

PODNEBIE

41. číslo
január - február 2014



TEOLÓGIA TELA

Veľké tajomstvo
ľudskej lásky

str. 16 - 17

Zistili sme:
Teológia tela

str. 14 - 15

Téma:
Kým neprišiel hriech

str. 20 - 21



Naším cieľom je:

PRINÁSAŤ ĽUDOM, ČO JE NOVÉ POD NEBOM
A SPOLOČNE SA PŘIBLIŽOVAŤ K BOHU

casopis.podnebie@gmail.com
aktuality.mojakomunita.sk/web/podnebie
www.facebook.com/PodNebie

Redakcia:

Lucia Budinská
Adriána „Aďa“ Hellebrandtová
Romana „romana.“ Hlaváčová
Monika „Mony“ Debnárová
Daniela Barborová
Júlia „Juli Tisovská“
Katarína „K.“ Škvarková
Jakub „Kubbči“ Tužinský
Tomáš Garaj
Patrik „Paťo“ Polc
Matúš „Maťo“ Hrmo

Titulka:

internet

Grafika:

Daniela Barborová

Gramatika:

Andrea Šalková
Katarína Valentovičová
Martina Hubáčová

Duchovný vedúci:

s. Františka Čáčková OSF

OBSAH

Editoriál (3)
Františka píše, že... (3)
Akcie (4 - 5)
Na slovíčko s...
o. Dušan Škurla (6 - 8)
Svedectvá
Sloboda (9)
Boží pokoj (10)
On nezabúda na naše potreby (11)
Tajomstvá svätej omše:
Prijímanie (12 - 13)
Zistili sme: Teológia tela (14 - 15)
Povzbudenie: Sila tea (15)
Veľké tajomstvo ľudskej lásky (16 - 17)
Zamyslenie: Byť chrámom (18 - 19)
Téma: Kým neprišiel hriech (20 - 21)
Plodnosť nie je problém, ale dar (22 - 23)
Extra pre ženy (24 - 25)
Pár slov o nastahovaní (26 - 27)
Očami psychológie
Každý chce byť zreým človekom (28 - 29)
Recenzie
October baby (30 - 31)
O ľudskom tele (31)
Globálna sexuálna revolúcia (32)
Teológia jeho/jej tela (33)
Moderní svätí: sv. Mária Goretti (34 - 35)
Podryvák: Idem do kostola. Čo na seba? (36)
Veselý receptárik:
Gaštanové guľky na uvoľnenie (37)
Pre bystrejšiu hlavičku (38)
Vtipy (39)

EDITORIÁL

„Vaše telo je chrámom Ducha Svätého“ (1 Kor 6, 19). Čo to vlastne znamená? Miesto, kde prebýva samotný Boh. Naše telo teda nepatrí nám, ale Bohu. Nemôžeme si s ním robiť, čo chceme, a ničiť ho hriechom či nezdravým spôsobom života. Ak sa o svoje telo staráme a zachovávame ho v čistote, oslavujeme tým samotného Boha. Spôsob, akým nakladáme so svojím telom, patrí tiež k uctievaniu Boha. Ak by sme si dom, kde bývame, neupravovali a bolo by nám jedno, či tam je špinavé alebo smrad, ľudia okolo nás by doň nechceli vojsť a navštíviť nás. Zhnusili by sme sa im a radšej by nás veľkým oblúkom obchádzali. Preto sa treba starať aj o svoje telo. Niektorí si myslia, že všetko, čo máme, patrí Bohu, okrem stravovacích návykov a športu. Alebo telo je moje, a preto si s ním môžem robiť, čo chcem. No naše telo je chrámom Ducha Svätého. On chce, aby sme si samých seba vážili a dobre sa starali o svoje telo. Telo nemá len telesný význam, ale aj duchovný, a preto treba poznať teológiu tela.

„Človek teda nesmie pohrdať teles-

ným životom, ale naopak, musí považovať svoje telo za dobré a hodné úcty, lebo ho stvoril Boh a má byť vzkriesené v posledný deň“ (KKC 364). Preto je dôležité, aby sme žili

v cudnosti (dočítate sa v článku Ženy nech sa ozdobujú slušným odevom s cudnosťou na str. 24-25). V dnešnej dobe sa nakladá s telom veľmi zlým spôsobom, dočítate sa o tom v recenzii na knihu Globálna sexuálna revolúcia (na str. 32)

Podme uctievať Boha vo svojom tele.

Juli



foto: archív

FRANTIŠKA PÍŠE, ŽE...

nech je pochválený Ježiš Kristus vo vašom tele!

Normálne je, že používaš to, čo máš k dispozícii. To, čo ti nejakým spôsobom patrí.

Či už si to od niekoho dostal, alebo si sa k tomu dopracoval vlastným úsilím.

Ak používaš to, čo nemáš, tak buď klameš a vymýšľaš si, alebo si to niekomu ukradol. Už to síce máš, ale pred Bohom ti to nepatrí.

A čo tak tvoje telo? Používaš ho denne. Dostal si ho do daru.

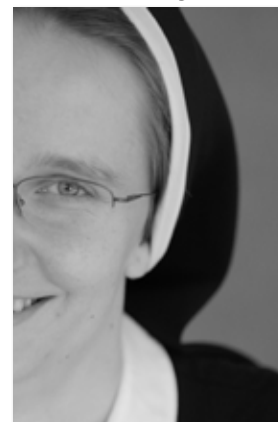
Môže mať Darca nejaké očakávania? Ako ním máš narábať?

V ušiach mi znie verš z Prvého listu sv. Pavla Korinťanom (6, 20):

„Draho ste boli kúpení. **Oslavujte teda Boha vo svojom tele.**“

Oslavujte teda Boha tým, čo máte.

s. Františka



Teológia tela

SPOLOČNÁ VEČERA SPOLOČENSTVA DOM CHVÁLY



V sobotu 21. 12. sme my, mladí zo spoločenstva Dom Chvály, zasadli k spoločnému stolu a strávili sme spolu príjemný predvianočný večer počas spoločnej večere roka 2013.

Najprv sme sa spojili v modlitbe a poďakovali Bohu za jeho dary a starostlivosť počas celého roka. Po modlitbe nasledovala samotná večera a potom sme si vďaka kreatívnemu videu zaspomínali na uplynulý rok, zážitky a spoločný čas, ktorý sme spolu prežili. Fotiek nebolo

málo. A verím tomu, že budúci rok prinesie ešte oveľa viac toho, na čo budeme môcť spomínať pri spoločnej večeri v roku 2014.

Juli

viac foto na zadnej strane

SILVESTER



O. DUŠAN ŠKURLA

NÁRODNÝ POCHOD ZA ŽIVOT: PEKNÁ SPOMIENKA ALEBO REVOLÚCIA?

Pred štyrmi mesiacmi, 22. septembra, sa v našich končinách konala historická udalosť. V Košiciach, európskom hlavnom meste kultúry roku 2013, sa na námestí a v uliciach zišli ľudia, aby nebojovali „proti“ ničomu, ale v prvom rade, aby bojovali „za“ dobrú vec. Osemdesiat-tisíc ľudí z celého Slovenska sa zišlo, aby podporilo potrebu rodiny, lásky, života. O tom, či najväčšia manifestácia života v našej krajine zostane len peknou spomienkou, alebo môže byť základom revolúcie, novým postojom k životu a k Bohu, som sa rozprával s otcom Dušanom Škurlom, jedným z hlavných organizátorov Národného pochodu za život.

o. Dušan Škurla je kňazom košickej arcidiecézy, vysvätený v roku 2002; má 38 rokov; narodil sa v Benkovciach (okres Vranov nad Topľou). 3 roky pôsobil ako kaplán v Prešove-Sekčov, 3 roky v UPC Košice a teraz pôsobí piaty rok ako špirituál Kňazského seminára v Košiciach. Je spoluzakladateľom spoločenstva Deti svätej Alžbety – Aliancia za život o.z.



1. Prečo ste sa rozhodli zorganizovať Národný pochod za život?

Národný pochod za život (NP) som neorganizoval sám ani som nebol jediný, kto o ňom premýšľal. Úvahy sa viedli už skôr. Predchádzali tomu menšie, mestské pochody a mnohé pro-life aktivity, či už v našom spoločenstve, alebo inde. Cieľom hnutia za život je prebúdzat ľudí, aby si uvedomili svoju zodpovednosť za ochranu počatých detí. Vedeli sme, že v tomto zápase musíme spájať sily. Chceli sme do spoločnosti odkázať silné posolstvo.

2. Aké boli Vaše pocity priamo na pochode a aké máte z neho dojmy teraz?

Posledné týždne pred NP boli pre mňa veľmi vyčerpávajúce. Unavený som bol aj počas NP. Súčasne som bol aj v očakávaní, aké to celé bude. V sobotu popoludní sa ukázali prvé znamenia, že nás nebude málo. Večer bola Infiniti aréna preplnená. Keď som v nedeľu ráno videl na Hlavnej ulici veľké skupiny z rôznych častí Slovenska, vedel som, že to bude veľkolepé. Dojmy teraz? Emócie sa

prirodzene pominú, no zostáva radosť, že sa vydarilo veľké dielo. Zdá sa mi, že mnohí ľudia sa naozaj „naštartovali“ a NP bude tým, čo sme si priali – prebudením.

3. Bolo tam okolo osemdesiat-tisíc ľudí. Čo pre Vás znamená toto číslo? Je to málo, veľa, akurát?

Ja osobne som bol skeptický aj voči odhadom, že nás bude 50-tisíc. Realita prekvapila všetkých. Pre mňa to znamená dvoje: (1) nie je pravda, že ľudia sú dnes ku všetkému ľahostajní. Ak sa im myšlienka dobre vysvetlí a chápu jej dôležitosť, vedia sa zapojiť. (2) Cirkev je schopná mobilizácie; má potenciál, ktorý si možno ani neuvedomuje.

4. Nebojíte sa, že táto historická udalosť ostane len peknou spomienkou, ktorá však v zásade nič nezmení?

Súhlasím. NP potrebuje pokračovanie, vytrvalosť v nastúpenej ceste. Ako som už mnohokrát vyslovil, my nerobíme pochody pre dobrý pocit, ale pre zmenu. Ak nám nejde o zmenu, nechápeme ciele hnutia za život. Preto aj na NP opakovane zaznievala výzva ku každodennej angažovanosti. Kvôli tomu sme pri NP distribuovali 9000 brožúr „Pro-life manuál“, s inšpiráciami, ako by sa mohol každý človek angažovať. Myslím však, že ani takáto jednorazová iniciatíva nestačí. V prebúdzaní bude treba pokračovať.

5. Vidíte teda už ovocie tohto pochodu?

Iste. Napr. len si všimnime, ako sa rozprúdila mediálna prestrelka. Z mnohých strán (vrátane Vás!) sa začali pýtať: „Aké bude pokračovanie?“ Na začiatku novembra sa viacej komunít podujalo na organizovanie verejného pochodu alebo zhromaždenia na cintoríne. Z Bratislavy mi volali, že chcú

začať modlitby pri nemocnici. V Prešove, inšpirovaní NP, pripravili cyklus štyroch adventných večerov na tému ochrany nenarodených.

6. Môže ho byť ešte viac?

Nepochybne aj bude. Nie sme schopní všetko vidieť hneď. Pamätajme, že sa uskutočnila veľká seba a semeno klíči v srdciach mnohých! Momentálne sa to nedá vidieť, len rozumne predpokladať.

7. Ako to podľa Vás vnímajú ľudia, ktorí vedú tento štát? Má to pre nich význam, zaujímali sa vôbec o túto udalosť?

Neviem, čo sa odohráva v ich mysliach a srdciach. Napokon, nedá sa ani zovšeobecňovať. Myslím, že dianie pozorujú. Ako sami dobre viete, samotní politici sú v rôznych táboroch. Aj na úrovni parlamentu prebieha zápas za život. Vďaka Bohu za týchto poslancov. Ústavný súd odobril potratový zákon v pomere 7 ku 5. T.j. piati sudcovia boli toho názoru, že potraty sú v rozpore s ústavou SR! Okrem toho, pre pochopenie situácie treba vedieť, že popri osobnom presvedčení jednotlivých politikov je v hre aj silný tlak EÚ agendy, ktorá je iste pro-potratová.

8. Všetko okolo pochodu za život bolo určite sprevádzané veľkými duchovnými bojmi, útokmi diabla, ale aj oslavou Boha. Mohli by ste sa s nami podeliť o najsilnejšie svedectvo, ktoré ste zažili v súvislosti s týmto pochodom?

Zázračných epizód pred NP i počas a po ňom bolo veľa. Žiaľ nemám dobrú pamäť. Nepochybne sme si v úzkom tíme boli vedomí, že celá akcia nás presahuje. Mnohé situácie sme nevedeli alebo nestíhali riešiť. Veľa rás sme si povedali: „Niektorí sa musel dobre modliť.“ Tesne po pochode som dostal množstvo sms správ a osobných svedectiev, v ktorých sa

Ľudia vyznávali, že zvláštne cítili Božiu prítomnosť. Alebo že napriek únavnej ceste, dlhému státiu a nedostatočnému ozvučeniu cítili zvláštny pokoj a radosť. Viacerým sa páčilo, ako dobre to bolo pripravené. Ja osobne som bol najviac nadšený z toho, že sa nám podarilo vytvoriť jednotu rôznych ľudí okolo jednej veľkej témy, ktorá sa nás všetkých dotýka. Príkladom sú rôzne spoločenstvá, ktoré zabezpečovali program na pódiumoch a hudobné vozy počas pochodu. Všetci rôznym spôsobom komunikovali jedno poslanstvo.

9. Téma tohto vydania je „Teológia tela“. Nazdávam sa, že celá myšlienka Národného pochodu za život je v nemalej miere spojená práve s touto témou. Mohli by ste nám, prosím, viac priblížiť, v čom konkrétne?

Práve preto, že telo má svoju teológiu, ľudský život má svoju nevyčísliteľnú hodnotu. Ľudské telo nie je len mäso. Je Božím dielom, pomocou ktorého má človek naplniť svoje povolanie milovať. Každý úd ľudského tela naplno realizuje svoju úlohu, ak je zapojený do vyjadrovania lásky. Celá fyziológia človeka nachádza svoj plný zmysel pomocou teológie. Výstižne to vyjadril sv. Pavol: „Či teda jete, či pijete, či čokoľvek iné robíte všetko robte na Božiu slávu.“ (1Kor 10, 31). Mohli by sme dodať: či spíte, či sa obliekate, či sa prikrášľujete, či sa učíte, či športujete... všetkou činnosťou vyjadrujte

lásku. Základnou charakteristikou lásky je životodarnosť. Láska dáva život, sebeckvo berie život – zabíja. Teda miluje ten, kto je vďačný za život (naša odpoveď na Božiu lásku) a chráni život (bližného ako seba samého). Ján Pavol II. uvažuje o teológii tela zvlášť v súvislosti so sexualitou. Naša telesnosť i pohlavnosť má božský pôvod. Majú byť viditeľným znakmi Božej darujúcej lásky.

10. A na záver ešte jedna otázka, ktorú kladím všetkým svojim hosťom. Prečo ste sa stali kresťanom?

Narodil som sa v tradične kresťanskom prostredí. Stal som sa kresťanom tak, ako aj Slovák. Nikto sa ma nepýtal, pokrstili ma, brali ma do kostola a tak ďalej. V období dospievania som mal šťastie na dobrých ľudí, ktorí mi pomohli prerásť z detskej a tradičnej viery k dospeláckej a osobnej. Začal som čítať Sväté písmo a duchovnú literatúru. Uvedomil som si Boha celkom novým spôsobom, tak ako nikdy doteraz. To samozrejme ovplyvnilo aj spôsob mojej modlitby. Z tohto nového prístupu k Bohu sa neskôr (v 4. ročníku na gymnáziu) zrodila aj otázka voľby povolania. Prečo som sa stal kresťanom, resp. prečo som zostal kresťanom? Lebo čím viac som skúmal, tým viac som zisťoval, že táto cesta je pravdivá. Je v súlade s mojim rozumom i s vnútornými túžbami. Som hrdý kresťan – katolík.

Za rozhovor ďakuje Kubbcí



SLOBODA

Je úžasné cítiť sa slobodne bez toho, aby vás niečo trápilo. Tento stav však nikdy nevydrží dlho. Keď zase raz padnem, tak len čakám, ako sa Boh prejaví a ako ma opäť prekvapí a naplní svojou láskou.

Jedna streda bola pre mňa veľmi špecifická. Krásny deň strávený nákupmi v Bratislave. Kúpila som si, čo som chcela, bola s ľuďmi, s ktorými som chcela... Mala som všetko. Cítila som sa spokojná. Po návrate do Nitry ten úžasný pocit celkom pretrvával, ale predsa mi to prišlo také umelé. Niečo tomu chýbalo. Akási šťava. Klasicky som sa vybrala na svätú omšu, lenže táto mala byť výnimočná. Tým, že tam bol páter Paul. Vedela som, že je to veľký, svätý muž činu. Na omšu som sa tešila, aj na teplé slová, ktoré ma opäť aspoň na chvíľu nakopnú do života. Omša nemala konca, pokoj na duši pretrvával. Hmm, fajne, zase pekná omša za mnou, a chcela som sa vybrať domov.

Ale to vôbec nebolo všetko! Aj keď už potiaľto to bol pre mňa čarovný deň a Boh nemusel pre mňa už pohnúť ani prstom, predsa mu to nestačilo. Mal pre mňa pripravené niečo viac. Páter Paul vyzval ľudí, že ak majú záujem, udelí im požehnanie rukavičkou sv. pátra Pia. Túto vzácnosť som si predsa nemohla nechať ujsť. Sledovala som ľudí, ako chodia jeden po druhom a či sa menia. Ale nič, všetci odchádzali takí istí. Počkala som si až na koniec a zaradila som sa aj ja. Ešte v rade som sa smiala a bavila s



foto: wordpress.com

kamoškou. A zrazu som prišla na rad. Ľudia, to si neviete predstaviť ten zlom! Proste ten chlap, samozrejme nepoznám sa osobne. On sa na mňa normálne pozrel tak, ako keď sa na vás pozrie niekto, kto vidí až dovnútra. Ako keby videl celý váš život. Ostala som sa mu len nemo a skamenená pozeráť do očí. Pohládil ma po tvári rukavičkou. Ja som však ostala stáť. Usmial sa a ešte raz ma pohládil tak nežne a s toľkou láskou.

To bola taká láska! Ja nechápem, ako môže nejaký „cudzí“ človek za pár sekúnd niečo také vo mne vyvolať. Pustili sa mi slzy šťastia, lásky, zmätenia. Bola som schopná si len sadnúť a plakať. Toľko lásky, naozaj, keby sme vedeli, ako nás Boh miluje, plakali by sme od radosti. A presne to som zažila. Cítila som sa tak neohodná jeho lásky. Ved som taká hriešna. On mi však hovorí „milujem ťa takú, aká si“. No nie je to najkrajšie, čo môžete zažiť? Bohu sa podarilo prekvapiť ma a ja som našla tú chýbajúcu „šťavu“!

Mony

Boží pokoj

V tomto svedectve Vám chcem povedať o tom, ako sa ma Boh dotkol a ja som v neho osobne uverila. Je to svedectvo, ktoré posunulo mňa a moje dvadsaťštyri ročné manželstvo bližšie k Nebeskému Otcovi.

Pred viac rokmi začal môj manžel podnikáť v drevárskom odvetví. Po určitej dobe jeho usilovnej práce sa nám začalo dariť. Vtedy utrpel ťažký úraz s rukou. Manželove ročné liečenie prinieslo so sebou stále menej a menej zákazok. Stáli sme pred rozhodnutím manželovej práce v zahraničí. Nakoniec sme sa rozhodli.

Prvý odchod manžela a otca od rodiny za prácou bol pre nás veľmi ťažký. Plynul čas, týždeň, po týždni, ktoré prinášali so sebou každodenné starosti i radosti. Veľmi sme si začali chýbať. Chceli sme sa podeliť o každodenné zážitky, riešiť spoločné problémy tak, ako sme boli zvyknutí predtým. Prišiel víkend a my sme si nestihli povedať všetko, čo sme prežili v týždni. Postupne prichádzal smútok. Zistili sme, že na tie každodenné skladačky, ktoré sme mali riešiť denne spolu, sme ostali každý sám. Víkendy ostávali stále tichšie, až nastalo ticho... Prišlo sklamanie, nepochopenie, bolesť.

Plynul 21. rok nášho manželstva. V očiach našich detí som videla smútok a bezmocnosť. Zároveň som spozorovala v dcériných očiach nádherný pokoj, po kto-

rom som začala veľmi silno túžiť. Z dôverila som sa jej s tým. Rozprávala mi o Bohu, o jeho zázrakoch a o nekonečnej Božej láske, o tom ako sa modlí za našu vieru. Navrhla mi kurz Alfa, ktorý som začala s veľkou nádejou navštevovať. Tešila som sa vždy na nové stretnutia. Pozorne som počúvala o nebeskej láske, ktorá môže vstúpiť aj do môjho života. Z každého stretnutia som nosila domov v sebe pokoj, ktorý som prenášala na celú rodinu. Začala som túžiť po Bohu stále viac. A stalo sa niečo, čo ma navždy spojilo s Bohom.

Bol chladný február. Pociťala som túžbu vyjsť von. Bola ešte tma, snehu všade navôkol a v mojom srdci tak nádherné teplo. Príroda bola akási iná, krajšia, veselšia. Zimu som necítila. Namiesto nej prišiel obrovský nával lásky, šťastia a tak krásne mrazenie po celom tele. Cítila som ľahkosť. Bolo to tak krásne a oslobodzujúce. Pochopila som, že je to Boží dotyk.

S mojím manželom sme sa málo rozprávali o Bohu. Teraz som bola presvedčená, že náš vzťah zachráni skutočná viera a láska k Bohu. Postupne som mu začala rozprávať o ľuďoch a stretnutiach s nimi na spoloč-

ných chválach a modlitbách. O tom, ako sa môžem zdôveriť Bohu so všetkým, čo ma trápi. O slobode, ktorú cítim, keď sa s ním rozprávam. Toto všetko som si priala, aby cítil tak ako ja, lebo sa tiež veľmi trápil. Túžil opäť nájsť a obnoviť náš vzťah. Ale nerozumel mi. Videla som v jeho očiach strach a neistotu z nepoznaného. Zároveň však hlbokú a úprimnú túžbu všetko zmeniť ku krajšiemu. Vedela som, že potrebuje čas, aby pochopil, že bez viery k Bohu neovládame našu ťažkú situáciu.

Začali sme sa stretávať s ľuďmi, ktorí dokázali rozprávať o životných prehrách a pádoch. Nevedeli nájsť cestu tak ako my dvaja. Vydávali nádherné svedectvá o

Božom dotyku, o prijatí Boha do svojich srdiec. O krásnych zmenách, ktoré nastali v ich životoch. Videla som na manželovi, že tieto stretnutia mu ostávajú hlboko v srdci a má veľkú túžbu poznať Boha. Veľa sme sa modlili k Bohu a cítili sme ako nám celým telom prúdi nádherný pokoj a veľa lásky. V našom živote za posledné tri roky nastali krásne zmeny. V očiach našich detí vidíme opäť nádherný pokoj a šťastie. To je odraz a cítenie nášho srdca. Spolu sme prijali Boha do našich srdiec a tým aj veľa lásky. A presne po tomto sme tak veľmi túžili.

ON NEZABÚDA NA NAŠE POTREBY

Už veľaokrát ma Boh presvedčil o tom, že presne vie, čo a kedy potrebujem. No vždy, keď to urobí znovu, dostane ma na kolená so slovami: „Vďaka Ti, Bože.“ Presne tak to bolo aj nedávno.

Keďže som študent, bývam na internáte a za internát treba samozrejme platiť. Pred pár týždňami mi prišiel z ubytovacieho systému mail pripomínajúci, že do konca mesiaca je potrebné zaplatiť za ubytovanie na ďalšie dva mesiace, čo nie je malá čiastka peňazí. Takže som hneď volal domov, aby som sa rodičom pripomenul, že budem potrebovať väčšiu sumu peňazí, lebo momentálne to nie je len tak zobrať a zaplatiť, na takéto veci sa musí odkladať.

Prešiel asi týždeň a dátum splatnosti sa blížil, preto som znova volal s rodičmi a ich odpoveď nebola potešujúca. Mali sme v rodine pár nečakaných výdavkov, a tak peňazí nebolo veľmi nazvyš, skôr chýbali. Povedali mi, nech ešte pár dní počkám, možno sa niečo nájde. No ja som si začal uvedomovať nastávajúci problém. Pomaly som rozmýš-



foto: de.wikipedia.org

ľal, koho z mojich priateľov požiadam o pomoc. Pri večernej modlitbe som sa zase raz pošťazoval Bohu, ako veľmi ma hnevajú peniaze, to, že ich všade tak treba, že sa bez nich človek ani nepohne, aj keď je to len kus papiera či kovu.

Na druhý deň ráno mi v škole prišla sms: „Na váš účet pribudlo „zopár“ eur.“ Zopár, no dosť na to, aby som mal z čoho zaplatiť intrák. Ale odkiaľ sa tie peniaze vzali? V prvom momente som nemal tušenie, no ďakoval som Bohu za jeho starostlivosť, až neskôr mi napadlo, že nám mali vyplácať prospechové štipendium z predošlého semestra, no nikto nám nevedel povedať, kedy ho dostaneme, takže som s ním nerátal. Prišlo presne, keď bolo najviac treba. Vďaka Ti, Bože.

Tomáš Š.

TAJOMSTVÁ SVÄTEJ OMŠE

V. PRIJÍMANIE

Omša je obetná hostina. „Túžobne som si prial jesť s vami baránka skôr, ako budem trpieť“, hovorí Ježiš (Lk 22,15). Prijímanie je vynález Kristovej lásky k nám. On je vo svojom Otcovi, my v ňom a On v nás.

Vo chvíli prijímania by sa mali stretať dve lásky. On túži po nás a my túžime po ňom. Nespokojné je srdce človeka, pokiaľ nespočinie v Bohu. Sv. Augustín hovorí, že túžba rozširuje srdce. Čím je naše srdce širšie, tým viac môžeme prijať Boha. Skrze Krista sme spojení so všetkými, ktorí prijímajú na celom svete, ba aj so zosnulými. Sme jedno tajomné Kristovo telo. Ak pristupujeme ku stolu Pána, máme a dokonca musíme byť v jednote s Cirkvou, mať s ňou spoločnosť. Preto k prijímaniu nemôžu pristúpiť tí, ktorí nezdediajú jednotu viery, jednotu s týmto tajomstvom. Napríklad bratia evanjelického vyznania. K sv. prijímaniu nemôžu pristúpiť ani tí, čo sú síce pokrsťenými, ale sami sa oddelili od Krista ťažkým hriechom. Spojenie sami pretrhli. Najprv sa musia zmieriť, prijať rozhrešenie. K prijímaniu nemôžu pristúpiť ani tí, ktorí žijú v stave cirkevne neplatného manželstva, alebo sú pod cirkevným trestom exkomunikácie za zvlášť ťažké hriechy. Najskôr musí byť stiahnutý trest, potom nasledovať sviatosť zmierenia, až napokon môžu prijímať. K prijímaniu nemôže pristúpiť ani ten, kto neodpustil svojmu bratovi (na toto sa príliš často zabúda). Je to vedomá zloba, nenávisť. Boh nám nemôže odpustiť, ak my neodpustíme.

Príklad: Misionár prišiel do istej dediny. Omša tam bývala len raz za mesiac, lebo dedina bola príliš vzdialená od misijnej stanice.



foto: antonian.tv

Misionár pri príchode odovzdal ľuďom hrst trávy, táto tráva bola symbolom. Mali si ju na vzájom medzi sebou podávať. Ak sa vyskytol prípad nenávisť, napríklad medzi otcom a synom, tráva nemohla byť predaná. Misionár mal preto len Bohoslužbu slova. Ľudia vedeli, že kým sa misionár o mesiac vráti, musia dovtedy protivníkov zmieriť. Až potom, keď bude medzi ľuďmi láska a priateľstvo, bude misionár slúžiť sv. omšu. Podľa toho spoznajú, že ste moji učeníci, keď budete mať lásku jedni k druhým.

Byť na sv. omši a nebyť na sv. prijímaní je veľký nezmysel. Je to rovnaké, ako byť na svadbe a povedať: „Ja jesť nebudem, ja sa na to budem len pozerieť.“ Je to akoby sme povedali Kristovi: „Pane, potrebujeme ťa, ale nie zase až tak veľmi.“ Tradičné dôvody odmietať prijímanie sú približne tri:

1.) Pred sv. prijímaním sa musím vyspovedať. Preto idem na sv. prijímanie raz alebo dvakrát do roka. Nebojme sa sviatosti zmierenia!

2.) Nejdem na sv. prijímanie, lebo mám hriech. To je síce pravda, ale je rozdiel medzi ťažkým a všedným hriechom. Boh odpúšťa všedné hriechy pre drobné skutky lásky. Prijímanie nie je pre svätých, ale pre slabých. Lekára potrebujú chorí (Lk 5,31). Boh nechce

byť vážnom svätostánku, ale chce prebývať v nás.

3.) Pred prijímaním je hodinový pôst. Neplatí pre vodu, lieky, diabetikov, ťažko chorých. Nemerajme pôst stopkami.

K prijímaniu môžeme pristúpiť maximálne dvakrát za deň. Vo všedný deň môžeme prvýkrát pristúpiť k svätému prijímaniu kedykoľvek. Druhýkrát však môžeme prijímať, len keď sme prítomní na celej sv. omši. V nedeľu a prikázaný sviatok je každý kresťan katolík povinný zúčastniť sa na celej sv. omši. Nezabúdajme, že svätá omša sa začína omšovým úvodným spevom (Introit)! Kto prichádza neskôr, nemá platnú svätú omšu. Dajme si pozor na opačný extrém - chodiť na sväté prijímanie celý rok a len raz za rok sa vyspovedať. V Písme čítame, že všetci zhrešili (Rim 3,25). Preto ak mám hriech, je potrebné oľutovať a vyznať ho pred kňazom.

Od modlitby „Otče náš“ začína obrad prijímania. Potom nasleduje modlitba, v ktorej je vyjadrená túžba za uzdravenie, oslobodenie od hriechu. Ďalej prosíme o pokoj a jednotu, aby Boh skrze toto sväté prijímanie

uzdravil naše vzájomné medziľudské vzťahy. Nasleduje gesto pokoja - podanie rúk.

Kňaz láme chlieb. Chlieb je v miske, krv v kalichu. U človeka oddelenie tela a krvi znamená smrť. To isté sa deje pri sv. omši. Ježiš pred našimi očami zomiera a to práve pri premenení. Preto voláme: „Smrť tvoju Pane zvestujeme...“ Teraz kňaz vkladá kúsok Hostie do krvi. To naznačuje zmŕtvychvstanie. Pieseň „Baránok Boží“ je osobná príprava na stretnutie. Kňaz nás vyzýva k svätému prijímaniu: „Hľa Baránok Boží.“ Slovo „hľa“ má význam „pozerať sa sem“. Je veľmi nesprávne, ak sa pozeráme niekde inde ako na Hostiu.

Prijímanie sa nám dáva so slovami: „Telo Kristovo“. A my odpovedáme: „Amen“, tak verím, vyznávam, že je to tak. Spev mnohým vadí, ale má to byť presne naopak. Spevom má byť vyjadrená vďačnosť a radosť. Odporúča sa aj chvíľka ticha na osobné poďakovanie. Ďakovať však môžeme aj po skončení svätej omše. Záverečnou modlitbou ďakujeme za sväté prijímanie spoločne s kňazom.

vdp. Maroš Milo

MODLITBA: VŽDY PRIPRAVENÝ

Moje telo je Božím chrámom. Všetko, čo som v živote prežil, sa na ňom odrazilo. Moje telo žije so mnou, a preto si zaslúži moju plnú úctu. V prvom rade si musím uvedomiť jeho krehkosť a jemnosť. Vždy, keď si opäť prežijem nejakú riskantnú životnú situáciu, sa za to poďakujem Bohu. Chcem si vážiť svoje telo. Je predsa stvorené na obraz Boží, na tvoj obraz, Pane. Nesmiem ho len tak zneuctiť. Chvilková vášeň vždy pominie, ale telo a rany zostanú. Pane, pomôž mi vážiť si svoje telo, držať sa čistoty, aby som bol vždy pripravený pre toho, koho si mi ty vyvolil. Viem, že mám svoju hodnotu a nechcem ju pošliapať. Naplň ma Duchom Svätým a úctou k svojmu telu. Aby som nehrešil a nezvádzal na hriech. Amen



foto: heaven-or-hell.info

Mony

TEOLÓGIA TELA

Možno viacerým z nás, ktorí sme si prečítali hlavnú tému nového Podnebia, napadá myšlienka, ako je možné spájať tieto dva pojmy. Teológia a telo? Aký by mohol byť medzi nimi vzťah a súvislosť? Teológia ako vznešená veda o Bohu a hriechne slabé telo? Ako môže byť toto smrteľné a živočíšne telo skúmaním a štúdiom Boha?

Veľký prevrat a doslova „boom“ v chápaní ľudského tela vyvolal Ján Pavol II. svojím učiteľským dielom, ktorého názov je „Teológia tela“. Pápež tu ponúkol svetu a cirkvi bohaté biblické úvahy o význame ľudskej telesnosti, zvlášť v oblasti sexuality a erotickej túžby. Katolícky teológ George Weigel sa na tému vyjadril: „Ide o jednu z najodvážnejších prestavieb katolíckej teológie za celé storočia – teologickú časovanú bombu, nariadenú, aby vybuchla s dramatickými následkami ... možno niekedy v 21. storočí“.

Milovať ako miluje On

Kristus nás učí, že zmyslom života je milovať tak, ako miluje On (viď Jn 15,12). Jedna z najdôležitejších pápežových myšlienok je, že Boh toto povolanie milovať tak, ako miluje On, vpísal do našich tiel, keď nás stvoril ako muža a ženu a vyzýva

nás, aby sme sa stali jedným telom (viď Gn 2,24). To, ako chápeme telo a sexuálne vzťahy, „má význam ... pre celú Bibliu“ (13. januára 1982), nejedná sa o nejakú okrajovú poznámku. Ponára nás do „perspektívy celého evanjelia, celého Kristovho učenia celého jeho poslania“ (3. decembra 1980).

Zbavme sa stereotypov

Akonáhle príde reč na tému náboženstvo, ľudia vyzdvihujú duchovno a telesné buď' odcudzujú, alebo odsúvajú na okraj. Zdôrazňovať telo je ľuďom cudzie, niekedy dokonca nepríjemné. Podľa Jána Pavla II. je takéto ponímanie chybné. Áno, duch má vždy prednosť pred hmotou. Avšak katechizmus katolíckej cirkvi nás učí, že „človek ako bytosť telesná a zároveň duchovná vyjadruje a vníma duchovné skutočnosti prostredníctvom hmotných



foto: sgpresov.sk

„Telo, iba ono je schopné urobiť viditeľným, čo je neviditeľné: duchovné a božské. Bolo stvorené, aby prinášalo do viditeľnej skutočnosti sveta tajomstvo skryté o večnosti v Bohu.“

Ján Pavol II., 1980

foto: teologiatela.sk

znamení a symbolov“. V určitom zmysle je to jediný spôsob, kde ako telesné stvorenia vôbec môžeme zakúšať duchovný svet – v hmotnom svete a skrze neho, v našom tele a skrze neho. Tým, že na seba Vtelením vzal ľudskú podobu, sa s nami Boh pokor-ne stretáva práve tu – v našom telesnom, ľudskom stave. Častokrát ide o stereotypy, ktoré si prinášame z rodín či spoločnosťou preferovaného názoru, že telo v zmysle sexuality je považované za základnú prekážku duchovného života. Mnohí sa domnievajú, že kresťanské učenie považuje ich duše za „dobré“ a ich telá za „špatné“. Predstava, že ľudské telo je „špatné“, je blud (to je do očí bijúci omyl, jednoznačne odsúdený cirkvou).

Stelesnené duše

Zamyslime sa teda nad tým, čo znamená byť ľudskou bytosťou. Ľudská priro-

dzenosť je ako duchovná, tak telesná. Stop nepravdám, že duša je len uväznená v tele. Cirkev vždy hájila názor, že sme stelesnené duše. Vďaka hlbokkej jednote tela i duše sa v každom z nás naše telá zjavujú alebo „robia viditeľnou“ neviditeľnú realitu našich duší. Ale telo toho dokáže ešte omnoho viac. Tým, že sme boli stvorení k Božiemu obrazu, naše telá robia viditeľným niečo z neviditeľného Božieho tajomstva. Ján Pavol II. chce ľudské telo skúmať z tejto perspektívy, nie ako biologický organizmus, ale ako teológiu, ako „štúdium Boha“. Telo nie je božské. Je ale „znamením“ božského tajomstva. Zmeňme preto dlhé roky prevládajúci názor na ľudské telo. A dajme mu zelenú.

romana.

Zdroj: Christopher West: Teológia tela pre začiatočníkov, www. teologiatela.sk

SILA TELA

Naše telá majú naozaj veľkú silu. Mladí ľudia často experimentujú a skúšajú, čo to dá. Nie každý risk je však aj zisk. Telo toho naozaj veľa vydrží. Len si prebehnite v myšlienkach svoj život. Kde všade ste boli, koľkým rizikám ste boli vystavení, koľko chorôb ste prekonali, akú zimu alebo teplo ste zvládli a mnoho ďalších príkladov. Tak, ako sme sa naňho mohli v toľkých prípadoch spoľahnúť, rovnako nás môže aj potopiť.

Telo má predsa aj svoje telesné potreby, ktorým nie je vždy ľahké odolať. Povedzme si úprimne, často to medzi nami akosi iskrí. Telesná príťažlivosť je naozaj nepredvídateľná a niekedy veľmi ťažko zvládnuteľná. Sme ženy a muži a každý vieme o svojich slabostiach či prednostiach. Tieto veci by sme v živote nemali zneužívať. Zvádzanie je pre ženy veľmi silnou zbraňou. A povedzme si na rovinu, chlapom veľa netreba. Svoje telá si musíme chrániť. Tak ako ženy, tak aj muži. Pokušenie číha na každom kroku. Nikto predsa nie je svätý.

Celý život je sprevádzaný jedným veľkým bojom. V každom prípade sa o víťazstvo mô-

žeme pokúsiť. Môžeme prosieť Ducha Svätého, našu Nepoškvrnenú Pannu Máriu, Boha i svätých o pomoc. Modliť sa za svoju čistotu. Medzi čistotou a hriechom je veľmi tenká hranica. Už len pri pomyslení sa pohybujeme na veľmi tenkom ľade. Nepodporujeme v nás tieto myšlienky. Boh nám dá len také skúšky, ktoré zvládneme. Veď jeho bremeno je ľahké a príjemné. Uchovajme si svoju čistotu pre toho svojho. Pre toho, koho nám vyvolil Boh. Pre každého má pripravený špeciálny plán, cestu, život. My sa mu musíme len odovzdať a dúfať, že budeme na vyskytnuté situácie reagovať tak, ako to Boh od nás očakáva.

Mony

„VEĽKÉ TAJOMSTVO ĽUDSKEJ LÁSKY“



Uprostred nespočetných ťažkostí, ktoré sa dnes podpisujú pod strach mladých uzavrieť manželstvo, alebo ktoré už uzavreté manželstvá spochybňujú, vyniká v plnom svetle prorocký význam tvrdenia Jána Pavla II.: „Osud ľudského rodu závisí od rodiny“ (FC 86). Tento rok si pripomíname 20. výročie listu Jána Pavla II. rodinám a keďže súčasne čelíme veľkým výzvam spoločnosti byť pripravený obhájiť nádej ktorá je v nás ohľadom otázok manželstva a rodiny nezaškodí trochu sa tejto téme venovať.

Ján Pavol II. nám v roku 2003 pri svojej návšteve v Banskej Bystrici povedal: „Rodiny sú tým sedom, v ktorom vyrastajú sadenice nových generácií. V rodinách sa formuje budúcnosť národa.“

Aká pravda sa nachádza v ľudskej rodine? Čo je pre človeka skutočným dobrom? A čo je potom skutočným dobrom pre ľudskú rodinu a ako nechať túto pravdu zažiariť v celej spoločnosti? Ako hovoriť o rodine aj tam kde sú bolestné následky rozvodu, nevery?

V minulosti bola rodina akousi klenbou, pod ktorou sa odohrával celý život človeka (narodenie, dorastanie, pracovná činnosť, manželstvo i posledné chvíle života). Ak zjednodušíme vývoj súčasnej kultúry, môžeme konštatovať nasledujúci žalostný jav: rodina už viac akoby nie je dôležitá pre zdravý vývoj človeka. Je postupne zbavovaná

svojich funkcií. Industrializácia spôsobila, že ťažisko pracovných povinností sa presunulo mimo rodiny a to isté sa stáva vďaka školám a technike aj v oblasti výchovy a vzdelávania. Rodina sa tak dnes ocitá viac ako kedykoľvek predtým v minulosti zatlačená do rohu, v ktorom si už iba manželský pár chráni svoju osobnú individuálnu nedotknuteľnosť zúženú na svoj intímny život. Avšak ešte aj v tejto oblasti sú manželia doslova bombardovaní tisícmi ponukami a nápadmi, ktoré im vraj umožnia aj túto poslednú oblasť manželského života pomôcť prežiť „plnšie“ a „krajšie“.

Čo robiť v takejto situácii? Sme odkázaní hovoriť o kráse rodiny iba tej z minulosti, keď neboli právne a spoločensky prípustné rozvody či potraty a keď sa dorábala väčšina produktov len v domácnosti? Ján Pavol II. bol väčší optimista. Videl reálne hrozby rodín, ale veril aj v silu Božej milosti

s ktorou chcel spolupracovať. Jeho osobné presvedčenie spočívalo v tom, že skutočná láska medzi mužom a ženou nie je možná bez Boha, ktorý je prameňom každej krásnej lásky. Sám to dosvedčuje v knihe *Prekročiť prah nádeje*, keď uvádza, že práve tejto službe zasvätil celý svoj život: „Už ako mladý kňaz som sa naučil ‘milovať ľudskú lásku’. Toto je jedna zo základných tém, na ktorú som sústredil svoje kňazstvo, svoju službu na kazateľnici, v spovednici a tiež cez písané slovo. Ak sa miluje ľudská láska, rodí sa aj živá potreba nasadiť všetky sily v prospech ‘krásnej lásky’“.¹

Aby pre túto spoluprácu získal čím viacerých, téme ľudskej lásky venoval veľkú časť svojich homílií a príhovorov. Ba dokonca na začiatku svojho pontifikátu venoval tejto téme takmer 150 katechéz, ktoré predniesol na generálnych audienciách v rokoch 1979–1984. Súbor týchto katechéz vyšiel aj knižne ako „Katechézy o ľudskej láske podľa Božieho plánu“. Všeobecne známym sa stal avšak ich pracovný názov: „Teológia tela“.

Vo svojich katechézach nás poýva nie zahľadiť sa na „staré dobré rodiny“, ale ešte ďalej na ešte starší t.j. pôvodný plán s človekom. Veď v Písme čítame, že Pán nás stvoril ako muža a ženu a bolo to čosi „veľmi dobré“. Kríza ktorú spomíname, môže totiž paradoxne viac ako kedykoľvek predtým pomôcť ukázať na skutočnosť, to, čo dnes dvoch ľudí udrží v rodine, už nie je len práca, ba veľakrát už ani starostlivosť o deti, ale skutočnosť, že dvaja ľudia si uvedomia a spoznajú skutočnú hodnotu svojej rodiny, ktorej základ tvorí manželská láska povýšená na úroveň sviatosti.

Paradoxne teda dnes viac ako kedykoľvek predtým sa môže zaskvieť pravý jas tejto sviatosti, pretože už to nie sú *spoločenské funkcie a konvencie*, ktoré udržiavajú život dvoch ľudí pokope, ale osobné morálne kvality, ktoré im dovoľujú pochopiť, akú veľkú hodnotu má rodina sama v sebe. Práve preto je aktuálna výzva Jána Pavla II.: „Rodina stať sa tým, čím si!“ (FC 17).

Katechézy Jána Pavla II. o ľudskej láske nás uvádzajú do lepšieho pochopenia dôležitosti a nenahraditeľnosti našich malých spoločenstiev jednoty a lásky tak, ako to bolo v Božom pláne. Na to, aby sme sa v tej najdôležitejšej oblasti nášho života nepomýlili a aby sme katechézám lepšie porozumeli postupne vychádzajú niektoré publikácie. V januári na pulty našich kníhkupectiev prišla kniha Carla Andersona a José Granadosa: „Povolani milovať“. Aj keď ani ona nie je jednoduchou beletriou na dlhé zimné večery, veľmi Vám ju odporúčam.

Poslucháčov Rádia Lumen zasa upozorňujem na novú rubriku „Teológia tela“, ktorá je vysielaná na vlnách Rádia Lumen každú nedeľu o 10:00 hod. V rámci 30 minút sa poslucháčom počas celého roka 2014 budú autori postupne snažiť priblížiť učenie Jána Pavla II. o ľudskej láske a posilniť tak zápas o kultúru života a lásky aj vo vašej domácnosti a osobnom živote.

Ján Pavol II. bol presvedčený – a jeho misia to dosvedčuje – , že jeho ponuka cesty posväcovania ľudskej lásky nezostane odmietnutá. Sám hovorí: „Keďže láska je krásna, mladí ľudia v láske hľadajú v podstate krásu, chcú, aby ich láska bola pekná. Aj keď podľahnú slabosti a sledujú vzory, ktoré je možné označiť za ‘pohoršenie súčasného sveta’ (a, bohužiaľ! sú to veľmi rozšírené vzory), v hĺbke srdca predsa len túžia po peknej a čistej láske. To platí tak pre chlapcov, ako aj pre dievčatá. V skutočnosti vedia, že takúto lásku im nemôže dať nikto iba Boh. A preto sú ochotní nasledovať Krista bez toho, že by brali do úvahy obeť, ktoré s tým môžu byť spojené.“² Prajem Vám veľa odvahy a trpezlivosti!

otec Marek Iskra

¹JÁN PAVOL II.: *Prekročiť prah nádeje*. Nové mesto Slov. ústav sv. Cyrila a Metoda, Bratislava 1995, s. 120.

²JÁN PAVOL II.: *Prekročiť prah nádeje*. Nové mesto Slov. ústav sv. Cyrila a Metoda, Bratislava 1995, s. 120.

BYŤ CHRÁMOM . . .

„A neviete, že vaše telo je chrámom Ducha Svätého, ktorý je vo vás, ktorého máte od Boha, a že nepatríte sebe? Draho ste boli kúpení. Oslavujte teda Boha vo svojom tele.“ (1 Kor 6, 19-20)

Človek je obdivuhodná bytosť. Nielen jeho nesmrteľná duša o toľko jemnejšia a vznešenejšia, ale aj jeho telesná, fyzická a krehká časť, ktorú mu Boh určil na prebývanie počas života na zemi. Je úžasným umeleckým dielom. Spôsob, akým funguje je ohromujúci. Aj ten najmenší detail má svoje miesto, svoj zmysel, svoju funkciu a tvorí súčasť niečoho veľkolepého. „Telo človeka má účasť na dôstojnosti „Božieho obrazu“. Je ľudským telom práve preto, že ho oživuje duchovná duša a celá ľudská osoba je určená na to, aby sa v Kristovom tajomnom tele stala chrámom Ducha... Človek teda nesmie

pohrdať telesným životom, ale naopak, musí považovať svoje telo za dobré a hodné úcty, lebo ho stvoril Boh a má byť vzkriesené v posledný deň.“ (KKC)

Áno, telo je úžasným a nádherným Božím výtvorom. Možno práve preto sa v dnešnej dobe tak dobre predáva. Zovšadiaľ na nás hľadia reklamy v podobách polonahých žien a mužov. Ponúkajú nám stovky druhov líčidiel a tisíce značiek oblečenia, v ktorom budú naše telá vyzeráť ešte neodolateľnejšie a príťažlivejšie. Plastika sem, plastika tam. Práve bicepsy sú znakom mužnosti a sily. Aj vy máte niekedy podobné pocity? Svet



foto: rgbstock.com

vytvára kult tela, v ktorom telo už viac nie je Chrámom Ducha Svätého. Samotné telo sa stáva bôžikom, ktorému otročíme. Človek však zachádza ešte ďalej. Zneužíva ľudskú sexualitu a hanobí lásku. Sex používa ako jej synonymum a tvorí z neho tú najbežnejšiu „telesnú potrebu“, ktorú je nezdravé utlmať. Z ďalšieho Božieho výtvoru plného hĺbky darovania sa a radosti, určeného tým, ktorí sa spojili sviatosťou manželstva, sa stáva lacná karikatúra vlastnej podstaty. A tú je vhodné okúsiť čo najskôr. Tak bol z úctyhodného tela a z krásneho prejavu manželskej lásky vytvorený výhodný balíček, ktorý sa predáva ešte lepšie ako telo samotné. Balíček znesväcujúci Božie diela, parazitujúci vo vzťahoch a spôsobujúci utrpenie. Mnohí na ňom bohatnú. Dá sa kúpiť lacno a v rôznych podobách. Ale aká je skutočná cena pre dušu? Ľudské telo je úctyhodným chrámom Ducha Svätého, v ktorom máme Boha oslavo-

vať. Ľudská sexualita je nádherná vec, ktorá má hlboký zmysel. Vo svete plnom nástrah a pascí nie je ľahké zachovať si čisté srdce a pevný úsudok. Ale ani nemožné. Bohu totiž nič nie je nemožné. On sám ti ukáže, akou cestou sa vydať a čoho sa strániť, čo považovať za prioritu a čo za druhoradé. Pomôže ti vyhnúť sa a odolať pokušeniam. Pomôže ti uchrániť čistú krásu a nevinnú úprimnosť tvojho milovaného či milovanej. Veď vieš, že vždy počuje tvoje volanie. Buďme dnes tými, ktorí vkročia do boja modlitbou. Za celý svet, za našich blízkych i za seba samých. Buďme dnes tými, ktorí budú v plnosti lásky a bez posudzovania do sveta vnášať Boží pohľad a Božie postoje aj v otázkach telesnosti a sexualitu. Nie preto, aby sme sa vyvyšovali. Preto, aby svetlo v nás mohlo svietiť iným.

K.



foto: fotky.sme.sk

KÝM NEPRIŠIEL HRIECH

Keď po stvorení človeka Boh hľadá na svoje dielo, zjavne je so svojou prácou spokojný: „A Boh videl všetko, čo urobil, a hľa, bolo to veľmi dobré“ (Gn 1,31). Stvoriteľ si dal záležať. Až tak, že na siedmy deň odpočíval. Stvorenie predsa len bola fuška.

Nechcem si teraz predstaviť Pána, ako kdesi pod Stromom života spokojne odľahuje s pocitom dobre vykonanej práce. Bol by to prílišný antropomorfizmus. „Únavná“, teda náročná, nebola samotná stvoriteľská činnosť. To skôr vedomie jej dôsledkov. Stvorenie je predsa zavŕšené stvorením slobodnej bytosti. Keď Boh hovorí človeku, aby si podmanil Zem, odhaľuje mu, že všetka nádhera sveta je stvorená preto, aby si človek napriek blízkemu vzťahu k Stvoriteľovi (ktorý dostal pri stvorení ako milosť) pripomínal, že krásou stvorení sa poznáva ich Stvoriteľ a tak mal možnosť vnímať Lásku Stvoriteľa a slobodne sa pre ňu rozhodovať. Boh vedel, že tým riskuje. Vedel, že sloboda je krásny a strašný dar zároveň. Ale riskol to.

Pán stvoril človeka podobne a zároveň inak, ako ostatné tvory. Jedine človeka tvorí na svoj obraz a podobu (por. Gn 1,26n) a jedine pri stvorení človeka si „špiní ruky“. Pri všetkých ostatných stvoreníach tvorí tým, že dáva pokyn k bytiu: „Buď!...!“ – povedal a stalo sa tak. Keď však tvorí človeka, tvorí ho ako umelec. Utvára človeka z hlíny. Akoby sa hral. Akoby mu nestačilo stvoriť človeka na tej istej úrovni ako ostatné tvory. Všetko zavŕši tým, že mu vdýchne do nozdier dych života. Takýto blízky a osobný vzťah má Stvoriteľ v celom svojom stvorení len k človeku.

Keď tvorí jeho telo, dáva si záležať na každom detaile možno

práve preto, že mu chce vdýchnuť dych života. Telo človeka utvárané z hlíny, no „rukami Stvoriteľa“, je týmto procesom stvorenia a stvárňovania pripravované na prijatie dychu života. Takýmto spôsobom tvorené telo sa už počas svojho utvárania pripravuje na to, že bude chrámom Ducha. Tak, ako Boh umiestnil človeka do raja Edenu, „umiestnil“ svoj dych do tela človeka – a vtedy „sa stal človek živou bytosťou“ (Gn 2,7).

Človek v tomto stave pred hriechom nevyhnutne musel cítiť Boha v každom úde svojho tela. Vo vedomí, že Boh tvorí dokonalé diela bol človek pozývaný stále znova žasnúť nad Božou dobrotou a Láskou nielen pri pohľade na Eden, do ktorého ho Boh umiestnil, ale aj pri pohľade na svoje telo. Takto úplne všetko v človeku i okolo neho pripomína človeku Stvoriteľa. Okrem vzťahu s Bohom aj Eden, v ktorom žije, telo, ktoré má, dokonca dýchanie pripomína človeku jeho privilegované po-

stavenie a zároveň úmysel Stvoriteľa, ktorý chce byť skrze telo človeka (ním a v ňom) oslavovaný.

Stvoriteľ si naozaj dal záležať, aby popri slobode, ktorú človeku dáva, človek mal naporiadzi úplne všetko, čo mu pripomína Božiu lásku – počnúc telom. Teda aby sa naučil slobodu, v ktorej je najpodobnejší Stvoriteľovi, používať ako počiatok uskutočňovania lásky, aby sa vážiac si svoje telo ako chrám Ducha, neustále oživovaný Božím dychom, stával stále podobný, ba „stále podobnejší“ Stvoriteľovi.

A teraz pozor! Dielo stvorenia človeka nie je zavŕšené momentom, keď sa Adam stáva živou bytosťou vďaka Božiemu dychu. Skutočne a dokonale je zavŕšené až vtedy, keď Pán dopustí na Adama hlboký spánok, aby mu odobral kus jeho tela – stvorenie človeka je teda dokonalé práve stvorením ženy (por. Gn 2,18-25). To znamená vtedy, keď je Adam pozvaný vstúpiť do vzťahu nielen so Stvoriteľom, stvorením a svojím telom, ale s iným človekom, ktorý je rovnako ako on korunou stvorenia. Žena sa v opise stvorenia predstavuje ako jeho skutočný vrchol. Stvorená z Adamovho rebra svojím bytím naznačuje, že navždy ostane tou kosťou a tým mäsom, ktoré Adamovi chýba; žena je tým, čo Adam bude vždy hľadať. Z druhej strany je existencia muža pre ženu pozvaním uvedomovať si, že je „večným rebrom“ – má stáť po jeho boku chrániac jeho srdce.

Doteraz nad stvorením žasol len Boh, keď videl, že je dobré. Teraz je krásou Božieho diela – ženy – uchvátený aj Adam. Adamov nadšený výkrik má tri rozmery: najprv žasne nad tým, že **Boh mu predstavuje niekoho, kto mu je podobný** („kosť z mojich kostí a mäso z môjho mäsa“; Gn 2,23), teda už nie zviera, ako boli tie, ktoré mu Pán predtým predstavil, ale jemu podobnú pomoc nenašiel (Gn 2,20); potom **žasne nad samotnou krásou ženy** (slovo „žena“ je tu synonymom

krásy), ktorej telo spoznáva ako majstrovské dielo Stvoriteľa; a napokon Adam v uchvátení touto krásou vyhlasuje, že kvôli žene muž opustí otca i matku, **aby sa stali jedným telom**. Tým tvrdí, že sú rovnocenní partneri, sú si vzájomnou pomocou a oporou, a založením rodiny sa stávajú pokračovateľmi plánu stvorenia, aby ono Adamovo nadšenie z krásy ženy bolo prítomné pri každom zrode života.

Toto bytie jedným telom sa v stave pred hriechom stave prejavovalo transparentnosťou. Fakt, že muž a žena sa pred sebou nehanbili, hoci boli nahí, naznačuje schopnosť pozeráť na druhého ako na nádherné Božie dielo, ako na prekrásny dar, ktorého sa dostáva; nie ako na objekt žiadostivosti (ktorá pred prvým hriechom neexistovala), ale ako na stelesnenie Lásky, v ktorej možno objavovať skrze vzájomné spoločenstvo Božiu tvár a vlastnú identitu. Neúnavné nadšené objavovanie Božej tváre v druhom človeku dáva poznať jeho hodnotu. Ak sa toto objavovanie deje vo vedomí vzájomnej úcty, obaja partneri, muž i žena, objavujú zároveň vlastnú identitu: „*Moja hodnota je Boží obraz vo mne, ktorý v tebe milujem.*“

Boh dal človeku pri stvorení schopnosť bezhriechne žasnúť nad krásou vlastného tela i tela druhého. Dal človeku telo ako hmatateľný dôkaz svojej Lásky ... a potom prišlo zneužitie slobody v podobe hriechu neposlušnosti. Človek prestal plniť Božiu vôľu a začal robiť, čo chcel, čím zničil prvotnú harmóniu. Človek sa začal zahľadávať, lebo srdce už nie je transparentné a pohľad sa stal zraňujúcim – hriech poranil jednotu, spôsobil rozdelenie a tak priniesol pokrivený obraz o človeku a teda aj o jeho tele. Ale to je už iná téma...

otec Tomáš Kuník



foto: internet

PLODNOSŤ NIE JE PROBLÉM, ALE DAR...

PRIRODZENÉ PLÁNOVANIE RODIČOVSTVA

Vo svojom okolí poznám viacero párov, ktoré napriek k tomu, že mali v živote vytvorené všetky optimálne podmienky, aby si založili rodinu, rozhodli sa z rôznych príčin tak neurobiť. Používali mnohé roky antikoncepciu v rôznych podobách, a tak zahadzovali svoj dar plodnosti. Až prišla chvíľa, keď už chceli mať dieťa, no zrazu to nebolo až také jednoduché, lebo aj vďaka antikoncepcii ich plodnosť už bola obmedzená. Mnohí tak zabúdajú, že dieťa je darom, nie nárokom muža a ženy.

Dá sa povedať, že toto je štýl života mnohých párov dnešnej doby - zahadzovať dar plodnosti skrze antikoncepciu.

Práve preto si treba uvedomiť, že plodnosť je dar a je jedným z cieľov manželstva, lebo manželská láska prirodzene smeruje k tomu, aby bola plodná. Keď manželia dávajú život, majú účasť na Božom otcovstve. (KKC 2366, 2398)

Metódy prirodzeného plánovania rodičovstva

U nás v katolíckej cirkvi existujú spôsoby, ako prirodzene pristupovať ku svojej plodnosti, spoznávať ju a tak sa aktívne podieľať na Božom zámere s každou rodinou.

Existujú totiž metódy prirodzeného plánovania rodičovstva. Nie sú „prirodzenou antikoncepciou“, ako ich niektorí mylne nazývajú. Umožňujú regulovať počatie prirodzeným spôsobom a to jednak tak, že pomáhajú tehotenstvo dosiahnuť alebo ho oddialiť, prípadne sa mu vyhnúť. Sú založené na cyklickej plodnosti ženy, na jej menštruačnom cykle. V jednotlivých fázach menštruačného cyklu sa vplyvom ženských pohlavných hormónov dajú na základe určitých znakov rozpoznať plodné a neplodné dni ženy (príznak hlienu, bazálna telesná teplota, konzistencia krčka maternice).

Ak si manželia neželajú počať, vyhýbajú sa manželskému spojeniu počas plodných

dní a odkladajú ho na neplodné obdobie.

Každá žena je schopná porozumieť svojmu cyklu (aj keď je nepravidelný) a každý muž je schopný porozumieť cyklu svojej manželky. Pritom platí, že čím viac a lepšie žena a muž rozumejú tomu, ako ich plodnosť funguje, tým sú tieto metódy spoľahlivejšie. Pri dodržiavaní jednotlivých pravidiel je spoľahlivosť 97,5-99%.

Na základe spomenutých sledovateľných faktorov (hlien krčka maternice, bazálna telesná teplota) existujú tieto metódy prirodzeného plánovania rodičovstva:

Billingsova ovulačná metóda : Táto metóda učí rozpoznávať plodné obdobie menštruačného cyklu podľa pocitu z prítomnosti hlienu krčka maternice na vonkajších rodidlách i podľa jeho vzhľadu ako ovulačného obrazu hlienu.

Symtotermlná metóda: táto metóda je založená na sledovaní hlienu krčka maternice spolu s meraním bazálnej teploty a prípadne samovyšetrením zmien krčka maternice.

Creightonský model : je metóda určujúca plodnosť skúmaním hlienu krčka maternice. Je základom NaProTechnology, ktorú spomeniem ďalej.

PPR ako životný štýl

Práve takémuto prístupu ku plodnosti



foto: mybabybirds.blogspot.com

manželov sa nedá hovoriť inak ako životný štýl. Manželia, ktorí žijú prirodzené metódy a odmietli antikoncepciu, vydali svoje životy Bohu a sú ochotní prijať dar života v každom okamihu, napríklad aj keď to práve neplánovali.

Manželia sú aj zodpovednými spolupracovníkmi Boha Stvoriteľa pri odovzdávaní ľudského života (Humanae vitae 1). V praxi to znamená, že počet detí nemá byť ponechaný na náhodu s tým, že celá zodpovednosť je pripísaná Bohu. Je v poriadku, ak si manželia neželajú v určitom období počať dieťa, pokiaľ majú dobrý, spravodlivý dôvod. No každý pár, ktorý sexuálne žije, musí rátať s možnosťou počať dieťa, aspoň v tom význame, že je ochotný počať dieťa prijať, aj keby si ho neplánoval. Každé počaté dieťa má na tomto svete svoje miesto, lebo ho chcel Boh. A ak sa dieťa počne, vieme, že sme dali na toto počatie podnet. Tu sa čaká zodpovednosť – vziať ju na seba so všetkými dôsledkami.

NaPro Technológia

Mnohým kresťanom tento pojem nič nehovorí, pritom je nádejou pre zdanlivo

neplodné páry. Je dobré vedieť, že existuje tento medicínsky odbor, ktorý umožňuje monitorovať a liečiť problémy ženskej plodnosti a gynekologického zdravia ženy v súlade s jej reprodukčným cyklom. Cieľom je zistené problémy liečiť tak, aby mohlo dôjsť ku prirodzenému počatiu a úspešnému donoseniu.

Aj na Slovensku existuje takáto ambulancia a je to Gynekologická ambulancia Gianna n.o. v Žiline a MUDr. Ivan Wallenfels, ktorý je nazývaný aj „kresťanský gynekológ“ a pomáha takýmto ženám, či párom. Dúfam, že táto informácia mnohým párom pomôže na ceste za vytúženým dieťaťom.

Na záver pripájam užitočné linky, kde je možné sa o danej téme dozvedieť viac. Dúfam, že aj v našej farnosti budú v budúcnosti príležitosti vzdelávať sa v tejto téme a chápať stále viac a viac náš dar plodnosti.

www.lpp.sk
www.billings.sk
www.plodar.sk
www.forumzvota.sk

Zuzka Polcová

ŽENY NECH SA OZDOBUJÚ SLUŠNÝM ODEVOM S CUDNOSŤOU

Cudnosť je kombináciou nenáročnosti a zdržanlivosti. Je to túžba nepriťahovať na seba prehnanú pozornosť a tiež túžba po múdrosti. Cudnosť – pokora a rešpekt voči ostatným, pramení z čistoty. Toto slovo sa často používa pri opise oblečenia. Cudné oblečenie – šaty, ktoré ukazujú pokoru, rešpekt a čistotu sú také, ktoré viac zahaľujú ako odhaľujú.

Sme ženy a každé ráno vstávame s tým, že dnes sa chceme pekne obliecť. Pri pohľade do skrine strávime veľa času rozmyšľaním, čo na seba. A keď už na seba niečo dáme, začne nás trápiť hlas svedomia: „Nepreháňaš to trochu? Nemáš toho na sebe málo? To tričko je až moc vykrojené! Tá sukňa krátka a podobne.“ Po dlhom trápení a rozhodovaní sa zakopeme hlas svedomia pod zem a povieme si: „Chcem byť predsa pekná! Prečo nie?“

V živote ženy je veľkou túžbou byť slobodnou a to aj v obliekaní. „Ale dajte si pozor, aby táto vaša sloboda nebola na pohoršenie slabým.“ (1 Kor 8, 9) Treba si dať pozor na vlastné hriechne túžby, na úsilie upútať pozornosť mužov či súťažiť s inými dievčatami. Ak si svoj odev volíš preto, aby si vzbudila pozornosť na svoj vonkajšok, vtedy je to prehnané. Je dôležité, aby nás odčinili pre naše skutky, nie pre náš výzor. „Podobne aj ženy nech sa odievajú



foto: zoznam.sk

slušne, nie pozapletanými vlasmi, zlatom, perlami, alebo drahými šatami. Nech sa ozdobujú dobrými skutkami, ako sa sluší ženám, ktoré sa rozhodli pre zbožný život.“ (1 Tim 2, 9-10)

Po spáchaní prvotného hriechu obliekol Boh Adama a Evu do odevu z kože. Tak vznikol odev. Odev je symbolom straty nášho pôvodného a bezhriechneho ja. Odev ukazuje potrebu, aby nás Boh zakryl a tým odčinil náš hriech a zmiernil našu hanbu.

Svedčí o tom, že Boh vyriešil problém hanby raz a navždy krvou vlastného Syna. Odev je vonkajším, viditeľným symbolom vnútornej duchovnej reality. Keď si „oblečieš Krista“, on prikryje tvoju hanbu a urobí ťa tým, čím máš byť.

Obliekať sa cudne neznamená chodiť oblečená do staromódnych hábov ani pridrižovať sa zákonníckych pravidiel. Boh nám dal dostatok kreativity, aby sme dokázali vymyslieť kombináciu pekného a zároveň cudného oblečenia. Každá žena je krásna už len tým, že je žena a nepotrebuje dávať najavo svoju krásu odevom odhaľujúcim telo. Práve naopak, žena, ktorá sa oblieka cudne, ukazuje, že má hlbšie morálne zásady, ako len túžbu po pozornosti. Skrýva sa v nej čosi originálnejšie ako potreba prijať každý nový módný trend. Cudnosť vyjadruje, že nositeľka šiat má vo svojom zozname priorit dôležitejšie veci ako uspokojenie márnomyseľnosti.

Nedostatok cudnosti odhaľuje viac ako len pokožku. Hovorí o našich prioritách. A tie dievčatá, ktoré vedia, čo je správne a ignorujú to, sa dopúšťajú hriechu. „Kto teda vie dobre robiť a nerobí, má hriech.“ (Jak 4, 17) Hriech rastie a vzniká ako dôsledok našich rozhodnutí a myšlienkového života.

Boh nám, ženám, dal prirodzenú lásku ku kráse. Milujeme krásne veci. Na tom nie je nič zlé. A keď sa neusilujeme zaslúžiť si obdiv iných ľudí, vtedy môže byť móda možnosťou, ako vyjadriť našu tvorivosť. „Čokoľvek robíte, robte na Božiu slávu,“ (1 Kor 10, 31) Ak sme teda ženy, ktoré sa rozhodli pre zbožný život, obliekajme sa tak, aby náš odev ukazoval naše priority. A aj to, že si ctíme Boha svojím odevom. Nech je náš odev na potešenie pre Krista, nie na pohoršenie. Skutočné poslanie nášho tela. Kristus nás zachránil, naše telá sa vlastne stávajú časťou jeho tela. Sme spojení so samotným Bohom a naše telá sú nástroje, ktoré majú byť použité na jeho oslavu. *Juli,*

zdroj: Hannah Farverová – Nekompromisná

METANOIA

*Kamenná tvár, mračiace sa oči,
kráčaš, mama, cez ulicu.
Sama, opustená, s priateľom bočí,
v cudzom meste hľadá nemocnicu.*

*Za ruku ťa priateľ drží,
no pred dňom bol v hádke drzý.
Chce si ešte užiť, peňazí nemá,
nech si radšej dieťa iná nechá.*

*V šuplíku erotických hračiek val,
ak i ty nechceš, tak priateľ pár.
Treba život plne užiť,
kým je jeho pestrá jar.*

*Po rokoch...
A teraz už nemáš nást',
už prešiel čas, máš rodinu.
Priateľ po potrate, ako ten pred tým,
našiel druhú, pravú, zase inú.*

*Tvoja duša spomína po rokoch,
vidíš plod v krvi potokoch.
Druhé dieťa sa ťa zrazu pýta,
Som jedináčik? Kde mám súrodenca?*

*Strhne ťa...
Predstava blbá ťa obišla,
priateľova ruka ako nižšie zišla.
Teraz si vyberáš ako to dopadne,
k modlitbe o cudnosť upri dlane.*

PÁR SLOV O . . .

NASTAHOVANÍ



foto: tidalosti.noviny.sk

Predstavte si na začiatok nejaký dom alebo byt okrem toho vlastného. Ideálne nie ideálny. Predstavte si, že niekto v tom dome býval. Dobré. A teraz si predstavte, že obyvatelia z domu odišli a teraz je ten dom celý váš, chcú, aby ste sa tam nastahovali. Prajú si, aby ste ten dom prestavali a upravili tak, aby ste sa tam dobre cítili.

Keďže si všetko iba predstavujete, môžete si rovnako dobre predstaviť, že máte neobmedzené zdroje a schopnosti na to, aby ste čokoľvek s domom urobili.

Predpokladám, že váš postup by vyzeral asi takto:

1. Vyhodíme všetko zlé a pokazené

V dome, v ktorom chceme bývať, nechceme pokazené a nefungujúce veci. Preto ich jednoducho vyhodíme preč. Rovnako v ňom nechceme nič, čo by sme označili za zlé. Čo sú zlé veci? Pre nás to teraz budú veci, ktoré spôsobujú zlo, alebo pomocou ktorých sa spôsobuje zlo a nedajú sa použiť na dobrý účel, alebo v tomto konkrétnom dome nemôžu byť dobré. Takou zlou vecou môže byť napríklad pleseň.

Tiež upravíme dispozičné rozdelenie – čiže zbúrame niektoré steny a postavíme si nové. Zväčšíme alebo zmenšíme okná, dostaviame terasu, alebo podkrovie...

2. Poupratujeme

Čiže vyhodíme špinu, ktorá do domu nepatrí.

3. Zariadenie domu

Po tom, čo je dom pripravený, nastahujeme si nový nábytok, zariadime ho množstvom drobných vecí. Presne tak ako ho chceme. Nebudeme do svojho domu dávať niečo, čo sa nám nepáči. Niečo, čo nemáme radi.

4. Príchod

Posledným bodom je konečne trvalé nastahovanie sa a život v dome.

Život a dom

Čo má dom spoločné s životom? Dá sa povedať, že v obidvoch bývame (hoci slovenčinár alebo jazykovedec by to zrejme neuznal). Svoj život netvoríme z tehál a malty (alebo dreva, kvádier ...), ale vytvárame si určité zvyklosti, tvoríme svoj charakter, ktorý nás definuje, rovnako, ako steny definujú dom.

Do svojho života, rovnako ako do svojho domu, púšťame množstvo ľudí, ktorí v ňom istý čas zotrávajú a potom odídu a nám ostanú spomienky – fotky na poličke, či spomienky ukryté údajne niekde v sivej mozgovej kôre.

Naše životy sú dokonca špecifickejšie ako naše domy, v jednom dome býva viacero ľudí, ale život, ten má každý svoj vlastný.

Čo robíme my, kresťania, so svojimi životmi?

Pozývame do nich Boha. Na Vianoce pripravujeme na jeho príchod svoj dom, aj

svoju dušu. Lenže jeho príchod nie je iba na tých pár dní po spomienke na jeho narodenie, ale naďalej. Od: teraz Do: vždy.

Takže chceme, aby Boh bol obyvateľom našich životov. Nastahovať si Boha do života však znamená veľké zmeny. Boh totiž nebude bývať hocikde. Bude chcieť napríklad vyhodiť nejakú tú neforemnú pohovku pohodlnosti, či vymeniť veľké zrkadlo na stene za priehľadné okno, aby sme lepšie videli na ostatných.

Pustiť sa do generálnej prestavby domu znamená dlhý proces, trvá mesiace, niekedy aj roky. A to sa niekedy uspokojíme s nedokonalosťami. Prestavba života, ktorý ešte len žijeme a meníme každým momentom znamená celoživotný proces a dlhý boj, pretože Boh nerobí kompromisy.

Tak sa do toho pustíme čo najskôr (ihneď), aby sme sa potom, na konci, mohli pozrieť na hotové dielo a povedať si s Bohom: Aký krásny domov.

Daniela



foto: projektyrd.zoznam.sk

KAŽDÝ CHCE BYŤ ZRELÝM ČLOVEKOM

Na to, aby sme dokázali tvoriť zdravé vzťahy, rozumieť svojej sexualite, či vedieť, kedy je na čase s niečím skončiť (napr. so vzťahom) je potrebné, aby sme emocionálne dozrievali. Preto sa v najbližších článkoch budeme zaoberať dozrievaním človeka. V tomto článku sa bližšie pozrieme na dozrievanie v emocionálnej sfére.



foto: bingeeatingtherapy.com

Čo je to emocionálna zrelosť?

Emocionálna zrelosť je schopnosť poznať a porozumieť svojim, ale aj emóciám iných ľudí a kontrolovať vlastné emócie. Poznanie svojich emócií znamená, že človek pozná, kedy sa ako cíti, ale pozná tiež, čo cíti a vie to aj pomenovať. Porozumenie znamená, že človek svoje emócie nielen pozná, ale vie aj prečo sa tak cíti, pozná príčiny či dôvody svojho prežívania danej situácie. Nakoniec, kontrola vlastných emócií znamená, že okrem ich poznania a porozumenia vieme usúdiť, kedy je vhodné emócie vyjadriť a kedy nie, alebo kedy ich vyjadriť len postupným spôsobom.

Na prvý pohľad to môže vyznieť pomerne jednoducho, napríklad rozoznať či sme nahnevaní alebo šťastní. Keď však do seba nazrieme hlbšie, zistíme, že to nie je také jednoduché. Zrazu môžeme nájsť množstvo situácií, kedy sme nevedeli, čo presne cítime, prečo to tak cítime alebo ako je možné, že opakovane nevieme ukontrolovať svoje emócie. Dôvody môžu byť rôzne. Najčastejšie je to preto, lebo nás to nikto nenaučil. Niekedy je však príčinou aj nová situácia, v ktorej ešte nevieme ako reagovať. Veľmi často sa však

za našimi emóciami skrývajú emocionálne zranenia, ktoré výrazne ovplyvňujú naše emócie. Tieto zranenia majú takmer zásadne negatívny vplyv a to až do chvíle, kým nie sú objavené a uzdravené korene týchto zranení.

Cesta k emocionálnej zrelosti

Emocionálne dozrievanie, tak ako aj iné typy dozrievania, môže byť prirodzený, ale aj veľmi náročný proces. Ide totiž o to, čomu sme sa (ne)priučili v našej rodine. Dôležité však je aj to v čom, a do akej miery boli zranené naše city vlastnými rodičmi, či inými významnými osobami v našom živote (priateľ, učiteľ, tréner...). Tento proces je veľmi prepojený s výchovou. Totiž, ak sme mali rodičov, ktorí sami poznali svoje emócie, rozumeli im a vedeli s nimi správne zaobchádzať, potom je veľmi pravdepodobné, že to budeme vedieť aj my.

V opačnom prípade bude proces emocionálneho dozrievania omnoho náročnejší, ale stále možný. Tu už to však záleží najmä od nás samých. Od toho či sme ochotní sa zdeliť niekomu, napríklad poradcovi alebo aspoň osobe skúsenejšej ako my sami, o našich vnútorných prežívaniach a problémoch. Takíto ľudia nás totiž vedia usmerniť, vedia nám pomôcť pomenovať naše emocionálne problémy, pomôžu nám si emócie lepšie utriediť, lepšie pochopiť čo a kedy cítime. Hlavne sa však vedia lepšie odosobniť od našich problémov a môžu nám tak poskytnúť iný pohľad na vec. Ešte dôležitejšou časťou však je, či my sami naozaj pracujeme na spoznávaní našich vlastných emócií a naozaj spolupracujeme s človekom, ktorý nás sprevádza.

Proces spoznávania vlastných emócií, snaha porozumieť im a učenie sa kontrolo-

vať ich sú veľmi často spojené s bolesťou a utrpením. Je to kvôli tomu, že ak chceme v tomto smere napredovať, musíme sa „hrabať“ v našich srdciach. Musíme sa viac zaoberať našim vlastným konaním, ale aj našimi zraneniami. A to najmä vtedy, keď sa v našom živote deje niečo opakované a nerozumieme tomu prečo. Napr. keď niekto nerozumie tomu, prečo sa nikdy nevie potešiť z darčeka, ktorý od niekoho dostane, dokonca aj keď je ručne vyrobený, páči sa mu a je darovaný zo srdca. Musíme tiež vstupovať do vecí, ktoré sa nám doteraz nedarili. Učiť sa ovládať a znova a znova sa pokúšať zmeniť samých seba, aj keď to trvá dlho.

Emocionálne dozrievanie a vzťahy

Je alarmujúce koľko vzťahov dnes troskotá, pretože ľudia často spájajú svoje životy, hoci sú ešte emocionálne veľmi nezrelí. To samozrejme prináša množstvo rôznych zranení. Žiaľ, neraz to prináša aj násilie či dokonca vznik chorôb.

Totíž, pokiaľ človek nepozná samého seba, nemôže dobre spoznať ani toho druhého. Keď si človek nevie dať rady s vlastnými emóciami, nebude si vedieť dať rady ani s emóciami toho druhého. Napr. výbušný chlapec, ktorý nevie kontrolovať svoj hnev, ho nebude vedieť kontrolovať ani keď bude vo vzťahu a navyše keď nevie ovládať svoj hnev, tak pravdepodobne nebude vedieť ani ako reagovať na rôzne emocionálne stavy svojho dievčaťa. Je teda veľmi potrebné poznávať, porozumieť a učiť sa kontrolovať vlastné emócie a tiež mať niekoho, kto nás na tejto ceste sprevádza, pretože to je jedným z kľúčov pre uzdravenie nás samých, už existujúcich nezdravých vzťahov a tiež pre budovanie nových a zdravých vzťahov.

Tu by som chcel veľmi odporučiť – pre dospievajúcich a mladých dospelých, čo chcú vstúpiť do vzťahu alebo ho už majú – knihu od Dr. Clouda a Dr. Townsenda – *Hranice v chodení*. Je to zatiaľ najlepšia kniha o vzťahoch, ktorú som doteraz čítal. Autori veľmi trefne, na základe svojej dlhoročnej praxe, píšú o tom, čo všetko môže vo vzťahu



foto: uncyclopedia.wiki.com

spôsobiť emocionálna nezrelosť a naopak, čo nám prináša proces dozrievania. A tiež o tom ako možno vytvoriť zdravý vzťah.

Snúbencom a manželom by som zas chcel odporučiť knihu *Moje túžby, tvoje túžby* od Dr. Willarda Harleyho, *5 jazykov lásky* od Dr. Garyho Chapmana alebo *Výstup na horu manželstva* od Eliasa Vellu. Už mnoho párov tieto knihy čítalo a veľmi im to pomohlo v budovaní ich vzťahov.

Je teda veľmi dôležité pracovať so svojimi emóciami. Hoci nie sú to najpodstatnejšie, ovplyvňujú kompletne celý náš život počas celého jeho trvania. Preto stojí za to dať sa na cestu emocionálneho dozrievania, napriek tomu, že je taká náročná.

Aby sme si vedeli ešte lepšie predstaviť ako jednotlivé procesy v oblasti emocionálneho dozrievania fungujú, si v nasledujúcom čísle PodNebia uvidíme jeden ilustračný príklad, na ktorom poukážeme na jednotlivé javy.

Kubbcí

OCTOBER BABY

Ako môže udalosť, ktorú si človek z prvých dní svojho života ani nepamätá, tak veľmi ovplyvniť ľudské vnútro? Ako sa vyrovnat s faktom, že ste na tomto svete ani nemali byť? Ako prijať to, že osoba, ktorá by vám mala byť biologicky najbližšia, je pre vás niekto úplne cudzí a žije si svoj vlastný život? Pre kohokoľvek, kto to nezažil, je asi ťažké si to už len predstaviť.

Film *October Baby*, pochádzajúci z americkej produkcie, prináša silný emotívny príbeh devätnásťročného dievčaťa Hannah, ktoré musí čeliť nečakanej pravde. Počas zdravotného vyšetrenia sa dozvie, že jej rodičia, ktorí ju od malička vychovávali, nie sú jej biologickými rodičmi. Taká informácia dokáže silno otriasť nielen človekom na prahu dospelosti. Množstvo otázok, hnev a istá dávka rebelie prispievajú k tomu, aby sa Hannah spolu s partiou mladých ľudí vydala na dobrodružnú cestu, súčasťou ktorej malo byť aj pátranie po jej matke.

Trochu humoru, dotýkajúce sa rozhovory, vnútorný boj

Napätie vyplývajúce z vážnosti témy je miestami odľahčené vďaka niektorým komickým členom posádky auta. Pre niekoho to možno bude pôsobiť trochu otravne, keďže nejde o žiadne sofistikované hlášky, no vzhľadom na pôvod filmu treba mať pochopenie aj pre tento štýl humoru, ktorý je v prípade



foto: popscreens.com

October Baby naozaj len okrajový. Hlavné obsahové ťažisko nesú v sebe najmä rozhovory. Jedným z nich bol určite ten, ktorý sa odohrával medzi Hannah a zdravotnou sestrou, ktorej do istej miery mohla vďačiť za svoj život. Informácie, ktoré u nej získala, ju doviedli až k matke. Tá však na stretnutie nebola pripravená, a tak nastalo ďalšie sklamanie. Ako sa postupne vyplavujú všetky veci na povrch, je zaujímavé sledovať, čo sa deje s psychikou postáv, ako uvažujú a čo robia. Výrazné postavenie zohráva najmä adoptívny otec, ktorý zápasí na jednej strane s poznaním a akceptáciou slobodných rozhodnutí svojej dcéry, no na strane druhej s obrovskou láskou, ktorá ho núti chrániť Hannah pred všetkým, čo by jej mohlo ublížiť.

Romantika musí byť

Všetky romantické duše určite poteším, keď poviem, že na pozadí tejto vážnej témy sa odohráva aj menšia ľúbostná zápleтка. Hlavnej predstaviteľke totiž pomáha prejsť

týmto náročným obdobím skutočne charakterný a sympatický kamarát. Celkovo hodnotím obsadenie postáv veľmi pozitívne, ich výkony boli naozaj uveriteľné, čo je pri tak emotívnej záležitosti, akou je potrat, veľmi dôležité. Vo filme je značne cítiť aj kresťanský podtón, ktorý je však podaný veľmi slobodným a nie vnucujúcim spôsobom. Vidieť ho najmä v konaní a uvažovaní postáv, čo je sympatické. Autorom snímky sa podarilo poukázať na to, akú veľkú moc v sebe nesie odpustenie a aké dôležité je prijať samého seba.



foto: honolulupulse.com

Živé svedectvo

Hudba zvolená do filmu značne umocňuje emócie, preto sa treba pripraviť na to, že aj vám možno nejaká tá slzička vybehne. Počkajte si na úplný záver, ktorý bol pre mňa v momente, kedy sa už začali pomaly zobrazovať záverečné titulky. Odznie tam

svedectvo filmovej predstaviteľky biologickej matky Hannah, ktoré v sebe nesie osobitú silu. Možno je to aj tým, že je očistené od prikráslených filmových efektov, naučeného textu či podmazovej hudby, možno tým, že je to skutočne prežité... Posúdenie nechám už na vás.

Ada

O ĽUDSKOM TELE

„Už som dosiahol o čosi vyšší vek a môžem sa obzrieť dozadu na svoju dlhoročnú skúsenosť - teda, že som schopný ponúknuť zopár úvah o kľúčovej téme telesnosti.“ Píše na úvod autor, taliansky kardinál C. M. Martini.

Útla knižočka rozvinutá na 81 stranách ponúka čitateľovi krátke myšlienky, ktoré slúžia ako podnet na ďalšie zamyslenie sa. Je určená pre tých, ktorí sa zaujímajú o oblasť ľudského tela z duchovnej stránky a chcú preniknúť hlbšie do tejto oblasti. Toto malé dielko ponúka témy, napríklad ako: Zdravie a choroba, Odlišnosť a sexualita, Sviatosť či Vzkriesenie tela. Autor sa zamýšľa tiež nad chápaním tela v Svätom Písme, v kresťanstve

a aj nad v súčasnosti často frekventovaným slovným spojením - kult tela. Kniha sa číta veľmi ľahko, dá sa doslova „zhltnúť“ na jeden dych. Zároveň je však možné sa k nej neustále vracaať a čerpať z nej námety na rozjímanie.

romana.



foto: romana.

GLOBÁLNA SEXUÁLNA REVOLÚCIA

Rodová rovnosť. Úplne zrovnoprávnenie pohlaví. Popretie akýchkoľvek rozdielov medzi mužom a ženou. Možnosť voľby pohlavia. Ešte väčšia sloboda. Dodržiavanie ľudských práv a slobôd. Žiadna diskriminácia. Plánované rodičovstvo. Potrat ako ľudské právo. Sexuálna výchova povinným predmetom na školách. V uvedených heslách ste si práve prečítali hlavné ciele novej politiky, nazývanej tiež „Gender mainstreaming“. Je vám tento anglický pojem úplne cudzí, alebo ste už o danej téme niečo počuli? Podstatu, zmysel a význam „gender“ odokrýva Gabriele Kuby.

Spoločnosť nestagnuje, vyvíja sa a napreduje. Je preto potrebné ju inovovať a prispôbiť novému trendu. Všetky zastarané, tradičné, opotrebované a po stáročia fungujúce štruktúry a systémy treba rozbiť. Čo všetko to však obnáša? Čo za tým stojí? A akú cenu je potrebné zaplatiť? Odpoveď na tieto a mnohé ďalšie otázky môžeme nájsť v 400-stranovom diele, ktoré sa vám pokúsim priblížiť.

Žena s veľkým „Ž“

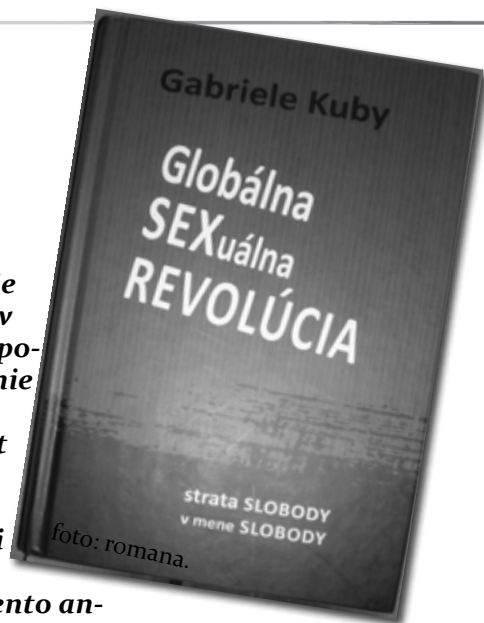
Gabriele Kuby je nemecká autorka, ktorá vyštudovala sociológiu. Počas desiatich rokov zhromažďovala a spracovávala informácie a fakty o novom trende spoločnosti, ktoré publikovala v spomínanej knihe. Jej dielo predstavuje prierez tohto novodobého vývoja od čias Francúzskej revolúcie až po súčasnosť. Zároveň ponúka nový pohľad a otvára oči všetkým tým, ktorí nevedia, čo sa v dnešnej spoločnosti deje. Nám ľuďom, ktorí ani len netušíme, že jednotlivé mocenské štruktúry majú za cieľ redukovať nevyhovujúce a prekážajúce

obyvateľstvo vo svete. Odstrániť bipolarnosť pohlavia muža a ženy a presadiť niekoľko druhov pohlaví, ku ktorým sa ľudia budú môcť hlásiť na základe svojich pocitov a nie prehlásením rodičov pri ich narodení. Autorka tiež zdôrazňuje, že celá činnosť týchto štruktúr je zaobalená a ukrytá pod pojmi ako rovnoprávnosť, ochrana ľudských práv, diskriminácia či homofóbia.

V knihe možno nájsť konkrétne opatrenia, ktoré sú prijímané na začlenenie tejto novodobej ideológie prostredníctvom OSN, EÚ a národných vlád. Politické znásilnenie a zneužitie jazyka v prospech ideológie, epidemické rozšírenie pornografie, zrušenie morálnych noriem prostredníctvom zrovnoprávnenia homo-, bi-, trans-, a intersexualitu s heterosexualitou, možnosť adopcie v rámci týchto vzťahov, prevýchova mládeže v školských a predškolských zariadeniach a taktiež kresťanský pohľad na homosexualitu.

Absurdita či realita?

Pri čítaní týchto riadkov len neveriacky



krútite hlavou? Zdá sa vám to absurdné? Nech sa páči, ponúkam preto niekoľko citátov zo samotnej knihy: „Kto teda má názor, že existuje Božie určenie pre muža a ženu, je náboženský fundamentalista, a kto si myslí, že každú bunku tela možno geneticky definovať ako mužskú alebo ženskú a že mozog muža a ženy ukazuje značné rozdiely, ten je biologický, sexistický fundamentalista, a teda nebezpečný subjekt, nepriateľ slobody. Vzpiera sa zrušeniu zauzlenia, záväzkov a komplikácii bipolárneho hierarchického pohlavného poriadku.“ MANIFEST RODOVEJ ROVNOSTI

„Hammarberg teda hovorí, že pohlavie „pripísané“ pri narodení nie je vrodene, zatiaľ čo pohlavie, ktoré sa „vyvinie“ u dorastajúceho, je vrodene. Obidve nemusia byť v súlade.“

„Kto kladie otázky, je umlčaný obvinením z „diskriminácie“, kto spolupracuje, postupuje vyššie. Je odmenený peniazmi, kariérou, účasťou na moci a podporou médií.“

Knihu by malo čítať čo najviac ľudí, pretože...

Myslím, že tieto tri krátke úryvky vás mohli presvedčiť o aktuálnosti danej situácie a naliehavosti zaoberať sa témou „gender“. Pri otázke: „Pre koho je táto kniha určená a kto by mal toto dielo čítať?“ sa stotožňujem s výrokom prof. Dr. Roberta Speemana, ktorý prehlásil: „Túto knihu by malo čítať čo najviac ľudí preto, aby spozorneli a všimli si, čo im hrozí, keď sa nebudú brániť.“

romana.

TEOLÓGIA JEHO /JEJ TELA



foto: webnoviny.sk

Určte si pamätáte, keď si vás v jeden pekný deň ako tínedžera, či tínedžerku zavolali rodičia a chceli sa s vami vážne porozprávať o problémoch spojených s dospelaním. O sexe.

Asi ste sa vtedy v duchu usmiali a pomysleli si, že o tejto téme ste už predsa dosť informovaný. Odpovede na vaše otázky ste nemuseli hľadať u rodičov, stačilo sa obrátiť na kamarátov, zalistovať v časopisoch, posadiť sa pred televíziu alebo jednoducho zasurfovať po internete.

A práve preto mladí často vnímajú mužskosť a ženskosť veľmi povrchne a skreslene. Čo je horšie, ich zakorenená nesprávna predstava ich sprevádza aj v dospelom živote. Kniha Teológia jeho Tela /jej Tela ponúka odpovede na pálčivé otázky a pomáha pri budovaní vlastnej identity.

Kniha je písaná z polovice pre chlapcov a z polovice pre dievčatá. Prečítať si ju môžete

samozrejme celú, dokonca sám autor to odporúča. Našiel som v nej veľmi jasne a príjemne vysvetlené aká je rola muža, jeho poslanie, jeho slabosti i cnosti a ako to Boh s tým sexom vlastne myslel. Dievčatá v nej odhalia tajomstvá ich krásy, hodnoty a môže im pomôcť nájsť životné poslanie.

Veľmi sa mi páčilo, že autor pomenúva veci jasne a nehanbí sa písať otvorene, napríklad aj o homosexualite. Myšlienky v nej sú prepletené príbehmi ozajstných mužov či žien, o ktorých sa v televízii tak často nehovorí. Aj keď má kniha len zopár strán, zachytáva všetko podstatné, pre skutočne zdravý pohľad na seba a na opačné pohlavie.

A tak túto knižku odporúčam všetkým tínedžerom, ktorí hľadajú skutočnú pravdu, ktorí majú veľa otázok a málo odpovedí, ktorým by mohli veriť.

Tomáš



SVÄTÁ MÁRIA GORETTI

MUČENICA (1890 - 1902)

Svätá Mária Gorettiová pochádzala z chudobnej roľníckej rodiny. Narodila sa 16. októbra 1890 v Corinalde pri Ancone v stredovýchodnom Taliansku. Gorettiovci sa odsťahovali najprv do blízkeho Colle Gianturco a odtiaľ do Ferriere di Conca pri Nettune.

Rodina Gorettiovcov pracovala spolu s rodinou Serenelliocov ako nájomníci na pozemkoch istého statkára. Práca bola ťažká, ale pôda úrodná, takže Gorettiovci sa nádejali, že časom si zaistia lepšie životné podmienky. No prišiel ťažký úder. Začiatkom mája roku 1900 mladého otca Luigiho Gorettiho napadla a skosila malária. Na poľné práce ostala iba matka Assunta. Starosť o domácnosť musela z veľkej časti prevziať desaťročná Mária.

Mária mala veľa povinností. Upratovala a čistila dom, opatrovala štyroch menších súrodencov, pripravovala jedlo, chodila predávať vajčička a holuby do Nettuna, ktoré bolo vzdialené od Ferriere desať kilometrov. Okrem toho musela prať a obšívvať bielizeň svojim súrodencom i dvom Serenelliocov. Starý Serenelli bol grobian a povýšeneckou nespokojnosťou strpčoval život Máriinej matke. Jeho dospievajúci syn Alessandro bol pracovitý, ale mal vážne charakterové nedostatky, ktoré sa naplno prejavili v jeho vzťahu k dospievajúcej Márii.

Rok 1902 bol pre Mariettu významný, lebo mohla pristúpiť k prvému svätému prijímaniu. Bola síce už veľká, takmer dospelá, veď mala skoro 12 rokov, ale vtedy to nebolo nič zvláštne. Vtedy totiž neprípúšťali deti na prvé sv. prijímanie tak zavčasu ako dnes. Okrem toho malá Mária nemohla

chodiť do školy, lebo už od útleho detstva musela pomáhať matke. Preto až keď odrástla a všetko lepšie chápala, mohla sa zúčastniť na vyučovaní katechizmu, na ktorom sa deti pripravovali na prvé sväté prijímanie. Máriin veľký deň, keď mohla prijať Pána Ježiša sviatostným spôsobom, bol sviatok Božieho Tela, 29. mája 1902. Dobré a úprimne nábožné dievča ho prežívalo v hlbokom šťastí.

Mária bola šťastná napriek tomu, že počínanie osemnásťročného Alessandra Serenelliho vnášalo do jej duše nepokoj. Mládenec sa k nej totiž v poslednom čase správal tak, že sa právom obávala budúcnosti. Ale nemohla sa mu vyhnúť, lebo obidve rodiny žili v tom istom dome a Mária musela aj jemu variť, prať a opravovať bielizeň.

Prišiel 5. júl 1902. Serenelliocvi spolu s matkou Assuntou Gorettiovou a deťmi mlátili zrelý bôb. Mária po domácom upratovaní začala opravovať košeľu, ktorú jej dal Alessandro. Zdržiavala sa na malej krytej plošinke nad schodmi, ktorými sa vchádzalo do hornej časti domu. Zrazu Alessandro pod nejakou zámienkou odišiel od ostatných a prišiel k Mariette. Volal ju, aby s ním šla dovnútra. Keď nechcela, vtiahol ju násilím do domu a usiloval sa ju prinútiť, aby sa poddala jeho chůtkam. Ale ona sa bránila zo všetkých síl a kričala na

násilníka: „Nie, nie! Boh to zakazuje! Prídeš do pekla!“ Vtedy Alessandro chytil nôž a začal ním zúriivo pichať statočné dievča. Marietta sa nevládala brániť, iba opakovala: „Alessandro, čo robíš? Prídeš do pekla!“

Po štrnástich bodnutiach, z ktorých dve boli do prs a ostatné do brucha, pričom vážne zasiahli aj vnútornosti, Alessandro opustil svoju obeť a zavrel sa do izby. Mária sa ešte stihla dotiahnuť na schodište a zakričať na tých, čo pracovali dolu. Ponáhľali sa ju čo najrýchlejšie dopraviť do nemocnice v Nettune a Alessandra odviekli do väzenia.

Lekári v Nettune sa usilovali robiť, čo mohli, ale vedeli, že dievča nezachránia. Mária sa vo veľkých bolestiach dožila ešte nasledujúceho dňa. Zomrela 6. júla 1902. Pred smrťou zo srdca odpustila vrahovi. Pochovali ju najprv na Nettunskom cintoríne. Neskôr preniesli jej telesné pozostatky do kostola Milostivej Panny Márie, kde sú uložené v kaplnke, ktorá je zasvätená mladej mučenici.

Máriu Gorettiovú vyhlásil za blahoslavenú roku 1947 pápež Pius XII. Ten istý pápež ju o tri roky neskôr vyhlásil za svätú. Na obidvoch slávnostiach sa zúčastnila jej matka a na svätorečení aj jej súrodenci a vrah Alessandro Serenelli. Ten sa počas takmer 30-ročného väzenia zmenil k dobrému a po prepustení na slobodu žil ako pomocník v jednom kapucínskom kláštore.

Slávnosť svätorečenia „svätej Agnesy 20. storočia“ sa konala 24. júna 1950 na preplnenom Námestí sv. Petra v Ríme. Státisíce veriacich si takto prišli uctiť jednoduché, ale hrdinské statočné dievča, ktoré svojím príkladom upozornilo, že jestvujú kresťanské a mravné hodnoty, ktorých sa nemožno vzdáť ani za cenu krvi. Toto poslanstvo svätej Márie Gorettiovej je veľmi aktuálne najmä v súčasnom období mravného úpadku, keď menší alebo väčší násilníci ľahko, takmer bez odporu, ničia ušľachtilé osobné kvality a mravné ideály dospievajúcej mládeže.

Juli

VOLANIE

Ahoj Bože,

*volám teraz na Teba,
chcem dať všetko zo seba,
keď treba.*

*Cítim, že moje srdce túži,
tak ho nechám, nech to skúsi.*

*Nakloň ucho Ježiš k mojim slovám,
k mojim ťažkým okovám...
Už viac nie!
Nechcem a nebudem kráčať sám,
pretože Ty si môj Pán,
iba málokto vie,
čo v mojej duši znie.
Tak povedz, čo mám zmeniť,
či mám ďalej peniť,
a či leniť.*

*Stále iba opakujúce sa slová „vstaň
a choď“, ale kde a kam?!
Ja nechcem ísť sám.*

*Mrzí ma to,
ale niekedy som Ti nie veriť schopný,
možno preto,
že sa bojím, že už nebudeš viac
ochotný...*

*Pripadám si strašne malý na tomto
svete,
aby som stále na sto percent veril,
že Ty a celé nebo o mne všetko viete.*

*Zošli mi, prosím, vieru...
to je jedno...
vieru malú či veľkú...
hlavne...
daj mi svojho Ducha!*

*Jediné čo chcem, aby si na mňa
pozrel a povedal si: „Môj syn ma
poslúcha“.*

Richard Krátky

IDEM DO KOSTOLA. ČO NA SEBA?

Oliver: „V niektorých kostoloch som si všimol obrázok, kde je znázornené nevhodné oblečenie, ako napríklad tielko alebo krátke nohavice. Čo je zlé na tom, keď má v lete človek odhalené ramená alebo kolená?“



foto: sweetladylollipop.blogspot.com

Bohuš: „Do kostola - Božieho domu - určite nepatrí odhalené rameno či kolená. Tu treba rozlišovať (hlavne v lete) - kam idem, s kým idem, na čo tam idem a čo si oblečiem. Keď ideme do divadla, na promócie či na iné príležitostné akcie, patrí sa obliecť pekne, slušne, reprezentatívne. Kostol by mal tiež byť pre nás niečím vzácnym, posvätným. Mali by sme v sebe pestovať cit pre cudnosť a pre skutočnú krásu.“

Oliver: „Lenže pojem krásy je dosť subjektívny. Každému sa páči niečo iné a niekto sa pohorší už na sukni mierne nad kolená... A čo vlastne znamená, keď je niekto cudný? Čo by mal pre to robiť, respektíve nerobiť?“

Bohuš: „Cudný znamená skromný, mierne, slušný, mravný, nevyvolávajúci pokušenie, zdržanlivý, nie výstredný. Cudnosť je prejavom vernosti. Začína sa v mysli, v postoji, cítiť ju v pohľade, správaní, reči, oblečení. Cudnosť, vernosť a zdržanlivosť spolu súvisia, sú súčasťou charakteru a očakávajú sa od ženy i od muža - slobodnej/ého i s obrúčkou. Pri súčasnom trende „odhaľovať krásu ženského tela“ nie je najľahšie obliecť sa módne,

pekne i cudne, no dá sa to. Veď sme dostali do vena tvorivú vynaliezavosť. Pomôžme si navzájom. Dbieť na cudnosť v obliekaní nie je zákonníctvo. Mnoho závisí od našej ochoty dať sa formovať k zodpovednosti za vplyv na blížneho.“

Oliver: „Zaujalo ma to spojenie „zodpovednosť za vplyv na blížneho“. Čo to v praxi znamená? Mám akože k niekomu prísť a povedať mu/jej, že nie je vhodne oblečený/á, aby som mal čisté svedomie? Nezasahujem tým do slobody človeka?“

Bohuš: „Nie, nejde o to, aby sme každého, kto je nevhodne oblečený, napomínali. Nie vždy to prinesie očakávané ovocie. Podstata spočíva v tom, aby som pamätal na zodpovednosť za druhých vtedy, keď sa rozhodujem, čo si oblečiem. Môžeme povedať, že je pomocou, ak muž vníma ženu ako človeka a správa sa k nej s cudnou mužnosťou, ak žena vníma muža ako človeka a správa sa k nemu s cudnou ženskosťou a oblieka sa tak, aby muži mohli na ňu pozrieť s potešením, ale bez pokušenia.“

Ada + Sa
PODNEBIE

GAŠTANOVÉ GUĽKY NA UVOĽNENIE

Milí čitatelia,
určite ste sa už niekedy dostali do stavu, kedy ste mali potrebu jednoducho „vypnúť“. Tým, čo často namáhajú svoje mentálne sily, odporúčam skvelý recept, pri ktorom sa môžu pokojne babrať s hmotou, nemyslieť na nič a užívať si pocit vytvárania niečoho spoločensky užitočného (samozrejme za predpokladu, že máte v úmysle sa s koláčikmi podeliť). Výhodou je okrem spomínanej psychohygieny aj nulová šanca pokaziť maškrtu, keďže ide o nepečený druh (platí pre nízko, priemerne a vyššie zručných gazdov a gazdinky, v rámci kategórie „tým, čo aj voda prihori“ to zaručiť neviem).

Potrebuje:

500 g gaštanového pyré
150 g detských piškót
150 g práškoveho cukru
2 balíčky vanilkového cukru
125 g masla
pár kvapiek rumu
Poleva: 100 g čokolády
100 g masla

Postup:

Uchopíme strúhadlo a uvedieme ním gaštanové pyré do tvaru podobného slížom (siahneme po širšom otvore bežne používanom napr. pri strúhaní jablka). Rovnaký postup použijeme aj v prípade masla a potom nenápadne uložíme strúhadlo medzi iný špičavý riad s tajnou túžbou, že ho niekto umyje za nás. Nebudeme si predsa kaziť príjemné chvíle, ktoré onedlho nastanú.

Užitočná vec na odbúrание napätia je aj mletie piškót - najlepšie mlynčekom. Trochu si zavŕždite, ponamáhate svaly rúk a piškótová múčka je na svete. Partia je už takmer hotová, len stačí prihodit práškový a vanilkový cukor. Jaj, skoro som zabudla na tajnú esenciu. To sa môže ľahko stať aj vám, ak patríte do rodiny, kde majú niektorí členovia tendencie dopíjať, čo zostalo na stole. Z tohto dôvodu mávam fľaštičku s rumom ponechanú v skrýši do poslednej chvíle, no pozor, aby vám ruka príliš neušla, stačí naozaj len pár kvapiek. A teraz tá najdôležitejšia časť, celú zmes

poriadne miesime holými teplými rukami. S nahotou zrejme doma nie je problém, no v prípade nesprávnej teploty siahnite na nejaký výhrevný objekt. Miesime zmes, miesime, až kým z nej nie je pekná jednoliata hmota, prípadne dovtedy, pokiaľ v nás bude táto činnosť vyvolávať príjemné pocity. Na 2 hodiny sa s cestom rozlúčime a urobíme mu miesto v chladničke. Po uplynutí odlúčeného sa pustíme znova do práce a nachystáme si papier na pečenie, na ktorý budeme ukladať naše výtvy. Naberáme si po kúskoch hmotu a tvarujeme guľky s priemerom asi 2,5 cm, prípadne prispôbime rozmery veľkostiam košíčkov. Bavíme sa s guľkami, kým nie je všetko cesto v ťahu. Potom si pripravíme čokoládovú polevu, ktorú umiestňujeme na vrch guľôčok. Kto má po takomto výkone ešte stále chuť niečo robiť, môže ich dozdobiť kúskami mandlí či bielou čokoládou. A ak niekto stále nepociťuje mentálne uvoľnenie, môže si celý postup od začiatku zopakovať :)

Ada



ilustračné foto: azet.sk

PRE BYSTREJŠIU HLAVIČKU

N	D	E	K	A	K	T	E	L	P	Á	Z	B	A
R	A	I	L	O	T	A	T	S	I	N	E	T	P
K	L	E	E	Ú	L	A	H	S	K	B	S	K	A
A	K	I	N	A	P	O	R	O	O	I	E	N	R
L	B	R	O	O	K	A	P	E	L	A	I	L	T
I	O	É	T	K	M	T	R	S	A	D	Á	K	A
K	R	O	N	I	K	A	U	P	O	L	E	N	O
A	P	A	E	S	A	H	A	R	A	R	P	R	A
K	Í	N	V	O	L	S	Ľ	K	I	R	L	N	P
V	K	I	A	A	A	A	I	D	Á	S	Á	O	A
O	V	D	D	N	M	T	L	M	S	V	T	D	M
T	L	I	S	T	I	N	A	O	A	E	N	A	A
K	N	V	T	L	T	L	V	R	M	T	O	O	L
A	K	V	O	N	A	L	A	K	N	Á	R	T	S
C	E	P	U	K	A	K	A	M	O	K	R	U	H

aktovka, atrapa, direkt, hladina, huslista, kalamár, kalamita, kalika, karavána, kapela, klenot, kornút, kronika, kupec, lanovka, libela, listina, makak, malina, obklad, okruh, panika, paráda, pikola, plátno, poleno, politika, potopa, predloha, ramienko, rodina, Sahara, slalomár, slama, slovník, spolok, stránka, sveták, tenista, toliar, turista, vidina, zápletka

VTIPY

„Pán doktor, svrbí ma celé telo.“
 „A skúšali ste sprchu?“
 „Hej, týždeň-dva bol pokoj, a potom zas...“

Na hraničnom priechode sa pýta muž colníka: „Pane, je možné vyvážať zlato do Francúzska?“

„Samozrejme, no v primeranom množstve,“ odpovie colník.
 „A 110 kilogramov je primerané množstvo?“
 „Tak to určite nie!“
 „V tom prípade,“ obráti sa muž k žene, „zlato moje, zostávaš doma...“

Idú dve muchy, jedna okolo druhej a druhá okolo pol štvrtej.

Dopravné lietadlo sa za letu otočí na chrbát, cestujúci začínajú prepadať strachu, ale letuška ich ukludňuje: „Nič sa nedeje, zachovajte klud, to len kapitán má nádku, tak si dáva do nosa kvapky.“

Hovorí Jana kamarátke:
 „V električke prišiel ku mne nejaký chlapík a chcel odo mňa môj lístok. Ako keby si nemohol kúpiť svoj!“

Dve kamarátky sa rozhodli, že si urobia piknik v prírode. Prvá vraví: „Dajme si deku pod strom.“
 Druhá na to: „Nie, dajme si radšej do stredu cesty.“

Dajú si teda deku na cestu. Vodič auta ich zbadá a snaží sa im vyhnúť, prudko stočí volant a narazí do stromu.

„Vidíš, keby sme si dali deku pod strom ako si chcela ty, tak sme teraz mŕtve!“

Ide zajac k hadovi a hovorí:
 „Had prepáč, že som sa ti smial, že nemáš nohy.“
 Had: „Jasné, to je v pohode.“
 Zajac: „Fakt, určite?“
 Had: „Áno, jasné“
 Zajac: „Tak ruku na to.“

Počas návštevy v blázinci sa pýta návštevník riaditeľa, podľa akých kritérií sa rozhoduje, či niekto bude zatvorený alebo nie?

Riaditeľ vysvetľuje: „No, my napustíme vaňu vodou, dáme kandidátovi lyžičku, hrnček kýbeľ a poprosíme ho, aby vaňu vyprázdnil.“

Návštevník hovorí: „Aha, rozumiem, normálny človek vezme vedro, aby to išlo rýchlejšie, že?“

Riaditeľ: „Nie, normálny človek vytiahne zátku... Chcete izbu s balkónom alebo bez?“

VIANOČNÁ VEČERA

