

ZNAMENÍ DOBY



4/93

TAKY MÁTE (OBCAS)

STRACH?

NEW START

NOVÁ ŠANCE PRO VÁS

MAVIS LINDGREN OVÁ BĚHÁ V 85 LETECH MARATON

Vypráví se, že jednou dostal americký prezident Abraham Lincoln dopis, který obsahoval pouze jediné slovo – na



papíře bylo velkými písmeny napsáno: HLUPÁK. Když to Lincoln přečetl, řekl s údivem: „Dostává vám hodně dopisů, pod něž se lidé nepodepíší, ale aby někdo nenapsal nic

a podepsal se, to jsem ještě nezažil!“

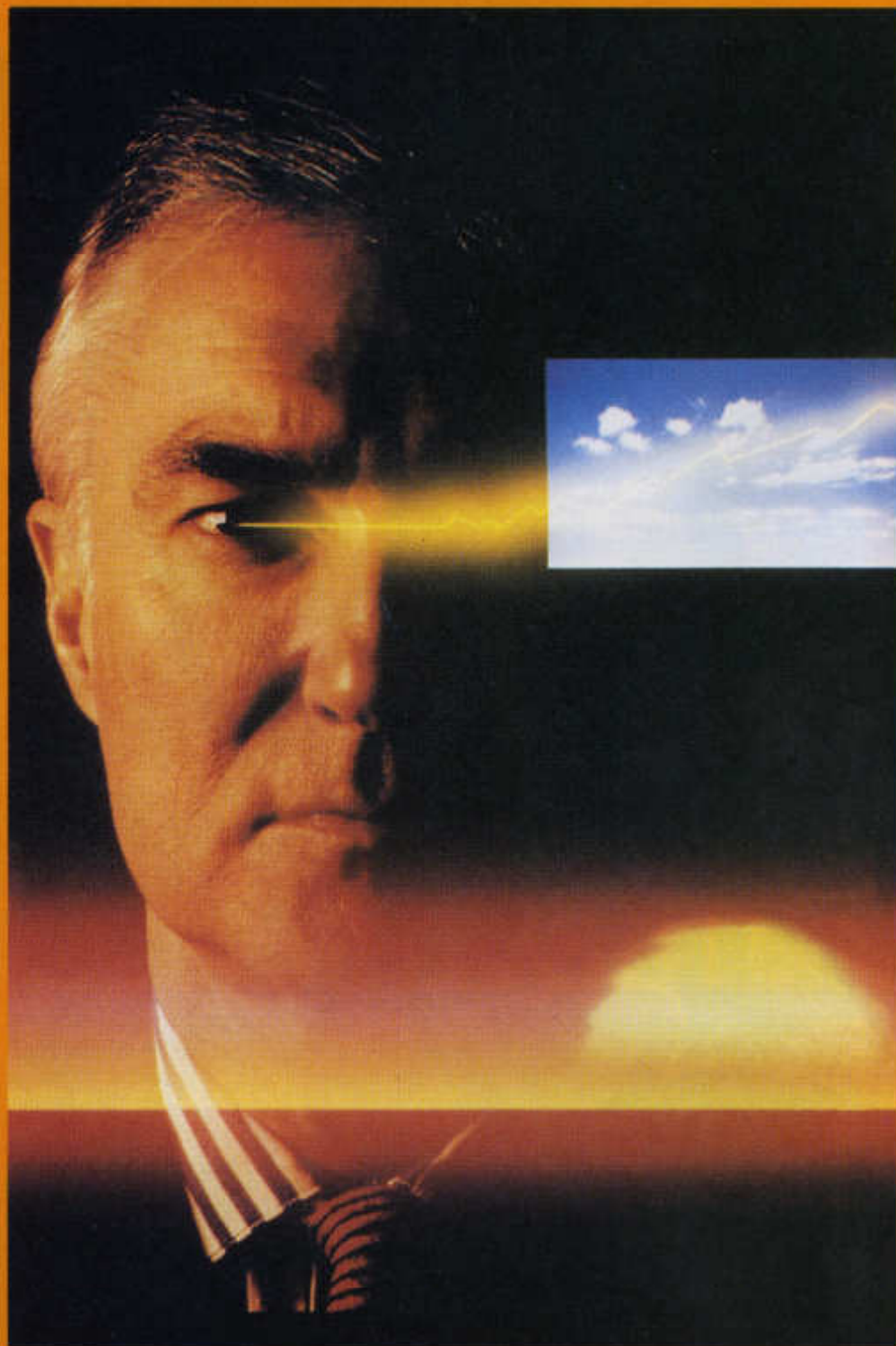
Milí čtenáři,

blíží se období, které mnozí mají nejraději, ale jiní ho možná v lásce příliš nemají – konec roku. Pomyslná hranice, dělicí čára: dává naději, vyvolává radost, naplňuje nás očekáváním, možná vzbuzuje strach... Co přinese budoucnost...? – ptáme se, možná s obavami, možná bez nich a snažíme se vidět dál, jako by to tam bylo napsané. Strach z budoucnosti, očekávání budoucnosti, naděje do budoucnosti... to zaměstnává nejednoho z nás. Co s tím? Jak žít dál? Jak prožít celý další rok? Čemu se vyhnout? Jaký směr zvolit?...

I v tomto čísle Vám chceme nabídnout několik příležitostí – námětů k zamyšlení. Autoři našich článků se nezapomněli podepsat; udělali to rádi, protože na rozdíl od neznámého pisatele ve výše uvedené anekdotě se nebojí ani nestydí hovořit o tom, o čem jsou přesvědčeni, že je správné, k čemu dospěli ve svém životním hledání.

Do dalších dní – roku 1994 – Vám za celou redakci časopisu Znamení doby přeji, abyste v jejich průběhu měli pocit, že jdete tou správnou cestou, a vlastně – abyste po ní skutečně šli.

Elv Štefánek



Z OBSAHU

S

plato každé přání svého duše?

str. 6



Margareta Lindgrenova běha v 85 letech maratón

M

str. 8

R

astizmus: „To se nás vůbec netýká!“

str. 10



Víte, kterému městu se říká „New York antiky“?

V

str. 14



Taky
máte
(občas)

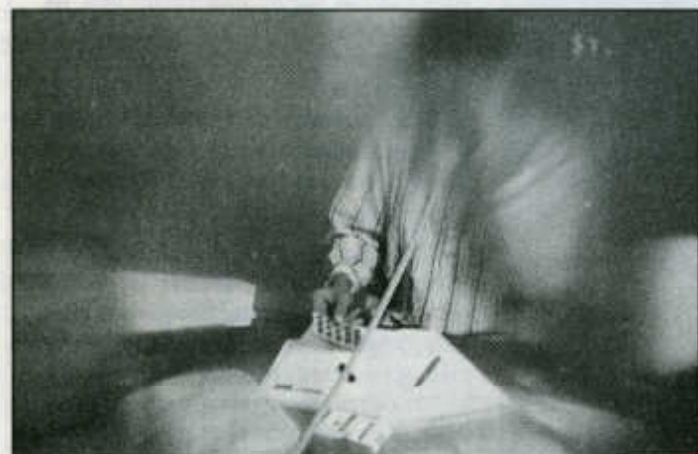
STRACH?

Moderní společnost vytváří situace, ve kterých člověk prožívá řadu silných zážitků, ale také ho často provází strach. Strach ze ztráty místa. Strach z toho, že propadne u zkoušek, že něco nezvládne. Strach z neúspěchu. Ale třeba také strach z toho, že odejde partner nebo děti vyletí z „rodného hnízda“ a on či ona zůstane sám. Strach ze stárí, z nemoci, z operace, z rakoviny, z AIDS, strach ze smrti...

Možná se bojíte, když odcházíte z domu, zda jste zavřel plyn nebo vodu. Nebo máte strach vyjít večer na ulici... Snad máte obavy z naší demokracie – zda zvládneme tu svobodu, vypořádáme se s ekonomikou a jak to nakonec dopadne s tou politikou... Anebo máte strach z oslabení ozonové vrstvy či z toho, aby se k nám nepřenesla válka z Balkánu anebo třeba nezačala třetí světová...

Strach může mít mnoho podob. Buď jde o naše malé každodenní strachy – vlastně stresy (zda chytну autobus, přijdu včas do práce, stihnou uvařit...), anebo takřka o strach zásadní. V tom

cích, ale přece věcí, které můžeme my sami ovlivnit. Buď lepším rozvržením času a práce nebo – a to nejčastěji – zamyšlením se a opravdovým zhodnocením situace. Není potřeba přijmout novou situaci, zkusit se s ní vypořádat?



prvém případě jde často o naši úzkostlivost, špatnou organizaci času a práce nebo o potřebu humoru, která nám někdy schází k tomu, abychom – když nám před nosem ujede autobus, v tlačenici někdo šlápne na nohu nebo se ozve v telefonu „do týdne umřeš“ – se dokázali zasmát, vyhodnotit situaci a říci: „To je nesmysl, to přece nezáleží na tom či na onom, vezmi rozum do hrsti a přemýšlej!“ Opravdu, celá řada našich strachů (spíš „strášků“) se týká nevýznamných, nedůležitých okolností či událostí, sice stresují-

Nevyplývá často strach právě z toho, že málo přemýšlíme a zapomínáme hledat nová řešení? Pomůžeme si tím, když se budeme bát?

Je pravda, že někteří mezi námi (a občas k tomu máme všichni sklon) jsou mimofádně úzkostliví. Bojí se jaksi z principu. Pokud tím začíná trpět naše okolí anebo dokonce my sami (bojíte se např. vyjít z domu, protože máte strach, zda jste zavřeli všechny elektrospotřebiče nebo strach z množství lidí, které potkáte v obchodním domě), bylo



by zřejmě dobré navštívit odborníka, s kterým můžete krok za krokem všechny tyto situace probrat, a vlastně bez strachu prožít. Nezapomeňte však, že bez odvahy překonat tuto situaci

a objevit něco nového to asi nepůjde.

Strach může mít opravdu mnoho podob. Předpokládám však, že mnohem víc než každodenní (anebo i mimofádné) stresy nás trápí jiná „kvalita“ strachu. Dokonce jako by se nám zdálo, že strach je určitým „znamením“ naší doby. Kdosi výstižně napsal, že nevěra je znakem dnešní doby a protiváhou křesťanských postojů, nýbrž strach.

Lidé dnes mají strach především z budoucnosti, z existenciálního ohrožení – prostě jde o zásadní nejistotu, která se často týká současnosti, ale především pohledu vpřed. Lidé se bojí smrti, katastrof, které přicházejí na naši zem, potkávají nás v našem životě a jsme vůči nim bezmocní – jde zřejmě o cosi, co souvisí

**Nevyplývá často
strach právě z toho,
že málo přemýšlíme
a zapomínáme hledat
nová řešení?
Pomůžeme si tím,
když se budeme
bát?**

s naší orientací, a s budoucností, i s tím, co od ní očekáváme... Co nám vlastně přinese budoucnost? Proč jsme tak nejistí, když jde o odpověď na tuto otázku?

Zřejmě souvisí náš strach s posledními otázkami člověka – otázkami po smyslu života, které cílí k tomu, proč zde žijeme, jaké jsou naše jistoty, a především jaký je cíl našeho života. Čili proč jsme zde, odkud jdeme a kam.

Co je skutečně naší poslední jistotou, na čem ve svém životě stavíme a o co se opíráme? Je to taková jistota, že jsme schopni se o ni opřít i proti strachu? Nebo je strach silnější? Každý podvědomě touží po nejsilnějším spojení. Je něco nebo někdo, kdo je objektivně silnější než strach?

Bible říká, že když chodil po této zemi Ježíš Kristus, učil lidi, že se nemusí bát. „Nemějte strach“, „nebojte se“, „nermuťte se“. „Já jsem cesta, pravda a život.“ Jsem přesvědčen, že jedinou opravdovou jistotou, která se dokáže postavit strachu, je Ježíš Kristus. Kristus nabízí jistotu a naději. Křesťan není uchráněn krizových situací, ale ví, že jde-li životem s Kristem, nemusí se bát. Jednou mi manželka vyprávěla, že když byla malá a stmívalo se, viděla všelijaké stíny, a proto měla strach. Pak ji však dědeček nebo babička vzali za ruku – a vše bylo v pořádku. Tak nějak to vlastně prožíváme jako křesťané. My se nebojíme, protože On nás drží za ruku.

Bible je kniha plná naděje. Není nic tak povzbudivého a nadějného jako bible, protože mluví o tom, že Bůh má člověka stále rád – to platilo včera, platí dnes a bude platit i zítra. A právě konkrétní projev této lásky se jmenuje Kristus.

Naše běžné, každodenní, jednotlivé „strachy“ jsou obvykle projevem našeho celkového postoje k životu, problémům a posledním

otázkám po smyslu života. Proto nám bible s takovou přesvědčivostí zvěštuje: „Nestrachuj se, neboj se, já jsem s tebou.“ Křesťan, který skutečně uvěří v Ježíše Krista, se orientuje v životě naprosto novým způsobem – žije s Kristem, a proto nemá ten opravdový, „poslední“ strach, který nejvíce trápí člověka dneška. Ví, že život není procházka růžovým sadem, ale nebojí se, protože nejde sám. Stovky, tisíce, ba miliony byly těch, kteří se nebáli třeba navzdory smrti. Nebyli sami, ve víře se drželi Krista.

Křesťan se tedy nemusí bát, protože jde životem s Kristem, který mu dal do srdce pokoj, radost a naději. On dává atmosféru pohody a opravdového štěstí. Kristus – to je ta úžasná jistota, na kterou lze sázet. A tak se křesťan bojí leda toho, aby se neztratil



Kristu, aby nezůstal opravdu sám. S Ním se nemusí bát – i když neví, co ho potká, co bude zítra. Ale ví, že On bude s ním. A to je opravdu jistota nejjistější. □

Luděk Svrček

Američtí vědci T. H. Holmes a R. A. Rahe zveřejnili před několika lety v USA seznam různých stresových faktorů. Z toho výčtu vyplývá, že zážitky, které přivádí člověka až k beznaději, jsou největšími stresory. Tyto zážitky obodovali. Čím je vyšší počet bodů, tím těžší je životní krize.

Kde JE NADĚJE, tam JE ŽIVOT

Přehled vypadá takto:

- ◆ Smrt manželského partnera 100
- ◆ Ztráta náboženského přesvědčení 100
- ◆ Rozvod 75
- ◆ Rozchod s manželským partnerem 65
- ◆ Vězení 65
- ◆ Ztráta dobré pověsti 60
- ◆ Smrt člena rodiny 60
- ◆ Ztráta sebedůvěry 50
- ◆ Ztráta nebo nemoc 50
- ◆ Nezaměstnanost 50

Podle Dr. R. Rick Snydera, profesora psychologie na univerzitě v Kansasu, znamená naděje mnohem více než jen neurčitý pocit optimis-

mu. Naděje je postoj, který pomáhá člověku tváří v tvář těžkostem. Naděje není však vlastnictvím jen těch zdravých nebo dobře situovaných. Není to také odvaha nebo sebeovládání. Odvaha se měří podle toho, jak jednáte, naděje podle toho, jak sami sebe vidíte.

Při pozorování některých pacientů, kteří onemocněli rakovinou, zjistil Dr. Snyder, že pesimistický postoj není sice rizikový faktor pro onemocnění rakovinou, avšak optimistické zaměření může vést ke zmobilizování sil a může vylepšit kvalitu života.

Kde se lidé naučí mít naději?

Dr. Snyder věří, že našim dětem zprostředkováváme naději vlastním příkladem. Musíme jim ukázat, jak naději prožíváme. Toto působení vzoru může vycházet od rodičů nebo aspoň od jednoho z nich. Vzor přichází i od učitele nebo někoho jiného, kdo vědomě nebo nevědomě nasměrovává dítě k tomu, jak by mohlo radostně žít, protože má naději.

Jak můžeme naději probouzet nebo požadovat?

- ◆ Učte se dívat na chyby nebo omyly jako na následek nesprávné strategie, a ne jako na následek charakterové slabosti.
- ◆ Nedosáhnete-li cíle, hledejte jinou strategii.
- ◆ Zapamatujte si úspěchy z minulosti.
- ◆ Dlouhodobý cíl si rozdělte na několik krátkodobých cílů.
- Nevede to jen k malým obměnám na cestě za velkým cílem, ale zachrání vás to před tím, že budete přemoženi velkým cílem a rezignujete.
- ◆ Nedomnívejte se, že úspěšní lidé musí být bezpodmínečně moudřejší nebo vzdělanější než ostatní. Dokáží jen lépe zvládat různé situace.
- ◆ Od svých přátel se učte nápadům a přijímejte jejich rady. Zkuste se dívat na lidi kolem sebe jako na potencionální spojence.
- Zásadu držet se naděje nechválí jen lidová moudrost celých staletí. Ve známé pasáži listu do Korintu píše apoštol Pavel, že naděje – vedle víry a lásky – má být stálým principem života křesťana. □

Rozhovor s dr. Neilem Nedleym a dr. Johnem A. Scharffenbergem

Nedávno navštívili Českou a Slovenskou republiku dva američtí odborníci – lékaři dr. Neil Nedley a prof. dr. John A. Scharffenberg. Během svého pobytu u nás absolvovali řadu přednášek a nejruznějších setkání. V jejich nabitém programu jsme však našli alespoň pár minut k rozhovoru pro

Znamení doby:

Doktore Nedley, mohl byste našim čtenářům blíže představit Vaši současnou funkci?

NN: Jsem ředitelem zdravotního ústavu, nemocnice – Memorial Hospital – v jižní Oklahomě a také ředitelem odboru lékařství na Ormondském institutu zdraví. To je vlastně zdravotnické sanatorium, ve kterém jsme začali s projektem NEW START.

Jaká je Vaše specializace?

NN: Mou specializací je interní lékařství a preventivní medicína.

Můžete nám něco bližšího říci o Vašem programu a intenci Vaší práce?

NN: Celkově se zaměřujeme především na zlepšení zdravotního stavu lidí zavedením projektu NEW START. Jeho obsah lze vyčíst už z jednotlivých písmen názvu programu:

N (nutrition) – výživa,
E (exercise) – pohyb, W (water) – voda,
S (sunshine) – sluneční svět,
T (temperance) – střídmost, A (air) – vzduch,
R (rest) – odpočinek,
T (trust in God) – důvěra v Boha.

Vedeme tedy k správné životosprávě a pohybu. Dále usilujeme o správné využívání různých léčebných metod, jako je pití vody, vodoléčba, využívání správného množství slunečních paprsků a zavedení střídavého způsobu života. Tím myslím na to, aby-

chom se nepřejíždali, vyvarovali se kouření, alkoholu a kávy. Zavádíme také další metody, které blahodárně působí na lidský organismus, jako je pobyt na čerstvém vzduchu (NEW START aplikujeme ve volné přírodě), doporučujeme dostatečný odpočinek, dostatek spánku a každodenní „rekreaci“, kterou naše tělo na konci každého týdne potřebuje. Jako závěrečnou součást těchto léčebných prostředků zařazujeme víru v Boha. Nejen proto, že pomáhá udržovat člověka v rovnováze při různých vypjatých, stresových situacích. Studie ukázaly, že lidé, kteří mají živou víru v Boha, jsou nejenom zdravější, ale také se dožívají delšího věku.

To jsou vlastně základní zásady přirozeného životního stylu. Jaké máte výsledky s tímto programem?

NN: Dosáhli jsme výborných

Celkově se zaměřujeme především na zlepšení zdravotního stavu lidí zavedením projektu NEW START:

N (nutrition) – výživa,
E (exercise) – pohyb,
W (water) – voda,
S (sunshine) – sluneční svět,
T (temperance) – střídmost,
A (air) – vzduch,
R (rest) – odpočinek,
T (trust in God) – důvěra v Boha.



K jakému publiku jste hovořil u nás?

NN: Hovořím k různým skupinám lidí. Pořádali jsme veřejné přednášky, které jsou hojně navštěvované. Vedli jsme také zdravotní přednášky ve spolupráci s vládními činiteli, kteří mají nějaký vztah ke zdravotnictví, a také ve spolupráci se společností Život a zdraví. Všem pomáháme zařadit do jejich programu zmíněné zdravotní zásady.

S jakou jste se setkal reakcí?

NN: Reakce jsou úžasné. Vaši lidé jsou otevření a ochotni naslouchat zdravotním zásadám a jsou silně motivováni ke změně svého dosavadního způsobu života. Jsme mile překvapeni, že jsou ochotni udělat téměř vše, aby přijali nový zdravotní program.

Znáte naši situaci, jak zde žijeme, co si můžeme dovořit?

NN: Ano, seznámil jsem se dostatečně s podmínkami života u vás. Mnoho lidí žije ve městech, nemá dost příležitostí pro výlety do přírody na zdravý vzduch, což není dobré. Tuto situaci sledujeme v celé východní Evropě. Ceny některých potravin jsou velmi vysoké. Navštívil jsem některé samoobsluhy

výsledků. Náš program trvá tři týdny. Lidé po celou dobu zůstávají v sanatoriu nebo k nám pravidelně dojíždějí. Mnoho lidí k nám přichází se srdečními chorobami, s bolestmi v hrudi. Někteří nemohou přejít místnost, aniž by pocítili silnou bolest. Přicházejí k nám diabetici, kteří berou velké množství inzulínu. Když od nás odcházejí, většina z nich se cítí tak dobře, že mohou ujit třeba i osm kilometrů, a necítí žádnou bolest. Asi polovina z nich už nemusí užívat inzulín nebo ostatní umělé léky. To vše dosáhneme pomocí přírodní léčby, změnou životního stylu, bez použití medikamentů.



RT – nová šance pro Vás

a trhy. Viděl jsem, co je u vás k dostání a za jakou cenu. Vyžaduje to trochu fantazie a obrazotvornosti, ale stále si myslím, že i zde ve vašich podmínkách je možné najít cestu ke zdravému životu. Jedna z takových cest by byla najít si kousek půdy, kde byste si mohli pěstovat

Všichni lidé, s nimiž jsem se setkal, mají velký zájem o zlepšení současné situace – jednotlivci, lékaři i vláda.

vaš trochu své zeleniny a ovoce... Já to tak aspoň dělám, abych pomohl svému zdraví.

Byl jste v kontaktu s našimi lékaři?

NN: Hovořili jsme s lékaři, kteří jsou odborníky na zdravou životosprávu ze Střediska pro preventivní medicínu v Praze. Také se setkáme s lékaři z Karlovy univerzity. Hovořili jsme i s mnoha jednotlivými lékaři v České republice i na Slovensku.

Jaká je reakce zdejších lékařů?

NN: Nejprve jsou překvapení, když vidí, kam až dospěly poslední vý-

zkumy v oblasti výživy, ale velmi brzy tyto nové objevy přijímají. Mají spoustu otázek a jsou rádi, že se dozvídají nové věci.

Jak vidíte náš současný koncept výživy v České republice?

NN: Je poněkud zastaralý. Koncept, který se prosazuje, staví hodně na maso. Tvrdí se, že živočišné bílkoviny jsou pro výživu nezbytné. To není pravda. To je dost zastaralá teorie. Výrobky z masa nejsou nezbytné pro zdravou výživu. Dnes jsme naopak dospěli k definitivnímu závěru, že maso je třeba vyloučit z jídelníčku. Lidé jsou na tyto věci vnímaví a jsou ochotni svůj jídelníček změnit.

Myslíte si, že máme ještě naději?

NN: Určitě ano. Všichni lidé, s nimiž jsem se setkal, mají velký zájem o zlepšení současné situace – jednotlivci, lékaři i vláda. Mají zájem o větší vzdělání v tomto oboru. A čím větší publicita a vzdělání, tím větší šance na zlepšení zdravotního stavu lidí.

Pane profesore Scharffenbergu, můžete nám také něco říci o sobě?

JS: Jsem profesorem mezinárodního střediska výživy v Loma Lindě

v Kalifornii. Cestuji po mnoha zemích, kde se snažím prosadit zásady zdravé životosprávy.

V čem se specializujete?

JS: Pracuji rovněž v oboru preventivní medicíny a speciálně v oblasti výživy. Dělán veřejnou osvětu v oboru zdravé výživy.

V čem spočívá Váš program?

JS: Pokud jde o výživu, prosazují jako nejlepší stravu, která je zapsaná ve většině seriálních historických záznamech. Myslím teď na potravu, která byla pro lidi původně určena. Jedná se především o ořechy, ovoce, zeleninu a obilniny. V této stravě není cholesterol, obsahuje velké množství vitamínu A a C, dostatek vlákniny, málo tuku a cukru, málo sodíku a soli. Všichni špičkoví vědci se shodují v tom, že toto je ideální výživa pro člověka.

V čem konkrétně spočívá Vaše činnost zde?

JS: Víte, já jsem vyrostl v Číně. Čínská vláda mě nejprve požádala, abych naučil jejich představitele vést kurz proti kouření. Začal jsem tedy s tímto programem. Pomohli jsme lidem od kouření za jediný týden. Zde pořádám vegetářské kurzy a všeobecné instruktáže o výživě. Učíme také lidi připravovat bezmasá jídla a vařit vegetářsky i pro velká stravovací zařízení.

S kým jste se u nás setkal?

JS: Měli jsem instruktážní setkání v Bratislavě, Banské Bystrici, Martině, Košicích... Přednáškové síně byly plné. Měli jsem zvláštní setkání s profesionálními odborníky v oboru zdravé výživy, setkali jsme se s poradcem slovenského ministra zdravotnictví, hovořili jsme s lidmi,



kteří vedou tzv. CINDY program – to je intervenční program proti non-chronickým chorobám. Prosazují stejné myšlenky: pomoci lidem odnaučit se kouřit, jíst méně živočišné stravy, více zeleninových jídel, snížit hladinu cholesterolu, glycerinu, váhu u obézních atd. Mají také dobré výsledky. Zúčastníme se ještě akcí v Karlových Varech, Plzni a v Praze.

Před příjezdem do Prahy jsem byl v Ženevě v organizaci OSN pro výživu a zemědělství (FAO) a tam jsem také získal seznam potravin, které lidé v Čechách a na Slovensku většinou jedí. Stále užíváte velké množství živočišných výrobků, málo ovoce a zeleniny, mnoho tuků. Spotřebujete velmi mnoho cukru, asi 25 čajových lžiček denně. To podporuje pouze zubní lékaře. Lidé, kteří se řídí našimi radami, nemají téměř žádné zubní kazy. Také by se u vás nemělo konzumovat tolik alkoholu. To jsou jen některé problémy, které zde vidím.

Z Vaší země (USA) k nám přišel Herbalife, co si o této produkci myslíte?

JS: Herbalife pomáhá především ekonomice země a prodejcům. Je to spíše finanční projekt než záležitost výživy. Herbalife neučí lidi, jak a co mají jíst. Mnoho lidí Herbalife podporuje kvůli hubnutí a udržení si váhy. Obézní lidé se však především musí naučit stravovat a pohybovat. A to je lepší a levnější než Herbalife. Žít se vitamínovými pilulkami nemůže přinést ten užitek jako čerstvé ovoce a zelenina.

Mám pro Vás poslední otázku. Vy oba jste věřící. Má Vaše víra v Boha nějaký vztah k vaší práci, anebo jde čistě o vědu?

V naší zemi je mnoho lidí, kteří se hlásí k víře v Boha. Naše zdravotní informace používáme tedy i k tomu, abychom jim ukázali, že je důležité žít a také se stravovat způsobem, který nám na počátku navrhl Bůh. Pomáháme lidem fyzicky, duševně i duchovně. Lidé potřebují celkovou rovnováhu, aby mohli žít šťastněji a déle. To, co nám o těchto věcech nechal Bůh zapsat v bibli, je pro naše zdraví velmi prospěšné. □

Otázky kladl Dušan Kučera

Splníte každé přání svého DÍTĚTE?



Nikdy nebude možné splnit všechna dětská přání. Přesto je dnes mnoho rodin – zvláště s jedním nebo dvěma dětmi –, ve kterých mají děti málem „co si zamlou“ a sotva si musí něco odříct. V životě se to však může rychle změnit, a pak to dopadá zle. Když se děti nenaučí přizpůsobovat zhoršeným podmínkám, neumějí si pak nic odříct.

Pět let byla Maruška jediným dítětem v rodině. Před nedávnem dostala bratříčka. Měla radost, že si bude moci konečně s někým hrát. Ale brzy se ukázalo, že miminko se stává pro Marušku problémem. Když projevila přání, že by ráda koloběžku na větších gumových kolech, řekla jí maminka: „Žel, to nejde, teď potřebujeme koupit kočárek, abychom v něm vozili miminko. Musíme s ním jezdit na procházky.“

Za několik dní přišla Maruška ze školy a hned volala: „Mami, řekla jsem té paní, co nám nosí noviny, že jí dám naše miminko. A tak už nebudeme muset kupovat kočárek. Mami, viď, že mi koupíš tu koloběžku?“

Maminku to stálo hodně námahy, než vysvětlila malé Marušce, že miminko nemůžeme jen tak někomu dát. To Marušku ani tak moc netrápilo, jako skutečnost, že se musí najednou něčeho vzdát. Odříct si něco, vzdát se něčeho – to byla pro Marušku dosud neznámá slova. A když rodiče nemohli dítěti splnit nějaké přání, přišli honem na pomoc dědeček s babič-

kou – kdo by přece dokázal odolat prosebným dětským očím? A tak si dítě vytvořilo představu, že může dostat všechno, když o to bude vytrvale prosit nebo zarputile nahlas prosazovat svou vůli. Že se Maruška vyvíjela tímto směrem, nemůžeme přisuzovat její „trucovitosti“, protože ji z počátku vůbec neměla (tak jak je to u všech dětí). Byla to chyba dospělých, kteří vyplnili každé její přání – buď z přehnané lásky k dítěti nebo z pohodlnosti. A teď najednou – a bylo to už dost pozdě – byla konfrontována se skutečností, že v životě nemůže mít všechno, nač si vzpomene. Její zatvrzelost a trucovitost měly i další důvod: určitou žárlivost na nového bratříčka. A to se stalo v rodině problémem.

Při odříkání může dítě dojít i k jinému závěru. Například malý Jára. Přál si, aby mu maminka koupila stavebnici. Maminka mu toto přání odmítla vyplnit, ale přitom mu vysvětlila proč: „Tu ti teď nemohu koupit. Snad to dostaneš jako dárek k vánocům. Ale teď tatínek musí koupit auto, protože ho potřebuje do práce, a to stojí moc peněz.“ Nad nesplněným přá-

ním musel chlapec sice dost přemýšlet, ale ještě víc o slovech maminky, že auto stojí moc peněz. Zanedlouho uslyšela maminka od

Zkušenosti ukazují, že problémy vyplývající z odmítnutí a nesplnění přání dítěte, se nevyskytují v rodinách, kde je více dětí. Děti vědí, že jsou na tom stejně a nikdo nemá víc než druhý.

paní učitelky, že Jaroušek se ve třídě před dětmi chlubil: „My máme doma hodně peněz, tatínek si za ně koupí auto.“ Takové sdělení bylo pro matku přirozeně trapné a stálo ji to hodně námahy, aby dítěti v klidu vysvětlila, co to znamená, když musíme něco koupit a peníze nám vystačí právě tak na tu drahou věc. Dítě totiž argumentovalo „rozumnou“ námitkou: „Když to auto stojí tatínka tak moc, pak máme přece hodně peněz, a tak mi můžeš koupit i tu největší stavebnici.“ Zkušenosti

ukazují, že takové problémy se nevyskytují v rodinách, kde je více dětí. Děti vyrůstají se staršími sourozenci a zjišťují, že jsou na tom všichni stejně, nikdo nemá víc než druhý. Jejich dětskou mysl to nijak nezasáhne, když jim rodiče odmítnou nějaké přání.

Dostanou-li se rodiče do situace, která je nutí, aby dítěti něco odmítli, musí si počínat obezřetně. Čím dříve s tím začnou a zdůvodní to pro dítě přijatelným způsobem, tím spíš se dá čekat, že se s tím dítě vyrovná.

Je tu však i druhý extrém, zcela nevhodný a pro psychiku dítěte nebezpečný – když z „výchovných“ důvodů jen zřídka splníme nějakou dětskou prosbu. Dítě tím totiž získá snadno pocit méněcennosti. A s takovým stavem pak musí často bojovat po celý život. Vystihnout tu pravou míru, kdy dítěti vyhovět a kdy odříct, patří k nejtěžším a přitom nejdůležitějším výchovným prostředkům. Nenechme z tohoto hlediska dítě dlouho čekat. Ať se co nejdříve seznámí a vyrovná s „tvrdostmi“ života. □

Melanie Roseová

Dva bratři žili po léta mezi sebou v hořkém sporu. Chodili kolem sebe jako cizí. Pak jeden z nich smrtelně onemocněl. Prostřednictvím duchovního prosil svého bratra, ať ho navštíví u smrtelné postele, aby se smířili. „Vyřídíte bratrovi, že už to takhle nemohu vydržet.“ Když duchovní vyřídil prosbu umírajícího, uslyšel nepochopitelnou odpověď: „Řekněte mému bratrovi, že já to ještě vydržím dlouho.“

Extrémní případ? Výjimka? I když každý víme, že nikdo není bez chyby, jde nám to těžko – přiznat si chybu. Snad by stačilo jen slovo nebo nějaké gesto, abychom partnerovi, dítěti nebo příteli naznačili: „Mrzí mě to. Odpuštěme

*mrzí mě to
odpuště mi
moc mě mrzí
můžeš neřít, že jsem
ti ublížil*



si a mluvíme zase spolu.“ Ale – na to jsme příliš pyšní, než abychom udělali první krok ke smíření. Čím déle však čekáme, tím výše vyrůstá zeď nesmiřitelnosti – kámen po kameni.

Jak moudré je naproti tomu doporučení apoštola Pavla v bibli: „Nenechte nad svým hněvem zapadnout slunce.“ A básník jako by k tomu dodával: „Udělej ten první krok, řekni to první slovo, zlom kletbu. Mluv s Bohem třeba i v noci, a ukáže ti, co znamená odpuštění: mír v duši, radost v srdci.“

„Nesmiřitelnost je hypotéka, která žádá vysoké úroky. Trvá jen po tu dobu, pokud se nesmiřlivý člověk nezhroutí pod její tíhou tělesně i duševně. Přitom netrpí nejvíc ten, kterému nebylo odpuštěno, ale ten, kdo odpuštění nechce nebo nedokáže.“

Gustav Tobler

Sotva která zkušenost dokáže člověka tak osvobodit či vnitřně uvolnit – ať je to v manželství, v rodině či mezi přáteli – jako okamžik, v kterém řeknu tato dvě slova: „Odpuště mi.“ A pokud k tomu dokážeme společně sepnout ruce v modlitbě k Bohu, aby naše vztahy uzdravil a prohloubil, pak jsme nastavili výhybky k novému a šťastnému životu.

Jenom dvě slova – a přesto: Kdo je řekne první? Většinou se každý domnívá, že sporem je vinen ten druhý, a proto je „povinen“ poprosit za odpuštění on. Vzhledem k tomu, že takhle se považuje za nevinného každý, neudělá ten první krok nikdo. Každý čeká na toho druhého – a někdy to

nějak nevinného, mění očekávaný logický postup a dává radu, která nás udivuje – ale v praxi je velmi osvědčená: Když máš dojem, že ten druhý má něco proti tobě, tak udělej ten první krok právě ty. Jdi za ním, snaž se o smíření, je-li třeba, popros za odpuštění.

Na jiném místě Ježíš radí, abychom nehovořili o člověku, který nám ublížil, ale mluvili přímo s ním: Když tvůj bližní ti udělal něco zlého, jdi za ním a snaž se vést s ním rozhovor mezi čtyřma očima. Teprve když to nepřinese žádný výsledek, přizvi k tomu někoho dalšího (Mat 18,15).

Kdo takto jedná – ctí a chrání důstojnost svých bližních. Jestliže

Slova, která staví mosty: ODPUŠT MI!

trvá tak dlouho, až je pozdě.

Z hlediska zdravého rozumu by měl každý přímo toužit po tom, aby přišel jako první a co nejdříve – jak je to jen možné – spor ukončil – už v zájmu vlastního zdraví. A přesto tu nešťastnou pýchu si ceníme víc a považujeme ji za důležitější než újmu na zdraví. Následky toho jsou psychosomatické poruchy, které vznikají z trvalé neochoty odpuštění.

I k tomu nám nabízí bible velmi užitečnou radu. Přesněji řečeno, říká to sám Ježíš Kristus. Jelikož ví, že každý se považuje za

však rozvineme záležitost za zády dotyčného, bude těžké, aby pak přijal naši nabízenou ruku ke smíření.

Chceme-li žít lépe, šťastněji a vnitřně svobodněji, dělejme to, co radí Ježíš Kristus a apoštol Pavel. Pak bude hněv trvat jen krátce a nesmiřlivost přestane. Ať nad každým typicky lidským hněvem stojí opravdu božské odpuštění. □

Elí Diez

Zdání klame.

85letá Mavis Lindgrenová
je 157 cm vysoká, váží 45 kg
a na první pohled vypadá jako malá
starší dáma, o níž byste řekli, že potřebuje pře-
vést přes ulici. Avšak právě před rokem zaběhla
maraton v Los Angeles – vzdálenost 42,2 km – za
6 hodin 45 minut. A o dva měsíce později absol-
vovala velkou závodní dráhu v Ottawě – za ztíže-
ných povětrnostních podmínek ji zvládla za
7 hodin 10 minut. Od chvíle, kdy se jí přehoup-la
sedmdesátka, běžela maraton už 62krát.

Sčasem 4 hodiny 33 minut držela osm let světový rekord v maratonském běhu žen starších 70 let. A kdyby existovala kategorie pro ženy nad 85 let, držela by rekord snad s „rukama v klíně“.

Ale Mavis nedosáhla těchto výkonů snadno. Před 23 lety přišla domů pobledlá a slabá od záchvatu zápalu plic. Byl to její čtvrtý záchvat, který prodělala za posledních pět let. „Zdávalo se, že mé nohy chladnou. Byla jsem na cestě do nemocnice. Byla jsem ‘na smrt nemocná’ a plná penicilinu. Během léčení jsem pochopila, že penicilin není řešení.“

Okamžik zlomu

„Bylo mi tehdy dvašedesát,“ vypráví, „a většinou jsem seděla, četla, psala dopisy nebo pletla – což je pro sedavý způsob života člověka v pokročilém věku typické. Tehdy jsem byla pozvána do shromáždění církve adventistů s. d. a zde jsem se setkala také s dr. Charlesem Thomasem, odborníkem z univerzity Loma Linda.

Sháněl pomocníka pro zhodnocení zdravotního stavu návštěvníků bohoslužby a já se dobrovolně přihlásila. Pak už jsem věděla, že mě přemluví i k účasti ve ‘Skupině chodících ranních ptáčat’. Domnívala jsem se, že mi chůze půjde docela dobře, ale sotva jsem se udržela na nohou. Ačkoli jsem se cítila všelijak, nepovolila jsem.“

Po návratu domů začala Mavis dodržovat svůj nový – pravidelný – režim: začala s každodenními ranními procházkami a brzy připojila krátké rychlé běhy (spurty), kterých stále přibývalo. Nakonec běh vystřídal chůzi docela.

„Během tří let jsem dokázala denně zaběhnout šest až sedm kilometrů,“ vzpomíná Mavis, a se smíchem dodává: „a v normálním oblečení – v šatech. Pak mě uviděly Muffy a Karen, mé dcery. ‘Ale mami,’ volaly, ‘přece nemůžeš běhat v šatech. Lidé si budou myslet, že utíkáš z domova od svého manžela.’ Shodila jsem tedy šaty a konečně si poříдила kompletní běžecké vybavení.“

V roce 1973 se Mavis a její manžel Carl přestěhovali do



severní Kalifornie. Milovali čistý vzduch a zvlněné svahy hor. Kopce ji „vyzývaly na souboj“ – a Mavis se nevzdávala – během následujících tří let stále zvyšovala vzdálenost, až urazila i více než osm kilometrů denně.

Žena a maraton

Na podzim roku 1976 se její syn Kelvin, povoláním fyzik,

zúčastnil semináře v Honolulu, kde Dr. Scaff začal organizovat maraton pro pacienty po srdeční příhodě. Po návratu se Kelvin zmínil o Clarksburském 32kilometrovém běhu blízko Sacramenta v Kalifornii. „Mimochodem, mami,“ dodal, „už jsem tě přihlásil.“

Všichni jí říkali, ať to zkusí. A opravdu. Závodu se zúčastnila a také ho dokončila. O rok později, navzdory nesnesitelnému vedru a vysoké vlhkosti, zaběhla maraton v Honolulu za 4 hodiny 45 minut a 2 sekundy. „Chytila se návnady“ – a už se nepustila. V sedmdesátiletých letech začala Mavis úplně nový život.

Učitelka – filozof

Kdekoli Mavis závodí, je vždy favoritem. Její příznivci na ni volají, aby povzbudili tuto „babičku v kečkách“.

„Ale kvůli rekordům neběhám,“ vysvětluje. „Běhám pro zdraví a vůbec z nadšení. Chci vlastně taky ukázat lidem, že nemají sedět v křesle. Chci jim pomoci, aby se naučili udržet si



dobré zdraví." Když se jí poslu-
chači na přednáškách ptají, jak to
mají udělat, Mavis radí:

„Za prvé, vyjděte ven a pohy-
bujte se rychlou chůzí. Vydržte tak

Člověk většinou schází spíše nečin-
ností než vyčerpáním! A pokud
vám nevyhovuje chůze, zkuste to
s plaváním. Děláte-li to poctivě,
přinesou vám obě tyto tělesné

názorný příklad. Ve středním věku
jsem byla nemocná a slabá; ale ve
stáří jsem zdravá a silná.“

Když fandí celá rodina

Syn Kelvin souhlasí: „Moje
maminka nebyla 23 let nemocná –
od chvíle, kdy začala běhat. Její
tep je 50. Hladina hemoglobinu jí
stoupla z 84 na 100 procent a její
krevní tlak má hodnotu 112/60.
Před nedávnem absolvovala testy
na trenažéru na lékařské fakultě
univerzity Loma Linda. Po nich mi
řekla, že má srdce jako třicetiletá
žena.“

Jestliže Kelvin je její příznivec
číslo jedna, pak dalším v pořadí je
manžel Carl, který už odešel ze
služby nemocničního úředníka
a nyní obstarává své ženě všechny
náležitosti týkající se maratonů.

„Carl je vždy tam, kde je ho
třeba. Když trénuji a běhám 8 až
16 kilometrů, Carl řídí auto a stará
se o mé bezpečí.“

Ačkoli je Carl hrdý na fyzické
výkony své ženy, ještě více si váží
její houževnatosti. „Její názor na
život se hodně změnil,“ říká.
„Není ostýchavým člověkem jako
před 25 lety. Tenkrát by nikdy
nemluvila veřejně. Nyní přednáší
velkému množství zájemců a ne-
dělá jí to žádné potíže. A hlavně:
působí jí to radost.“

Ve výslužbě?

Po posledním obtížném mara-
tonu v Ottawě se zeptali Mavis,
zda už uvažuje o tom, že by s bě-
háním přestala.

„Ne, o tom nepřemýšlím.
Setkávám se s tolika milými lidmi,
a také miluji změnu. Pokud mě
nohy udrží, u běhání zůstanu. Mi-
mochodem, kdybych teď s běhá-
ním přestala, mohlo by mě dostih-
nout stáří!“ □

Zpracoval Ivo Racek

Mavis Lindgrenová běhá v 85 letech MARATON

dlouho, dokud nezvládnete 3 až 5 ki-
lometrů. Každým dnem se budete
cítit lépe.

Za druhé, změňte svůj jídelní-
ček. Zjednodušte své jídlo. Zřekněte
se tuků, (nepřiměřeně) mastných
jidel a olejů. Přestaňte konzumovat
rafinované a průmyslově zpracová-
vané potraviny – obsahují mnoho
cukru, tuku a kalorií.“

Mavis hodně mluví o stravě.
Sama jí velmi jednoduše – mírně
vařenou zeleninu, čerstvé ovoce,
hodně luštěnin, brambory a celo-
zrnné výrobky. Nejdůležitějším
jídlem je pro ni vydatná snídaně,
kterou začíná obilninami podávanými
s datlemi a tekutou rozmra-
ženou banánovomandlovou pole-
vou. K tomu ještě přidá trochu čer-
stvého ovoce a dva plátky celozr-
nného chleba.

Na jejich přednáškách se lidé
často zajímají o to, zda by také
mohli běhat jako ona.

„Většina z vás může chodit,“
odpovídá. „Sežene si vhodnou
obuv a pomalu začněte s chůzí.
Nepřehánějte to, ale chodte pokud
možno denně. Chůze se stane sou-
částí vašeho způsobu života.“

aktivitu téměř stejný užitek jako
běh.“

Mavis končí svá slova násle-
dujícím pozorováním: „Mnoho
starších lidí by nepotřebovalo ani
tolik léků a jen nemnozí by se
dostali do zotavoven – stačilo by,
kdyby každodenně chodili a zjed-
nodušili svůj jídelníček. Podívejte
se na mě – mohu sloužit jako



Proč běhám

Držím se běhání, protože od chvíle, kdy jsem s tím před 20 lety začala, je můj zdra-
votní stav výborný. Běh zvyšuje množství kyslíku v organismu, čímž se zvyšuje krevní
oběh, a člověk se začíná cítit dobře. Tento pocit mne neopouští, ani když běhám čím dál
delší trati. Je to úžasné!

Vstávám mezi 4 a 4.30 ráno. To je čas pro tichou chvíli s Bohem a jeho slovem.

Po ranním ztišení vydatně cvičím celou hodinu na minitrampolině, pak následují
kliky (ne více než 75) a na závěr se osvěžím 4 sklenkami chladné čerstvé vody.

Potom běhám hodinu a čtvrt venku. Tady v kopcích je to velmi příjemné – samé
stromy, veverky a ptáci, kteří osvěžují svět kolem nás svým štěbetáním a zpěvem – Boží
svět je nádherný!

Mojí touhou je v běhu – a vůbec ve všem, co dělám, – oslavovat Boha: „Ať tedy jíte
či pijete či cokoli jiného děláte, všechno činite k slávě Boží,“ píše se v bibli.

Raduji se především z toho, že díky běhání se můžu podělit s jinými o správné zása-
dy zdraví a Boží lásku.

Mavis Lindgrenová

A co MEZILIDSKÉ VZTAHY?



Přišel za mnou onehdy můj dvanáctiletý syn a povídá: „Mami, máme psát slohovou práci o vztazích mezi lidmi. Prosím tě, co mám o tom napsat? Nepomohla bys mi? Já to se slohem moc neumím...“ – No a tak jsme spolu trochu diskutovali, potom psali... a já teď přemýšlím.

Slohová práce – co všechno se v ní dá napsat, vymyslet, vyřešit. Papír snese všechno – říká se. Ale jak to vypadá v praxi?

„Mezilidské vztahy“ – to je velmi moderní termín, vidíte? Mluví se o nich, píše se o nich, všichni víme, jak by měly vypadat – ale skutečnost je tak často docela jiná. Začíná to v rodině, pokračuje v mateřské školce, ve škole, v zaměstnání, mezi politiky, stranami, národy, státy.

Začíná to málem – třeba rvačkou o autíčko v mateřské školce – a končí vleklým válečným bratrovražedným sporem se všemi jeho hrůzami třeba v Jugoslávii.

A přitom víme, že by se lidé k sobě měli chovat ohleduplně, vycházet si vstříc, navzájem si pomáhat, nepodvádět se, nelhat si, zkrátka – mít se rádi.

Velmi hezky tyto vztahy upřesňuje druhá polovina starozákonního biblického Desatera: „Cti svého otce i matku, nezabíjej, nepodváděj svého manželského partnera, nebudeš krást, nebudeš křivě svědčit, nebudeš závidět svému sousedovi...“ A v Novém zákoně Pán Ježíš tyto rady shrnuje slovy: „Co chceš, aby lidé činili tobě, čini ty jim.“

Kdybychom se těmito slovy řídili, nemusely by naše děti psát slohové práce na téma „mezilidské vztahy“ – anebo by se jim o nich alespoň psalo mnohem líp.

Věra Gajdošíková

Proslýchá se, že v letech minulých přijel na Západ dirigent jistého slavného sovětského orchestru a prohlásil: „U nás nemáme antisemitismus. V symfonickém orchestru mám osm Židů.“

„V našem orchestru také hrají Židé,“ odpověděli jeho hostitelé, „ale, žel, neznáme jejich přesný počet ani nevíme, kteří to jsou.“

Rasismus – slovo, které se v oznamovacích prostředcích často skloňuje ve všech pádech. Může se za něj skrýt hodně lidské hlouposti, útlaku a utrpení. V „oficiálním“ slova smyslu jím rozumíme jakékoli povyšování se člověka (určité skupiny lidí) na základě přesvědčení, že je někomu – kvůli něčemu, co ten druhý nemá – nadřazený. Já jsem běloch, árijec, Němec, Američan, muslim, depešák, skinhead, Japonce, Čech, Slovák, horník... – kdo je víc? Slyšíme o apartheidu v jižní Africe, o pronásledování Turků v Německu, o náboženské nesnášenlivosti v Severním Irsku, o rasových nepokojích v Los Angeles, antisemitismu v Rusku, válce národů v bývalé Jugoslávii... Je to daleko? Netýká se nás to? Domníváme se, že to jde mimo nás?

Málokdo si přizná, že je mu blízké cítění založené na rasismu, ale kdo z nás si nezakládá na tom, že je příslušníkem té či oné rasy (národa, společenské třídy...), a nedívá se proto přezíravě na ty „ostatní“? Ano, je moudré, ba dokonce potřebné být si vědom rozdílů mezi rasovými, národnostními a jinými skupinami. Jsem přesvědčen, že na tom není nic špatného. Špatné to začíná být v okamžiku, kdy tu svoji skupinu začnu vyvyšovat nad ostatní skupiny a беру ji jako tu nejspравnější,

nebo dokonce tu jedinou správnou.

Kde mohou být kořeny?

Každý člověk potřebuje mít svou identitu, potřebuje vědět, odkud je, kde se právě nachází a kam jde. Kdo z toho či onoho důvodu nenachází identitu tam, kde by ji najít měl, hledá ji jinde – tam, kde má možnost ji najít – třeba i v rasismu. Tam je –ijec, –im, –ík, –ista, –ák... a kdo je víc?

Vše, co se kolem nás děje, svědčí o tom, že rasismus jako takový vůbec nic nevyřeší – ani v životě jedince, a už vůbec ne v životě společnosti.

Člověk má strach ze všeho, co nezná, co je „jiné“, o čem neví, jak na to má reagovat. A od strachu k nenávisti schází často jen krůček. Mnozí jsou rasisté v onom širším slova smyslu vlastně proto, že z určitého důvodu nejsou schopni přijmout něco (někoho), co (kdo) je jiné (jiný).

RASIZMUS:

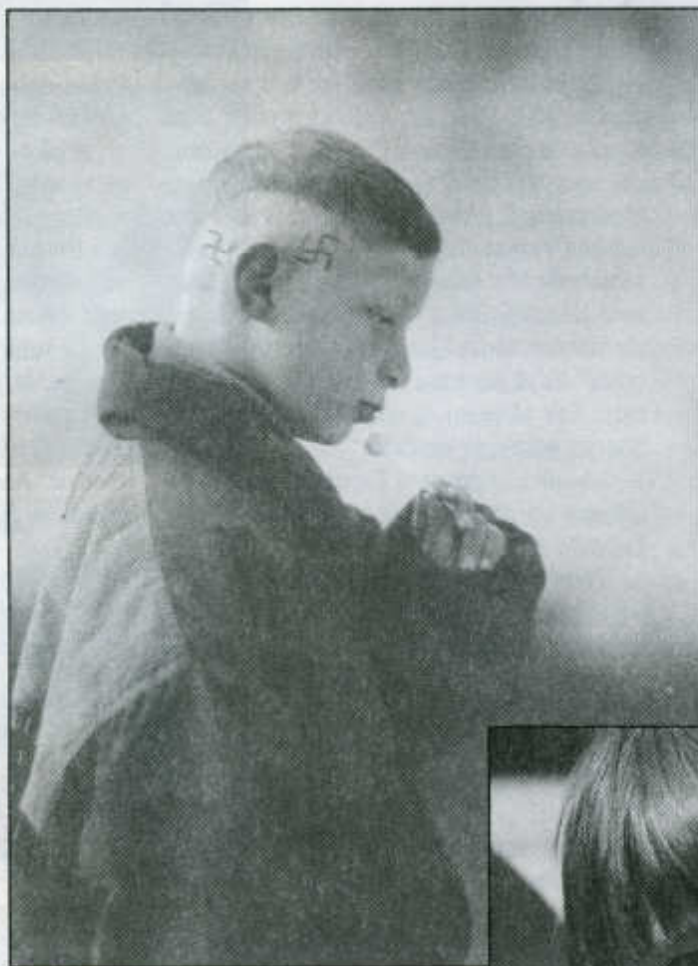
„To se nás vůbec netýká!“?

Ke zrodu „rasistického“ cítění někdy přispívá i nespravedlnost – ve prospěch určité rasové nebo společenské skupiny. Například ve Spojených státech lze cítit signály nespokojenosti s určitým preferováním studentů jiné než bílé barvy pleti při přijímání na univerzity. Pro podobné příklady však nemusíme chodit tak daleko. Není to tak dávno, co systém různých dotací pro spoluobčany rómské národnosti v mnoha lidech vyvolával pocit ukřivdění a nespravedlnosti. A od podobných pocitů už není daleko...

Jsou zmíněné problémy nějak řešitelné? Jaký je „ten správný“ pohled na člověka jako takového? Má rasizmus v tom nejširším slova smyslu smysl?

Rasizmus smysl nedává

Je zřejmé, že každý z nás potřebuje najít vlastní identitu. Ale proč ji hledat ve spojení s násilím, nenávistí, bezprávím...? Proč ji hledat na tom nesprávném místě? Proč nehledat identitu v samé podstatě, v tom, že jsi – jsem člověkem? Proč jakkoli omezovat svůj životní obzor, dávat hranice svému životnímu prostoru? Byron Bowers, černoch „světlejší pleti“, který byl během loňských nepokojů v Los Angeles surově napaden davem černochů, o nesmyslnosti takového postoje řekl: „Je určitý bod, v němž



lidé přestanou být oběťmi společnosti a stávají se oběťmi své vlastní hlouposti. Jestliže se sami sebe nedokážete zeptat, zda to, co děláte, je správné, nebo ne, jestliže jdete jen spolu s davem, držíte sami sebe v malém a ohraničeném světě.“ A proč to dělat? Vše, co se kolem nás děje, svědčí o tom, že

rasizmus jako takový vůbec nic nevyřeší – ani v životě jedince, a už vůbec ne v životě společnosti.

Každý člověk je Člověk

K řešení naznačených problémů se naskytá mnoho řešení a pseudorešení. Je však mezi nimi jedno, o kterém jsem přesvědčen, že je tím pravým. Toto řešení nám nabízí bible. A ta hovoří o tom, že jsme různí. Říká také, že všichni, ať už jsme takoví či „makoví“, jsme lidé – a v tom základním jsme docela stejní. Jsme stejní ve svém postavení – každý z nás je Člověk. BŮH vesmíru NEDĚLÁ ROZDÍL mezi lidmi, národy či náboženskými skupinami (Sk 10, 34,35; Řím 10,12; Jan 4; Luk 7), život dává VŠEM stejně (Sk 17, 26), chce, aby VŠICHNI lidé byli spaseni (1 Tim 2,4), Bůh na sebe přijal vinu VŠECH lidí (1 Tim 2,6).

Rasizmus je „dábelský“ vynález. Bůh se na člověka tímto způsobem nedívá. Může nám být příkladem v tom, abychom si všech lidí vážili – tak jako On.

Biblická perspektiva nám všem nabízí tu nejlepší identitu – identitu Božích milovaných dětí. Identitu Člověka s velkým Č. „Líný černoch“, „starý Žid“, „špinavý cikán“..., anebo Člověk, kterého si Nekonečno váží stejně jako tebe, mě, jeho... a dokonce i jako sebe samého? □

Peter Polaško



Adventistická
agentura pro
pomoc a rozvoj



pomoc u nás i ve světě –
lidem s nízkou sociální
úrovní, postiženým
přírodními katastrofami
a válkami



pomoc, která sjednocuje
národy



pomoc vyjadřující vztah
k bližnímu



pomoc, za kterou jsou lidé
vděční



pomoci můžete i Vy



Číslo korunového účtu:
0591011210/1300
- Banka Bohemia, Praha 2

Číslo devizového účtu:
34278-99450-051/0100
KB, Praha 5

DOBŘÍ LIDÉ

Hlavou mi běží příběh, který se odehrál loni na podzim. Tehdy jsem si nějak silněji uvědomil, že „dobří lidé ještě žijí“ a že špetka lidské vděčnosti je něco, co dlužíme mnoha lidem kolem nás.

Setkal jsem se nedávno v areálu nemocnice na Malvazinkách v Praze 5 s doktorem Jiřím Klimešem, vedoucím lékařem záchranné služby v Praze. Známe se už několik měsíců, a tak si vyprávíme.

„Nějak nerozumím tomu, jak to u vás je“ – povídá pan doktor. „Co máte na mysli?“ ptám se. „Znáte pana Kapustu?“ „Ano,“ odpovídám. „A pana Moravce?“ „Ano.“ „A znáte i pana Mudranince?“ „Ano, znám.“ „No, já se v tom nemohu vyznat. Ti dva mi telefonovali, jeden z Čech, druhý z Itálie, a oba říkali, že jsou bratři pana Kapusty. Zdálo se mi to takové zvláštní, ale nekomentoval jsem to. Či je to vlastně bratr?“ Když jsem mu to vysvětlil, poznamenal: „Tak už je mi to jasné, považujete se za bratry a sestry, to je pěkné.“

„A odkud znáte pana Kapustu?“ ptám se ho. „Já jsem ho tehdy převážel ze Slovenska sem do Prahy.“

Po několika dnech jsem si nechal vyprávět, jak to všechno bylo se záchranou mého přítele, který nutně potřeboval převést do Prahy. A tehdy mě napadlo, že bych mohl napsat několik řádků o lidech, kteří se každý den podílejí na záchraně lidských životů. Vyfotografoval jsem tři z nich, kteří se podíleli na zmíněném převozu – MUDr. Jiřího Klimeše, pilota JUDr. Jiřího Kiliánka a záchranáře Petra Hejduka. Na snímku jsem zachytil i vrtulník BO 105, který patří letce ministerstva vnitra.

Jak to tehdy vlastně bylo? „Ano, volali mi pánové Moravec a Mudraninec. Páli si převoz pacienta ze Slovenska do Prahy,“ vysvětluje doktor Klimeš. „Po vyřízení povolení, schválení ministrem zdravotnictví, ředitelem nemocnice Na Homolce, objednáve na vrtulník a po určení nejvhodnější doby pro pacienta jsme za vichřice letěli vrtulníkem BO 105 na Slovensko. S mezi-přistáním v Brně trval let 70 minut. Přistáli jsme 150 metrů od nemocnice. Pacienta k nám přivezli v terénní sanitce typu Mercedes. Byl napojený na dýchání a dobře zabezpečen.“

Let do Prahy trval 50 minut. Přistáli jsme v areálu nemocnice – na parkovišti – BO 105 se tam vejde. Čekala nás sanitka záchranné služby, která ho, při zabezpečení všech životních funkcí, převezla několik desítek metrů na příjem. Celou dobu letu byl pacient klidný. Tolik z vyprávění doktora Klimeše.

A jak to viděl pilot? „Koridor máme povolený ve výšce 300 metrů. Musím dávat pozor na rogalisty, kteří také mohou létat v této výšce. BO 105 je však výborný stroj, může se zastavit ve vzduchu, počkat, klesat před překážkou nebo najít vhodné místo k přistání.“

Dovolil jsem si představit vám tři muže. Myslím, že jim můžeme poděkovat za pomoc, kterou tehdy poskytli. Boj o lidský život – to je jedna z nejdůležitějších činností, jíž se můžeme věnovat. Ano, dobří lidé ještě žijí a jsou stále připraveni pomoci komukoli z nás. □

Rudolf Reitz, ředitel nadace ADRA, Praha

K obrázkům:

- 1 – MUDr. Jiří Klimeš,
vedoucí lékař záchranné služby v Praze
- 2 – záchranář Petr Hejduk,
jinak bubeník legendární skupiny OLYMPIC
- 3 – JUDr. Jiří Kiliánek,
pilot záchranného vrtulníku
- 4 – vrtulník BO 105

JESTĚ ŽIJÍ

1.



2.



3.



4.



Manažeri života



Určitě víte, co to je snění. Nemyslím v noci, ale za bílého dne. Také nemyslím na pohádkové snění, kdy jsem například princeznou nebo princem v začarovaném zámku. Lépe je asi mluvit o představách. Představy. Představy o svém

budoucím povolání, o kolektivu ve škole, v níž budu po prázdninách studovat, o budoucím manželovi nebo manželce, zkrátka o životě.

Některé představy jsou konkrétní a jasné, jiné se neustále mění a další se prozatím jen tuší. Je normální, že mladí uvažují o své budoucnosti pozitivně. Cílem je být šťastný. Je to jakési vytváření dlouhodobého plánu. Ekonomové tomu říkají „strategické plánování“.

Avšak moudrému manažerovi, který nechce, aby jeho firma zkrachovala, nestačí pouze strategický plán, to je málo, to je teprve první úroveň plánování. Přece nestačí vědět, čeho chci dosáhnout, ale také jak na to. Na druhé úrovni proto následuje tzv. taktické plánování. Manažer vychází ze situace na trhu, navrhuje několik postupů řešení, vyhodnotí různé varianty, provede předběžné kalkulace a zvolí optimální cestu k úspěchu. Nezbytné je znát hranice možností firmy.

Zbývá ještě jedna, nejnížší, úroveň plánování – říká se jí operativní. Musí být jasné, co se bude dělat tento týden, za čtrnáct dní, za měsíc, kdo konkrétní úkol převezme za svůj a za jak dlouho s ním bude hotov. V tomto stupni plánování vlastně dostávají konkrétní podobu oba vyšší stupně – plán strategický i taktický.

Pro mě osobně je stále knihou knih ta jediná – bible. Možná nenabízí okamžité řešení, možná v ní nerozlišíme ani tři úrovně plánování svého života. Ale přece, na své krátké cestě životem jsem se přesvědčila, že také jejím prostřednictvím ke mně hovoří Ježíš Kristus. A já chci právě jeho pozvat do svých plánů a představ.

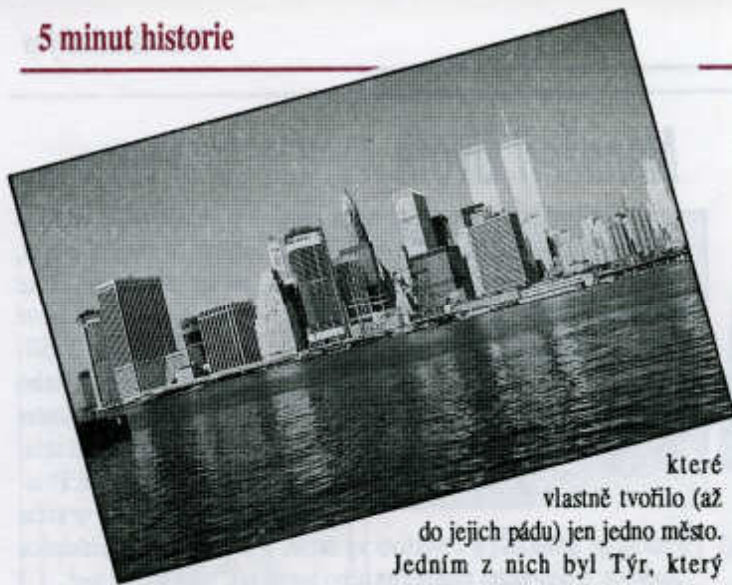
Ale je to tak snadné? Se mnou, s námi lidmi? Možná máme vlastní představu o budoucnosti a možná ji chceme dosáhnout po svém. Lehce se však může stát, že přijde doba, kdy se představy rozplývají, člověk tápe a neví, kudy dál. Třeba chce hlasitě křičet, ale ke komu, když ani naši nejbližší nám nemohou pomoci? Přesvědčila jsem se, že Ten, kdo mě přesahuje, slyší. On najde i řešení a dá novou perspektivu.

To bylo pozvání Ježíše Krista na tu nejnížší úroveň plánování. Jiná situace ukazuje na pozvání ke druhému („taktickému“) stupni našeho „plánování“: „Pane Ježíši Kriste, najdi prosím nějakou cestu a veď mne, abych dosáhl svého předsevzetí. Ty víš, co chci dělat.“ Ale – co když určitá část plánů je „slápnutím vedle“? Pochopila jsem však, že Ježíši na nás záleží, a proto nás vhodným způsobem usměrňuje a vede nás k tomu, abychom to pochopili.

Myslím, že nejlepší, a to se nám lidem přičí – je brát jeho rady vážně už při našem „strategickém“ plánování. Ano, není to právě nejsnazší. Mít plány, představy, často vysněné ideály, jak co v mém životě bude – a ještě se s někým radit. Právě „první úroveň plánování“ vyžaduje srozumitelnost, nikoli mlhavost, která je znakem našeho snění.

A jak poznám, co mi Ježíš Kristus radí? Stačí chtít to vědět. Upřimně. Často se divím, jak krásný způsob zvolil, abych porozuměla Jeho radě. A z těchto zkušeností beru jistotu, že celý můj život – s plány i sněním – je v jeho péči. □

Ing. Rut Horná, 24 let, ekonomka, Praha



... které vlastně tvořilo (až do jejich pádu) jen jedno město. Jedním z nich byl Týr, který dodnes někteří označují za „New York antiky“. Podle řeckého histo-

Staneš se místem v moři, kde se suší sítě. Já jsem promluvil, je výrok Panovníka Hospodina.“ (Ez 26,2-5)

Osud světového velkoměsta

Naplněné proroctví se od fantazie liší zásadně svým pravdivým obsahem. Jestliže se to, co bylo předpověděno, naplní, lze z toho jednoznačně vyvodit, že za tím skutečně stojí Bůh. Vždyť jde přece o naplnění. Právě to se stalo také v případě Týru.

vzdali existenci města na pevnině a uprchli do moře, na ostrov. Získali novou zemi z moře a na ní založili město. Protože prostor ke stavbě byl omezen, stavěli do výšky. Vykopávky nám dovolují se domnívat, že již tehdy zde existovaly budovy s 15 – 20 poschodími.

Avšak Boží proroctví předpovědělo úplné zničení města. Nebúkadnesar sice staré město zlikvidoval, ale teď existovalo nové město. 250 let to vypadalo, jako by Ezechiel svými slovy soudu sahal příliš vysoko. Pak však přišel

Mnozí lidé se dnes zajímají o budoucnost. Kdo by rád nevěděl, co se stane za dvacet, třicet či padesát let? Vědecké prognózy jdou hluboko do 21. století, ale nikdo neví, zda se skutečně stane to, co předpovídají experti.

Lidský výhled do budoucnosti se příliš často ukázal být krátkodobý nebo prostě falešný. Historické události, hospodářský rozvoj, politický vývoj a další důležitá fakta jsou tak komplexní, že i ty prognózy, které se obecně považují za jisté, se často během několika málo let stanou neplatnými.

Křesťané věří, že existuje pouze jediný, který může spolehlivě hovořit o budoucnosti – Bůh. V knize proroka Izajáše (46,9.10) se říká: „Já jsem Bůh a jiného už není. Jsem Bůh a nic není jako já. Od počátku oznamuji, co se v budoucnu stane, od pradávna, co se ještě nestalo.“

Samozřejmě – jedna věc je tvrdit něco takového a jiná to uskutečnit. Ale kdo zná bibli, ví, že Bůh činí to, co řekne. Naplněná biblická proroctví to dokazují. Nechceme vlastně mluvit o budoucnosti, ale obrátit se k minulosti. Ona nám totiž zřetelně ukázala, jak přesně se stalo skutečností to, co Bůh oznámil skrze své proroky.

Antické město mrakodrapů

Všechny velké říše starověku – Babylonie, Asýrie, Řím – měly původ v konkrétním městě. Z těchto měst vyrostly obrovské říše, které však v podstatě jen zajišťovaly život hlavního města. Kromě toho existovaly také státní útvary,

rika Herodota bylo město údajně založeno kolem roku 2730 před Kristem. V době, ve které se vynořuje v různých starozákonních proroctvích, měl již Týr za sebou 1500 let. Natruc všem nepřátelům opanoval východní Středomoří, stal se světovým centrem obchodu a byl považován za nedobytný.

Když Nebúkadnesar II. zabral v šestém století př. Kristem tehdejší stát Judu, obyvatelé Týru se škodolibě a chtivě dívali na dobytou zemi a kuli pikle, co by mohli vytěžit z porážky Židů. Proto Bůh nechal vyhlásit skrze proroka Ezechiela pád tohoto města. „Protože Týr o Jeruzalému říká: ‚Ha, je rozbit, on, vrata národů, otevřel se mi vstříc, naplním se tím, co je v troskách.‘ Proto praví Panovník Hospodin toto: Jsem proti tobě, Týre, přivedu na tebe mnohé pronárody, jako když moře plivá své vlnobití. Zničí hradby Týru, zbojí jeho věže; i prach z něho smetu, učiním jej holou skálou.“

Tomuto městu bylo předpověděno, že se na něj přilnou mnohé národy (v. 3), vykonavatelem „soudu“ bude Nebúkadnesar (v. 7), město zmizí ve vodě (v. 19) a nakonec se říká: „Budou tě hledat, ale nikdy, na věky, tě nenajdou.“ (v. 21)

Pád byl zpečetěn

Díváme-li se zpět, lze vskutku ověřit, zda Boží slovo se prokázalo pravdivým, či ne. Krátce po vynesení prorocké výpovědi Ezechielem (586 př. Kristem) začal Nebúkadnesar s třináctiletým obléháním Týru. Vše skončilo dobytím a zničením města na pevnině (starý Týr).

Zdálo by se, že to, co se odehrálo, bylo pro takového muže, jakým byl Ezechiel, předpověditelné. Nikoli však to, co se mělo stát v budoucích staletích. Nebúkadnesar učinil vše, co bylo v proroctví oznámeno. Avšak tím ještě nebylo naplněno celé proroctví. Týrané

Alexandr Veliký a učinil, co bylo zapsáno staletí před ním. Při své

Dějiny tohoto města poskytují důkaz, že Boží slovo, když hovoří o budoucnosti, je spolehlivé.

cestě do Egypta napadl město, které bylo považováno za neprobojné. „Alexandr zde uskutečnil pravý zázrak válečné techniky, když nechal postavit 600 metrů dlouhou hráz středem moře k městu na ostrově... Mezitím tesafi na pobřeží vytvořili pravé obludy – pojízdné chráněné věže s mnoha poschodími nad sebou. Byly to největší obléhací věže, které kdy byly v dějinách válečnictví použity. Měly dvacet poschodí a svou výškou padesáti metrů sahala nejvyšší plocha mnohem výš než nejvyšší městské zdi. Když se tyto zbraně nabitě obludy daly po sedmi měsících

přípravy pomalu a těžkopádně do pohybu k Týru, byl osud mořské pevnosti, do té doby nedobytné, zpečetěn.“ (W. Keller, A bible má přece pravdu)

Zdi byly rozbity, voda se přelávala přes kdysi mocné obchodní město. Ještě dnes je vidět v o něco větší hloubce než jeden metr kolem dokola jižního a západního pobřeží poloostrova trosky, rozvaliny bývalého města. Jen malá rybářská osada (Sur) upomíná na to, že zde kdysi stál „New York antiky“.

Boží slovo, ne lidské slovo

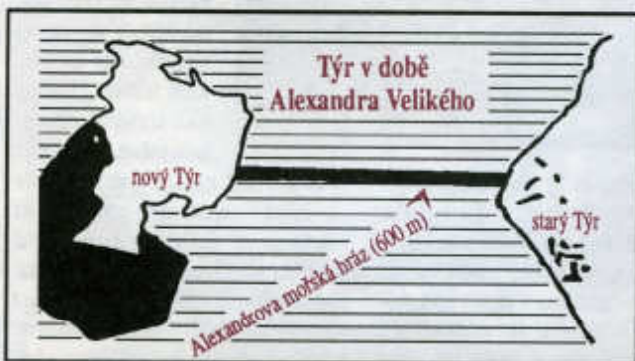
Ovšem, byli to lidé, kteří vyřkli biblická proroctví, ale za nimi stál Bůh. Jinak nelze vyložit, že se do písmene stalo přesně to, co bylo ve jménu Božím předpověděno. Neměl by nám pomoci pohled zpět na naplněné proročké slovo, abychom věřili také všemu ostatnímu, co Bůh oznámil ve své Knize o přítomnosti i budoucnosti této země?

□

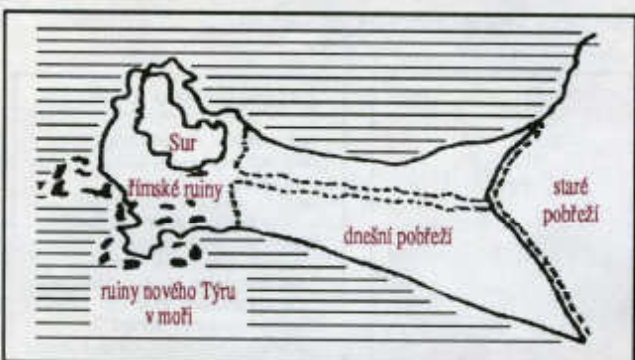
Günter Hampel



Když prorok Ezechiél prorokoval pád antického města Týru, bylo na vrcholu své moci jako centrum obchodu.



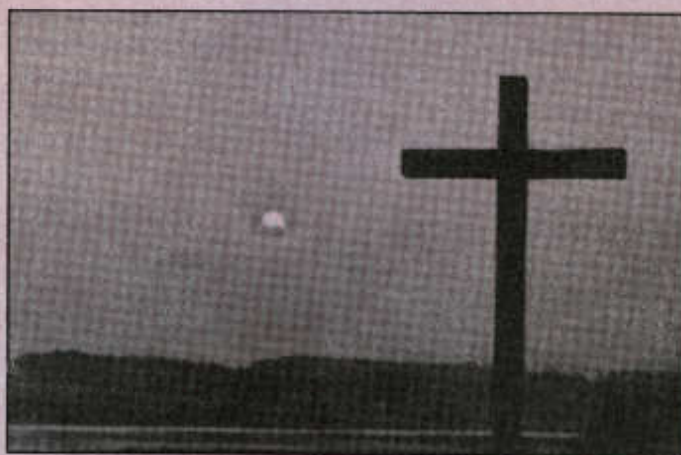
Alexandr Veliký dobyl město, které bylo považováno za nedobytné, uměle zbudovanou hrází a zničil ho.



Na příkladu Týru se ukazuje, jak přesně se naplňují proročká slova bible.

Kdo z nás by si troufal tvrdit, že nebyl v životě nikdy zklamán ve svém očekávání?

Pozitivní hodnota ZKLAMÁNÍ



To je ono, to je ono. Tak to chceme. To je ono.“ bouřil zástup kolem mne. Byl listopad roku 1989. Lidé něco očekávali, samozřejmě lepšího. Dnes mnozí říkají: „To není ono, co jsem si představoval.“

Naše století se pomalu chýlí ke konci. Bude napsáno mnoho slov, aby se zhodnotilo. Již dnes však lze souhlasit s tím, že to byl věk tužeb, očekávání a zklamání.

Pesimisté ovšem vždy tvrdili: „Život, to je systematické zklamání.“ Kdo z nás by si troufal tvrdit, že nebyl v životě nikdy zklamán ve svém očekávání?

Oscar Wilde napsal: „Alespoň jednou ve svém životě každý člověk kráčí s Ježíšem do Emaus.“ Co měl na mysli? To, co čteme v evangeliu Lukášově 24,13–27.

Dva z učedníků jdou po Ježíšově ukřižování z Jeruzaléma do Emaus. Prožili strašné zklamání. Vyjádřili to ve slovech: „My jsme doufali, že on je očekávaný Mesiáš...“ Zatím ho odsoudili na smrt a ukřižovali. Přitom mluvili s Ježíšem. Přidal se k nim na cestě, ale oni ho nepoznali.

Málokdy lidé prožili takové zklamání jako Ježíšovi učedníci v den ukřižování svého Mistra. V něm viděli naději na splnění těch nejvznešenějších tužeb. On změnil poměry na zemi. On může všechno. Poslouchají ho živly – utišil bouři. Vytvořil v Palestině hospodářský zázrak, nasýtil přece pět chleby a dvěma rybami tisíce lidí. Vyřešil problém nemoci a smrti. Viděli ho uzdravovat slepé a křísit mrtvé.

A teď tohle – bezmocně visí na kříži a kolem zní posměch chátary. Všechno je v troskách. Takové zklamání.

Zastavme se chvíli u slova zklamání. Jeho kořenem je slovo klam. Význam slova zklamání má v sobě pozitivní prvek. Naznačuje, že přichází okamžik probuzení z žití v klamu. Řeknu-li

„zklamal jsem se v něm,“ znamená to, že jsem od něho něco očekával, co v sobě neměl, a co tedy ani nemohl splnit. Je docela možné, že mne vlastně nezklamal. Jen já jsem žil v klamu. Vytvořil jsem si ve své mysli představu a domníval se, že je to skutečnost. Vyjádřením „zklamal jsem se“ říkám, že jsem žil v klamu – vycházím z něho a konečně vidím věci pravdivě.

Přesně to řekl Pán Ježíš těm dvěma mužům: „Jak jste nechápaví. To je vám tak těžké uvěřit všemu, co předpovídali proroci? Což neměl Mesiáš to vše vytrpět...?“ Měl na mysli proroctví Izajáše 53. kap. a Daniele 9, kde je napsáno: „...zabit bude Mesiáš, ale jemu to neuškodí...“

Proč dochází ke zklamání? Nebo proč podléháme klamu?

Z několika důvodů. Především proto, že neznáme budoucnost a věci chceme vidět podle svých tužeb. „Častěji naletíme vlastním nadějím než cizím podvodům.“

Jen vzpomeňme na „učitele národů“ J. A. Komenského. Proč tento velký intelekt uvěřil a tiskem šířil vizionářské bláboly Drábíka a Poniatowské o brzké porážce Habsburků a návratu pobělohorských exulantů domů? Protože toužil po návratu, protože si to přál.

Také ten, kdo se upne k dosažení nereálných cílů, kdo by chtěl vyrobit perpetuum mobile – stroj, který by běžel bez ztráty energie stále, – se dožije zklamání. Je to proti přírodním zákonům. A právě i ten, kdo očekává na této zemi nějaké dokonalé poměry.

Kdo zná poselství bible o pádu člověka, a tím narušení poměrů na naší planetě, ví, že zde na zemi lidé ráj nikdy nevybudují.

Pěkně to vyjádřil Friedrich Dürrenmatt: „Společnost nemůže být nikdy spravedlivá, jen spravedlivější. Ne svobodná, jen svobodnější...“ Dodal bych: „A církev (přesněji lidé v církvi) ne dokonalá, jen dokonalejší.“

Mnoho zklamání pramení z nekritického spoléhání na člověka. Jistě je, že jsme zde odkázáni na službu, práci, pomoc a um jeden druhého. Běda však, když se začneme domnívat, že člověk může všechno.

Před mnoha léty jsem ležel po úraze na ARU. Za plentou ležela těžce nemocná žena. Chtěl jsem ji povzbudit a hovořil jsem k ní o důvěře v Boha. Ona mi odpověděla: „Musíme důvěřovat našim zdravotníkům.“ Bylo to pro ni velice zlé, když jí oznámili: „Udělalí jsme vše, co je v lidských silách, ale mamě.“

Řekli jsme si, že zklamání má pozitivní obsah. To v tom případě, když nás vede od toho, co je nejisté, k tomu, co je pevné a stálé. Má pozitivní smysl pro nás tehdy, když nás přivede k Bohu, „který nikdy nezklame“ (Tit 1,2). V opačném případě nás povede jen k dalším zklamáním. □

Ludvík Svihálek



Je dobré, když „mrňata“ muzicírují

Odborníci říkají, že hrou na hudební nástroj se děti učí provozovat několik činností najednou a dále se u nich rozvíjí paměť i schopnost koncentrace. Soustavným cvičením lze vypěstovat vytrvalost, trpělivost a schopnost vyrovnat se s neúspěchy.

Aktivní provozování hudby rozvíjí také celý komplex myšlenkových dovedností a učí děti soustředit se na drobné detaily i celek současně. Je také výborným prostředkem pro přesné mimoslovní vyjádření pocitů.



Podle pedagogů by dítě mělo s nástrojem přijít do kontaktu v dostatečném předstihu před zahájením pravidelné školní docházky. Mnoho odborníků také doporučuje začít brzy v dětství navštěvovat hudební školu. U dětí mladších pěti let je tento způsob vhodnější než výuka provozovaná individuálně. Je výhodný i proto, že dítě se učí experimentovat s tóny a rytmem už přímo ve školním prostředí. □

Goetheho protikuřácký pohár pro univerzitu v Kalifornii

Adventistická univerzita Loma Linda v Kalifornii získala letošní cenu Johanna Wolfganga Goetha.

U příležitosti světového nekuřáckého dne 31. května 1993 byla tato cena vysádna dárce prof. dr. Friedrichem Portheinem z Nordhornu a generálním shromážděním Mezinárodní asociace J. W. Goetha v německém Weimaru. Stříbrná trofej, věnována prof. Portheinem v roce 1990, je udělována

každým rokem u příležitosti Světového nekuřáckého dne na návrh Světové zdravotnické organizace (WHO) univerzitám, které se zvláště zasloužily v boji proti kouření nebo mají pozoruhodně nízký počet kuřáků mezi svými studenty. V uplynulém roce obdržela vítěznou cenu lékařská fakulta univerzity v mexickém městě Zacatecas.

Podle přání prof. Portheina bude Goethova trofej oficiálně odevzdána na „Kolumbově“ dni v Los Angeles. Půl tisíciletí po Kolumbovi se tabák stal jednou z největších příčin nemoci a úmrtí. Více než 30 % všech rakovinných onemocnění je zapříčiněno cigaretami. A jméno Goethe v názvu trofeje? Spisovatel byl zapříčiněným odpůrcem kouření. □

V edici Znamení doby právě vychází

ADVENT

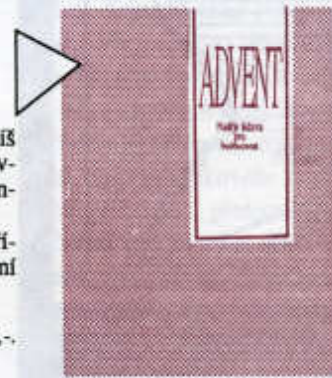
♦ Naděje lidstva pro budoucnost

Už jste slyšeli o největší události budoucnosti? Bible říká, že Ježíš Kristus přijde opět na naši planetu! A říká, že to bude brzy. Je to pravda? Kdy se vrátí? Určil nějaké znaky, podle kterých se můžeme orientovat? Jak to bude vypadat, až přijde? A proč vlastně přijde?

Odpovědi na tyto a podobné otázky nabízí tato brožurka. Druhý příchod Ježíše Krista je největší nadějí lidstva, je to poselství, které zní v Novém zákoně častěji než je v Novém zákoně stran.

Přibližný rozsah 24 stran, předpokládaná cena Kč 5,-

Tuto brožurku si můžete objednat na adrese našeho vydavatelství.



Znamení doby

Ved. redaktor Peter Polaško

Zást. ved. red. Luděk Svěček

Graf. úprava Pavel Bárta

Foto M. Slávinger,

J. Bárta, O. Roztočil a archiv

Vydává a objednávkou přijímá

Advent – Orion s.r.o.

160 00 Praha 6 - Sedlec, Roztočská 5

Tel. - objednávky 32 55 28

Tel./fax. - redakce 325 165

„Podávání novinových zásilek povoleno

ředstavením pošt Praha

č.j. 1307/92 – NP ze dne 17.11.1992“

Tisknou Liberecké tiskárny s. p.

Vychází čtyřikrát do roka

Cena jednoho výtisku Kč 9,-

Stál jsem těsně vedle něho. Dětila nás jen železná mříž. „Generální oprava,“ hlásal omluvný nápis na plotě. A tak jsem v to prosluněné nedělní odpoledne nemohl překročit magickou čaru pověstného nultého poledníku v Greenwich. Náplastí na mou bolístku zklamání před železnou mříží se stal překrásný výhled na řeku Temži v čase přílivu.

Ne, nic bych tím nezískal, kdybych překročil označené místo v Greenwichské observatoři. Ovšem touha po zdolávání a překračování pomyslných i skutečných hranic je v nás. V dětství nám neodolatelnou hranicí byl možná sousedův plot zahrady se zrajeckými švestkami. V dospívání se jí stalo datum v kalendáři. „Mít tak osmnáct!“ snili jsme. Bylo nám osmnáct a před námi stály hranice jiné, stejně žádoucí a lákavé. „Mít ještě to a získat tamto,“ říkali jsme si jen tak pro sebe, a protože dospěli už tolik nemluví o plotech a hranicích, hovořili jsme raději o plánech a cílech. Znělo to jaksi pozitivněji. Skoro ušlechtilé. Přestože už dávno v ulicích nevisely rudě psané plakáty hlásající: „Vstříc lepší budoucnosti,“ patřily budoucnosti všechny naše naděje. Současně však, čím více jsme se časově vzdalovali už dosaženým cílům, začínali jsme si uvědomovat relativitu jejich hodnoty ve srovnání se vzpomínkami na dětství a mládí. S přibývajícím věkem jsme začali žít minulostí. Jen přítomnost dál odbýváme mávnutím ruky: „Je taková všední a obyčejná.“ A přitom zapomínáme, že jen přítomnost je to jediné, co nám patří.

Z bible víme o první hranici. Postavil ji Pán Bůh. Rekl: „Ze stromu poznání dobrého a zlého nejz.“ (1 Moj 2,17) Věděl o nebezpečí, které prvním lidem hrozilo. První hranice byla vytvořena z lásky. Zvláštní! Lásky a omezení. Hadovi v koruně zakázaného stromu nedalo mnoho práce, aby Evu přesvědčil, že omezení je k její vlastní škodě. Eva „... vzala tedy ... a jedla.“ (1 Moj 3,6) Překročila jedinou hranici a svým činem spustila lavinu neuvěřitelného ohraničování a omezení. Pád do hříchu s „prokletím“ konečnosti vymezil i čas minulý, přítomný a budoucí. Tou nejtragičtější hranicí se pak stala hranice smrti.

Naštěstí bible neobsahuje jen popis tragického příběhu z ráje. Najdeme v ní i radostnou zprávu. Hranice smrti byla zdolána. „Darem Boží milosti je život věčný v Kristu Ježíši, našem Pánu.“ (Řím 6,23) Pro Ježíše Krista nemusíme mít obavy



z budoucnosti, nemusíme mít strach ze smrti. Jsme však ještě stále obyvateli této země. Dále podléháme omezování a vymezování spoustou hranic. I čas dál dělíme na minulý, přítomný a budoucí. Snad pro všechna vymezení si dost dobře neuvědomujeme to nejdůležitější. Život člověka nemusí být naplněn neustálým vyhlížením za hranice – do budoucnosti. Nemusí být však ani zbytečně živěn minulostí.

Zaslíbením věčného života i záchranou v Ježíši Kristu si můžeme být jisti už dnes. Je dobře, že o tom smíme vědět. Nebudeme pak přítomnost, to jediné, co nám patří, odbývat mávnutím ruky, ale přijme ji jako dar a příležitost pro objevování nových radostných příležitostí. □

Jan Bárta

VERNON W. FOSTER
Nový začátek

Kniha o zdravém
životním stylu

New Start
N E W S T A R T

NEW START
nová šance pro Vás!

Jedinečný průvodce zdravého životního stylu.
Osu knihy tvoří zlatá osmička: výživa, pohyb, voda, sluneční
světlo, střídmost, vzduch, odpočinek, důvěra v Boha.
Vy můžete být fit a zdrav!

Velká publikace formátu B5, 232 stran, barevné i černobílé ilustrace,
cena Kč 120,-

Knihu si můžete objednat na adrese:
Advent-Orion, Roztocká 5, Praha 6 - Sedlec