.cz) (zajištění přednostní bezpečnostní kontroly  
při vstupu na Pražský hrad, zvýhodněné dopravy a oběda)

Těšíme se na setkání s mnohými z vás :-)

## Chválím Ťa, že si ma utvoril tak zázračne... (Ž 139, 14)

Viera Dobrotková

*„Predpokladám, že mnoho žien žijúcich v tejto rozvinutej spoločnosti časom dospeje k záveru, že schopnosť určiť, kedy a či u nich prebieha ovulácia, by mala byť bežnou súčasťou povedomia o ich zdravotnom stave, na ktoré majú, samozrejme, nárok.“*

Možno nás prekvapí fakt, že túto myšlienku vyriekol v roku 1990, teda takmer pred 30 rokmi, Carl Djerassi, muž nazývaný aj „otec antikoncepcnej pilulky“. Ešte prekvapivejšie však je to, že sa tento jeho predpoklad napriek ne-  
uveriteľnému pokroku (aj) v oblasti medicíny až takou samozrejmosťou nestal.

Boh, Tvorca života, stvoril ženu naozaj zázračne. Jej cyklická plodnosť je riadená zložitými, presnými a na sebe závislými procesmi vylučovania hormónov, ktoré sa podieľajú na zabezpečovaní zdravého priebehu celého

menštruačného cyklu vrátane ovulácie, a teda na plodnosti každej ženy. Pravidelnosť menštruačného cyklu či intenzita krvácania bývajú často považované za základný indikátor reprodukčného zdravia ženy. Dôležité je ale podotknúť, že ani pravidelné menštruačné cykly nemusia byť zárukou toho, že v nich dochádza k ovulácii, bez ktorej nie je možné otehotnieť. Z tohto uhla pohľadu má preto nezanedbateľnú úlohu pri zisťovaní zdravotného stavu ženy práve možnosť zhodnotiť, či sú menštruačné cykly ovulačné alebo nie.

V súčasnosti dokážeme celkom presne a spoľahlivo určiť, či v konkrétnom menštruačnom cykle prebehla ovulácia pozorovaním viditeľných znakov (a ich zmien) súvisiacich s procesom uvoľnenia vajíčka z vaječníka. Patria medzi ne **zmeny hlienu krčka maternice, bazálnej telesnej teploty, krčka maternice či tie menej „uchopiteľné“, akými sú zmeny nálady alebo bolesť v podbrušku**. Sledovaním týchto znakov a ich zmien v priebehu cyklu môže žena získať obraz nielen o svojom reprodukčnom zdraví, ale aj o zdraví všeobecne. Hormóny (nielen tie pohlavné) vznikajú v endokrinných žľazách a ich následným vylučovaním do krvného obehu dokáže tento systém žliaz regulovať rovnováhu celého organizmu. Aj vyššie spomenuté zmeny viditeľných znakov ovulácie, dokonca aj samotná ovulácia **prebiehajú na základe zmien hladín jednotlivých hormónov**. Preto môžu byť menštruačné cykly s poruchou ovulácie náznakom nesprávnej funkcie niektorej z endokrinných žliaz, čo môže mať negatívny dopad na celkové zdravie ženy.

Otázkou ostáva, **prečo sú tieto možnosti prirodzeného sledovania priebehu ovulácie v dnešnej spoločnosti tak málo známe a uznávané**, napriek tomu, že ich spoľahlivosť bola experimentálne preukázaná. Prečo sa niektorí odborníci odmietajú pozeráť na problém ženskej plodnosti aj z globálnej perspektívy a namiesto hľadania príčiny len potláčajú príznaky. Možno sme si až príliš zvykli na moderné prístroje a komplikované postupy. Možno si niektorí lekári uľahčujú prácu predpisovaním hormonálnej antikoncepcie, sľubujúc úpravu cyklov či lepšiu pleť. A možno sa mnohým zdajú tieto metódy využívajúce prirodzené Bohom dané princípy až príliš staromódne, nezhodujúce sa s dnešným moderným svetom.

Metódy prirodzeného plánovania rodičovstva (PPR), ktoré si kladú za cieľ pomáhať párom orientovať sa v ich spoločnej plodnosti, vychádzajú pri určovaní plodných či neplodných dní práve z hodnotenia sprievodných znakov ženskej ovulácie. **Nech nám je pri používaní týchto metód povzbudením aj to, že táto často nelahká cesta v sebe ukrýva „bonus“ - možnosť pravidelne sledovať, či v menštruačných cykloch dochádza k ovulácii, a prípadné odchýlky riešiť včas a do patričnej hĺbky**. Odovzdávajme v modlitbe do Božích rúk všetkých lekárov a odborníkov, ktorí sa starajú o naše zdravie, aby boli ochotní vnímať aj tieto prirodzené signály, ktoré ženské telo vysielala. Pretože sám Boh ho stvoril takto zázračne...

Tým, ktorí by sa chceli o možných príčinách nepravidelných, bolestivých menštruácií či anovulačných cyklov dozvedieť viac, odporúčame knihu



*Plodnost, cykly a výživa* od autorky Marilyn M. Shannonovej (je dostupná aj v našom internetovom obchode na stránkach [lpp.sk/cz](http://lpp.sk/cz)).

Zdroje:

<https://www.thepublicdiscourse.com/2019/01/47531/>

Frank-Herrmann, P., Heil, J., Gnoth, C., Toledo, E., Baur, S., Pyper, C., Jenetzky, E., Strowitzki, T., Freundl, G., 2007. The effectiveness of a fertility awareness based method to avoid pregnancy in relation to a couple's sexual behaviour during the fertile time: a prospective longitudinal study. *Human Re-*

production 22, 1310–1319.

Pallone, S.R., Bergus, G.R., 2009. Fertility Awareness-Based Methods: Another Option for Family Planning. *J Am Board Fam Med* 22, 147–157.

Vigil, P., Lyon, C., Flores, B., Rioseco, H., Serrano, F., 2017. Ovulation, a sign of health. *Linacre Q* 84, 343–355.

## Možnosť pomoci pri mimoděložním těhotenství

*Jitka Nováková*

Před několika lety jsme informovali o zajímavém příspěvku, který zazněl na konferenci *Nejmenší z nás* (bulletin č. 108). Týkal se možnosti přenesení embryí při mimoděložním těhotenství z vejcovodu do dělohy. Přednášející MUDr. Badal zmínil dva případy, kdy taková operace byla úspěšná:

„...Když pomineme dva vzácné typy ektopické gravidity, těhotenství v dutině břišní a v jizvě po císařském řezu, kde je za jistých podmínek možné donosit životaschopný plod, neexistují žádné lékařské postupy, které by umožňovaly záchranu ektopicky zahnížděného embrya.

Proto je velmi zajímavé, že navzdory výše uvedenému byly v minulosti v odborných lékařských časopisech popsány dva případy, kdy se podařilo zachránit život počatého dítěte pomocí transplantace.

První případ je z 13. září 1915. Minnesotský gynekolog C. J. Wallace provedl u 27leté Američanky tmavé pleti transplantaci embrya, uloženého ve vejcovodu, do dělohy. Protože známe nejen datum operace, ale i datum porodu, který byl 2. května 1916, dá se vypočítat, že přibližné stáří přeneseného embrya bylo 6 týdnů. Velikost samotného embrya v šestém týdnu těhotenství se pohybuje od 8 do 13 mm. Wallace uvádí, že celé přenášené embryo mělo i s plodovými obaly a částí stěny vejcovodu velikost olivy. Porod proběhl v termínu a narodil se zdravý chlapec.

Druhý případ úspěšného přenosu tubárního těhotenství do dělohy, uskutečněného v roce 1980, popisuje Shettles v *American Journal of Obstetrics and Gynecology* v roce 1990. Jednalo se o dopředu promyšlený chirurgický zákrok, při kterém bylo do dělohy

přeneseno přibližně 40denní embryo. V obou případech je transplantace plodu popisována jako nepříliš náročný výkon. Proto je s podivem, že do současné doby nebylo popsáno více úspěšných transplantací...“<sup>1</sup>

Tehdy to pro nás byla zcela nová informace. Mysleli jsme, že miminko při mimoděložním těhotenství nemá šanci přežít a je důležité zachránit alespoň matku, která je v ohrožení života. Samotná informace o této možnosti řešení ale nestačí, chyběl kontakt na lékaře, na kterého bychom mohli odkázat ženy, které se v takové situaci ocitnou. Nyní se ale situace změnila. Díky iniciativě Hnutí pro život se koncem roku podařilo domluvit gynekologické pracoviště, kde jsou lékaři ochotni pokusit se o záchranu počatého dítěte – laparoskopickou operací zanoří počaté dítě spolu s částí vejcovodu do dělohy a umožní tak pokračování těhotenství. Pokud je diagnostikováno mimoděložní těhotenství, mohou se ženy - pokud možno co nejdříve - obrátit na Linku pomoci<sup>2</sup>, kde dostanou bližší informace.

---

1. Podrobné informace: <http://hnutiprozivot.cz/clanky/2664-moznosti-zachrany-ditete-pri-mimodeloznim-tehotenstvi>

2. kontakt na Linku pomoci: tel: 800 108 000 nebo e-mail: [poradna@linkapomoci.cz](mailto:poradna@linkapomoci.cz)

## **Chlap, hrdina, dub, stroj**

*Mária Schindlerová*

Keď sme mali nedávno v Rodinkove *Víkend s LPP*, hovorili sme aj svoje skúsenosti zo života s STM. Spomenula som si aj na našu, keď som raz chcela manžela „povzbudiť“ v zvládání nárokov, ktoré STM so sebou prináša, slovami: „Bud' chlap!“ – Na čo mi on odpovedal: „Veď práveže som!“

Iný pár spomenul, ako žena v podobnej situácii poľutovala manžela, aby ukázala, ako s ním cíti: „Ty môj chudáčik...“ A on zareagoval: „No prepáč, ja nie som žiadny chudáčik, ja som hrdina!“

A tak sa mi to spojilo – Chlap, hrdina... a v mysli spontánne naskočilo: dub, stroj....

Aktuálne prežívame Pôstne obdobie. Skvelá príležitosť na ovládanie sa, zriekanie, pokánie. Ja viem, že slovo pokánie, askéza, obeta nám neznie príjemne. Ani zdržanlivosť nás neláka. V podstate, ako hovorí Christopher West, antikoncepcia nie je predovšetkým prostriedkom na predchádzanie alebo zabránenie tehotenstvu. Spoľahlivý prostriedok – abstinencia – tu stále je. Antikoncepcia a antikoncepčné správanie je tu na to, aby sa človek vyhol tej nepríjemnej zdržanlivosti. A keďže prirodzené metódy sú pri predchádzaní tehotenstvu metódami periodickej zdržanlivosti, nijako sa nezbavíme každodennej výzvy ovládať sa.

Muži, buďte chlapi, buďte hrdinovia! Chlap a hrdina sú vzory pre „životné“ podstatné mená – azda môžem skúsiť analogicky povedať, že pre živých ľudí je to výzva pestovať čnosť sily, ktorá sa kedysi nazývala aj zmužilosťou. Máme

byť hrdinovia – tí neraz nenápadní hrdinovia všedných dní. A čo dub a stroj? Dub je pevný a neodíde, hoci sa doňho opiera vietor či búrka. A stroj – ak je v poriadku – tak spoľahlivo funguje a slúži.

Ale aby sa nezdalo, že je to výzva len pre mužov – aj ženy prispievajú k celej atmosfére, s akou sa potom manželia stavajú k PPR. Žena môže vo svojom mužovi vidieť hrdinu, chlapa, môže v ňom posilňovať to pevné, silné... a potom sa aj ona môže cítiť v bezpečí. A asi by nebolo dobré, keby doňho stále rýpala ako „do duba“ a on by sa tváril ako stroj, ktorého sa nič netýka.

Všetci máme byť silní. Nie z vlastnej sily a nie bez posily. Nech je pre nás aj toto Pôstne obdobie časom, v ktorom trpiaci a víťazný Kristus osvecuje náš rozum, upevňuje našu vôľu a posilňuje našu pamäť!

## **Láska, tělo a život – myšlenky o touze a naplnění**

*struktura přednášky na kongresu INER ve Vallendaru, Německu, 7. 4. 2019*

*Dominikus Schwaderlapp  
světící biskup diecéze Kolína nad Rýnem*

*Veni sancte Spiritus!*

1. Lidská osoba je bytost s tělem a duší, vybavená rozumem, vůlí a citem. Bůh ji stvořil kvůli ní samotné. Tělo a duše patří dohromady a vzájemně se pronikají. Tělo a duše stojí k sobě navzájem jako nástroj a skladatel.
2. Člověk je samoučelný, ale ne soběstačný. Je nasměrován k nějakému „Ty“. Každému člověku patří stejná Bohem daná důstojnost. Proto je jediným platným postojem člověka k člověku přijetí této osoby, láska. Bez tohoto vzájemného „ano“ nemůže existovat žádné lidské společenství.
3. Největší touhou člověka je být milován a darovat lásku. Kdo najde lásku, najde štěstí. Láska začíná vlídnou přízní a vrcholí odevzdaností, sebedarováním. Čím silnější je láska, tím více ustupuje vlastní „já“ za protější „Ty“. Sympatie usnadňuje lásku, není ale pro ni nutným předpokladem – viz např. láska k nepřátelům.
4. Láska mezi mužem a ženou se od všech ostatních forem lásky mezi lidmi podstatně liší. Má kořeny v sexualitě, volí si trvale se váže a je základem pro předávání lidského života. Touží po věrnosti a spolehlivosti. V manželském svazku si muž a žena slibují tuto věrnost bezvýhradně.
5. Sexualita pojímá dva účely, které k sobě patří stejně neoddelitelně jako tělo a duše: předávání lásky a života. Čistě biologicky slouží sexualita předávání života. U lidské osoby je ale tato funkce zasazena do aktu lásky.

6. Sexualita jako pud usiluje pouze o uspokojení. Aby mohla sexualita sloužit životu a lásce, potřebuje být vázána vůlí a rozumem. Když se nenaučím sexualitu ovládat, ovládne on mne.
7. Sexualita je zbavena svého účelu předávání života: v homosexuálních aktech, antikoncepcí ale také v sebeukájení. Sexualita je připravena o svůj účel předávání lásky ve všech náslných sexuálních aktech, v prostituci ale také v umělém oplodnění.
8. Tělo má svou vlastní „řeč těla“, která je mi předem dána. Jednoduché známky přízně se liší od známek, které vyjadřují závazné odevzdání se. Tělesné sebeodevzdání je výrazem a uskutečněním celoživotního závazku. Tělesně „potvrzuje“ vzájemně přislíbené celoživotní odevzdání se při sňatku. Sexuální odevzdání bez celoživotního odevzdání zrcadlí něco, co ve skutečnosti neexistuje. Je „tělesnou lží“ (viz Jan Pavel II *Familiaris consortio*).
9. Kristus vyzdvihuje manželský svazek jako znamení svého nerozlučitého svazku s církví a dává manželům milost, aby své „Ano“ věrně dodrželi. Spasení není jen pro budoucnost, ale je již přítomné. Je nám dáno ve svátostech. Jsme zbavení tvrdosti srdce a je obnovována naše schopnost milovat. „*Lásku je možno přikázat, protože je předem darována.*“ (Papež Benedikt XVI.)
10. Tak jako pohlavní spojení manželů tělesně potvrzuje jejich svazek, tak potvrzuje pohlavní spojení s jiným partnerem cizoložství. Ale již žádostivý pohled na jinou ženu nebo jiného muže znamená cizoložství „v srdci“ (Mt 5, 27-29). Přátelství s jinými ženami/muži jsou pro manžele legitimní jen tehdy, když nemají sexuální povahu a tím nepředstavují konkurenci manželského vztahu.
11. Katoličtí manželé, kteří jsou rozvedení a žijí v novém, často institucionalizovaném vztahu, žijí v rozporu s vyslovenými příkazy Ježíšovými. Přesto však patří k církvi. Je úkolem pastýřů vycházet jim pravdivě a milosrdně vstříc. Je třeba srdečné náklonnosti a intenzivního doprovázení. I když nemohou přijímat svátosti, jsou povoláni žít ve své situaci podle svých možností jako křesťané. Tak může např. vědomé ne-přijímání eucharistie být dokonce svědectvím pro nerozlučitelnost manželství.
12. Učení církve týkající se sexuality a manželství je výrazem vysokého ocenění sexuality a lidské osobnosti. Člověk je z milosti Boží lásky a věrnosti schopný. Čeho si vážím, to chráním – co je všední, otřepané, na tom nezáleží. Příkázání ukazují cestu k lásce a tím ke štěstí. Svátosti jsou neocenitelnou pomocí na této cestě a dávají nám také sílu, když se zdá, že jsme se svými silami v koncích.

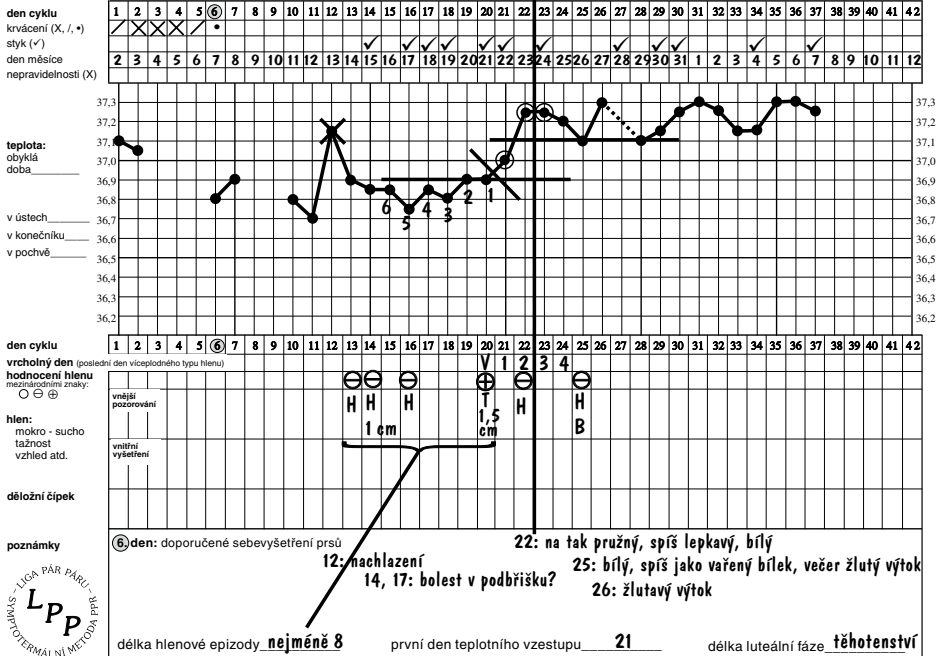
záznam číslo \_\_\_\_\_ měsíc **10-11** rok **1979**výška \_\_\_\_\_ cm váha \_\_\_\_\_ kg věk **31**

dřívější cykly: nejkratší \_\_\_\_\_ nejdelší \_\_\_\_\_ na základě \_\_\_\_\_ záznamů

nejdřívější první den vzestupu nad DH \_\_\_\_\_ na základě \_\_\_\_\_ záznamů

délka tohoto cyklu \_\_\_\_\_ dnů **těhotenství**

nejkratší hlenová epizoda \_\_\_\_\_ na základě \_\_\_\_\_ záznamů



## Cyklus

*David Prentis*

Záznam cyklu ukazuje úspěšný pokus o počítání. Tito manželé měli jiný zájem než manželé, kteří chtějí počítání předcházet. Na začátku cyklu chybí záznamy teplot i hlenu. Při předcházení počítání by byly takové záznamy důležité, aby mohli manželé určit začátek plodné doby. Pro dosažení počítání však nejsou tak významné. Je nepochybné, že na začátku cyklu neměli 13 dní styk. Možná byl manžel na služební cestě, anebo se šetřili, aby měli víc síly pro intenzivnější manželský život právě v nejplodnější části cyklu.

Presný den počítání nelze určit, ale lze celkem s jistotou předpokládat, že k ovulaci došlo v době 2 dny před vrcholem hlenu až 2 dny po něm, nebo 3 dny před prvním dnem teplotního vzestupu až 1 den po něm. (Predáčovi: *Stručná učebnice PPR*, 2. vydání, str. 79). To jsou tedy dny 18 až 22.

V běžné praxi počítají lékaři termín porodu od poslední menstruace + 7 dní + 9 měsíců. Tady by to byl 9. červenec. Lepší je výpočet podle Premova pravidla: první den teplotního vzestupu – 7 dní + 9 měsíců, v tomto případě 15. červenec 1980. K vlastnímu porodu může dojít i o dva týdny dříve nebo později. To je ještě v normě. Když se ale dítě neohlásí do předpokládaného termínu, navrhnou lékaři často indukovaný porod. Žena, která má pozdější termín vypočítaný podle Prema, ví, že nepřenáší, a měla by na to svého lékaře upozornit. V tomto konkrétním případě se dítě narodilo dříve – 5. července 1980.

# Kongres INER

*David Prentis*

Jako každý rok v posledních letech zúčastnili jsme se minulý týden s manželkou kongresu INER (= Institut natürlicher Empfängnisregelung Rötzer = Institut přirozené regulace početí Rötzer). Bývá na jaře v různých německy mluvících zemích: vloni v Jižním Tyrolsku, jindy ve Švýcarsku, v Německu (i v bývalé NDR), nebo v Rakousku. Příští rok se bude konat ve Vöcklabrucku v Rakousku, bývalém bydlišti zakladatele INER, profesora doktora Josefa Rötzera, který zemřel v roce 2010 ve věku 90 let, jako oslava sta let od jeho narození.

Můj vztah k dr. Rötzerovi se datuje od 70. let minulého staletí, kdy jsme s manželkou objevili v knize Ingrid Trobischové odkaz na jeho metodu. Koupili jsme jeho učebnici a praktikovali od té doby jeho přístup až do 90. let, kdy jsme přešli na metodu Ligy pár páru, která má ale také základ v práci Dr. Rötzera.

Protože jsem často o něm mluvil, rozhodl v roce 2003 můj šéf z americké Ligy, abych přeložil Rötzerovou učebnici do angličtiny. To jsem také udělal. V překladu korespondují strany přesně se stranami německého originálu. Myslel jsem, že bude jen správné, když poskytnu svůj překlad také INERu. Dr. Rötzer se velmi radoval, i když INER nemá pobočky v anglicky mluvících zemích. Když byl můj šéf v listopadu 2003 v Evropě, navštívili jsme Dr. Rötzera ve Vöcklabrucku. Pamatuji si, jak nás vyhlížel z okna.

Vysvětlil, že se relativně často stává, že si někdo z německy mluvící země vezme cizince/ku, kteří se domluví spíš anglicky než německy. Zvláště proto uvítal, že ty strany v překladu korespondují přesně s originálem.

Jeho prostorný dům byl fenomén! Regály až na strop byly plné záznamů cyklů. Měl, pokud si to správně pamatuji, asi 600.000 záznamů, které sbíral od roku 1951. Na jednom stole ležely ještě nezpracované tabulky a korespondence.

Když Dr. Rötzer v roce 2010 zemřel, jel jsem na jeho pohřeb. Vedení organizace převzala jeho dcera Elisabeth Rötzerová, která s otcem od začátku úzce spolupracovala. INER je vysloveně křesťanská organizace, přitom jsou vedoucí švýcarské i německé větve evangelíci. Na začátku každého dne kongresu bývá krátká evangelická biblická úvaha a na konci kongresu v neděli mše sv. Takže je INER krásným svědectvím o tom, jak může vypadat v praxi užitečná spolupráce mezi evangelíky a katolíky. Není teoreticky důvod, proč by nemohli i nevěřící praktikovat PPR. U INERu, ani u Ligy jsem ale mezi spolupracovníky osobně žádné nevěřící nepoznal.

*NOVINY Z RODINY LPP* vydává šestkrát ročně jako členský bulletin Ústředí Ligy pár páru ČR, z.s. Redakce: David Prentis, Fügnerova 143/9, 272 01 Kladno, [david@lpp.cz](mailto:david@lpp.cz). Ústředí: manželé Jitka a Miroslav Novákoví, Milhostice 6, 257 91 Červený Újezd, tel.: 312 686 642, e-mail: [lpp@lpp.cz](mailto:lpp@lpp.cz), internet: [www.lpp.cz](http://www.lpp.cz). Číslo účtu: 280 137 0422/2010; Minimální členský příspěvek je 150 Kč /12,- € ročně. Ústředie LPP v SR: manželé Jozef a Simona Predáčovi, Slovenskej armády 15, 953 01 Zlaté Moravce tel.: 0908 722 055, e-mail: [lpp@lpp.sk](mailto:lpp@lpp.sk), internet: [www.lpp.sk](http://www.lpp.sk). Číslo účtu: SK97 8330 0000 0024 0104 9920, v ČR: 240 104 9920/2010. Jsme vděční za příspěvky pro práci Ligy. Kurzy PPR pro manžele a snoubence – 4 setkání po 2½ hodinách, většinou v měsíčních intervalech. Kurzovné: dobrovolné.