

rozšířené vydání, červen/jún 2020

Noviny z rodiny

140.

číslo členského bulletinu Ligy pár páru



Učíme dál

Ondřej a Eliška Žákovi

Doba koronavirová přinesla mnoho výzev do našich životů. Trávili jsme více času v rodinách, bylo potřeba řešit domácí školu, různé profese si musely najít způsob, jak přežít, jak využít svých dovedností, aby podpořily boj proti koronaviru či jen obohatily přísnými opatřeními ořezaný kulturní a společenský život. Také české i slovenské Lize přinesla tato doba jednu zásadní výzvu – jak dál předávat umění PPR, když není možné uspořádat standardní kurz, dokonce ani v rodinách.

Nabídka různých online kurzů byla inspirací i pro nás, abychom se intenzivněji zaměřili na využití online prostoru. Těžší to však bylo s realizací. První vlašťovkou byla videoprezentace přednášky pro přípravu snoubenců, kterou natočila slovenská Liga v druhé polovině dubna.

Hlavní otázkou však zůstávalo, jak uchopit kurzy PPR v době stále platných opatření proti šíření koronaviru. V české i slovenské Lize jsme se vydali cestou skupinových videokonferencí, jejichž výhodou je, že při nich může docházet k přímé interakci mezi účastníky kurzu a lektory. Český a slovenský přístup se ale trochu liší.

V české Lize využíváme v rámci videokonference online učebnu. Ta přináší účastníkům kurzu možnosti, jak si ověřit své znalosti, komunikovat s lektory či procházet doplňkové studijní materiály, a to vše na jednom místě.

Na Slovensku ještě online učebna není připravena, takže k procvičování poznatků se zatím využívá cvičná příručka a konzultace s lektory kurzu. Dále se pracuje na tom, aby v budoucnu mohla být vzdělávací část setkání realizovaná formou videoprezentace.

Vzhledem k tomu, že udržení koncentrace při sledování online prezentace je mnohem náročnější než naživo, rozhodli jsme se kurz rozdělit na šest setkání místo běžných čtyř. Jedno setkání tak trvá přibližně 90 minut. K výuce

využíváme klasické prezentace, které byly pouze rozděleny do jiného počtu setkání. Obsah kurzu však zůstává kompletní.

Po delší odmlce tedy už v polovině května začaly dva online kurzy. Práce je to náročná, ale jsme rádi, že tak můžeme vyjít vstříc těm, kteří například z důvodu brzké svatby nemohou čekat, až se kurzy opět rozjedou v prezenční podobě. Jen nám, lektorům, velmi chybí osobní setkání s jednotlivými účastníky.

I když prezenční kurzy a osobní setkání považujeme za nejlepší způsob, jak přirozené metody předávat dál a doufáme, že po prázdninách v nich budeme moci pokračovat, počítáme s tím, že i v budoucnu bude možné využít tento způsob výuky na dálku pro ty, pro které nebude osobní účast na kurzu z různých důvodů možná.

Most, ktorý spojil naše rozdielne svety...

... bol postavený zo vzájomnej úcty a túžby poznať pravdu

Zuzka Holosová

Naše cesty sa napriek rozdielnosti prostredí, z ktorých pochádzame, spojili. A možno práve to vnieslo do nášho života novú hodnotu a inú optiku, akou sme sa doposiaľ obaja pozerali na svet. Ja pochádzam z liberálnej rodiny, kde bolo všetko dovolené. Nediskutovalo sa o ničom. Deti si mohli predsa všetko nájsť v časopisoch... Kresťanstvo v rodine bolo o občasnom nedeľnom chodení do kostola. To znamená, že hodnoty vyplývajúce z neho nemali absolútne žiadne miesto v živote rodiny. Skôr to bolo pociťované ako príťaž. Veď nech má stará mama radosť. A keď sa v kostole v nedeľu sedelo, tú radosť mala.... Ostatné veci neprekážali, hlavne, že sa sedí... A ľudia videli, že sa chodí do kostola. To bolo „najdôležitejšie“. Tak som aj ja pociťovala a vnímala celé kresťanstvo. Niečo ma tam vždy ťahalo, ale často, pozorujúc pokrytectvo v rodine, nemala som chuť hľadať. Hľadať zmysel a naplnenie života.

Boh ma nasmeroval na cestu viery prostredníctvom mojich úžasných spolužiačok. Boli to evanjeličky, ktoré každoročne chodievali na Campfest. Zavolali ma a ja som išla. Cítila som záujem, ochotu počúvať a prijať. Tam som prvýkrát zistila, že kresťanstvo nie je len o starých mamách v kostole... Smejem sa, keď si spomínam, ako som tam prvýkrát prišla. Bola som ako Alica v krajine zázrakov. Doslova! A som im vďačná dodnes, že boli mojím odrazovým mostíkom na ceste, ktorú pre mňa pripravil Boh.

Počas vysokej školy som pre ťažké rodinné prostredie hľadala útočisko v Centre univerzitnej pastorácie. Hľadala som najmä pokoj, miesto, kde by som mohla premýšľať, hľadať, pýtať sa, diskutovať, byť sama sebou. Našla som tam oveľa viac, ako som čakala... Božia láska sa pretavila do tej ľudskej v podobe môjho budúceho manžela Paľka.

Paľko pochádza z „pravej“ katolíckej rodiny. V mnohých otázkach mal jasno. Bol pre mňa akýmsi vzorom, čo sa týkalo vzťahu s Bohom. Bol milý, úprimný, na nič sa nehral. Na začiatku som mu závidela, že dostal milosť viery tak „lacno“. Neskôr mi porozprával, že jeho cesta tiež nebola jednoduchá. O mnohých veciach sa v jeho rodine nerozprávalo. Mnohé veci boli jednostranné, svet neveriacich ľudí príliš hriešny a často sa pripomínali nástrahy vzťahu s dievčaťom.

Naše začiatky boli teda dosť kostrbaté. Báli sme sa zdôveriť jeden druhému, báli sme sa povedať si o sebe viac, v mnohom sme si nerozumeli. Napriek tomu Boh medzi nami vybudoval, síce veľmi opatrne, ale isto, pevný most. Už sme sa nebáli prejsť jeden k druhému na druhú stranu mosta. Chodili sme spolu rok a pol, potom sme sa zasnúbili. Náš snúbenecký čas bol zároveň aj našou skúškou, keďže som odišla na pol roka študovať do Poľska. Zistili sme však, že tento čas odlúčenia nás ešte viac zomkol a tešili sme sa na spoločnú budúcnosť.

Ešte ako snúbenci sme sa veľmi veľa rozprávali o našej budúcnosti, o svojich predstavách, túžbach. Čítali sme a hľadali odpovede na naše otázky. Vnímali sme, že je nesmierne dôležité spoznať hodnoty, názory a očakávania toho druhého. Vždy sme si vážili a vážime jeden na druhom, že o všetkom spoločne diskutujeme. Nechceli sme a nechceme, aby niečo bolo nedopovedané, nevyriešené. Tak to bolo i v prípade otázok o našej budúcej rodine a intímnom živote. Obaja sme, samozrejme, túžili po rodine, ale vedeli sme, že nie všetko bude jednoduché vzhľadom na zdravotné problémy, ktoré ma sprevádzali už od detstva. Naše obavy sme zverili Bohu. Veľmi nás povzbudil text z pastorálnej konštitúcie *Gaudium et spes*: „...manželia nech sa stavajú k rodičovstvu a vychovávaníu svojich detí zodpovedne, nech si v spoločnej zhode a spoločným úsilím utvoria správny úsudok. Pritom nech prizierajú jednak na svoje vlastné dobro a jednak na dobro svojich detí, čo sa už narodili alebo prichádzajú do úvahy v budúcnosti. Ďalej nech si všímajú materiálne i duchovné podmienky doby a životnej úrovne, a napokon nech berú do úvahy dobro celej rodiny.“

Tešili sme sa na našu spoločnú budúcnosť, berúc do úvahy všetko, dobré i zlé.

Prihlásili sme sa na predmanželskú prípravu k dominikánom, ktorí v Centre univerzitnej pastorácie vo Zvolene každoročne pripravujú pre snúbencov cyklus prednášok a diskusií. Práve v ten rok sme boli jediným snúbeneckým párom, preto sa tento cyklus prednášok neuskutočnil. Absolvovali sme stretnutia s pátrom Lukášom, ktorý nás veľmi dobre poznal, takže predmanželská príprava bola pre nás doslova šitá na mieru. © Sme mu vďační za čas, ktorý nám venoval, a za to, že k nám vždy pristupoval nielen ako kňaz, ale aj ako priateľ. Od neho sme dostali kontakt na manželov Predáčovcov.

Ozvali sme sa im, či by sme sa mohli prihlásiť na jeden z ich kurzov. Keďže v tom období nemali plánovaný kurz, navrhli nám, aby sme prišli k nim domov. Ich úžasné prijatie bolo pre nás začiatkom našej cesty s LPP.☺ Nikdy nezaбудneme na ich bezprostrednosť, otvorenosť a láskavosť, s akou sa s nami rozprávali. Čo nás neskutočne zasiahlo, v pozitívnom slova zmysle, bol ich vzťah. Vzťah založený na dôvere, láske, úprimnosti. Vzťah, v ktorom muž pozná cyklus svojej manželky a citlivo pristupuje ku všetkým jeho zmenám.

Po tejto návšteve sme sa ešte intenzívnejšie rozprávali o plánovanom rodičovstve, symptotermálnych metódach, plodnosti a o tom, ako spoločne budeme zveľaďovať tento dar, ktorý nám Boh ponúka prostredníctvom manželského života. Spoločne sme preštudovali príručku a ostatné materiály, ktoré sme dostali k dispozícii.

Boli sme vďační, že tieto témy sme otvorili ešte pred vyslúžením sviatosti manželstva. Mali sme tak čas všetko prebrať, porozprávať sa o tom a v neposlednom rade si začať zaznamenávať cykly, aby sme lepšie chápali to, o čom sme si prečítali. Obaja sme cítili zodpovednosť... vo vzťahu k Bohu, k jeden druhému a takisto k našej budúcej rodine.

Ďakujeme Bohu, že nás zaviedol na cestu LPP. Ďakujeme Predáčovcom, s ktorými to neskončilo len pri jednej návšteve.☺ Ďakujeme, že nás motivovali, aby sme sa stali lektorským párom. A veru, dlhšie sme hľadali dôvody, prečo sa to teraz nedá... A asi by sa tie dôvody hľadali dodnes... Pretože vždy toho bolo a je veľa, vždy sú a budú ďalšie povinnosti, iné záujmy, problémy, životné okolnosti, ktoré nám môžu prísť do cesty. Otázkou je, či niečo skutočne chceme, alebo nie. Žiť manželský život v súlade s Božím plánom a zároveň ho stavať a zveľaďovať vďaka láske, ktorá plynie z poznania jeden druhého, je úžasná vec. Je úžasné vedieť, že manžel rozumie cyklu svojej manželky, že sa navzájom rešpektujú a manželskú lásku so vzájomným sebadarováním vnímajú ako veľký Boží dar.

Vždy som túžila pracovať s deťmi, mladými ľuďmi, čo sa mi vo veľkej miere splnilo pri mojom povolání učiteľky. Ale túžba odovzdávať to, čo sme dostali i my prostredníctvom manželov Predáčovcov, bola silnejšia ako nedostatok času. Niekedy to vyzeralo u nás kadejako.☺ Silnú motiváciu sme cítili vďaka snúbencom, s ktorými sme mali niekoľko stretnutí v rámci ich predmanželskej prípravy. Tieto stretnutia boli pre nás na jednej strane časovo náročné, no na druhej strane nesmierne obohacujúce a podnetné. Uvedomili sme si potrebu takýchto stretnutí, počas ktorých máme možnosť nielen rozprávať, ale i počúvať. Chceme sa stretávať so snúbencami, s manželmi, mladými či staršími, so všetkými, ktorí takisto majú chuť hľadať. Hľadať krásu, zmysel a naplnenie manželstva v súlade s Božím plánom.

„Manželský život je darom, táto skutočnosť sa stáva najzjavnejšou, keď sa manželia dávajú jeden druhému v láske a toto vzájomné stretnutie ich robí jedným telom.“

Ján Pavol II.

Nový lektorský pár LPP – manželia Pavol a Zuzka Holosovci

S radosťou oznamujeme, že po úspešnom zvládnutí odborného vzdelávania ukončenom záverečným osobným pohovorom (pre koronavírus absolvovanom po prvýkrát prostredníctvom online videokonferencie) získali certifikát lektorov STM Ligy pár páru manželia Pavol a Zuzka Holosovci z Budče pri Zvolene.

Zuzka je učiteľka, ktorá miluje prácu s deťmi, a Paľko, ktorého vždy fascinovali stroje, je vývojový inžinier. Majú dve detičky – osemročného Sebastiánka a ročného Krištofka. V júni tohto roka oslávia 11. výročie spoločného manželského života. O svojej ceste k LPP hovoria, že bola náročná, ale zároveň veľmi krásna.

Tešíme sa z ich nadšenia pre PPR a túžby pomáhať aj ďalším párom hľadať krásu, zmysel a napĺňanie manželstva v súlade s Božím plánom, tak ako to uviedli vo svojom svedectve. Za všetky lektorské páry zo Slovenska aj Čiech im vyprosujeme potrebné milosti a vytrvalosť pri tejto službe.



*Redakčná poznámka/pozvánka: Tešíme sa, že rady aktívne slúžiacich lektorov sa rozrástli. Momentálne je nás aj s certifikovanými poradkyňami na Slovensku 17 a školia sa ďalšie dva manželské páry a jedna pani. Vzhľadom na narastajúci počet pozvaní, ktoré do ústredia Ligy prichádzajú, je tento počet pre Slovensko nedostačujúci. Týka sa to najmä **Bratislavy, Žiliny, Rožňavy** (a celkovo južných oblastí Slovenska). Spolu s evanjelistom sv. Markom môžeme hovoriť: „Žatva je veľká, ale robotníkov málo.“ My aj naďalej prosíme Pána žatvy, aby poslal robotníkov na svoju žatvu. **Možno sa modlíme práve za Vás.** Ozvite sa nám. :)*

Jak funguje hlen děložního čípku

Kristýna Kolčavová

Každý uživatel STM si jistě vzpomene, jaké to bylo, když poprvé slyšel nebo četl o měření bazální teploty a sledování cervikálního hlenu. Teplota určitě byla jasně pochopitelná a nebyl s ní žádný problém, ale hlen, to je jiná. Obrázky hrudkovitého, lepkavého nebo i tažného hlenu nejspíš nebyly nejlepším estetickým zážitkem dne. Jistě se najde plno lidí, kteří ani po bližším seznámení nechovají ke hlenu zrovna náklonnost a pořád fandí v pomyslném souboji symptomů bazální teplotě. A přitom je hlen naprosto fascinující. Člověk může jen žasnout nad tím, jak důmyslně jsme stvořeni. Jak důležitá je i zdánlivě odpudivá záležitost a kolik má funkcí.

Cervikální hlen je produkován hlenotvornými žlázkami, tzv. kryptami, které se nacházejí ve sliznici děložního čípku. Těchto krypt je ve skutečnosti několik typů, každý z nich reaguje na ženské pohlavní hormony jinak a tvoří jiný druh hlenu. Na výskyt progesteronu reagují žlázy uložené nejnižše. Tyto tvoří hlen G (gestagenový). Hlen G je hustý, lepkavý a kalný a má za úkol ucpávat děložní čípek a chránit tak dělohu a další orgány před infekcí, a také před vstupem spermií. Většinou z čípku vůbec nevytéká a v době jeho výskytu žena pozoruje sucho. Tento hlen je produkován v neplodných obdobích, tedy na začátku cyklu, poté znovu po ovulaci, ale také během těhotenství.

Plodné období cyklu je řízeno estrogeny. Pod jejich vlivem pracují krypty uložené výše nad žlázkami, které produkovaly v neplodném období hlen G. Již při nízkých hladinách estrogenů několik dní před ovulací začínají pracovat žlázy umístěné ve středu čípku, které vytvářejí hlen L. Tento hlen nahrazuje zcela neplodný typ hlenu G a je první známkou postupně se chystající ovulace. Je jemnější a postupně se stává více elastickým a průhledným. Díky svým vlastnostem je tento hlen schopný selektovat poškozené spermie. Tvoří hustou síť, která zachytává spermie s jakýmkoli defektem a umožní projít dál jen těm nejkvalitnějším.

Spolu s blížící se ovulací stoupá hladina estrogenů v krvi. Na vyšší hladinu reagují další krypty umístěné ve středu čípku a k hlenu L se připojuje hlen typu S. Obsahuje až 98 % vody, je tedy velmi řídký, čirý a tažný. Jeho speciální schopností je jímání spermií a jejich doprava do dělohy. Spolupráce obou typů hlenu vypadá tak, že spermie, které prošly sítí hlenu L, jímá hlen S a vede je po cestičkách ohraničených L hlenem dále do dělohy. Přímou do dělohy je ve skutečnosti doveden jen zlomek spermií, většina z nich skončí v kryptách produkujících hlen S. Zde se vytvoří jakýsi rezervoár, kde mají spermie prostor být vyživovány a dozrávat, než se průměrně po 18 hodinách až dvou dnech vydají dále

na cestu do děložní dutiny a dále do vejcovodů, kde se případně mohou potkat s vajíčkem.

V nejvyšší části čípku bychom našli další druh hlenotvorných krypt. Tyto jsou aktivní jen okolo vrcholu hlenu a tvoří hlen P (peak – vrcholový). Hlenu P bývá vytvořeno jen velmi malé množství. Je o něco méně tažný než hlen S a má se za to, že v nejvyšší části děložního čípku tvoří další filtr, který propustí dále jen ty skutečně nejkvalitnější spermie. Kromě popsaných typů hlenu známe ještě hlen F. Ten nemá žádné zvláštní vlastnosti, tvoří patrně v celkové směsi všech druhů hlenu jakousi výplň.

Po zamyslení nás vlastně funkce hlenu a jeho uspořádání ani nemusí překvapit. V neplodném období nás chrání před jakýmkoli nebezpečím zvenčí, během období plodnosti vybírá jen to nejlepší, pečuje o spermie, vyživuje je, umožňuje jim dozrát a cestovat. A tak můžeme při sledování hlenu kromě zaznamenání jeho množství a kvality žasnout nad tím, jak jsme stvořeni ke zdraví a předávání života.

Zdroje:

MENÁRGUEZ, Micaelá, Erik ODEBLAD a Helvia TEMPRANO, 2018. The biology of the cervix: biophysical and biochemical aspects: A general review. Fides et ratio [online]. 9(3(35), 139-151 [cit. 2019-11-21]. ISSN 2082-7067. Dostupné z: <https://bit.ly/3dtGXj8>

WILSON, Mercedes Arzú, 2018. Natural, Scientific, and Highly Effective Treatment for Infertility. Catholic Social Science Review [online]. 23(1), 265-312 [cit. 2019-11-23]. ISSN 10910905. Dostupné z: <https://bit.ly/2XqSx1K>

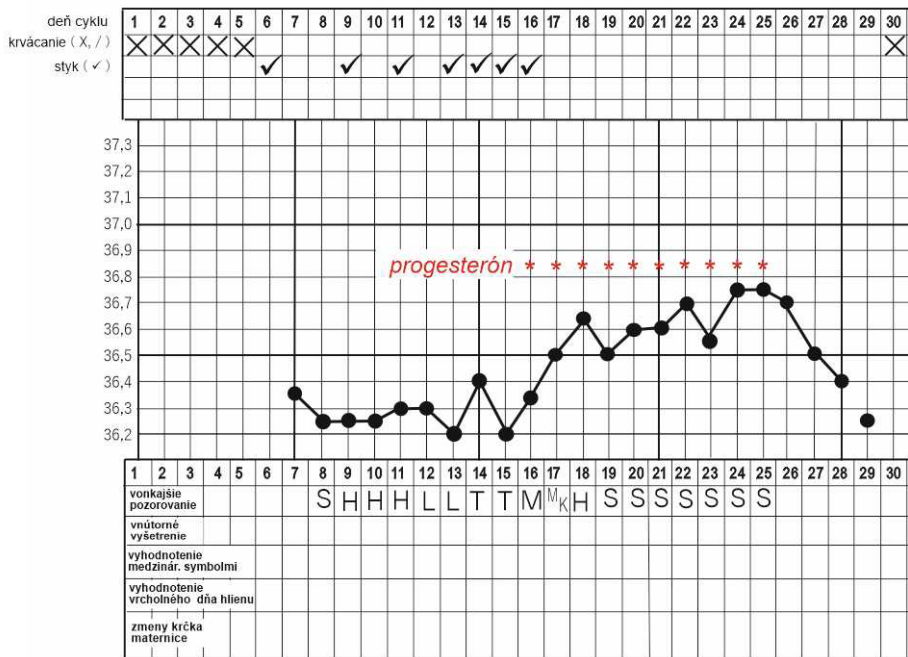
Progesterónom k vytúženému tehotenstvu?

Áno, avšak len vtedy, keď nie je užívaný predčasne!

Simona a Jozef Predáčovci

Správne pochopená a naučená symptotermálna metóda pomáha párom, ktoré ju používajú, dobre čítať priebeh menštruačného cyklu. Ocenia to tie páry, ktoré chcú tehotenstvu predchádzať, ale aj tie, ktoré sa oň doposiaľ neúspešne snažia.

Nasledovný záznam nám ukázali po skončení stretnutia zameraného na využitie STM pri snahe o dosiahnutie tehotenstva manželia, ktorí patrili do tej druhej skupiny ľudí. Keď nás počuli hovoriť o mýte 28-dňového cyklu a jeho možných dôsledkoch, uvedomili si, že pravdepodobne ide aj o ich prípad. A nemýlili sa.



Žena mala cykly zvyčajne v dĺžke 28–34 dní a mávala výrazný predmenštruačný syndróm. Po cca jeden a pol roku neúspešného snaženia o počatie vyhľadali lekársku pomoc. Lekárka zistila, v čom je možná príčina problému, a predpísala žene užívanie progesterónu: od 16. dňa cyklu dve tabletky denne, po dobu desať dní.

Progesterón je hormón, ktorý produkuje telo ženy (žlté teliesko) po ovulácii a je dôležitý pre dobrý začiatok a celkovo dobrý priebeh tehotenstva. Ak sa neprodukuje v dostatočnom množstve (hovoríme o nedostatočnosti luteálnej fázy), lekár predpíše užívanie progesterónu, zvyčajne od 16. dňa cyklu. A práve toto môže byť problém. Progesterón by sa mal začať užívať až PO OVULÁCII, pretože nie každá žena má ovuláciu na 14. deň cyklu, ako aj v tomto prípade lekár automaticky predpokladal. Užívanie progesterónu pred ovuláciou môže totiž fungovať presne opačne: ako prostriedok na zabránenie ovulácie. Na tomto princípe funguje gestagénová hormonálna antikoncepcia. V zázname, ktorý vidíme, do 16. dňa cyklu nenastal trvalý vzostup bazálnej teploty ani vysychanie hlienu krčka maternice, čo sú sprievodné javy prebehnutej ovulácie. Žena teda začala užívať progesterón príliš skoro.

V nasledovnom cykle už neposlúchla odporúčanie svojej gynekologičky a progesterón začala užívať až po troch dňoch trvalého teplotného vzostupu sprevádzanom tromi dňami vysychania hlienu. V telefonáte po cca dvoch me-

siacoch sa s nami podelila o radostnú správu, že Boh ich manželstvo požehnal darom nového života.

So situáciou, ktorú sme vyššie uviedli, sa nestretávame iba ojedinele. Je typickým príkladom aplikácie mýtu 28-dňového cyklu. Ten počíta s tým, že každý cyklus má 28 dní a k ovulácii prichádza na 14. deň cyklu. Každá odchýlka od tohto predpokladu potom prináša viac alebo menej chybné uzávery. Predpoklad 28-dňového cyklu je aj základom Naegelovho pravidla na výpočet dátumu pôrodu, ktoré gynekológovia štandardne používajú. Vychádza z dátumu poslednej menštruácie a predpokladá, že k počatiu prichádza dva týždne po poslednej menštruácii (kedy v 28-dňovom cykle prebehne ovulácia). Ak žena počne v dlhom cykle (čiže k ovulácii príde neskôr ako na 14. deň), tak pravidlo nesprávne určí skorší dátum pôrodu, ako by mal reálne nastať. To môže na konci tehotenstva viesť k mylnému záveru, že žena „prenáša“, a následne aj k zbytočnému vyvolávaniu pôrodu. Okrem toho sa nepresné určenie začiatku tehotenstva podpisuje pod nesprávne termíny niektorých vyšetrení v tehotenstve, čo spôsobí skreslenie výsledkov, a tým často aj obavu, že dieťaťko, ktoré nosí pod srdcom sa dostatočne nevyvíja.

Mýtus 28-dňového cyklu môže byť aj za zlými výsledkami hormonálneho profilu, neefektívnou liečbou nepravidelného cyklu, resp. nesprávnym začatím užívania progesterónu pri snahe pomôcť k úspešnému tehotenstvu, ako bolo ilustrované vyššie.

Venovať čas a námahu porozumeniu menštruačného cyklu a fungovaniu ľudskej plodnosti je vždy dobrou investíciou!

PPR jako životní styl 5

Manželský slib a řeč těla

Jitka a Mirek Novákovi

„Člověk nemůže žít bez lásky. Je sám sobě nepochopitelnou bytostí a jeho životu chybí smysl, nepozná-li lásku, nesetká-li se s ní, nezakusí-li ji, neosvojí-li si ji a nemá-li na ní živou účast.“ (Redemptor hominis, 10)

Rodina je první školou lásky, které se nám dostává... od prvních okamžiků svého života by dítě mělo zakoušet bezpodmínečnou lásku matky a otce. Pokud se ve svém životě setká s láskou, může si ji postupně osvojovat, učit se na ni odpovídat – úsměvem, pomocí, tím, že dokáže občas zapomenout na sebe a ustoupit, rozdělit se se sourozenci...

Každý člověk má během svého dospívání (a samozřejmě i později) bezpočet příležitostí k tomu, aby se učil milovat. Postupně objevuje, že celý jeho život, on sám, se má stát DAREM. Dozrává pro celoživotní definitivní rozhodnu-

tí... z lásky darovat celý svůj život Bohu a druhým lidem v zasvěceném životě nebo v manželství.

Manželství tedy není něco, co „zbylo“ na ty, kteří „nemají povolání“ (k zasvěcenému životu). Bůh povolává každého člověka, zve každého z nás, aby se vydal na cestu, jejímž cílem je nebe. Otázka není, jestli mám nebo nemám povolání... otázkou je, jestli jsem ochoten Bohu naslouchat, abych jeho volání vůbec mohl zaslechnout, a jak na toto Boží povolání odpovím...

Dnes mnoha mladým lidem chybí odvaha říci definitivní ANO. Možná i proto, že často v jejich okolí chybí vzory – pokušení nechat si otevřená zadní vrátka, mít „plán B“ je velmi silné. Církev nám ale připomíná to, o čem mluvil Ježíš: „člověk může sám sebe plně nalézt jen v upřímném darování sebe samého.“ (*Gaudium et spes*, 24). Pokud pšeničné zrnko nebude zaseto a neodumře v půdě, nemůže vydat úrodu. Zachrání sice samo sebe, ale zůstane osamělé a neplodné (srv. Jan 12,24). Jen láska, která se daruje, může přinést plody. Život bez lásky, zaměřený na vlastní seberealizaci, je prázdný, neplodný a osamělý.

Mnohé z nás Bůh povolal do manželství. Rozumíme skutečně povolání, kterého se nám dostalo? Je dobré znovu se zadívat do ráje na Boží plán s mužem a ženou...

Tři otázky kněze bezprostředně předcházející uzavření manželství jako by se odvolávaly na povolání člověka učit se „milovat, jako miluje Bůh“, milovat láskou která je svobodná, upřímná, věrná a plodná: „... Je toto vaše rozhodnutí svobodné a upřímné? Zavazujete se k tomu opravdu na celý život? Přijmete děti od Pána Boha ochotně a budete je vychovávat podle Božího zákona?“ – Kněz čeká na ujištění snoubenců, že právě touto láskou chtějí milovat jeden druhého.

Slova manželského slibu vyjadřují vzájemný, úplný dar sebe sama a přijetí daru druhé osoby: „Já, ..., ODEVZDÁVÁM SE tobě, ..., a PŘIJÍMÁM TĚ za manžela/manželku. Slibuji, že ti zachovám lásku, úctu a věrnost, že tě nikdy neopustím a že s tebou ponesu všechno dobré i zlé až do smrti. K tomu ať mi pomáhá Bůh.“



Je opravdu možné něco takového slíbit? Je v lidských silách takový slib dodržet? Bez poslední věty by manželský slib pro člověka zasaženého hříchem nebyl uskutečnitelný. Jen důvěra v Boží pomoc může dát snoubencům odvahu darovat se druhému navždy. „Manželství – manželství jako svátost – je smlouva osob uzavřená v lásce. A lásku může prohlubovat a chránit jedině Láska, ta Láska, která je nám ,vylita do srdce skrze Ducha svatého, který nám byl dán.“ (Jan Pavel II., *List rodinám*)

„Prijímám ťe a odevzdávám se ti“ – to, čo zazníva ve slovech manželského sľubu, vyjadrujú manželé „reči teľa“ ve chvíli intimného spojení. Ano, naše teľa majú možnosť „promlúvať“. Úsměvem, pohľadom alebo drobným gestom dokážeme často vyjadriť viac než mnoha slovy. Je úžasné, že naše teľa má schopnosť vyjadriť i úplné a definitívne odevzdanie se a prijatie druhej osoby. Tyto chvíle jsou potvrzením a obnovou manželského sľubu beze slov. Uvedomujeme si závažnosť a hĺbku toho, čo se v týchto okamžikoch medzi manželmi odehráva? Není náhodou, že práve v tuto chvíli manželé môžu prijímať ďalší dar: dar nového života.

Je potreba, aby som si byli vedomi ešte jednej dôležitej veci: manželé sami nejsou autory „reči teľa“, tím je Bůh. Je dôležité znáť a rešpektovať pravdu stanovenou Stvořiteľom, jinak se „reč teľa“ stane ľži. Miesto toho, aby vzťah pomáhal budovať, začne bořit.

Pravda „reči teľa“ se tedy stává měřítkem toho, čo je v oblasti sexuality správne a dobré. Toto kritérium „pravdivosti“ nám pomáha chápať, čo je špatného na rôznych formách sexuálneho chováni (masturbace, pornografie, mimomanželský sex, použitie antikoncepcie...). *„Jestliže lidská bytost – muž a žena... dáva svému chováni význam shodný se základní pravdou řeči teľa, pak také ona sama, je v pravdě. V opačném případě se dopouští ľži a falšuje reč teľa.“ (Teologie teľa, str. 483)*

Dekalóg pokoja V.

Zuzana Košťálová

*Iba dnes budem desať minút venovať dobrému čítaniu;
ako je potrava nevyhnutná pre život teľa,
tak je dobré čítanie potrebné pre život duše.*

Včera sme mali druhé stretnutie kurzu STM. Boli na ňom len ženy. Taká babská jazda. Možno práve preto, že muži ostali s deťmi, sa neponáhľali domov. V otvorenom rozhovore sme riešili veľa otázok, ktoré ich zaujímali. Navrhla som im, aby si prečítali aj niektoré hodnotné knihy, ktoré ponúka Liga. Vtedy začali takmer všetky negatívne krútiť hlavou. Chýba čas!

Naozaj, čas nám vždy chýba. Mužom i ženám. Neraz sa nám zdá, že deň má akosi málo hodín. Po návrate domov som si spomínala na časy, keď boli moje deti malé. Ako som túto situáciu riešila ja? Čítanie mi chýbalo, lebo mám veľmi rada knihy. Hlavne duchovné a zmysluplné, zväčša životopisy svätých, ale aj iných zaujímavých ľudí. Čítam ich život a rozmyšľam. Vždy ma niečím inšpirujú, povzbudia, ukážu nový pohľad na životnú situáciu. Najradšej som mala kočíkovanie. Vtedy sa dalo úžasne čítať. Samozrejme, nie vždy. Občas som musela aj nakúpiť, ale pokiaľ som mohla, vyhľadávala som tiché miesta niekde pri potoku a čítala. V každom ročnom období, keď bolo teplo, aj keď mrzlo. Jasné, že to bolo

iba vtedy, keď som bola sama. Deti boli často na ZUŠ a ja som ich čakala s kočkom vonku. A koľko kníh sme prečítali doma doobeda, večer pred spaním, pri dojení mladšieho súrodenca, pri sedení na nočníku! Ako to teda urobiť dnes? Je možné zaradiť čítanie do bežného života, keď predovšetkým mamičky majú toľko práce okolo detí a domácnosti? Čo by nám poradil dobrý pápež Ján XXIII.?

„Ako je potrava nevyhnutná pre život tela, tak je dobré čítanie potrebné pre život duše. Dnes budem preto desať minút zo svojho času venovať dobrému čítaniu.“ Angelo usilovne zhromažďoval vedomosti, nikdy mu však nešlo o kvantitu, ale viac o kvalitu. Zdôrazňoval: „Čítať, koľko a len dá, učiť sa, aby som si vytvoril naozaj zdravé a jasné princípy.“ Nie rozsah, ale schopnosť prijímať, nie rozumové poznatky, ale múdrosť srdca bola jeho cieľom. Preto nám radí: „Čítajte málo, ale dobre.“ On sám si vytvoril takýto zvyk: „Každý deň, najmä pred spánkom, čítam dobrú knihu, ktorá mi prinesie duchovný úžitok.“



Naše deti si doteraz rady a veľa čítajú. Už na to nepotrebujú mňa. Len s najmladšou dcérou si nosíme knihy všade. Do prírody, do záhrady, na kúpalisko – všade si chvíľu desať až dvadsať minút čítame. Keď si čítame spolu, môžem jej veľa vecí vysvetliť, aby to lepšie chápala. Prečo to robím? Nevieť. Knihy mi chýbajú, naplňajú ma, povzbudzujú. Oddýchnem si pri nich, načerpám. Pri posteli mám položené moje obľúbené citáty svätej Terezy z Lisieux a listy Gianni a Pietra Mollovcov. Tí ma obzvlášť vždy potešia. Túto knihu som dostala ako vianočný dar od môjho manžela (milé a vzácne prekvapenie) a vždy pri nej spomínam na naše spoznávanie počas chodenia a na prvé roky nášho spoločného života. A keď niekedy nemám čas čítať? Možno som blázon, ale citáty mám nalepené i vnútri kuchynskej linky. Keď mi je ťažko, nejaký si prečítam. Ráno pred odchodom do školy sme si s deťmi vždy po krátkej modlitbe čítali úryvok zo Svätého písma a teraz sa len čudujem, že deti si čítajú Písmo viac ako ja. Dávno ma v tom predbehli a ja mám z toho radosť. Aspoň desať minút si čítať je naozaj dobré. Takto sa pri knihe nachvíľu zastavím, oddýchnem si, načerpám, nájdem pokoj.

Noviny z rodiny LPP vydáva šesťkrát ročne ako členský bulletin spoločne Liga pár páru ČR, z.s. a Liga pár páru v SR. České ústredie: Jitka a Miroslav Novákoví, Milhostice 6, 25791 Červený Újezd, +420312686642, lpp@lpp.cz, www.lpp.cz, číslo účtu: 2801370422/2010. / Slovenské ústredie: Jozef a Simona Predáčovci, Slovenskejarmády 15, 95301 Zlaté Moravce, 0908722055, lpp@lpp.sk, www.lpp.sk, číslo účtu (SR): 2401049920/8330, platba z ČR: 2401049920/2010. Minimálny členský príspevok je 150 Kč / 12 € ročne. Jsme vděční za příspěvky pro práci Ligy. Kurz STM PPR pro manžele a snoubence: 4 setkání po 2½ hodinách, většinou v měsíčních intervalech. Pro aktuální kurzy a informace viz web. Redakční rada: Jitka Nováková, Jozef Predáč, Adam Prentis.