

květen 2019

Noviny z rodiny

134.

číslo členského bulletinu Ligy pár páru



Veríme, že Boh si nás využije, ako on bude potrebovať.

*(rozhovor s manželmi Štefanom a Monikou Glovaťákovcami,
novým lektorským párom LPP)*

Na konci minulého roka, ste sa stali lektorským párom Ligy pár páru. Aké boli vaše začiatky ako páru?

Obaja pochádzame z Oravskej Polhory, tu sme obaja vyrastali a naše prvé stretnutie bolo v spevokole našej farnosti a potom na strestkách, ktoré sme ako mladí mávali. Trvalo nejakú chvíľu, kým Štefan získal moju náklonnosť. Štefan je bojovník (smiech). Chodili sme spolu dva a pol roka a potom prišiel rok 2000. Ja som mala devätnásť, Štefan dvadsaťpäť rokov a bol sobáš.

Takže ak dobre počítam, tohto roku budete oslavovať 19 rokov manželstva. Z manželov sa stali aj rodičia...

Áno, tešíme sa a sme vďační Bohu, že nás požehnal a požehnáva deťmi. Naša rodina sa za tých 19 rokov rozrástla na niekoľko členov. Máme päť žijúcich detí: Moniku (17), Štefana (15), Evku (13), Marianku (9) a Jožka (4) a jedno dieťaťko, ktoré sme nemali možnosť držať vo svojom náručí, sa za nás prihovára v nebi.

Povedali ste, že Boh vám požehnal deti a požehnáva...

Áno, požehnáva. V túto chvíľu sa tešíme z ďalšieho dieťaťka, ktoré príde do našej rodiny.

Ako ste sa dostali k Lige pár páru?

Každý manželský pár skôr alebo neskôr hľadá odpovede na otázky týkajúce sa veľkosti rodiny, resp. vekových odstupov medzi deťmi, čo znamená byť zodpovední a ako. Takže aj nás snaha rozumieť plodnosti začala zaujímať až v manželstve. Hoci našou spoločnou túžbou bolo mať viac detí ako dve-tri, uvedomovali sme si aj svoje limity a výzvy, ktoré život prinášal. Boli nám ponúknuté rôzne formy ako „byť zodpovední“: antikoncepcia či prerušovaný pohlavný styk. Keďže sme s tým všetkým neboli spokojní a nenapĺňalo



to naše manželstvo, tak sme stále hľadali niečo iné.

Dozvedeli sme sa o ponuke kurzu symptotermálnej metódy porozumenia ľudskej plodnosti, ktorý sa konal v roku 2005 v Mútnom. S očakávaním sme prišli na prvé stretnutie kurzu a spoznali iný pohľad na manželské spolužitie a na plodnosť a sexualitu ako dar. S radosťou sme potom chodili aj na zostávajúce tri stretnutia. Naučili sme sa prijímať svoje roz-

dielnosti a svoju jedinečnosť a pre mňa bolo veľkým bonusom aj téma ekologického dojčenia. To som mohla rok na to využiť pri Evke a mala som z toho obrovskú radosť, pretože predchádzajúce detičky som nedostatočne dojčila, lebo to vraj nerobili ani naše mamy a nebolo to v móde u nás. Takže kurz splnil očakávania, ba aj viac. Nech Boh žehná prácu všetkých lektorov Ligy!

Čo vás motivovalo nechať sa vyškoliť a angažovať sa v Lige ako vyškolený lektorský pár?

Radosť z manželstva sme chceli dávať ďalej nenechať si ju len pre seba. V r. 2007 sa rozbehol projekt kurzovej prípravy do manželstva, do ktorého sme sa zapojili. Pri práci so snúbencami sme dospeli k tomu, že sa potrebujeme venovať aj svojej formácii v rámci tejto prípravy. A tak dozrel čas aj na PPR. A keďže používame túto metódu štrnásť rokov a vidíme jej pozitívny vplyv na svoj vzťah, tak sme sa rozhodli vyškoliť a ponúkať túto službu ďalej. Povzbudila nás k tomu aj výzva z ústredia LPP, ktorá sa objavila v bulletine Noviny z rodiny LPP: pozvanie, aby sa manželské páry zapojili do služby LPP.

Školili ste sa dlhšie, ako štandardne 12 mesiacov. Odkedy ste začali s odbornou prípravou na lektorov STM, ubehli štyri roky. Bolo to také ťažké? Ako vnímate proces prípravy lektorov LPP?

Príprava nebola pre nás obsahovo náročná, keďže prednášame snúbencom a veľa sme mali už naštudované, prečítané. V rámci prípravy nás najviac obohatili stretnutia lektorských a kandidátskych párov a poradkýň Ligy zo Slovenska aj Čiech, ktorých sme sa mali možnosť vždy zúčastniť. Vždy sme stretli milých a múdrych ľudí, ktorí sa s nami radi podelili o svoje poznatky a skúsenosti. Tie si nesieme hlboko v srdci. Ďakujeme za trpezlivosť všetkým ligovým priateľom, či už zo Slovenska alebo Česka, že nás povzbudzovali a stále motivovali.

Najväčšiu ťažkosť sme mali s nájdením si času pre vypracovanie testov. Bolo ťažšie zosúladiť prácu, rodinu svoju aj širšiu, tiež aktivity, ktoré vykonávame, či už so snúbencami alebo iné vo farnosti. Bolo veľmi náročné nájsť si spoločný čas nielen na tabuľky, ale aj na teoretickú časť, aby sme poznatky a svoje postoje dokázali správne komunikovať a aplikovať na situácie zo

života, ktoré sme mali riešiť. Ale nakoniec sme to zvládli a môžeme len potvrdiť pravdivosť sloganu uvádzanom na informačnom liste ku školeniu na lektorov: „Komu Boh dá chcieť, tomu dá aj môcť.“

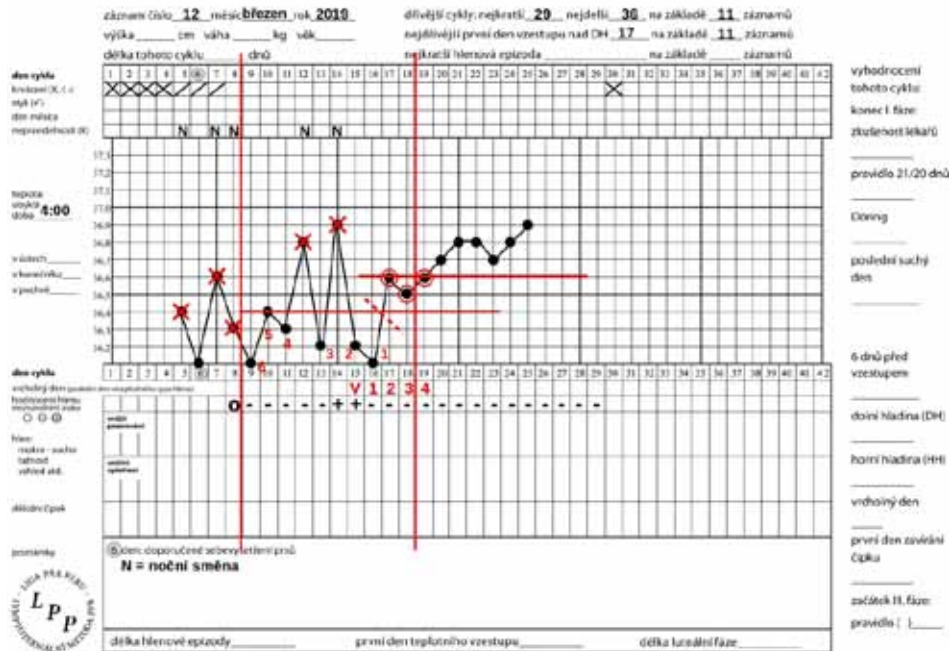
* * *

Tešíme sa, že počet lektorov LPP na Slovensku opäť vzrástol. Máme nádej, že tak ako týchto manželov povzbudila k rozhodnutiu vyškoliť sa za lektorov Ligy výzva z nášho bulletinu, tak aj po prečítaní ich príbehu sa u niekoho z vás prebudí túžba aktívne sa zapojiť do služby LPP. Je to možné buď ako lektorský pár (od ktorého sa očakáva, že dvakrát za rok ponúkne kurz STM pre komunitu kde žije alebo svojich priateľov), alebo ako poradkyňa STM alebo ako lektorský pár angažujúci sa v príprave snúbencov. (Pár ochotný slúžiť snúbencom nemusí praktizovať STM, ak má skúsenosť s praktizovaním inej metódy PPR a ich školenie nie je zamerané na jej dôkladné porozumenie.)

Symptotermální metoda a práce na směny

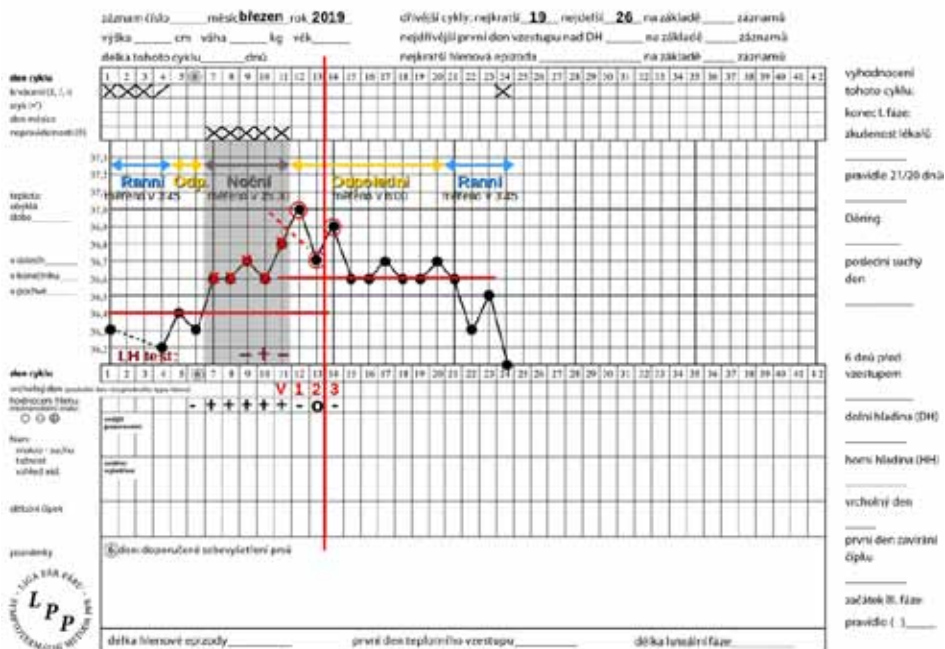
Jitka Nováková

Na kurzech i v poradenství se setkáváme s obavami, zda je možné spo-lehnout se na symptotermální metodu, pokud žena pracuje na směny. Noč-ní směny sice teploty naruší, přesto nebývá problém záznam vyhodnotit. Velmi důležité je pečlivé sledování a zaznamenávání hlenového příznaku, protože ten není prací na směny nijak ovlivněn. Uveřejňujeme dva poslední záznamy, které nám do poradny přišly:



Záznam č.1

Záznam zaslala žena, která má během měsíce nepravidelně vždy několik nočních směn. Teplota po noční je měřena po 2-3 hodinách spánku, v pozdních dopoledních hodinách. Oproti ostatním teplotám, měřeným kolem čtvrté hodiny ránní, jsou tyto teploty výrazně zvýšené, pro hodnocení záznamu je není možné použít. Je třeba označit je jako narušené a pro hodnocení použít jen platné teploty. I když je narušených teplot víc, je možné stanovit vzestup teploty, který začíná 17. den cyklu. Vrchol hleny je již 15. den, neplodné období po ovulaci tedy začíná 19. den večer (pravidlo R,B). Neplodné období na začátku cyklu trvá do 8.dne (pravidlo 21/20 dnů, od 9.dne se již objevuje hlenový příznak).



Záznam č.2

Tento záznam je od ženy, která pracuje v třisměnném provozu. Časy měření jsou uvedeny v záznamu. Teploty 7.-11. dne jsou vzhledem k noční směně a odpolednímu měření pro hodnocení nepoužitelné. Teploty při ranní a odpolední směně bude možné použít. Při odpolední musíme počítat s tím, že mohou být o trochu zvýšené, rozdíl ale nebude příliš velký, bazální teplota rychleji stoupá až po 7h ráno (kdy jsou odchylky při pozdějším měření výraznější).

Vrchol hleny je možné určit 11. den cyklu. Teploty měřené 5. a 6. den po odpolední směně jsou nižší než teploty naměřené rovněž po odpolední směně

od 12. dne dále. Můžeme tedy předpokládat, že vzestup teploty je nejpozději právě 12. dne a to i přesto, že platné teploty před vzestupem jsou pouze čtyři. Tato žena také používala ovulační testy, které jsou v podobných situacích velmi užitečné. Test byl pozitivní 10. den cyklu. Víme, že ovulace proběhne nejpozději do 48h poté, co byl test pozitivní a životnost vajíčka je maximálně 24 hodin. Na základě všech těchto příznaků můžeme tedy stanovit začátek neplodného období po ovulaci od 14. dne večer (pravidlo R,T).

Vzhledem k velmi krátkým cyklům a brzkému nástupu plodnosti není možné v tomto cyklu určit neplodné období na začátku cyklu.

Chtěli bychom povzbudit všechny – ať už při práci na směny nebo v jiné komplikovanější situaci – i ty, kteří si nejsou hodnocením záznamu jisti, aby možnost poradenství využili. Snažíme se pomoci všem, aby v hodnocení získali potřebnou jistotu. Obrátit se můžete na lpp@lpp.cz nebo cyklus@lpp.sk.

Najdôležitejšia je láska

Sme rodičmi troch malých detí a manželmi sme ôsmy rok. S manželom som sa zoznámila v Prahe počas vysokoškolských štúdií. On študoval informatiku a ja medicínu. Myslím, že to bola láska na prvý pohľad (obaja sa v tom zhodujeme :)). Ako sme dozrievali v láske, stále sme prosili a bojovali o čistotu a robili sme všetko preto, aby sme si ten pre nás najvzácnejší dar – seba – priniesli ako dar do nášho manželstva. Náš vzťah počas piatich rokov prechádzal skúškami. Hlavne ja som sa borila s medicínou a veci sa vyvinuli tak, že som odišla z Prahy a nanovo som začala študovať medicínu v Martine.

Počas prvého roka štúdia v Martine sme mali 25 rokov a rozhodli sme sa, že sa o rok, keď skončí prvý ročník, vezmeme. Rodičia nám dali svoje požehnanie a asi 8 mesiacov pred svadbou sme sa zúčastnili na kurze sympto-termálnej metódy u manželov Košťálovcov. Ja som sa do svadby pripravovala okrem iného aj pozorovaním svojho tela a vyhodnocovaním záznamov. Veci mi dávali logiku a vtedy ešte so snúbencom sme mali predstavu, že by sme s dieťaťom počkali, až budem vo vyššom ročníku... ak to bude Božia vôľa.

Nebolo dňa, že by som si ráno o šiestej namerala teplotu a snažila som sa poctivo viesť záznamy. Boh chcel, že sme po pol roku od svadby otehotneli. Boli sme váhavo šťastní. To, že čakáte dieťaťko, vás naplní šťastím, ale mne svietila kontrolka „škola“ – bola som vtedy len v 2. ročníku denného štúdia; kontrolka „bývanie“ – bývali sme na internáte a nevedeli sme, kam pôjdeme bývať, ani len do akého mesta. Nevedela som, čo bude ďalej, ale dieťaťko som ľúbila od prvej chvíle. Verila som Bohu, že je všetko tak, ako má byť. Medzi rodinou a spolužiakmi bola radosť a to nás povzbudilo.

K pôrodu som okrem daru nového života dostala aj dar dojčenia (prosila som oň Pannu Máriu a doteraz dojčím siedmy rok bez prestávky a dokonca aj

tandemovo. Do dvoch rokoch od prvého pôrodu sme otehotneli. Dovtedy som nemala cykly a po druhom dieťatku sme už veľmi túžili. Na začiatku druhého tehotenstva som sa musela rozhodnúť, či nastúpim ďalej do školy, alebo nie. S odvahou som ukončila štúdium (mala som možnosť buď nastúpiť, alebo ukončiť denné štúdium na medicíne a študovať medicínu pri dvoch deťoch by znamenalo deti niekomu dať do opateru) a vydala sa do neznámych vôd.

Narodila sa nám dcérka a cez rôzne okolnosti nám Boh zjavoval svoju lásku. Z internátneho bývania, kde sme ako manželia začínali, sme začali riešiť náš byt, prerábať staré na nové a Boh nám dával na všetko silu, financie a požehnanie.

S príchodom tretieho dieťatka pred rokom sa naša láska umocňuje, nevieme si inak život predstaviť.

Veľmi som Bohu vďačná, že nás aj skrze deti mení a požehnáva, a že túžby, ktoré sme s manželom mali, ale pre štúdium a svoje zameranie sme na ne zabúdali, nám teraz skrze rodinu oživuje a plní, čo sľúbil.

Keby som skončila medicínu, môj príbeh by bol úplne iný. Som tu a teraz pre ľudí a všetko, čo mi Boh dal. Už nepozerám späť. Zbytočné je rozmýšľať, čo by bolo, keby... Možno by som medicínu skončila a nemala nikdy deti. Matka Tereza vravela: „Robte malé veci s veľkou láskou“ a to sa učím v materstve a manželstve.

Veľmi sa mi vryli do srdca slová českého kňaza Štěpána Smolena: „Buď, kde jsi.“ Keď som bola študentka, bola som študentka. Keď som sa stala matkou, som matkou. Pri deťoch som od ich narodenia a je to krásny spoločný čas. Nepoznajú škôlku, zato niekedy skáčeme spolu do mláky, či plávame a bicyklujeme. Ideme do lesa na hríby, na sv. omšu, na nákupy a tešíme sa z každého dňa.

Dôležitá bola a je pre nás s manželom čistota, či už predmanželská a teraz aj manželská. A Boh nám zjavuje, že je Boh zázrakov a život s ním je veľké dobrodružstvo. Je to jediné opravdivé dobrodružstvo, čo stojí za to.

Je pre nás veľkou slobodou svoje manželstvo prežívať so symptotermálnou metódou. Pri každom manželskom objatí počítať s tým, že ak to bude Božia vôľa, môže nám darovať dieťatko. Má to hlavne pre mňa hlboký význam a dáva mi to obrovský zmysel. V manželstve nám to dáva hlbokú radosť a jednotu. Život je veľký dar, je to zázrak nad zázraky a ja neprestávam nad každým zrozením života žasnúť.

Určitým spôsobom sa nespĺnila moja túžba byť lekárkou, ale cítim, že Boh mi dal omnoho viac, než som bola schopná prosiť. Len on sám vie, prečo bola naša cesta takáto. Pre nás je dôležité len to, aby sme dokázali plniť jeho vôľu a dôverovať mu.



Nič nie je v živote dôležitejšie ako láska: láska v rodine, v spoločnosti, v krajine a na celom svete.

Na mojej obrazovke počítača je tento obraz. Je jedno, koľko si tam dosadíme detí. Asi sa od nás všetkých neočakáva mať šesť alebo viac detí. Snažme sa len plniť Božiu vôľu a celým srdcom Bohu dôverovať.

Katka a Peťo

PPR? Tak toto nie!

Mária Schindlerová

Som si istá, že mnohí si pri pohľade na obrázok pripojený k predošlému článku povedia:

Tak toto nie! Je síce pekné, čo pani píše, že je spokojná a šťastná, ale ak má byť toto PPR, symptotermálna či aká metóda, tak ďakujem pekne: spávať v chlieve alebo kurníku, natlačení s deťmi v jednej miestnosti, dokonca v jednej posteli... otrhaní, aby nám zatekalo do domu... Veď to je nakoniec častotak: kto ešte dnes verí prirodzeným metódam, dopadne rovnako. Bez vzdelania, s kopou detí, ktorým nemôže dať, čo potrebujú... a ešte sa tým chváli?

No prv ako sa stotožníme s takýmto postojom, zastavme sa na chvíľočku.

Obrázok nechce propagovať neporiadok, biedu a nezodpovednosť. Autor v ňom vystihol niečo iné: spokojnosť. Napriek všetkým okolnostiam je rodinka na obrázku spokojná. Dokonca všetci spia. Naraz, spolu. Deti pri rodičoch, majú ich na dosah. Sú prítomní. Napriek chudobe nie sú frustrovaní a nespokojní.

Myslím, že autor obrázka chcel ukázať súdržnosť rodiny v podmienkach, ktoré nie sú dobré či vhodné – a že v akejkoľvek situácii je láska, ktorá drží rodinu pokope, viac ako čokoľvek z toho hmotného.

Iste, obrázok je „preexponovaný“ – veď nikto z nás si neplánuje mať v jednej izbe a jednej posteli deti, rodičov aj zvieratá. Ale o to tu nejde.

Ide o niečo hlbšie, o niečo viac. Neznamená to stotožniť sa s akousi pasivitou: pri PPR aj tak vždy niečo zlyhá – metóda alebo človek, čo už, budeme mať deti jedno po druhom a nejako bude, hlavne sa majme radi.

Pisateľka z predošlého článku nie je nahnevaná, že PPR „nevyšlo“ (nevieme, prečo otehotneli prvý raz neplánovane, hoci sa snažili po kurze praktizovať STM). Ale o to nejde. Svojím svedectvom nám chce povedať, že plánovanie nie je v PPR tým najdôležitejším. Nejde to o to, aby sme mali všetko pevne v rukách – i keď sa snažíme a je dobré byť zodpovední. Oni plánovali a život ich postavil pred iné výzvy. A dnes vidí, že dostali viac, ako by si sami vedeli predstaviť.

Niekedy naozaj až s odstupom času vidíme, že Boh má vždy pre nás nový štart. Možno zistíme, že sme neplánovane otehotneli – nech to už bolo objektívnou „chybou“ alebo nie, veríme, že dieťa nikdy nie je chybou. Od chvíle, ako Boh dal „svoju pečiatku“ na nový život, dáva nám všetko potrebné, aby sme ho milovali a mohli dobre vychovať. Neznamená to, že nám vezme starosti, ktoré zodpovednosť za rodinu prináša. Ale dá nám silu byť spokojní, milovať a vytvoriť milujúcu rodinu.

Naša láska, pohoda, spokojnosť... totiž nezávisí od materiálnych podmienok, ani od dosiahnutého vzdelania, ani od toho, či sa naplnili naše plány a predstavy. Iste každý z nás pozná rodiny, ktoré majú dostatok, a predsa u nich nevládne láska. Nie je tam „dobré“. A ani viacdetná rodina neznamená automaticky, že deti sa budú vedieť podeliť a že budú súdržní, že tam bude láska.

Vnútorňá spokojnosť pramení z odovzdanosti – čo znamená prijať aj zmenu vlastných (dobrých, pekných) plánov. A konkrétne pri PPR nebudeme šťastní a spokojní, ak nám pôjde len o dosiahnutie toho plánovania, len o to, mať všetko vo svojich rukách. Ide o to, aby sme vedeli seba aj svoje plány vložiť do Božích rúk.

Pozrime sa ešte raz na ten obrázok. Boh je s nami a chce nás naplniť svojou láskou. Či žijeme v chudobe alebo dostatku, dôverujme mu. Veď náš cieľ nie je len tento život. Kristus vstal z mŕtvych a pripravil nám miesto. Naš cieľ je prísť k nemu – a nie sami!

Statutární zasedání Rady LPP ČR

Zasedání rady LPP proběhne

v neděli 17. června 2019

v 11.00 hodin

v Diecézním centru života mládeže Vesmír

Jedlová 266

517 91 Deštné v Orlických horách.

Zasedání je otevřeno všem členům LPP.

Je možné přijet už na mši sv., která začíná v 9.30

v kostele sv. Máří Magdaleny v Deštném.

Pokud se chystáte a včas se ozvete na lpp@lpp.cz,

můžeme zajistit i oběd. :-)

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. Ústředí: manželé Jitka a Miroslav Novákové, Milhostice 6, 257 91 Červený Újezd, tel.: 312 686 642, e-mail: lpp@lpp.cz, internet: www.lpp.cz. Číslo účtu: 280 137 0422/2010; Minimální členský příspěvek je 150Kč /12,- € ročně. Ústredie LPP v SR: manželka Jozef a Simona Predáčovci, Slovenskej armády 15, 953 01 Zlaté Moravce tel.: 0908 722 055, e-mail: lpp@lpp.sk, internet: 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.