

únor/február 2021  
tematické vydání: Muži a STM

# Noviny z rodiny

144. číslo členského bulletinu Ligy pár páru



## Milujem svoju manželku

Peter Falis

Toto hovorím, ak sa ma niekto pýta na náš vzťah. Čo si však pod tým predstavujem a čo to vlastne obnáša? Pre chlapa je to vyjadrenie súhry vecí: ocenenia, všimania si jeho výkonu pri zabezpečovaní rodiny, pri práci na dome, času venovanom manželke a deťom, reagovanie na jeho otázky, diskusie o tom, čo sa deje vo svete, a túžbe tento svet napraviť. Je to spoločný čas zdieľania viery, modlitby, postrkovania na „úzkej ceste“ k Nemu, o pôste a obete.

Ale to nie je všetko: povedzme si pravdu, vzájomné dávanie sa, milovanie, sex je čerešničkou na torte vzťahu. Chlap ho však niekedy vidí skôr ako pomelo. Teší sa, že vzájomný čas a blízkosť srdiec bude aj blízkosťou tiel. Tešíme sa obaja na rozprávanie o tom, čo je na milovaní krásne, čo nás teší a čo zarmucuje. Ale máme takýto čas? Odpovedá nevesta svojmu ženíchovi? Často sme



Foto: M. Čičmancová

ako muži v strachu opýtať sa, aby sme neboli braní za nechutných a hrubých. Ale my to myslíme z lásky, lebo nám na vás záleží, túžime spoznať, čo cítite vy a naopak! Niekedy nám ale chýba odvaha po tom, čo sme boli zahriaknutí alebo upozornení na nevhodnosť témy. No intimita je prežívanie sviatostnej chvíle splynutia v okamihu, keď dvaja sú jedno.

Poznáme svoje túžby, alebo už je nám to jedno a nepýtame sa navzájom, čo je na milovaní krásne?

Priznávam, že my, chlapi, sa o sexe rozprávame. Nie preto, aby sme sa chválili, ale aby sme sa povzbudili a možno aj pochválili, aké je milovanie a dávanie sa krásne. Aké je úžasné pozývať Ježiša do nášho intímneho spojenia. Aby sme si povedali mnohokrát to, čo si nevieme povedať so svojou milovanou. Mnohokrát sa modlíme a povzbudzujeme navzájom, aby sme vytrvali a snažili sa hľadať čistou cestu k svojej manželke a milovaniu s ňou. Sex je pre nás dôležitý, uznávam, ale pred sexom je vždy osoba našej manželky a jej uspokojenie – a veríme, že u nej je naše uspokojenie. Tešíme sa na noci plné vášne a často fantazírujeme o tom, kam pôjdeme tak, aby sme tam boli iba sami dvaja.

Mal by som sa však opýtať, čo je dôležité – teda kto je dôležitý a ako. Aké sú moje túžby? Aké sú Tvoje túžby? Dajme si challenge, aby sme sa neopustili, milovali tak, ako sme to sľubovali pred Ježišom na začiatku našej cesty – pretože sľub sa týka každej časti nášho života. Naše telo dychtí po vášni v manželstve, po poznávaní a uspokojení pre oboch.

Čo urobíme my muži, aj ja sám, v roku 2021 inak ako po iné roky? Koľkokrát sa budeme (chceme) milovať, ležať spolu vo vášnivom objatí? Čo pre to urobíš Ty, aby sme ostali verní sľubu, ktorý sme si sebe navzájom a Bohu dali?

## Hledání smyslu

*svědectví o PPR v životě jednoho muže\**

Ještě než jsme se s manželkou vzali, měl jsem ohledně sexu velká očekávání, ale i obavy. Na tom, že budeme k plánování rodičovství používat PPR, jsme se shodli. Oba jsme věděli, že je to správná věc, hormonální antikoncepci jsme odmítali. Já jsem si však nedokázal představit 1–2 týdny abstinence v každém cyklu. Žil jsem, jako mnozí další, v domněnání, že čistota patří pouze do života mimo manželství. Svatbu jsem tedy vnímal jako bránu k sexuálnímu životu a zábrany po ní byly pro mě nepříjemné.

Často jsem zkoušel vyzvídat na manželce (tehdejší snoubence), jakou frekvenci sexu si představuje, a pokoušel jsem se naznačit, že já bych chtěl tu frekvenci spíše vyšší. Vlastně jsem měl v sobě předsudek, že sex je více pro muže a žena by měla být svému muži přístupná. Naivně jsem si tehdy myslel, že budu mít chuť každý den a že jakékoliv odkládání bude velmi nepříjemné. Proto se

přeci (samozřejmě mimo jiné) budeme brát, abychom „už mohli“.

Musím se přiznat, že tehdy jsem koketoval i s myšlenkou použití kondomu v plodné době. Zásadní obrat v pohledu na sexualitu jsem zažil až na kurzu STM, při kterém mi došlo několik věcí v plné kráse.

První věc, která mi došla, byla, že pro ženu je prožívání sexuality velmi důležité, i když jinak než pro muže. Že když se žena cítí milovaná, je pro ni sex vyvrcholením a potvrzením lásky. Že prožívání sexu je pro ženu emocionálně podmíněné. Že když chci být se svou ženou, když se s ní chci milovat, musím ji nejprve opravdově, bezpodmínečně a pro ni citelně milovat.

Druhá věc, kterou jsem pochopil, byla, co je vlastně špatné na jakékoliv antikoncepci (tedy i na kondomu). Onen vnitřní rozpor mezi úmyslem a jednáním, mezi slíbeným úplným přijetím a odevzdáním se a konaným odmítáním plodnosti, se mi nejdříve zdál malicherným. Postupně jsem ale začal chápat, že navzdory tomu, že na začátku tyto dvě cesty (PPR a antikoncepce) můžou mít stejný úmysl, třeba i nesobecký, vedou každá jiným směrem. Na rozdíl od PPR, které vede jaksí svou podstatou k větší vzájemné úctě i k větší úctě ke stvoření, antikoncepce nabízí svým uživatelům pokušení k posouvání hranic a k vzájemnému zneužívání. Tím samozřejmě nechci říct, že všichni manželé, kteří používají antikoncepci, se vzájemně zneužívají, v důsledku zmíněného rozporu jsou ale tomuto pokušení daleko více vystaveni (opět samotnou podstatou antikoncepce).

V prvních dvou letech manželství jsme se teprve sžívali. Z několika různých důvodů jsme se rozhodli s plánováním miminka počkat až na pozdější dobu. Později jsme si několikrát kladli otázku, jestli to nebylo sobecké rozhodnutí. Musím však konstatovat, že jsem upřímně přesvědčen, že nebylo. Sžívání bylo náročné a bylo náročné i v sexuální oblasti. Hledali jsme cestu, jak se vzájemně obdarovat, hledali a postupně nalézali, co je správné a dobré a co nikoliv, hledali jsme způsob, jak se vzájemně nezraňovat, učili jsme se o tom všem otevřeně mluvit. To vše bylo náročné a krásné a bylo nám to třeba. I díky tomu jsme pak





mohli zažít to, co bych přál každému, nekonečnou krásu milování s úmyslem a touhou počít miminko.

Jsem bytostně přesvědčen, že kdybychom tehdy volili cestu antikoncepce (byť třeba „jen“ kondomu v plodné době), nikdy nedosáhneme takové harmonie. Vlastně i tak jsme byli v průběhu osmi let manželství několikrát svedeni na cestu sobectví. Ve chvíli, kdy jsme se přestali hlídat a užívali si, jak krásné to může být, když nejsme omezeni PPR (v těhotenství nebo po porodu), začali jsme nenápadně, aniž bychom si uvědomovali, že děláme něco špatného, posouvat hranice a po několika měsících jsme zjistili, že už hledáme každý pouze své potěšení a že jsme se vzájemně odcizili. Díky tomu, co jsme však prožili během sžívání, jsme

věděli, že naše představa sexuality a vztahu je jiná a že to, co děláme, je špatné. Mohli jsme se tak posunout dál, najít společně řešení jak vybědnout z té bažiny sobectví a vrátit se k opravdové lásce.

A proč jsme ne zvolili cestu absolutního odevzdání se do rukou Božích bez použití jakékoliv metody? Nejednou mě ta myšlenka napadla. Vždyť máme kde bydlet, peněz k užití větší rodiny máme dost, tak proč se na to prostě nevykašlat? Jenže ono to není tak jednoduché, větší tíhu starostí a výchovy dětí totiž nese žena. To ona se v noci budí kvůli kojení, to ona je s dětmi doma, když já jsem v práci, chystá je do školky, řeší, aby měly co na sebe, to za ní děti běží, když jim není dobře... A to ani nemluvím o těhotenství a porodu. PPR mě ale nutí stále znovu a znovu si připomínat, jak důležitý je respekt k mé manželce. A jasně si uvědomuji, že i kdyby moje motivace byla čistě nesobecká a moje důvěra v Boha upřímná a opravdová, byl bych časem ve velkém pokušení toho zneužít.

Přesto si myslím, že důvěra a odevzdanost Bohu se při praktikování PPR nutně nemusí úplně ztrácet. Myslím, že naopak si velmi bytostně uvědomujeme, že nemáme ani zdaleka absolutní kontrolu. Nejednou jsme byli postaveni do situace, kdy jsme si nebyli jistí, a jedinou cestou, jak to zvládnout, bylo odevzdat to Bohu. Nejednou jsme zažili situaci, kdy jsme v plodném období cítili takovou

touhu po sobě, že jsme se rozhodli nechat to na Bohu. PPR nás zkrátka učí rozhodovat se pokaždé znovu, a v tom je, dle mého názoru, jeho největší síla.

Po osmi letech manželství a třech dětech musím říct, že moje představa, jak nás zdrženlivost v plodné době bude omezovat, vzala za své. Pokud mám říct, co nás omezuje v sexuálním životě, tak jsou to děti, práce, starosti, neshody, únava, návštěvy (ten výčet zdaleka není celý) a pak až možná zdrženlivost. Kromě toho jsme si zažili, jaké to je, když se člověk neváže. Možná to přinese chvilkové potěšení, ale pak jen prázdnotu a marnost. Naproti tomu, milování, které je opravdu čisté, bez sobectví, přináší tak hluboký zážitek, že to nelze slovy popsat, a stojí za to si počkat. Nehledě na to, že po pár dnech zdrženlivosti je i to fyzické potěšení mnohem hlubší.

Tak si říkám, že to Bůh nevymyslel špatně...

## Kto je mocnejší?

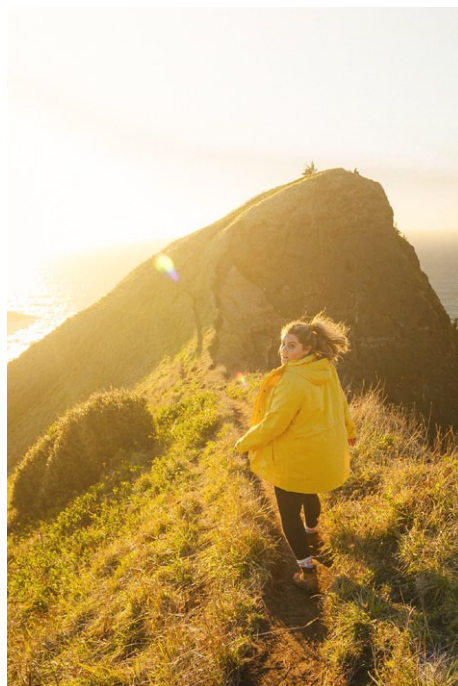
*Mária Schindlerová*

Hádali sa slnko a vietor, kto z nich je mocnejší. Napokon hádku zakončili dohodou: ten z nich bude uznaný za mocnejšieho, komu sa podarí zhodiť kabát pocestnému, ktorý kráčal po ceste. Prvý to skúsil vietor. Dul, fúkal a usiloval sa strhnúť kabát z pocestného. Dosiahol iba to, že pútnik si kabát lepšie pozapínal a hľadal úkryt. Vietor sa vzdal a bolo na rade slnko. Slnko nič nepovedalo, len sa usmievalo. Usmievalo sa na pútnika tam dolu. O chvíľu si pútnik kabát rozopol. Slnko sa usmievalo stále silnejšie a jeho úsmev bol čoraz teplejší. Pútnik si vyzliekol kabát a prehodil si ho cez ruku. Slnko sa obrátilo k vetru a stále mlčalo, len sa usmievalo.

Táto bájka hovorí o tom, že viac dosiahneme milým slovom ako hnevom a silou.

Prišla mi na um preto, lebo niečo podobné odporúčal protestantský pastor Mark Gungor vo svojom príhovore *Ako vydržať v manželstve a nikoho nezabiť*.

Povedal zaujímavú myšlienku: zvyčajne sa aktivity zamerané na zlepšenie manželských vzťahov usilujú hľadať a pomenovať, čo je zlé, nesprávne, a toto



sa snažia opraviť. Problém je, že to neprináša úspech. Predpokladom úspechu je totiž to, že človek sám bude mať iniciatívu, chuť a ohotu sa zmeniť. Nefunguje to vtedy, ak chce meniť jeden z partnerov na druhom to, čo sa mu nepáči alebo čo považuje za zlé, nesprávne, nevhodné.

Čo teda robiť? Na prvom mieste nezabudnúť, že meniť môžeme len sami seba. A na druhom: byť ako to slnko z bájky. Nehľadať, nezameriavať sa na „opravu“ toho, čo je (možno aj objektívne) zlé, ale vidieť a oceniť všetko to dobré, čo náš manželský partner má. Zamerať sa na tieto stránky – nie na to zlé. Naučiť sa podporiť to dobro, čo ten druhý má v sebe.

Ak sa snažíme nejako zhodiť z manžela „kabát“ – teda opraviť to, čo je zlé – tak sa môže stať to isté, čo v tej bájke: ešte viac si ten druhý svoj kabát pritiahne a pozapína.

Byť ako slnko neznamená, že sa zmierim so zlom. Len idem na to z druhej strany, inak. Každému dobre padne, keď ho druhý ocení, keď vidí jeho očiach uznanie. Inak povedané: úctu a lásku. Až toto nastavenie spôsobí, že si človek sám ten kabát rozopne a odloží.

Keď v LPP šírimo PPR, nejde nám len o metódu orientácie plodnosti. Ide nám o spôsob, ako žiť manželský sľub, Znova a znova sa presvedčame o tom, že kvalita intímneho života závisí od kvality vzťahu. Preto naša iniciatíva ide týmto smerom: posilniť úctu a lásku, ktorú sme si sľúbili. Aj takto sa žije manželský sľub.

## Otvoril som dvere

*Roman\**



V období pred víkendom LPP pre manželov (bol vynikajúci) vo februári 2019 sme riešili s mojou manželkou čistotu v našom manželstve. V tom čase sme boli manželia necelé 2 roky. Tým, že by sme radi mali pauzu po našom prvom dieťati Hanke, ktorá sa narodila 11/2018, tak sme sa snažili to nastaviť dobre už vtedy a v súlade s Pravdou. Je veľmi ľahké práve v tejto oblasti padnúť do klamstva. Nechceme to žiť v zmysle menšieho zla alebo štýl radšej hrešiť v manželstve ako mimo neho. Zlo je vždy zlom a klamstvo je vždy klamstvom.

Veľmi som prosil Pána, aby mi v tejto oblasti premenil srdce, aby splynulo s Jeho srdcom a aby som sa pozeral na našu intimitu Jeho očami. Myslel som si, že v manželstve to s čistotou bude oveľa

jednoduchšie ako počas chodenia. Mýlil som sa. Keď som padol v čistote ako single, mal som zodpovednosť iba za seba pred Bohom. Teraz ako manžel a otec mám zodpovednosť aj za manželku a dieťa ako najvyššia duchovná autorita v rodine. Čím vo väčšej autorite chodíte, tým máte väčšiu zodpovednosť. Na predmanželskej príprave sme dostali otázku: Čo je hlavný cieľ kresťanského manžela/ky? Dostať toho druhého do neba. A toto je kľúčová oblasť manželstva. Pre mňa je to oblasť, v ktorej som bol najslabší.

V období pred víkendom LPP som sa pýtal Pána v modlitbe: Čo mám robiť aby som sa s tebou stretol z tváre do tváre? On odpovedal: Neodmietaj ma! Pre mňa to bol jasný signál, že to myslel práve na našu manželskú čistotu. Krátko na to sme dostali mail od našej známej zo spoločenstva s pozvánkou na víkend LPP a išli sme. Prosil som Pána, nech sa ma dotkne, že sám to nedám. Ako povedal Pavol: Tým, že som slabý, som vlastne silný!

Otvoril som si srdce a čakal som. Pán sa ma dotkol a premenil moje zmýšľanie. Rozum je brána do srdca, takže následne sa mi zmenil aj postoj srdca. Keď sme v minulosti riešili plodné/neploďné dni, vnímal som to tak, že moja manželka mi to diktuje a bral som to ako jej usmerňovanie a ja som to musel iba prijať. Taktiež boli situácie, keď som to vnímal ako odmietanie z jej strany a bral som to osobne. Bolo to veľakrát náročné. Cez LPP víkend mi Boh počas osobnej modlitby povedal, že to nie tvoja manželka, ale ja ti hovorím skrze tvoju manželku, kedy sú plodné a neploďné dni. Ten kód cyklu som ja stvoril. Ak to vnímaš len ľudsky, je to náročné. V konečnom dôsledku odmietaš mňa ako všemohúceho Stvoriteľa. Zapadlo mi to do rannej modlitby spred LPP, keď mi Boh jasne povedal: **Neodmietaj ma!**

Väčšinou hľadám Boží hlas v tichej osobnej modlitbe, ale veľakrát sa nám prihovára práve cez osoby a konkrétne blízke osoby ako v mojom prípade cez manželku. Mal som uzavretú myseľ a tvrdé srdce.

Teraz našu intimitu vnímam ako odpoveď na Boží hlas a nie ako biologický kalendár cyklu mojej manželky. Neznamena to, že žiť čisto je jednoduché, že si to nevyžaduje cvik alebo sebazaprenie. Mám však prirodzené metódy priniesli do vzťahu hlbšiu vzájomnú úctu a paradoxne väčšiu slobodu. Už viac nie som otrokom svojich túžob.

Boh chce s nami všetko zdieľať. Nemôžem mu teda zatvoriť dvere spálne a nechať Ho pred dvermi a spoliehať sa, že naše manželstvo bude automaticky pozeňnané a plné milostí. Podľa Zjv 3,20: *Hľa stojím pri dverách a klopem. Kto počúvne môj hlas a otvorí dvere, k tomu vojdem a budem s ním večerať a on so mnou.* Tak stačí otvoriť v tomto prípade aj dvere našej spálne. Keď chceme vidieť Boha v každej maličkosti, najprv ho musíme pozvať do každej maličkosti nášho života.



## Jak v Bibli hledal a nenalezl

D. S.\*

Byl jednou jeden muž. Před mnoha a mnoha lety přišel za knězem a žádal ho, aby povolil jemu s manželkou používání kondomu. Že už mají dětí tolik, kolik si přáli, že mají ty a ty problémy, ty a ty důvody k tomu, aby se dalšímu těhotenství vyhnuli a ještě hodně dalších věcí měl na srdci... Ten kněz byl chápající, ale taky moudrý. Odpověděl: „Povolím, to víš, že povolím, ale ty pro to musíš taky něco udělat. Nastuduj to v Bibli a až tam najdeš to místo, kde Bůh s takovým jednáním souhlasí, tak přijď a já ti to dovolím.“

Ten muž šel a začal studovat. Nejenom tu Bibli, on vystudoval dokonce teologickou školu. A přestože měl vysokou školu a nastudováno kde co, takové místo v Bibli prostě nenašel.

A jak to dopadlo? Žijí s manželkou a dalšími dětmi šťastně a spokojeně až dodnes...

To není pohádka. Setkali jsme se společně na kurzu PPR, kde ten muž svou životní zkušenost radostně vyprávěl. Jeho manželka s úsměvem příkyvovala...

*PS.: A ten kněz taky žije dosud. Onehdy jsme se viděli...*

**Noviny z rodiny LPP** vydává šestkrát ročně jako členský bulletin společně Liga pár páru ČR, z.s. a Liga pár páru v SR. České ústředí: Jitka a Miroslav Novákoví, Milhostice 6, 25791 Červený Újezd, +420312686642, [lpp@lpp.cz](mailto:lpp@lpp.cz), [www.lpp.cz](http://www.lpp.cz), číslo účtu: 2801370422/2010. / Slovenské ústredie: Jozef a Simona Predáčovci, Slovenskej armády 15, 95301 Zlaté Moravce, 0908722055, [lpp@lpp.sk](mailto:lpp@lpp.sk), [www.lpp.sk](http://www.lpp.sk), číslo účtu (SR): 2401049920/8330, platba z ČR: 2401049920/2010. Minimální členský příspěvek je 150 Kč / 12 € ročně. 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.