

ZA OBZOR REM

magazín
pro všechny,
kteří chtějí
vidět dál



BÖHMOVI: Láska mezi auty a **barokem**

13 Rodina – Jsi bohatý,
a nevíš o tom?

26 Za hranicí
představivosti

30 HOPE TV – televize,
jak ji neznáme

KOHOUTI KOKRHají VŠUDE STEJNĚ

JAN BÁRTA

rozměry 150 × 210 mm, 160 stran,
tuhá vazba

Jan Bárta v knize reflektuje své prožitky z cest, které podnikal jako ředitel humanitární organizace ADRA. Osobitým způsobem popisuje nejen události a situace lidí, kterým ADRA pomohla, ale také své úvahy při setkání s odlišnou kulturou, prolnuté vzpomínkami na své dětství a mládí. Jako stříbrná nit se knihou line setkání s kohouty, kteří jsou na celém světě stejní. Druhou zásadní linkou je setkání s neštěstím, které sice provází lidi v různých odstínech po celé zeměkouli, ale vyvolává také projevy lidskosti a potřebu bolesti druhých nést.

Cena 218 Kč



www.advent-orion.cz



Tomáš Kábrt

Böhmovi: Láska mezi auty a barokem



Dipl. Ing. Pavel Böhm, MBA, je dlouholetým ředitelem nákupu největší firmy v České republice – Škoda Auto Mladá Boleslav. Do nákupu nových výrobních technologií zahrnujícího linky pro výrobu motorů a převodovek, lisovny, svařovny, montáže i budovy, stavby a veškerý režijní materiál investuje se svými podřízenými každý rok více než půl miliardy eur. Byl u přípravy všech projektů automobilky posledních let jako Rapid, Rapid Spaceback, Octavia, následník Fabie a dalších. Celé tři roky v týmu expertů zakládal výrobní závod VW Group Rus v Kaluze, která se nachází 200 km jižně od Moskvy. Ve vzácném volném čase hraje s manželkou Ellen barokní hudbu a s dětmi navštěvují

každou sobotu bohoslužby v křesťanském sboru církve adventistů. „Výroba aut obnáší precizní souhru a plánování přes tvorbu designu, konstrukci, plánování výrobních procesů, výrobu až po naplánování sebemenší změny, na kterých se podílejí stovky lidí ve velmi intenzivní komunikaci. Nedovedu si představit, že o mnoho složitější živé organismy, tyto zázračně složité konstrukce s vlastním řídicím informačním systémem, by mohly vzniknout samy od sebe čistě náhodou,“ říká zkušený technik a manažer. „Když se díváme zpět, zjišťujeme, že ani naše životní události nejsou čistou náhodou, ale je zde vidět zcela jasná linka určitého plánu, který má smysl.“

Pavel Böhm prožil dětství v době takzvané normalizace v černém Kladně, kde často oknem v šestém patře panelového domu pozoroval „rudou zář nad Kladnem“ – působivý okamžik, kdy se z vysoké pece vylévá roztavené železo a jeho záře osvětluje oblohu. I když byl premiantem třídy, kvůli svému náboženskému vyznání nesměl v tehdejším komunistickém režimu studovat na střední škole. Vyučil se proto na Odborném učilišti kladenské ocelárny Poldi. Zkušenosti z dělnického učiliště a z práce v Poldi se mu hodí dodnes. Nakonec po politickém uvolnění mohl vystudovat dvě vysoké školy. Po absolutoriu na první z nich odešel na několik let do západního Německa sbírat pracovní i osobní zkušenosti. Do Čech se vrátil za pracovní nabídkou koncernu Volkswagen AG. „Tehdy jsem poznal mou milovanou Ellen. Už jsem měl načas. V Němec-



ku jsem brzy pochopil, že mezi tamějšími ženami manželku najdu těžko. Díky Bohu jsem krátce po návratu do Čech potkal mou nynější ženu. Dodnes tvrdím, že si ona našla mě, ale její verze je trochu odlišná,“ usmívá se ředitel – houslista. „Byla jsem tehdy ještě mladá studentka a Pavel byl spíše již usazený distingovaný manažer. Přesto jsme si rozuměli a dokázali jsme si hodiny povídat. To, že jsme se potkali a dali dohromady, je jedna z nejlepších věcí, která mě v životě potkala. Rozhodnutí zůstat spolu jsem nikdy nelitovala, i když to vždy nebylo vzhledem k manželově práci jednoduché,“ vzpomíná Ellen. Je dcerou adventistického pastora, což pro ni mimo jiné znamenalo častější stěhování a adaptování na nové prostředí. „Možná jsem díky tomu flexibilnější a lépe zvládám změny spojené s manželovou manažerskou profesí, která s sebou přiná-

ší práci v zahraničí i cestování po celém světě,“ říká energická vedoucí oddělení dohlížejícího na disciplínu dodavatelů automobilky. Böhmovi mají spolu dva dospívající syny Janicka a Timothyho. Pět chudým dětem v Bangladéši dlouhodobě sponzorují vzdělávání v adventistické internátní škole.

Nejtěžším obdobím pro rodinu byl tříletý pracovní pobyt otce v Rusku, kde se jako vedoucí nákupu podílel na stavbě nového závodu VW Group Rus ve městě Kaluga. Z té doby jej manželka a děti znají nejvíce ze skypu. „Vidali jsme se jen nepravidelně o víkendech, když mohl přiletět z Moskvy. Děti byly ještě malé a nebylo to snadné. I tak jsem ale vždy věděla, že jsme tým a že se na sebe navzájem můžeme spolehnout. Snažila jsem se nepřipouštět si, že by se Pavlovi mohlo na těch cestách něco stát, přece jen nalétal přes 500 tisíc mil. Tady mi opravdu pomohla důvěra v Boha, vědomí, že je manžel pod Jeho ochranou i během proslulých ruských zim a sněhových kalamit, ale i během toho, kdy tam prodělal těžkou otravu z jídla.“ Pozitivně smýšlející inženýr zpětně hodnotí období práce v Rusku i jako velké obohacení: „Moje zkušenosti ze západní Evropy a z domova ve střední Evropě dostaly nový rozměr. Popsat prožitky z této doby by vydalo na celou knihu a dnes i trochu lituji, že jsem si nevedl podrobný deník, neboť mi v paměti utkvěly jen zážitky opravdu mimořádné. Velmi často se mi například stávalo, že mé německé jméno vzbuzovalo v lidech nedůvěru a odstup, ale jakmile jsem začal mluvit mojí esperanto-ruštinou, jak ji nazvali moji kolegové v práci, bariéry velmi rychle mizely. Poznával jsem lidi se širokým srdcem, kteří toho moc neměli, ale byli otevření, vstřícní a ochotní se i o to málo rozdělit. Dokonce překonali i to, že jsem s nimi nepil vodku,“ směje se abstinent Pavel Böhm.

Nejen výroba aut, ale i ostatní výrobní odvětví jsou dnes závislé na světové globalizaci. Otevřený trh nutí firmy vyhledávat lokality s nejnižší cenou za lidskou práci. Značná část průmyslové výroby končí proto v oblastech Asie, Afriky či Jižní Ameriky. Jediná šance, jak tomu čelit, je zavádění high-tech technologií, do kterých spadá i plná automatizace výroby aut za pomoci robotů. „Důsledky těchto procesů dnes vidíme názorně na pracovním trhu Severní Ameriky a v poslední době i v Evropě, kde nezadržitelně narůstá počet nezaměstnaných lidí a ani růst oblasti služeb tento trend nemůže zastavit. Jsem přesvědčen, že jednou budu svým vnukům vyprávět o tom, jak jsem osobně řídil auto, řadil ručně převodové stupně nebo přidával plyn, brzdil a přitom sledoval dopravní situaci a značky. Již dnes jezdí auta v normálním provozu plně řízená počítačem a je jen otázkou času jejich nasazení,“ konstatuje ředitel Pavel Böhm. „Mít krásné auto je



SVÝM ZPŮSOBEM BY SE DALA I VÝROBA AUT PŘIROVNAT K HUDBĚ. PROCESY NA MONTÁŽNÍ LINCE SOUZNÍ V URČITÉM TAKTU, VŠE JE PERFEKTNĚ SLADĚNO A VŠICHNI DOHROMADY TVOŘÍ TAKOVÝ „ORCHESTR“.

snem mnoha lidí, ale je dobré si uvědomit, že při vší dokonalosti se jedná jen o trochu sofistikované elektroniky a zformované hmoty. Osobně mnohem více obdivuji dokonalost a precizní technické zpracování objektů v přírodě kolem nás. Ať se jedná o objevy mikrosvěta v kvantové fyzice nebo nanotechnologiích, v biologii s jejími úžasnými vhledy do buněk a jejich supersložitého kódu DNA, či ohromující nové poznatky z makrosvěta – vesmíru. To je to, co mě opravdu fascinuje a ubezpečuje v tom, že nejsme produktem náhody, ale že jsme v rukou inteligentního Tvůrce.“

PhDr. Ellen Böhmová je spoluzakladatelkou mladoboleslavského společenského domu Lávk. Začal působit v nových prostorách vybudovaných z rozpočtu církve jako podpora různých místních občanských aktivit. Půldruhého roku od svého otevření je Lávka nedílnou součástí mladoboleslavského kulturního a společenského života. „Jsem moc ráda, že se můžeme s Pavlem podílet na zdejších aktivitách. Oba se tu zapojujeme do akcí Klubu zdraví, rozjela jsem tady Ekokino, kde v rámci Ozvěn Ekofilmu, prestižního celostátního festivalu, promítáme nové filmy s ekologickou a duchovní



NEJDŮLEŽITĚJŠÍ VĚCI
V ŽIVOTĚ SE NEDAJÍ
KOUPIŤ A STOJÍ ZA
TO UPŘEDNOSTNIT
V ŽIVOTĚ ŽEBŘÍČEK
HODNOT NASTAVENÝ
PÁNEM BOHEM V BIBLI.

tematikou. Do Lávky postupně přichází čím dál více lidí a díky zajímavým projektům, jako je například každoroční Národní týden manželství, se stává stále oblíbenějším místem.“ V prostorách společenského domu se v sobotu konají také bohoslužby sboru adventistů.

Pavel i Ellen vyrostli ve věřících rodinách. Přesto nebo právě proto si podle svých slov museli každý najít vlastní cestu ke spiritualitě. Především v období dospívání má skoro každý mladý člověk vyrůstající ve věřící rodině pocit, že o něco přichází, a na svět kolem sebe se dívá přes růžové brýle. „Až čas člověka naučí, že za nevázanou radostí a divokými emocemi se skrývá také spousta smutku a slz,“ říká Pavel Böhmi. „Ryzí důvěra v Boha není něco, co člověk zdě-

dí nebo obdrží od rodičů, ale musí si ji vybudovat sám s Boží pomocí krok za krokem. Největší hodnotu mají pro každého odpovědi, na které přijde sám.“ Velkou Pavlovou zálibou je studium témat evoluce a stvoření, spolupracuje dokonce na internetovém portálu www.genesisnet.info s tímto zaměřením, baví jej také témata biblické archeologie a naplňujících se prorocství. Zcela z jiného soudku je jeho dnes skoro profesionální koníček obchodování na burze, a to trh s měnami – forex a pákové certifikáty nebo akcie.

Pavel s Ellen si z automobilky každý den přináší domů značnou dávku stresu a napětí z práce. Berou to jako daň dnešní době a náročnému povolání. Společně zjistili, že nejlepší relaxací je pro ně barokní hudba. „Naprostě nás vtáhla do své atmosféry a krásy. Ellen doprovází na klavír moji hru na housle. Dokážeme v tomto povznášejícím zaujetí strávit celé hodiny,“ zasní se Pavel. „Oblíbili jsme si kousky od starých mistrů Bacha, Vivaldiho, Händela, Corelliho a dalších. V té hudbě je zvláštní atmosféra, která se dá těžko popsat, ale je blahodárná,“ doplňuje manželka Ellen. „Svým způsobem by se dala i výroba aut přirovnat k hudbě. Procesy na montážní lince souzní v určitém taktu, vše je perfektně sladěno a všichni dohromady tvoří takový ‚orchestr‘. Když procházím krásnou moderní montážní halou, kde se vyrábějí Octavie, tak takový pocit opravdu mám,“ usmívá se Ellen. K hudbě vedou Böhmovi i své děti. Oba kluci hrají na dva hudební nástroje a vystupují s orchestrem. Našli také svoji cestu ke klasické hudbě a rádi si ji poslechnou a zahrájí. Kromě hudby se s dětmi nadšeně věnují deskovým hrám. „Máme jich doma hodně a opravdu rádi je hrajeme.“ Se syny chodí rodiče také pravidelně hrát badminton a občas squash nebo tenis. Rádi podnikají společné výlety.

Böhmovi by rádi své děti i sebe uchránili před úpadkem skutečných hodnot. Trápí je, že čest, čistota, důvěra či věrnost ve společnosti stále více pozbývají na své důležitosti a lidé podléhají iluzi, že o ně není třeba usilovat. „Všichni jsme si zvykli na dobu hypermarketů, kdy naše potřeby musí být uspokojeny hned teď a nejvzácnější hodnoty života nahrazuje honba za kariérou či majetkem. Přitom v nás zůstává prázdnota a osamělost. Běžně se rozpadají manželství, rodiny a vzájemné vztahy. Nejsme už ochotni o něco bojovat, dlouhodobě usilovat nebo snášet úděl v dobrém i ve zlém. Moje někdy i tvrdě prožitá zkušenosti ze světa byznysu i z různých koutů světa mě ujistily o tom, že nejdůležitější věci v životě se nedají koupit a stojí za to upřednostnit v životě žebříček hodnot nastavený Pánem Bohem v Bibli. Není nic důležitějšího než vědomí, že existuje Někdo, o koho se vždycky můžete opřít,“ svěřil se vrcholový manažer.

NEBE A PEKLO

tady a teď

Matthew Lucio



Vy jste ten nový kazatel? Tak jim tam udělejte peklo!

Tohle byly jedny z prvních „povzbuzujících“ slov, která jsem slyšel, když jsem opustil teologický seminář, abych nastoupil jako duchovní ve svém prvním kostele. Úsměv na tváři mého přítele mi byl znamením, že si dobře uvědomoval tu ironii.

Opravdu to bylo až po tomto rozhovoru, kdy jsem se začal podívat nad tím, jak často spojujeme představu pekla s našimi životy.

Přestože většina lidí věří, že peklo je možné poznat až po smrti, často jej přirovnáváme k naší současné existenci pomocí různých idiomů a přísloví: „Válka je peklo“, „Já mám teď doma peklo“, „Rozpoutalo se peklo“. Na druhé straně používáme přirovnání jako: „Ta zmrzlina je božská“ nebo „Ti dva se spolu budou mít jako v ráji“.

Náš každodenní jazyk je protkán výrazy spojenými s vírou, které používáme prakticky bezmyšlenkovitě. Ať už to znamená cokoliv, nelze popřít, že nebe a peklo jsou pevně zakotvené v naší lidské představivosti.

Žít už teď život po smrti?

Na našem podvědomém zvyku – vidět v naší životní realitě odraz života po smrti – je však kus pravdy. Podle Bible nás každé naše

rozhodnutí nějak ovlivňuje a transformuje. Je nám řečeno, že pokud přijímáme Boží lásku, budeme jako On. „V tom jeho láska k nám dosáhla cíle, že máme plnou jistotu pro den soudu – neboť jaký je on, takoví jsme i my v tomto světě“ (1. list Janův 4,17).

Logicky můžeme předpokládat, že to platí i naopak. Pokud děláme rozhodnutí, která nás vzdalují od dobra (a tedy i od Boha), budeme se mu podobat méně. Takže se dá říct, že nebe a peklo začínají v tomto životě a vrcholí v životě, který nás teprve čeká. Jít do pekla není náhlý a neočekávaný trest pro hříšné, ale logická návaznost na směr jejich současného žití. Je to prostředí, jež si sami vytvářejí svými vlastními rozhodnutími.

Důkaz naší volby je zjevný. Když někdo tvrdí, že je křesťan, pak by na něm měly být patrné určité změny nebo jisté chování, jež je vedlejším produktem křesťanského života, jako například láska, trpělivost nebo sebekázeň (Galatským 5,22.23). Můžeme se zeptat sami sebe: „Směřuje můj život k těmto kvalitám?“

V našem světě je všudypřítomný konflikt mezi dobrem a zlem, který je možné chápat jako boj mezi principem lásky

a chtiče, sebeobětování a sebestřednosti. Království Boží je místo, kde je vládnoucím principem láska. Apoštol Pavel to pregnančně vyjádřil těmito slovy: „Je tedy láska naplněním zákona“ (Římanům 13,10). Jinými slovy, čím více se naučíte milovat, tím více budete jednat jako občané Božího království.

Opačně lze říct, že peklo je místem, kde výsledkem sebestřednosti je určitý vnitřní neklid. Kniha Zjevení varuje, že ten, kdo odmítne Boží lásku, je zasvěcen peklu, kde „...dnem ani nocí nedojde po-koje“ (Zjevení Janovo 14,11).

Ovšem tento stav nepokoje začíná dlouho předtím, než se do pekla dostaneme. Izajáš zaznamenává na dvou místech, že „nemají pokoj svévolníci“ (Izajáš 48,22; 57,21). Jinde uvádí kontrast mezi pokojem toho, kdo následuje Pána, a skutečností, že „svévolníci budou jak vzedmuté moře, které se nemůže uklidnit“ (Izajáš 57,20). Izajáš zde popisuje nepokoj charakteristický pro lidi, kteří záměrně odmítají Boha. Tento neklid je sužuje dlouho předtím, než odejdou z tohoto světa a jejich osudy jsou zpečetěny smrtí.

Výrazem „nepokoj“ Bible pojmenovává nedostatek duchovního míru. Peklo je podle Bible určité spirituální prostředí, které člověka tím více pohlcu-

je, čím více se vzdaluje od Boha. Nakonec Bůh plně odstraní svou přítomnost z jeho světa – a peklo se stane jeho hmatatelnou realitou.

Chce Bůh, abychom se sami rozhodli?

Někteří křesťané věří, že Bůh předurčil v jakési vesmírné loterii, kdo půjde do nebe a kdo do pekla, a že my podle toho zcela samovolně žijeme naše životy. Švýcarský reformátor John Kalvín popsal tento náhled v tvrzení, že „všichni (lidé) nejsou stvořeni stejně, někteří jsou předurčení k věčnému životu, jiní k věčnému zatracení“. V souladu s tím, jak každý byl stvořen pro jeden z těch dvou konců, říkáme, že byl předurčen pro život nebo pro smrt.

Tato myšlenka na první pohled rezonuje s naší zkušeností. Nakonec i apoštol Pavel se nazýval „otrokem hříchu“ a vyznával: „Nepoznávám se ve svých skutcích; vždyť nedělám to, co chci, nýbrž to, co nenávidím“ (Římanům 7,14.15). Pavlova zkušenost je také mou zkušeností. Kolikrát jsem selhal ve své touze být stále dobrý! Je to snad proto, že jsme předurčení ke zlu a nemůžeme uniknout peklu našeho žití?

Kdybychom takovým způsobem uvažovali, pak bychom museli předpokládat, že dokonce i Pavel



Bible a „nesmrtelnost“ duše

V biblickém pojetí není duše nesmrtelná, a to tak dlouho, dokud do výrazu „duše“ nevložíme jiný, konkrétně řecký obsah. Nic na tom nemění, že to církev později udělala... Ti, kdo chtějí odvozovat překonání smrti od něčeho, co si nosíme sami v sobě, pro to v Bibli potvrzení nenajdou. To ovšem zdaleka neznamená, že tu proti smrti stojíme bez naděje: naopak, je pevnější a hlubší, protože není zakotvena v křehkém člověku. Tato naděje je tu pro všechny, kdo věří, že Hospodin sám i nás, zcela smrtelné, může znovustvořením vyvodit z hrobu, jak vyjadřuje např. starozákonní Píseň Anny: „Hospodin usmrcuje i obživuje, do podsvětí přivádí a vyvádí též odtud“ (Bible, 1. Samuelova 2,6). Je tu ovšem jakási potíž: Taková naděje neumožňuje obejít víru v Boha, jak by si mnozí hledači nesmrtelnosti kolem nás přáli. Ale vyjasňuje zároveň i starou námitku, že prý Starý zákon nedává člověku žádnou naději proti smrti. Naopak, dává ji zřetelně všem, kdo věří v Boha Znovustvořitele. Automatickou a lacinou naději ovšem nedodává.

Prof. ThDr. Jan Heller

docent biblistiky a religionistiky na Univerzitě Karlově v Praze a překladatel z hebrejštiny, úryvek je z jeho stati „Duše v Písmu“ publikované v roce 2004
Knižníci SPEK ve sborníku Duše



Spokojenost s málem

Smyslní lidé začínají tím, že dají přednost okamžitému prožitku, i když nesrovnatelně chudšímu, před tím věčným, před tou skutečnou radostí. Jejich hřích by se dal nazvat „spokojenost s málem“. Potom však příjemné prožitky mizí, jsou stále chudší a chudší, a chtivost naopak zesiluje, sílí a zvětšuje se, takže člověk, ačkoliv ví, že radost a štěstí se takovým způsobem nezíská, dává přednost pohrávání si s neukojitelnou žádostivostí a za nic na světě by se o ni nenechal připravit. Bojoval by na život a na smrt, jen aby si ji mohl ponechat. Jako nemocný, kterého svědčí jeho vředy, by rád poškrábáním zahnal své utrpení – ale když už dál nemůže a je rozškrábaný do krve, jeho vředy svědčí dál.

C. S. LEWIS
(Z KNIHY VELKÝ ROZVOD NEBE A PEKLA)

byl předurčen peklu. Jenže jeho život nebyl charakterizován nepokojným oddělením od Boha, ale plody nebes: láskou, pokojem atd. (Galatským 5,22). Bůh „si nepřeje, aby někdo zahynul, ale chce, aby všichni dospěli k pokání“ (2. list Petrův 3,9). Jinými slovy, je hlubokou Boží touhou, abychom si zvolili Jeho. Z Boží perspektivy se každý z nás může peklu vyhnout, ale přesto si tuto cestu mnozí lidé volí, i když je Bůh vybízí k opaku.

„Na konci budou pouze dva druhy lidí,“ píše C. S. Lewis: „ti, kteří říkají Bohu: ‚Staň se Tvá vůle,‘ a ti, jimž Bůh řekne: ‚Staň se tvá vůle.‘ Všichni (kdo skončí) v pekle si to sami zvolili. Bez jejich vlastní volby by peklo existovat nemohlo. Tomu, kdo upřímně a stále touží po blaženosti, chybět nebude. Ti, kdo Boha hledají – jej najdou.“

Bez neutrality

Skutečnost, že nebe i peklo je souhrnným výsledkem našich voleb, by nás neměla zavést k představě, že země je jedno nekonečné rozcestí a v každém okamžiku našeho života se musíme rozhodovat, po které cestě se vydat. V jistém smyslu už nemáme možnost volby. „Všichni zhřešili a jsou daleko od Boží slávy“ (Římanům 3,23). Jako lidé máme vrozený sklon k sobeckému jednání (k hříchu) a v důsledku toho se Bohu vzdalujeme. Jediná cesta, která nás přivádí blíže k nebesům, je cesta pokání.

My všichni jsme částí vesmírného konfliktu mezi Bohem a satanem, mezi pokojem a nepokojem. Pouze věčnost zpětně jasně odhalí směr našich životních voleb, které jsme si možná plně neuvědomovali v mlžném oparu naší smrtelnosti. Ale pravdou je, že každý z nás putuje cestou směřující buď k nebesům, nebo k peklu, přestože nedokážeme vždy plně docenit váhu každého kroku. Ale můžeme poznat z projevů našeho života, zda jsme stále více prázdní a neklidní, nebo zda jsme naplněni pokojem a nadějí. Tuto vizi hezky vyjadřuje jeden starozákonní žalm: „Okuste a vizte, jak dobrý je Hospodin, blaze člověku, jenž v něj doufá!“ (Žalm 34,9).

Peklo – existuje vůbec?

Jiří Moskala

Můj kolega navštívil před několika lety jeden z velmi populárních kostelů na předměstí jistého velkého města. Vyslechl „typické“ kázání o pekle a síře. Nikdo z přítomných, kteří tehdy seděli v tomto velkém shromáždění, neusnul.

Jejich pozornost byla upoutána barvitým líčením úzkostí a nářků hříšníků, kteří se smaží v pekelném ohni. Po důkladném vykreslení hrůz pekla hovořil řečník o délce věčnosti. Jeho ilustrace a příklady brzy každého přesvědčily, že člověk nemůže pochopit věčnost.

Najednou znovu zaměřil pozornost svých posluchačů na hrůzy pekelného ohně, který hoří věčně a nemá konce. Smrt ani bezvědomí nemohou hříšníka vysvobodit z jeho plamenů. Člověk nemá kam utéct před rozhněvaným a pomstychtivým Bohem, který vyměřuje každému muži, ženě a dítěti věčný trest za to, že se k němu neobrátili, nestali se věřícími a nedělali dobré skutky.

Není třeba ani říkat, že na jeho výzvu k pokání přišlo kupředu několik desítek lidí, z nichž někteří byli ještě ten den pokřtěni.

Nemohu se ubránit otázce, kolik z těchto nových křesťanů prožilo obrácení a opravdově zatoužilo po každodenním společenství s Bohem. Nechtěli jen rychle uniknout plamenům věčného ohně? Není divu, že se tolik lidí stává nevěřícími. Kdo by mohl milovat Boha, který jedná takovým způsobem? Trvá toto trápení v ohni a síře navěky, nepřetržitě, po celou věčnost? Je taková představa pravdivá? Je v souladu s biblickým líčením Boha, který nás tak miloval, že dal svého Syna, abychom mohli žít?

Bible ukazuje, že peklo existuje, ale jinak, jinde a jindy, než si většina lidí představuje. Mezi křesťany však koluje spousta názorů na peklo a zastánci různých teorií se přitom odvolávají na Bibli. Jak se vyznat ve spleti těchto pohledů? Co Bible skutečně učí o pekle? Jaký slovník, jaké obrazy, přirovnání, podobenství a výroky používá, aby přiblížila tuto skutečnost?

Jazyk je nástrojem dorozumění, ale dovolte mi zdůraznit, že jazyk je žel často i nástrojem nedorozumění. To zvláště tehdy, když se ztratí ze zřetele záměr a kontext výroku, obrazu nebo přirovnání.

Představte si, že by zamilovaný mladík přišel za svou vyvolenou a řekl by jí: „Měj mě ráda, jinak tě budu trápit a mučit.“ Jistě mi dáte za pravdu, že takovýto postoj není vyjádřením lásky a že tento mladík není opravdový milенец, ale spíš tyran, sadista a citový vyděrač. Pán Bůh však není takový. Neříká nám: „Miluj mě a poslouvej. Když mě nebudeš milovat, odsoudím tě a budu tě nesnesitelně dlouho trápit.“ Smrt přichází jako důsledek odpojení se od zdroje života, od Boha. Jsme to však my, kdo si takovouto cestu přestoupení zákonů vybíráme, a tak si sami odřezáváme pupeční šňůru života. Bůh není despota ani krutovládce. Nezastrašuje lidi. Nevyžaduje jejich mučení po celou věčnost. Je naopak Bohem lásky, spravedlnosti a pravdy. Respektuje svou bodu a rozhodnutí člověka.

Bůh je dárce života a nemá zalíbení ve smrti bezbožníka. Nechce, aby někdo zahynul. „To je dobré a vítané u našeho Spasitele Boha, který chce, aby všichni lidé došli spásy a poznali pravdu“ (Bible, 1. list Timoteovi 2,3.4).

ThDr. Jiří Moskala PhD.

děkan Teologické fakulty Andrewsovy university v USA, úryvek ze stejnojmenné stati. Celé znění je k dispozici na www.zaobzoremilive.cz/peklo-existuje-vubec

KRIZE středního věku

Ren Powellová

LIFESTYLE | 9



Pamatuji si přesně, kdy se to stalo. Seděla jsem v autobuse, zkoušela hýbat prsty u nohou uvězněných v kozačkách a přemýšlela o tom, že příště si už určitě koupím pohodlné boty. S menším podpatkem, prostě něco rozumného. Potom jsem se podívala na hodinky – a s překvapením jsem hleděla na vrásčité zápěstí mé matky. Jelikož maminka žije daleko, na druhém konci země, tohle mě zaskočilo. Zvedla jsem obě ruce, abych se přesvědčila, že jsou opravdu mé. Na příští zastávce jsem vystoupila a šla zpět k obchodní třídě. Nutně jsem si potřebovala koupit nějaké červené lodičky na vysokých podpatcích. Z každého obchodu to na mě křičelo: „Krise středního věku!“



Nikdy jsem nebyla sofistikovaná žena na jehlových podpatcích, ledabyly kroutící šňůru perel a přemýšlející o úžasných věcech, které ji natolik pohlcují, že ji ani trochu nezervozňuje kavárna plná cizích lidí. Ale chtěla jsem jí být. Četla jsem, že jednou z hlavních příčin krize středního věku je poznatek, že člověk nedosáhl v životě toho, čeho chtěl – a uvědomí si to, až když už je pozdě.

Pokud je tomu tak, pak jsem měla krizi středního věku už v sedmi letech, kdy jsem chtěla být obsazena do role Panny Marie ve školní hře o Ježíškovi a jesličkách. Překonala jsem zklamání a zaměřila se na to, být dokonalým andělem číslo dvě. A pak jsem musela překonat to, že jsem na scéně zakopla o šatíčky (to už se mé očekávání zaměřilo na koláčky a mléko). Byly tam mažoretky, z klavíru se linula hudba a v druhé řadě seděli moji rodiče, dokonalost sama. Překonat. Překonat. Překonat.

Mám štěstí, že existují knihy a kurzy, které mi mohou pomoci „vyrovnat se“ s tím překonáváním, a já je pravděpodobně budu muset nyní absolvovat. Podle vysvětlení z těch knih a kurzů veškerá překonávání, která jsem absolvovala v minulosti, mě nemohou připravit na to, co mě teprve čeká.

Krize středního věku je sociálně psychologický fenomén známý až od roku 1965, kdy tento výraz zavedl kanadský psycholog Elliott Jaques. V sedmdesátých letech se stal známý díky knize od Gail Sheehy *Průchody: Předvídatelná krize dospělosti*, která ležela na milionech nočních stolků a dočkala se v západním světě mnoha vydání. V této knize Sheehy popisuje „beznaděj 40: nebezpečný věk“. Tento stav je možné, podobně jako chřipku, určit jako diagnózu a prognózu je mnoho: může trvat od 2 do 12 let. Počáteční stadium prý může být obzvláště obtížné.

Podle časopisu *Psychology Today* je mužská krize středního věku vyvolána tím, že se jeho partnerka dostala do přechodu, není již plodná (rozuměj sexuálně žádoucí) a on je svým biologickým zaměřením nutkán vyhledávat mladší ženy. Jinými slovy, tato krize je způsobena menopauzou ženy.

U ženy bylo za prvotní impulz rozvinutí krize středního věku považováno např. úmrtí v rodině, syndrom prázdného hnízda (když děti vyrostou a odstěhují se), menopauza nebo situace, kdy si manžel sbalil svých pět švestek, nasadil slušivé tupé a odfrčel ve sportovním kabrioletu zanechav podepsané rozvodové doklady na kuchyňském stole. To vše proto, že jeho žena má již menopauzu.

Nejsem si jistá, zda zármutek nad úmrtím milované osoby je pocíťován silněji, když je vám 40 a něco, 60 a něco nebo 30 a něco. Každopádně z výše uvedených informací soudím, že většina žen prožívajících krizi středního věku musí být vdaná a mít děti na odchodu, případně je nemít vůbec. Pokud je to pravda, zažádám o rozvod už nyní a předejdu tím té dvou- až dvanáctileté chřipce.

V průzkumu veřejného mínění z roku 1994 řeklo 98 % dospělých mladého věku, že na tuto krizi věří, zatímco pouze 50 % dotázaných staršího věku si myslelo totéž. Pamatuji si, když mi bylo



dvanáct a museli jsme jít na očkování. Třináctileté děti nás doprovázely škodolibými úsměvy a říkaly, jak moc to bude bolet. Budeme si prý přát, abychom byli radši mrtví, tak moc nás to bude bolet. Nemohu si pomoci, ale vidím před sebou těch 50 % dospělých staršího věku se škodolibým úsměvem na tváři, jak zaškrtávají čtvereček potvrzující jejich přesvědčení o existenci krize středních let.

Dr. Ross Goldstein, Ph.D., psycholog ze San Franciska a autor knihy Čtyřicet a něco: Uplatnění síly a vášně vašich středních let, vytvořil seburčující test pro ženy, který identifikuje krizi středních let. Pod číslem 12 se píše: Je pro mě obtížné přijmout, že už je mi tolik let. Mé babičce je 89. Pokaždé, když s ní mluvím, vypráví mi, jak je šokována, když vidí svou tvář v zrcadle. „Kdo je ta stařenka?“ ptá se prý sama sebe. Moje babička není pomatená. Ona se prostě necítí tak, jak by se podle jejích představ 89letá žena cítit měla: ona se cítí „bez vrásek“. Říká mi, jak je pro ni obtížné přijmout svůj věk, přijmout, že už je tak stará. Ale to není krize středních let. To vůbec žádná krize není. Ona se tomu totiž směje.

Je zajímavé, že zatímco krize středního věku se vyskytuje ve více než osmdesáti zemích světa, není po ní ani slechu v rozvojových a nerozvinutých zemích. Podle Arnolda Krugera z univerzity v Britské Kolumbii je to způsobeno tím, že jednotlivci potřebuje společnost, která si vytyčuje seberealizaci jako cíl – a ta je možná pouze v bohatých společnostech. Je také možné, že absence krize středního věku je způsobena nedostatečným přístupem k časopisům, knihám o sebevylepšení a televizním pořadům vystavujícím anorektické třicátnice, jejichž make-up a účes je opraven a vylepšen každé čtyři minuty mezi jednotlivými záběry, jejichž plochá břicha jsou chirurgicky napnuta každé čtyři roky mezi porody, které bydlí ve velkých bytech se třemi ložnicemi v Manhattanu a mohou si to vše dovolit z platu servírky v restauraci.

Jsem přesvědčena, že kdybych si sbalila své bāgly, vzala svého psa a manžela a odstěhovala se na opuštěný ostrov – bez televize a bez internetu – byla bych šťastná a přesně taková, jaká jsem po celý svůj střední věk. Mohla bych uniknout stereotypům, kritickým sebehodnocením a různým sebezpoznavacím víkendovým kurzům. I když šlo by zaujmout i postoj popírání. Dvěma mým přítelkyním minulého roku zemřeli jejich otcové. Oběma občas zvlhnou oči, ale pak se usmějí. Jedna si je jistá, že už měla svůj poslední „nával horka“, druhá se již smířila s tím, že nikdy nebude mít děti. Obě teď chodí na kurzy aromaterapie. Sešly se v sobotu na kapučínu a v neděli jely kamsi šplhat po skalách. Posledně se připravovaly k seskoku padákem.



ZATÍMCO SE KRIZE STŘEDNÍHO VĚKU VYSKYTUJE VE VÍCE NEŽ OSMDESÁTI ZEMÍCH SVĚTA, V ROZVOJOVÝCH A NEROZVINUTÝCH ZEMÍCH PO NÍ NENÍ ANI SLECHU...

Pak jsem je slyšela, jak se spolu řehtají hlasitěji než kdy předtím.

Jedna studie končí výzkum o tomto rizikovém období myšlenkou, že lékem pro krizi středního věku je vděk. Lidé, kteří umějí vyjádřit a pociťovat vděčnost, jsou šťastnější – i ve svých středních letech.

Nežiji na ostrově a nehledám kolem sebe stopy k poznání, kým že to vlastně jsem. Ale zároveň ani nehledím zpět, abych se dozvěděla, kým že jsem to nikdy nebyla. Těším se, až mi bude 89 a budu mít pocit, že přece žádné vrásky mít nemůžu. Chci být jako má babička a zůstat vděčná. Mojí ochranou proti krizi středního věku bude vděčnost. Chci mít radost i z maličkostí, a to i v těžkých dnech, které na mě jistě ještě čekají.

Také moji přátelé mně pomáhají zůstat vyrovnaná a v pohodě. A protože jsem za ně vděčná, zase se ocitám v malém kouzelném kruhu, který mě ochrání před prohrabáváním šatníku mé dcery v touze po minisukni.

Dnes ráno jsem si obula červené lodičky a krásné černé šaty. Zapózovala jsem před zrcadlem. Přivřela jsem oči a udělala elegantní krok spolu s představou toho, čím jsem mohla být, pokud by to bylo pro mě opravdu důležité – kdybych si opravdu myslela, že to stojí za to, nacvičovat hodinu denně čůzi na jehlách. Dnes ty lodičky vrátím a pak si dojdou na masáž. Jak vidíte, nemám krizi středního věku. Pouze si dopřávám trochu aromaterapie.

INTERNETOVÉ KURZY

Chcete se více dozvědět o sobě a o vztazích, ve kterých žijete? Zajímají Vás problémy světa a chcete se seznámit s křesťanskými hodnotami, jež stály u zrodu naší společnosti? Připojte se k tisícům absolventů a studentů dálkového studia internetových kurzů. Během studia můžete posílat své názory, otázky a konzultovat je s lektorem studia. Po absolvování kurzu od nás obdržíte diplom a malý dárek. Kurzy jsou díky dobrovolným dárcům a sponzorům zdarma.

KURZY

- Globální problémy
- Objevy v Bibli
- Impulzy života
- Harmonická rodina
- Zvládej svůj život
- Vezmi zdraví do svých rukou
- Hledej, pátrej s pathfindery
- Hledání odpovědí

HARMONICKÁ RODINA

prof. PhDr. Jaro Křivohlavý, CSc.

MOTIVAČNÍ KURZ OBSAHUJE RADY, JAK SI VYTVOŘIT PŘÍJEMNÉ RODINNÉ ZÁZEMÍ.

V osmi lekcích se dozvíte, jak posílit rodinné vztahy, aby se Vaše domácnost proměnila v prostředí plné důvěry, porozumění a lásky:

- seznámíte se se zásadami správné komunikace
- zjistíte, co napomáhá zlepšit soužití mezi manželi
- dozvíte se, na jakém principu fungují vztahy mezi jednotlivými členy rodiny
- získáte informace o tom, jak nejlépe zvládat výchovu dětí a dospívajících
- objevíte sedm vývojových stadií, jež Vám pomohou lépe rozumět tomu, čím Vaše rodina právě prochází

VEZMI ZDRAVÍ DO SVÝCH RUKOU

Tento kurz Vás seznámí s programem NEW START. Dále Vám poradí, jak si udržet správnou váhu, jak vítězit nad stresem, jaká je účinná prevence rakoviny a jak chránit dobré vztahy v rodině.

www.skk.cz

JSI BOHATÝ, a nevíš o tom?

John B. Youngberg
Millie Youngberg
Wes Youngberg



Ali Hafed byl šťastný a bohatý. Žil blízko břehů řeky Indus v Indii na své rozsáhlé farmě s milou ženou a krásnými dětmi. Jednoho dne jej navštívil přítel. Když se posadili ke krbu, přítel začal básnit o diamantech. Říkal, že za pouhý jeden kousek by si mohl koupit tucet farem stejně velkých, jako je ta Aliho. Za hrst diamantů by si Ali mohl koupit veškerou půdu v okolí a s diamantovým dolem by mohl získat mnohá království a posadit na trůn v palácích všechny své děti.

Té noci nemohl Ali usnout. Přestože byl bohatý, začal se považovat za chudého. Chtěl mít víc. Za úsvitu přišel k domu svého přítele s jedinou otázkou na rtech: „Kde mohu nalézt diamanty?“

Přítel odpověděl: „Potřebuješ najít místo, kde řeka protéká přes bílé písky mezi horami. V oněch bílých píscích máš šanci nalézt diamanty.“

O pár dnů později prodal Ali svou farmu, svěřil svou ženu a děti do péče souseda, vzal větší peněz a vydal se hledat diamanty. Bloudil Asií





NEJSOU TO ROKY
NEBO DNY, KTERÉ SI
PAMATUJEME, JSOU
TO OKAMŽIKY.

i Blízkým východem. Cestoval po Evropě. Na některých místech uviděl protékat řeky mezi horami, v jiných řekách spatřil čistě bílé písky. Ale nepodařilo se mu nalézt obojí. Nakonec mu došly peníze a on, oblečen v cárech hadrů, doputoval do Španělska. Bylo to zrovna v době, kdy se přes Herkulovu úžinu (Gibraltar) prohnaly přívalové vlny. Zoufalý Ali se vrhl do vln, v nichž utonul. Nenašel jediný diamant.

Mezitím v Indii dával svému velbloudu napít z bystřiny nový vlastník Aliho majetku. Když velbloud ponořil tlamu do vody, uviděl tento muž v písku horského potoka zvláštní záblesk. Zdvihl onen podivný černý kámen, který se tak zvláštně zaleskl, když se ho dotkly paprsky slunce. Vzal jej do domu a položil na křbovou řimsu, kde na něj zapomněl.

Po nějaké době navštívil dům tohoto muže Aliho starý přítel. Když vstoupil do domu, všiml si záblesku světla, který kámen odrážel. Přiběhl k římse a zvolal: „Tady je diamant! Ali se vrátil?“

Muž odpověděl: „O Alim jsem neslyšel celé roky a tohle je pouze nějaký starý kámen, který jsem našel v bystřině poblíž zahrady. Určitě to není diamant.“

„Ne, toto je diamant, poznám ho,“ odpověděl starý přítel Aliho. Oba muži běželi k bystřině u zahrady. Jejich prsty prohrabovaly čistý, bílý písek. Nalézali další a další drahokamy mimořádné krásy.

Tak objevili místo, jež se později stalo nejbohatším dolem světa. Z tohoto dolu, zvaného Golconda, pocházejí diamanty Koh-i-noor a Orlov, jež jsou korunními klenoty Anglie a Ruska.

Bohatství před tvýma očima

I my máme ve svém domově vzácné klenoty – svou vlastní rodinu. Štěstím není měšec zlata, nedostižná chiméra, za kterou se máme zbytečně hnát. Štěstí je přesně tam, kde jsme. Pokud máme děti, potřebují být s láskou opatrovány, milovány a ceněny. Když do nich investujeme svůj čas a energii, vzroste naše skutečné bohatství. Také náš partner je vzácným drahokamem, který si zaslouží náš čas, naši péči a pozornost.

Čas je nejcennější vlastnictví člověka. Obrat člověka o čas znamená ukrást mu část jeho života. Čas je drahocenný. Je to dar, z něhož se denně těšíme a sdílíme jej s ostatními.

Je prokázáno, že zdravé rodiny tráví více času společně a neúčastní se přesprávků aktivit, které vyžadují čas strávený mimo rodinu. Dávají přednost hře, legraci a vzájemné rodinné interakci. Z průzkumu však také vyplynulo, že většina rodin vnímá nedostatek času jako svůj hlavní problém. V dnešní uspěchané společnosti nemáme čas jíst společně. Každý odděleně jíme v restauracích typu McDonald's nebo Burger King. Nemáme čas společně trávit čas a spoléháme na to, že naše děti zabaví elektronická média.

Do čeho investujeme náš čas? Budou to „diamanty“ rodinného bohatství?

Čas pro sebe

Jsi velmi důležitou osobou s jedním tělem a jedním životem. Dopřej si tedy čas na péči o sebe a vzdělávání. Nemusíš se cítit provinile za čas strávený cvičením, přípravou zdravé stravy, zlepšová-

ním svého zdraví, četbou knihy nebo péčí o vzhled a vystupování.

Marie v rámci svého zaměstnání hodně cestovala a nedoprávala si dostatek času na péči o zuby. Když jednou musela navštívit zubaře, uvědomila si, že se dostala do velkých problémů. Lékař ji napomenul: „Musíte si vybrat, jaké máte priority. Buď budete pokračovat v cestování, lektorování a uhánění z místa na místo, anebo se pustíte do časově náročného postupu, jak si zachránit vlastní zuby. Opravdu nelze zvládnout obojí. Musíte se rozhodnout.“ Její volbou byla péče o zuby. Ve skutečnosti je nezbytné pro nás samotné i pro ostatní, abychom udržovali náš osobní život v pořádku.

Čas pro něj / pro ni

V průzkumu, který proběhl na manželských seminářích, jsme se účastníků ptali na to, jaké jsou jejich největší potřeby. Na prvním místě byla odpověď „čas pro dva“. Manželky oceňují, když jim jejich manželé věnují jednu hodinu svého času v průběhu celého dne k vzájemné komunikaci a společnému trávení času. To bylo velmi pocítovanou potřebou.

Existuje mnoho způsobů, jak říci „miluji tě“. Jeden zaneprázdněný lékař se rozhodl, že každý večer, poté co obejde své pacienty v nemocnici a uloží malé děti do postele, se bude věnovat své manželce, protože mu byla tolik vzácná.

Jistá žena tolik toužila strávit čas se svým mužem, že jej neplánovaně vyzvedla z práce a rozjela se severně do míst, která neznal. Poté co dojeli do přístavu, nalodili se a přepravili přes vodu. Tam na ně čekal kůň s povozem, který je dopravil na noc do Grand Hotelu na ostrově Mackinac. Muž byl naprosto překvapen. Z tohoto víkendu si oba odnesli úžasné vzpomínky. Když to pak vyprávěli svým přátelům, jeden z nich poznamenal: „Jejda, to muselo stát hodně peněz!“ Manžel na to zareagoval: „A víš, na kolik by mě přišel rozvod?“

Naplánujte si výlety na zajímavá místa, ať už trvají hodinku či dvě, celý den nebo celý víkend. Jeden pár si vede dlouhý seznam míst, na která by rádi zašli a kde by mohli prožít věci, které nikdy předtím nepodnikli. Je to další způsob, jak říci „miluji tě“ – trávit čas společně tak, jako když jste spolu před svatbou chodili. V těchto chvílích nezapomeň říkat „miluji tě“, „jsem za tebe tolik vděčný“ nebo „ty jsi tím nejlepším, co mě kdy potkalo“. Váš vztah se tím velmi upevní.

Jaké aktivity těší vás a váš protějšek? Napište si nápady pro noční rande nebo rekreační aktivity, které se vám oběma líbí. Poté je jednu po druhé realizujte.

Plánování je tajemstvím k pozvednutí vztahu lásky mezi manželem a manželkou. Vyžaduje to

čas, ale výsledek stojí za to. Jaké jsou vaše nejhezčí vzpomínky na čas vyhrazený pro dva?

Čas pro děti

Pár, který měl již takřka dospělého syna, zjistil, že čeká další dítě. Tato překvapivá zpráva přiměla muže, aby přehodnotil svoji dosavadní roli otce. Byl vděčný za svého prvního syna, ale nikdy s ním nerozvinul blízký vztah, protože byl často na obchodních cestách. Během chlapcových mladších let měl na svého syna málo času. Nyní, když byl syn starší, neměl zase on čas na svého otce. Výsledkem bylo, že nakonec uvěřil, že prostě není stavěný pro otcovství.

Těšte se jeden z druhého a budujte rodinnou identitu

Každá rodina je jedinečná – má svou vlastní identitu. Je důležité udržovat společnou rodinnou historii. Vyprávějte si příběhy o významných událostech ve vaší rodině a o životě vašich předků. Vyžaduje to určitý čas, ale tato investice se vrací v soudržnosti rodiny i v uvědomění si vazeb na předchozí generace. Často vzpomínejte na humorné zážitky z dětství vašich dětí i vás samotných. Vaše děti pak budou prožívat své dětství a dospívání v radostném a uvolněném emocionálním prostředí.

1. Vzpomeň si na zážitky, kdy jste si jako rodina užili spoustu legrace. Povídejte si o nich s rodinou a ostatními.
2. Co nebo kdo tě obírá o tvůj čas? Jak se cítíš, když o tom přemýšlíš? Co jsou tvoji největší zloději času? Co s nimi můžeš udělat?
3. Vybavuješ si šedesát sekund, které tobě nebo někomu jinému změnily život? Jak ti to změnilo život? Jak bys dokázal v šedesáti sekundách změnit někomu život nebo mu dát najevo, že si jej vážíš a že jej máš rád?
4. Z jakých smysluplných aktivit se můžete jako rodina společně těšit – dokonce i v elektronickém světě, který se vyznačuje intenzivním tempem a vysokou mírou stresu?



RODINY, KTERÉ SI SPOLU HRAJÍ, SPOLU I ZŮSTÁVAJÍ.

Když se přiblížil čas porodu druhého dítěte, předsevzal si, že tentokrát bude věci dělat jinak. Od nejranějšího věku tohoto dítěte svého syna často držel v náručí, mazlil se s ním a hráli si spolu. Když tento syn vyrostl, byl mezi nimi pevný vztah. Když se po letech tento otec ohlédl zpět, řekl svému příteli: „Přemýšlím nad tím, kolik věcí jsem zmeškal, o kolik otcovských radostí jsem se připravil. Děti jsou doma tak krátce. Užívej si jich a dopřej si čas, abys je mohl přivést k tomu nejlepšímu, čeho jsou schopny.“

Děti potřebují být s námi víc, než si myslíme. Vymýšlejte společně takové aktivity, které budou pro ně zajímavé, např. jednodenní táboření, sjíždění řeky na kánoji, nakupování s maminkou nebo návštěva basebalového zápasu s tatínkem. Čas pro rodinu je tou nejlepší investicí: v daném okamžiku přináší chvíle štěstí a nevyčísitelně se zhodnocuje do budoucna.

Pokud chceme omezit závislost svých dětí na médiích (TV, facebooku, videohráčích), měli bychom je napřed nahrazovat něčím lepším. Buďte tvořiví. Veďte děti k tomu, aby se naučily nové dovednosti pro život, jako třeba vaření zdravých jídel. Veďte je k hudbě nebo lekcím umění a naučte je pomáhat druhým. Učte je pracovní etice prostřednictvím plánování domácích prací a přidělení části zodpovědnosti za domácnost. Existuje mnoho možností, které si jako rodina můžete společně užívat.

Spojme počítačovou generaci s něčím lepším

Mnohdy nás až překvapí, jak dobře se naše dítě dokáže orientovat ve stahování programů potřebných ke spuštění počítačových her a v jejich instalaci. Zkuste mu ale ukázat, že počítač není jen pro zábavu. Naučte jej využívat volně dostupné vzdělávací programy. Ukažte mu, jak se pracuje ve Photoshopu či InDesignu. Naučte jej formátovat rukopisy pro tiskovou sazbu nebo jej nechte, ať si naprogramuje svoji webovou stránku. Život vašeho dítěte však musí mít i jiný, sociální rozměr.



Čas mezi dvěma členy rodiny

Není vždy nezbytné, aby všichni v rodině dělali věci společně. Je stejně důležité, aby se jednotliví členové věnovali sobě i individuálně. Kvalitně strávený čas může být i krátký. Už jen pěti minutami nepřerušené pozornosti dáváš druhému najevo svůj zájem. Maminka může zastavit svůj shon povinností a na chvíli se posadit na postel, zatímco jí její dcera poví o pravopisné soutěži, do které se přihlásila. Tatínek si může vyšetřit několik minut po večeru k tomu, aby si na zahradě zahrál se svým synem fotbal nebo basketbal.

Čas pro celou rodinu

Studie ukazují, že děti, které vyrostly v domovech, v nichž získaly pozitivní zkušenosti, jsou v životě úspěšnější. Cítí, že někam patří. Lépe prospívají ve škole, mají zdravější sebepojetí a šťastnější manželství.

Co skutečně způsobuje šťastnou rodinu? Když se na tuto otázku zeptali patnácti dětí školou povinných, nejčastější odpověď zněla: „Dělat věci společně jako rodina.“ Trávení společného času je ve skutečnosti „jazykem lásky“.

Investice do rodiny přináší ovoce. V době ekonomické krize se drahé dovolené jeví jako nemožné. Proč však nenaplánovat malou dovolenou na břehu jezera, výlet do zoo, grilování na dvorku



nebo na zahradě, pěší túru po lesních cestách nebo lyžování v blízkosti domova?

Čas pro babičku s dědou

Babička s dědečkem, kteří jsou v důchodu, mohou být při společných aktivitách omezováni svým zdravotním stavem. Podle toho, zda zvládají standardní chůzi, pomalou chůzi anebo nechodí vůbec, je třeba plánovat jejich čas s rodinou. Někteří prarodiče vedou aktivní život, poznávají svět kolem sebe či tráví čas výbornými studijními aktivitami, které uchovávají jejich mysl v čilém stavu. Jiní mohou být jen doma nebo v domově důchodců a o to víc se pak cítí osamělí. Věnuj jim čas a hodně objetí, drž je za ruku nebo jim pomoz rozetřít léčivou masť na jejich ruce a nohy. Piš jim dopisy. Udělej pro ně věci, které jsou v tomto věku pro ně samotné obtížné. Dej jim znát, že jsou pro tebe důležití. Mají právo cítit se stále součástí rodiny, chráněni, milováni a ceněni i ve svém pokročilém věku.



Pohled odborníka

JAK JE TO S ČASEM PRO RODINU?

V našem prostředí se mi zdá, že máme, kromě nedostatku času, další problém. Je jím únava. Radikální obrat v naší společnosti po roce 1989 přinesl do té doby nepředstavitelné nové možnosti. S těmito širokými příležitostmi jde ale ruku v ruce náročný úkol: umět se rozhodnout. Musíme volit, protože nemůžeme dělat všechno.

V souvislosti se zaměstnáním jsme často chyceni v další pasti. Pracujeme pro zaměstnavatele, svým stresem zvětšujeme jeho zisk. To nemusí být příliš motivující. Mnozí z nás si můžeme klást otázku, zda větší zisk toho, pro koho obětujeme velkou část svých sil, je tím, pro co chceme žít. Přispívá to k frustraci, demotivovanosti a pocitu marnosti.

Ne vždy jsou očekávání zaměstnavatelů rozumná. Žádají mnoho našeho času, sil, našich schopností – často více, než by bylo přiměřené. Není výjimkou, že vedoucí očekává, že jeho podřízení budou na mobilu po skončení pracovní doby nebo že budou vyřizovat věci ještě večer z domova. Zaměstnavatelé si často nárokují více, než jim přísluší.

Výsledkem je nejen to, že nezbývá mnoho času na rodinu, ale, a to je ještě větší problém, že čas pro rodinu není kvalitní čas. Jsme tak unaveni, že si jen přejeme vypnout. Muži neunesou pak další problémy, se kterými může přijít manželka nebo děti. Ženy jsou uhoněné a jen těžko mobilizují síly pro své nejbližší. Děti trpí. Někdy ani nemají odvalu přijít za rodičem, který je vyčerpaný, nepříjemný a podrážděný.

Náš manévrovací prostor není veliký. Ne vždy si můžeme dovolit změnit zaměstnání. A pokud je změníme, je pravděpodobné, že to vlastně bude stejné. Nebo ještě horší. Je to celá kultura, ve které žijeme.

Je však dobré, když se učíme pracovat „jako Pánu, a ne lidem“ (Koloským 3,23). A je dobré mít mez, za kterou nepůjdeme. Náš vztah s Bohem a také naše rodina jsou důležitými prioritami, které mají místo před zaměstnáním. Co je „císařovo, dejme císaři“, „co je Božího, dejme Bohu“ a „jen to, co je zaměstnavatelovo, dejme zaměstnavateli“. Potřebujeme se modlit za moudrost, aby náš život vedl spravedlivý Bůh, a ne pouze okolnosti, ve kterých žijeme. Čas pro rodinu je v Božích očích cenný. Proto se vyplatí nevzdat zápas o to, abychom si ho uchránili.

Ing. Pavel Raus, M.A. Clin. Psy., M.A. Theol.

OSUD na talíři

John B. Youngberg
Millie Youngberg
Wes Youngberg



**Chcete prožít zdravý a kvalitní život?
Chcete dosáhnout svých životních cílů?
Chcete si užít vnoučat a partnera i ve věku 80 nebo i více let?
Stojí to za námahu, když máte možnost ovlivnit riziko
předčasné smrti v důsledku rakoviny, cukrovky, srdečního
onemocnění nebo mrtvice?
Můžete se rozhodnout. Máte svůj osud „na talíři“.**



Z letiště nedaleko Atlanty v Georgii vzlétl 30. května 1970 let číslo 701 s dvaceti devíti pasažéry a zkušeným kapitánem, který měl nalétáno více než dvacet pět tisíc letových hodin v roli prvního pilota. Letadlo mělo namířeno na Floridu. Během stoupání však druhý motor najednou ztratil výkon. Zatímco posádka horečně pracovala na opravě poruchy, začal vynechávat i hlavní motor. Po pěti minutách letu vyhlásila posádka pohotovost a požádala o povolení přistát na mezinárodním letišti v Atlantě. Letadlo od letiště dělila vzdálenost pouhých 12 kilometrů, když téměř bezmocně začalo klesat k zemi.

Jedinou možnou přistávací plochou byl prostřední pruh mezistátní dálnice. Pilotovi se nakonec podařilo dosednout na rovném pruhu dlouhém 366 metrů. Poté se letadlo naklonilo doleva a přešlo do vedlejších dopravních pruhů. Najelo na násep, zasáhlo nájezd na most a zastavilo se na cestě křižující dálnici. Zde došlo ke srážce s autem, která si vyžádala šest lidských životů a při které bylo třicet lidí zraněno. Vyšetřovatelé po provedení rozboru paliva zjistili, že tento vrtulový letoun, který vyžadoval 100–130oktanový benzin, byl naplněn palivem pro trysková letadla typu A.

Správné palivo

Lidské tělo je jako pečlivě seřízený motor. Aby správně fungovalo, potřebuje náležité palivo – vhodnou stravu a tekutiny. Špatná strava může způsobit vážné, dokonce fatální následky. Pokud se do těla dostane určité množství nezdravé či nebezpečné stravy, může se spustit řetězec událostí, které značně zvyšují riziko předčasné smrti. Měli bychom se starat o to, aby naše strava obsahovala potřebné živné látky – vitaminy a minerály, které dodají buňkám řádnou výživu.

Návrat k základní principům

Před mnoha lety byla v carském paláci ustanovena hlídka, která měla za úkol střežit oblíbený carevnický růžový keř. Přestože carevna zemřela a růžový keř na onom místě už dávno nerostl, vojáci nepřestávali ono místo střežit, i když ani sami nevěděli proč. Příkaz ztratil svůj účel.



Víme, jaký je účel přijímání potravy. Má dodávat řádné živiny do celého organismu, tak aby se našemu tělu dařilo. A přesto se stravujeme bezúčelně, jen podle zvyku či svého okolí. Společnosti platí za reklamu miliardy, aby nás ovlivnily ke koupi a konzumaci jejich výrobků. Výsledkem je paradoxní zjištění, že miliony častých návštěvníků fast foodů trpí jistým druhem podvýživy. Správným vědeckým termínem pro tento jev je „hyperkalorická podvýživnost“ – příliš mnoho kalorií a nedostatek živin.

Hladovějící jedinec v chatrči v rovníkové Africe a obézní jedinec v kanceláři ve Frankfurtu, který si na svačtinu dopřává kávu, koblih, limonády a pizu, trpí stejnou nemocí – podvýživou. První má nedostatek stravy, ten druhý zase nadbytek, a přesto oba přijímají příliš málo živin pro optimální zdraví. Mnozí obézní lidé by do značné míry prodloužili svůj život, kdyby snížili příjem kalorií o 30–40 %. A přitom by stačilo jen jíst stravu bohatou na živiny, čímž se sníží chuť na prázdné kalorie.

Ideální složení stravy znázorňuje stravovací pyramida (Life Plan Food Pyramid). Základem je zelenina. Hned nad ní je konzumace ovoce a luštěnin. Třetí vrstvu tvoří pšenice, ořechy a semena. Živočišná strava, tuky a cukry jsou – jako výjimky – až na vrcholu pyramidy. Takto pojatá strava redukuje problémy s podvýživou i obezitou. Zamyslete se nad tím, co jedli naši předkové. Základ potravy tvořila zelenina. Luštěniny a ovoce byly na druhé příčce spolu s celozrnnou moukou, na třetím místě byly ořechy a různá semena. Na čtvrté příčce byla živočišná strava, tuky a cukry, jež patřily k výjimečným, slavnostním příležitostem. My si dnes kupujeme sladkosti a masné výrobky, kdykoli chceme. Uvědomujeme si ale, že jde o zbytečný výdaj, kterým si vlastně ubližujeme?

Obezita

Obezita u dětí je na vzestupu ruku v ruce s nárůstem konzumace značného množství limonád, mléka, margarínu, majonéz, bílého pečiva, cukru a pastelizovaného sýra. To vše přispívá k obezitě, zvláště při nedostatku pohybu. Srovnáme své dětství s dnešními dětmi. Strávili jsme tenkrát tolik času před počítačem a televizí? Dnešní děti jsou navíc ovlivňovány reklamami vybízejícími ke konzumaci nezdravé stravy. U obézních dětí je daleko větší pravděpodobnost, že se stanou obézními i v dospělém věku. Protože se cheeseburgery, hranolky, piz-

Česká republika se v počtu obézních propracovala na přední místo v celé Evropě. 21 % mužů a 31 % žen je obézních. Když sečteme nadváhu a obezitu, vyjde nám u žen alarmující číslo 68 % a u mužů dokonce 72 %.
Výskyt obezity a nadváhy je u nás vyšší než v evropském průměru.

Oproti zbytku Evropy je u českých mužů zejména vyšší výskyt obezity, u žen je nižší výskyt nadváhy a výrazně vyšší výskyt obezity (www.obezita.cz).

za a limonády stávají pro jejich chuťové pohárky nejžádanější stravou, zelenina a ovoce už jim tolik nechutnají. Navíc strava složená z vysokého množství masa urychluje pubertu, což může být způsobeno vlivem růstových hormonů, jimiž jsou krmena zvířata.

Dětská obezita způsobila nárůst diabetu druhého typu, nemoci, o které byli vědci přesvědčeni, že propuká až v dospělosti. Zatímco u těchto dětí mohou nastat komplikace již mezi 30. až 39. rokem, předchozí generace zažívala propuknutí tohoto onemocnění mezi 65. až 70. rokem.

Užívání cukru

Cukr naše tělo nezbytně potřebuje jako zdroj energie. Bez něj není možná funkce mozku, srdce nebo svalů. Otázka tedy není, jestli je cukr zdravý nebo ne. Otázkou je, kolik jej máme přijímat. Za posledních dvacet let konzumuje každý Čech v průměru 38 kg cukru ročně. Prevalence diabetu typu dvě se téměř zdvojnásobila a v obezitě i nadváze máme trvale rostoucí trend. Většina tohoto cukru se nachází v rafinovaných potravinách. Typickým příkladem až nekontrolovatelného příjmu cukru jsou sladké limonády. Pro některé jsou limonády náhražkou vody a výrazně přispívají k nadměrnému příjmu kalorií, které pak vedou k obezitě a cukrovce. V padesátých letech minulého století se limonády prodá-

valy v lahvích o objemu 300 ml. V současnosti má typická láhev limonády objem minimálně 0,7 litru, častěji však 1,5 nebo 2 litry. V jednom litru takového nápoje (Coca-Coly) se skrývá až 27 kostek cukru.

Cukr oslabuje schopnost bílých krvinek likvidovat bakterie. Konzumace cukru má souvislost s různými druhy rakoviny, včetně rakoviny tračníku, konečníku, prsu, vaječníků, dělohy, prostaty, ledvin a nervového systému.

Přestaňte pít limonády plné cukru. Omezte konzumaci bohatých dezertů, a to i při zvláštních příležitostech. Vyhněte se užívání cereálií s cukrem. Čtěte etikety. Pokud jsou sacharidy zmíněny mezi prvními ingrediencemi, buďte v užívání tohoto výrobku zdrženliví.

Rafinovaná strava

Více než 90 % kalorií ve stravě pochází z rafinovaných potravin. I když už víme, že bílá mouka a bílá rýže jsou rafinováním zbaveny látek důležitých pro naše zdraví, stejně přijímáme až 98 % těchto potravin. V důsledku toho narůstá výskyt chronických degenerativních onemocnění, rakoviny, kardiovaskulárních onemocnění a cukrovky.

Nejvýživnější rýží je rýže natural (hnědá). Loupaná rýže je zdrojem B vitamínů, vlákniny a ostatních zdravých živin. Bylo zjištěno, že prasata krmená slupkami loupané rýže byla zdravější než lidé, kteří jedli bílou rýži. Zkuste sáhnout v obchodě po jiném druhu rýže, než jste byli doposud zvyklí. Je to jednoduchá změna, ale bude velkým přínosem pro vaše zdraví!

Pamatujte si...

**1 čajová lžička cukru
= 4 gramy cukru**

Abyste zjistili, kolik čajových lžiček cukru se ve výrobku nachází, udělejte následující:

- Přečtěte si na etiketě, kolik gramů cukru konkrétní výrobek obsahuje.
- Toto číslo vydělte čtyřmi.
- Získáte množství čajových lžiček cukru.

Kolik cukru chcete zkonzumovat v podobě nápojů nebo výrobků?



Co bychom měli jíst?

Bůh jako Stvořitel lidem ukázal, jak mají žít a co jim prospívá. V první knize Bible je zmínka o složení stravy, kterou pro ně Bůh určil: „Hle, dal jsem vám na celé zemi každou bylinu nesoucí semena i každý strom, na němž rostou plody se semeny. To budete mít za pokrm“ (Genesis 1,29). Původní strava se tedy skládala z ovoce, pšenice a ořechů. Později byla lidem dána zelenina, aby jim dodávala živiny, o které přišli, když přestali mít přístup ke stromu života.

Dnešní strava je však složena z 51 % z rafinovaných a zpracovaných potravin, ze 42 % z mléčných výrobků a živočišných potravin a pouze 7 % jsou v ní zastoupeny ovoce a zelenina. Výsledky současných výzkumů přitom jednoznačně doporučují jíst více ovoce a zeleniny a omezit přísun nasycených tuků a živočišných produktů. V současné době, kdy je všude dostatek celozrnných potravin, ovoce a zeleniny, je mnohem snazší vrátit se k tolik prospěšné rostlinné stravě.

Výzkumy prokázaly, že vysoký příjem syrové i vařené zeleniny může pomoci snížit riziko cukrovky, artritidy a ostatních degenerativních onemocnění až o 50 %. Takováto strava obsahuje širokou škálu ochranných látek. Přidejte do svého jídelníčku potraviny, jako např. křížatou zeleninu (květák, brokolici, růžičkovou kapustu, vodnici, zelí) v podobě přílohy z vařené či dušené zeleniny minimálně třikrát týdně. Zeleninu lehce povařte nebo poduste v páře, aby si zachovala živiny. Pochutnejte si denně také na syrovém salátu, který by se měl skládat

alespoň ze tří druhů zeleniny. Každodenní přísun syrového salátu může snížit riziko rakoviny.

Luštěniny, včetně fazolí, hrachu a čočky, obsahují třikrát více bílkovin a vlákniny, než je tomu v případě jiných škrobů. Fazole poskytují vlákninu, čímž snižují cholesterol a cukr v krvi. Vláknina ve fazolích přispívá k hubnutí a snižuje riziko cukrovky, vysokého krevního tlaku a vysokého cholesterolu. Zlepšuje také zažívání a vyměšování. Jedení stravy bohaté na vlákninu člověka nasytí a je skvělým způsobem, který vám pomůže zhubnout. Vláknina rovněž pomáhá snižovat riziko různých druhů rakovin a onemocnění srdce.

Ideální je konzumovat šest až osm porcí zeleniny denně, včetně syrových salátů a příloh z vařené zeleniny. Začněte s menším množstvím a dávku postupně navyšujte. Nezapomínejte zejména na ořechy, semena, avokádo a olivy, které obsahují ochranné živiny.

Že vám zelenina nechutná? Své chuťové pohárky můžete vycvičit. Psycholog Elden Chalmers doporučuje u neoblíbených jídel dávkování po lžičkách. Podle něj jedení malého množství určitého jídla pomáhá mozku přijmout tuto chuť za vlastní. Tímto způsobem můžete vést děti k tomu, aby vyzkoušely nová jídla.

Veďte své děti k jedení výživné stravy. Dopřejte jim dostatečné množství ovoce a zeleniny a omezte sladkosti a jídla z fast-foodu. Stanovte pravidelnou dobu k jídlu. Buďte odvášní. Vyzkoušejte nový druh ovoce a zeleniny. Vytvořte si seznam zdravého jídla, než půjdete nakupovat potraviny.



PODMÍNKOU PRO PŘEKONÁNÍ STRESU JE ODHALENÍ JEHO PŘÍČIN A NALEZENÍ ZPŮSOBU, JAK SE S NÍM VYROVNAT. PRAVIDELNÁ A DOBRÁ STRAVA VŠAK MŮŽE POMÁHAT ORGANISMU ODSTRANIT NEBO MINIMALIZOVAT NĚKTERÉ JEHO NEGATIVNÍ ÚČINKY. VELKÁ ČÁST STRAVY BY MĚLA SESTÁVAT Z KOMPLEXNÍCH UHLOHYDRÁTŮ. OBECNĚ JE TŘEBA UPŘEDNOSTŇOVAT POTRAVINY ROSTLINNÉHO PŮVODU.

Čtyři principy výživy



Dobrá výživa je spíše o tom, co jíte, než o tom, co nejíte. Zapamatujte si tyto čtyři principy:

1. Jezte především zeleninu, ovoce, luštěniny a ořechy. Měli byste si denně dopřát 6 až 8 porcí zeleniny a 2 až 4 porce ovoce.
2. Používejte celozrnnou mouku. Máte-li možnost volby, sáhněte vždy po celozrnném pečivu.
3. Vybírejte si potraviny s různou přirozenou barevností. Potraviny s tmavou barvou jsou bohaté na vitaminy, minerály a esenciální živiny.
4. Denně vypijte 6 až 8 sklenic vody.

Stres a jídlo

Stres přispívá k většímu užívání kofeinu, alkoholu a k přejídání se koblihama, sušenkami, cukrovinkami, bramborovými lupínky a limonádami. To má škodlivý vliv na naše tělo.

Výživná strava, zvláště ta, která je bohatá na vitamin B, pomůže lépe se vyrovnat s chronickým stresem. Jestliže se budete stravovat zdravě, vaše mysl se zbystří a lépe se pak budete rozhodovat, jak vyřešit nějaký problém. Budete mít více mozkové energie potřebné k vypořádávání se se stresem, s životními výzvami a novými situacemi.

Když se objeví neočekávaný emoční stres, namísto oblíbených chipsů si dejte syrové ovoce, několik mandlí nebo kousek celeru či mrkve.

Den začněte vydatnou snídaní. Je to ideální způsob, jak zhubnout a vyhnout se pojídání mezi jídly.

Jezte v pravidelnou dobu. Dopřejte si dostatek odpočinku, který vám dodá emoční energii. Choďte často na čerstvý vzduch. I krátká procházka bude mít na vaše zdraví a psychickou pohodu značný vliv.

Pokud máte zahradu, můžete si sami vypěstovat ovoce a zeleninu a vést k tomu i vaše děti. Práce na zahradě také přirozeně odbourává stres a přináší příjemné uvolnění.

Cizrnová moussaka

6 porcí
60 minut

250 g cizrny
2 plechovky drcených rajčat
1 lžíce bujonu Würzl
1 lžička skořice
1 lžička mleté papriky
1 lžíce provensálského koření
2 lilky
1 velká cibule
1 dcl olivového oleje
600 ml Sojade natur

*Nejlepší je s rýží,
kuskusem nebo pečivem.*

POSTUP

1. Lilek nakrájejte na silnější kolečka, osolte a nechte na plechu 10 minut „vypotit“, vodu otřete. Zastříkněte částí oleje, posypte provensálským kořením a pečte do změknutí při 170 °C cca 20 minut. Nechte vychladnout.

2. Ve větším hrnci osmahněte na oleji nakrájenou cibuli. Zalijte rajčaty, přidejte část rostlinného bujonu a skořici a krátce poduste. Nakonec vsypte uvařenou cizrnu (kterou jste předtím nechali přes noc namáčet a poté 60 minut vařili) a promíchejte. Směs nalijte do zapékací misky a nechte zchladnout, aby povrch mírně zatuhl.

3. Do misky vlijte kysanou specialitu Sojade, přidejte papriku a zbytek Würzlu. Důkladně promíchejte. Na cizrnovou směs pokladte upečené lilky a potřete Sojade. Předehřejte troubu na 180 °C a zapékejte 20 minut do zlatova.



KONKURENCE osvětlovací firmy

Werner Gitt
Karl-Heinz Vanheiden



V teplém červnovém večeru nás při pobytu v přírodě uchvacují maličká létající světélka – světlušky. Přes den bychom je zaregistrovali jen stěží.

Kdybychom je však ve tmě chytili a opatrně otočili, uviděli bychom na jejich břišní straně dva zelenožluté svítící body. U samečků jejich světlo vidíme jen tehdy, když letí nad námi. Pokud zahlédnete svítící světlušky v trávě, pak jde o samičky, které neumějí létat. V době páření vylézají na vysoká stébla trávy.

Jakmile se přibližuje sameček, vystrkuje samička spodní část těla se světelným orgánem nahoru. Tak je zelenožluté světlo zdaleka vidět a sameček přilétá k páření.

K příbuzným druhům patří také světluška *Photinus pyralis*. V její rodině se samečkové a samičky dorozumívají pomocí světelných záblesků. Jeden takový záblesk trvá jen šest setin vteřiny. Stojí za zmínku, že samečkové vysílají světelné záblesky v přesném intervalu 5,7 vteřiny a samičky odpovídají ve stejném rytmu, jenom o 2,1 vteřiny později. Jak dokážou světlo tak rychle zapínat a vypínat, to dosud nikdo neví.

V Jižní Americe existuje příbuzný druh nazvaný *Cucuju*, jehož světlo je tak jasné, že jej lidé zavírají do malých klíček a používají jako lucernu. Jak je možné, že obyčejný, nenápadný brouk vydává tak jasné světlo?

Technicky nedosažený světelný zisk

V Německu světlušce říkají *Glühwürmchen*, tedy něco jako žhnoucí červíček. To je ovšem označení matoucí, neboť jednak nejde o žádného červíčka a pak také nepálí. Produkuje totiž „studené“ světlo. Při tomto způsobu tzv. bioluminiscence teplo nevzniká. Je to pozoruhodný jev, který se technikům

až dosud nepodařilo napodobit. Obyčejná žárovka převádí na světlo maximálně 4 % dodané energie a u zářivky je to maximálně 10 %. Zbylá většina je vyplývána přeměnou na teplo. U světlušky však Stvořitel uskutečnil největší možnou přeměnu dodané energie, tj. celých 100 % přiváděné energie se přeměňuje na světlo. Lépe už to skutečně nejde.

Princip odrazového skla

Světelný orgán světlušek se skládá ze tří vrstev buněk. Nejspodnější vrstva je tvořena buňkami, jejichž plazma obsahuje množství droboučkových hranatých krystalků. Tyto krystaly fungují jako reflexní stěna – podobně jako odrazové sklo. Střední vrstva obsahuje vlastní světelné buňky. Jsou naplněny okrouhlými částicemi, mitochondriemi, které jsou jako miniaturní elektrárny zodpovědné za dodávky energie. Tyto světelné buňky jsou velmi bohatě vybaveny jemnými nervy a dýchacími kanálky. Třetí a vnější vrstva je už kůže. Ta je právě na těchto místech průhledná, takže jejich světlo je dobře viditelné.

Světélkování larev i žab

K nepřátelům světlušek patří žáby. Když některá z nich někdy spolýká příliš mnoho světlušek – k čemuž čas od času dochází – potom začnou dokonce i žáby ve tmě svítit. I samotná vajíčka světlušek trochu světélkují a přirozeně i larvy a kukly.

Co ale způsobuje jejich světélkování? V roce 1887 našel Francouz Rafael Dubois ve světélkujícím hleny jedné mušle dvě substance, které jsou nezbytně nutné pro produkci světla. Když spolu reagují, vzniká světlo. Proto dal Francouz jedné látce jméno luciferin a druhé luciferáza. Chemická stavba druhé substance není dosud plně objasněna. Zatím se ví, že obsahuje asi 1000 jednotek aminokyselin. Jejich struktura je tedy velice složitá a obtížně určitelná. Při zkoumání první látky, luciferinu, američtí vědci nedávno zjistili, že počet oxidovaných molekul luciferinu přesně odpovídá počtu vyzářených světelných kvant. Energie je tedy skutečně dokonale přeměňována ve světlo.

Roleta jako vypínač světla

Slyšeli jste už o světélkující rybě z rodu Photoblepharon (Photoblepharon palpebratus steinitzi)? Ta sice není příbuzná světluškám, ale světélkuje také. Své světlo však nevytváří sama, nýbrž ho dostá-

vá od světélkujících bakterií, jejichž světlo vzniká podobnou chemickou reakcí jako u světlušek. Jednotlivá bakterie je tak malá, že byste její světlo nemohli vnímat. Teprve v kolonii mnoha milionů je rozpoznáte jako zdroj světla. Bakterie jsou u ryby usazeny na oválném světelném orgánu pod očima. Na tomto místě jsou hustě rozvětvenou sítí jemných cévek rybou zásobovány energií a kyslíkem. Kromě toho Stvořitel rybě nainstaloval černý oční záves na způsob rolety, kterou může spustit, a tak světlo „vypnout“. Když chce, může tak vysílat i přerušované signály.

Blikající stromy

Světlušky v jižní Asii se často shromažďují po tisících na určité stromy u břehů a potom začínají – přesně ve stejném taktu – blikat. Cestující do Barmy nebo Thajska bývají tímto pohledem ohromeni. Často stojí větší počet takových stromů pohromadě. A nezřídka je každý list obsazen jednou světluškou. Proč blikají společně, to věda dosud nedokázala vysvětlit. Možná že Stvořitel prostě chce, abychom žasli nad jeho fantazií...

Miniaturní železnice

Velmi zajímavý způsob světélkování je možné spatřovat na brazilském červu jménem Phrixothrix. U larvy tohoto brouka „žhnou“ na předním konci dvě oranžová světélka. Když cítí nebezpečí, zapíná vpravo i vlevo řadu jedenácti zelenavě zářících lucerniček, takže ve tmě potom vypadá jako malý železniční vláček. Ženy si tohoto kovaříka dávají do vlasů, takže na nich večer září jako briliant.

Naše světlušky neumějí blikat, jejich světlo je navíc jenom jednobarevné, ale i tak je patrné, že jsou malým zázračným dílem svého Stvořitele.

Podle knihy Kdyby zvířata mohla mluvit

ZAHRANIČÍ

predstavivosti



V roce 1609 svět obletěla zpráva, že vynálezci v Nizozemí vyrobili zařízení, které umožňuje vidět vzdálené objekty, jako by byly blíž. Muž jménem Galileo Galilei žil v té době v Itálii, v univerzitním městečku Padova. Galileo byl zprvu skeptický k tomu, že by taková věc byla možná, ale brzy se dozvěděl, jak ono zařízení funguje, a vyrobil vlastní – lepší. Kolem prvního prosince toho roku Galileo zamířil svůj teleskop na měsíc. Co viděl, navždy změnilo naše porozumění vesmíru kolem nás.

Té osudné noci v roce 1609 se náš obraz vesmíru dramaticky změnil. Dnes již chápeme, že naše planeta není středem vesmíru – že jsme jen součástí nevýrazné sluneční soustavy umístěné v boční větvi jedné z mnoha galaxií. Vidíme, že stejné zákony přírody, které fungují na Zemi, fungují i ve sluneční soustavě a ještě dál. Objevili jsme, že vesmír je nepředstavitelně veliký, s mnoha různými druhy hvězd a řadou dalších objektů, z nichž o některých toho dosud víme velice málo a zatím jim sotva začínáme rozumět. A objevili jsme jisté důkazy, že vesmír není věčný, že měl začátek.

Počátek vesmíru

Představte si, že v rukou držíte balonek. Teď si vezměte pero a na tom balonku udělejte tečky v jednocentimetrových odstupech. Když do balonku začnete foukat a plnit jej vzduchem, co se stane se vzdáleností mezi těmi tečkami? Jak se materiál balonku mezi jednotlivými tečkami napíná, všechny tečky se od sebe vzdalují. Vědci zjistili, že něco podobného se děje s hvězdami. Pohybují se dál a dál jedna od druhé. Je tedy zjevné, že vesmír se rozpíná, podobně jako balonek plnící se vzduchem.

Pokud se vesmír rozpíná, musel být v minulosti menší. Čím dále do minulosti bychom se dívali, tím menší by vesmír byl. Když se podíváme dostatečně daleko, vesmír se scvrkne natolik, že nebude vidět, a pak až do naprosto neviditelného bodu. To by byl začátek vesmíru. Z tohoto neviditelného bodu se celý vesmír rozrostl až do své současné velikosti. Na základě tohoto uvažování vědci začali věřit, že vesmír měl počátek.

Teorie Velkého třesku však vyvolává některé zásadní otázky. Co mohlo způsobit, že vesmír vznikl z maličkého bodu, nebo snad dokonce z ničeho? Mohlo se to stát náhodou? Nebo za vytvořením vesmíru stojí něco – nebo někdo?

Navržený vesmír

Představu o původu vesmíru získáváme zkoumáním toho, jak vypadá dnes. Uspořádaná struktura a přesné vlastnosti vesmíru jsou důležitými vodítky k jeho původu. Hmota není po vesmíru náhodně rozeseta – většina jí je shromážděna ve hvězdách, planetách a dalších tělesech. Ani hvězdy nejsou roztroušeny náhodně, ale shlukují se do galaxií. A galaxie se obvykle shlukují do galaktických hnízd nebo superhnízd.

Nejúžasnější ze všeho je, že vesmír má přesně ty vlastnosti, které jsou potřeba pro vznik života. Jak vysvětlíme tento druh uspořádání ve vesmíru? Zdá se, že máme tři možné odpovědi: přírodní zákony, náhoda a inteligentní design. Podívejme se na každou z nich jako na potenciální zdroj vesmírného řádu.

Přírodní zákony

Je pro vesmír přirozené mít tak specifickou strukturu? Ne. Neexistuje zákon, podle kterého by se vesmír uspořádal do planet, hvězd, galaxií a hnízd. Mohl by být stejně dobře tvořen jen oblaky prachu. Pokud bychom se na tuto teorii podívali z vědeckého hlediska, museli bychom vzít v úvahu druhý zákon termodynamiky, podle kterého se jakýkoli řád v průběhu času rozpadá. To by znamenalo, že vesmír byl dříve ještě uspořádanější, než je teď. Když tuto myšlenku vztáhneme na samotný počátek vesmíru, znamenalo by to, že vesmír musel být vytvořen s velmi přesně zadanými výchozími podmínkami.

Řád vesmíru tedy nemůže být výsledkem nějakého přírodního zákona, který to vyžaduje. To v nás vyvolává otázku, zda je řád vesmíru výsledkem pouhé náhody, nebo produktem inteligentního designu.

Náhoda

Pokud má ve vesmíru existovat život, pak jeho vlastnosti musí být velmi přesné – velmi specifické. Kdyby se kupříkladu vesmír rozpínal větší rychlostí, hmota by se rozptýlila příliš rychle a ne-

mohla by tedy vytvořit galaxie; pak by zde neexistovaly ani žádné planety. Na druhou stranu, kdyby se vesmír rozpínal příliš pomalu, veškerá hmota by se slepila do jedné obrovské hroudě a opět by nemohly vzniknout žádné planety. V každém případě by život nebyl možný.

Rychlost rozpínání vesmíru musí být dána tak přesně, že rozdíl jedné části z 10^{55} (číslo 10 s padesáti čtyřmi nulami) by ji mohl vyvést z rovnováhy. Šance, že by něco takového náhodou vyšlo, je menší než šance, že by někdo vyhrál v loterii pětkrát po sobě. Přemýšlejte o tom. Kdyby někdo vyhrál v loterii pětkrát za sebou, věřili byste, že se to stalo náhodou? Je zřejmé, že náhoda není dobrým vysvětlením pro přesné podmínky při Velkém třesku.

Inteligentní design

Více než cokoli jiného je to právě uspořádaná struktura vesmíru, která napovídá, že vesmír byl navržen inteligentně a za určitým účelem. Vědci zjistili, že vesmír má řadu velmi precizně nastavených vlastností – přesně těch, které jsou potřeba, aby mohl existovat život. K životu jsou kupříkladu potřebné molekuly, z nichž by byla tvořena těla a které by byly nositeli energie a zajišťovaly živiny. Molekuly by však nemohly existovat, pokud by nenastala přesná rovnováha mezi hmotnostmi různých atomických částic a silami, jež je drží pohromadě. Vědci sledují nastavení jednotlivých prvků našeho vesmíru a docházejí k závěru, že tato preciznost se zdá být výsledkem inteligentního plánování.

Prevzato z knihy Baldwina, Gibsona a Thomase „Za hranicí představivosti“, Advent-Orion, Praha 2014



TŘEBAŽE
SE NAŠE
POROZUMĚNÍ
VESMÍRU
NEUSTÁLE
MĚNÍ, JEDNA
VĚC ZŮSTÁVÁ
STÁLE
STEJNÁ: LIDÉ
JÍM BYLI VŽDY
FASCINOVÁNÍ,
COŽ JE VEDLO
K OTÁZKÁM
PO PŘÍČINÁCH
ŽIVOTA
A SMYSLU

Brahmsova SYMFONIE ČÍSLO 2

Clifford Goldstein



Symfonii č. 2 D dur, op. 73 složil Johannes Brahms v létě 1877 během návštěvy Pörtschach am Wörthersee, městečka v rakouských Korutanech. Vznikla spontánně a za krátký čas, ve srovnání s první symfonií, kterou dokončil po patnácti letech. Symfonie je napsána pro 2 flétny, 2 hoboje, 2 klarinety, 2 fagoty, 4 anglické rohy, 2 trubky, 3 pozouny, tubu, tympány a smyčce.

Veselá a téměř pastorální nálada symfonie často vede ke srovnání s Beethovenovou šestou symfonií. Ovšem Brahms 22. listopadu 1877 vydavateli napsal, že jeho symfonie „je tak melancholická, že to nebudete moci vydržet. Nikdy jsem nenapsal něco tak smutného...”

Premiéra byla uvedena ve Vídni 30. prosince 1877 Vídeňskou filharmonií pod vedením Hanse Richtera. Dílo se provádí cca 40 až 50 minut.

Minulé září jsem dal mé fence dlouhé, kabelové vodítko a ona se s energií jí vlastní rozběhla. Při váze 50 kg snadno vyvinula dostatek síly k tomu, aby zlomila můj pravý prsteníček, který, když jsem jej vymotal z vodítka, visel dolů bolestivě pokroucen.

Za pár hodin jsem měl chytit letadlo do zámoří, a tak bylo jasné, že s návštěvou lékaře nemohu počítat. A protože jsem nechtěl zrušit cestu kvůli zlomenému prstu, má žena mi jej zafixovala lepicí páskou. Poté jsem se s ne zrovna šťastným výrazem ve tváři vydal na cestu.

Na letišti jsem si přečetl článek v časopisu *New Yorker* od neurologa Olivera Sakse, ve kterém psal o téměř mystickém zážitku, který měl při poslechu Monteverdiho koncertu. Možná to bylo bolesti, nevím, ale náhle jsem se chtěl také zaposlouchat do klasické hudby. *Já a klasická hudba?* 56 let jsem neprojevoval o hudbu pražádný zájem, obzvláště ne o klasickou. Prosím, to bych raději pomáhal mé ženě s prací na zahrádce, nežli poslouchat ten sentimentální hluk, který mi zněl vždycky stejně.

Z rozmaru (a možná abych nemyslel na bolavý prst) jsem si něco z Beethovena stáhl na můj iPhone. Náhle se v mé hlavě cosi přepnulo a můj život se nadobro změnil. Nemůžu se toho nabažit a každá jiná hudba se mně teď zdá banální. Otevřel se mi nový prostor existence, něco jako pátý rozměr. Neměl jsem ponětí, jak taková hudba vzniká či z čeho je vytvořena, ale co na tom záleží? Podstatné byly krásné emoce, které ten zvuk ve mně probouzel.

Asi před týdnem jsem poslouchal Brahmsovu Symfonii číslo 2 v D dur, opus 73. První věta byla hrána *allegro non troppo*. Víte, já nerozeznám *allegro*

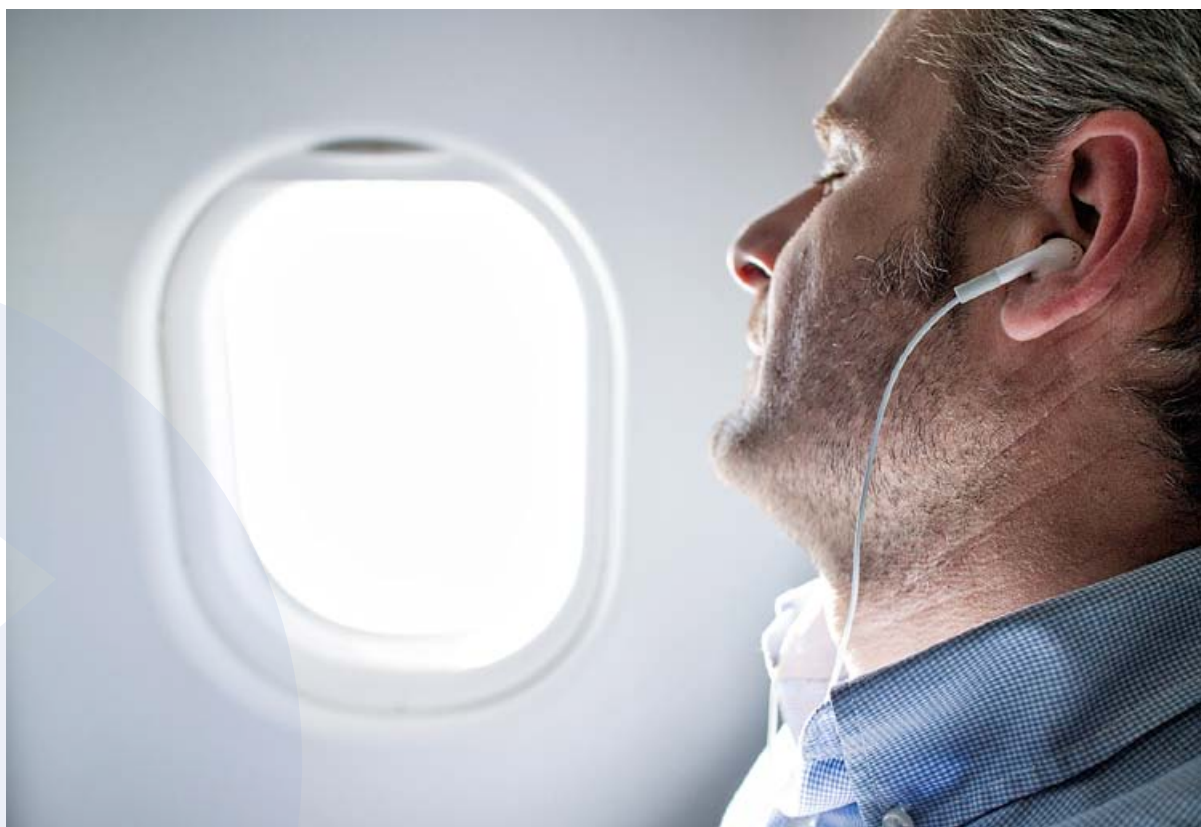
non troppo od karamelového Frappuccina. Ale vím, že tato skladba mi dala jeden z nejneuvěřitelnějších estetických zážitků mého života. Ta symfonie se mi zdála být tím nejkrásnějším, co kdy lidstvo stvořilo. Při poslechu jsem se podívoval: *Jak mohla lidská bytost vymyslet něco tak úžasného?* Očarován plynutím těch zvuků, uvědomil jsem si, že ať už výraz „obraz Boží“ znamená cokoli, musí nutně obsahovat kreativitu. Převést myšlenky do Brahmsovy symfonie číslo 2 vyžadovalo kdesi v průběhu tvorby spojení s božstvem.

A pak jsem to náhle pochopil: Inženýr akustiky by mohl vysvětlit všechno o zvuku – o decibelech, vlnových délkách a tónu hudby; fyziolog by mohl vysvětlit vše o ušním bubínku – kladívku, kovádlince, trémínku či nervových drahách vedoucích od ucha do mozku; neurolog by mohl vysvětlit vše o neuronech vyvolávajících synaptické potenciály během poslechu nebo o přenosech neuronických vzruchů, které přeskakovaly od membrány k membráně. Přes to vše, co dnešní věda může vysvětlit nebo co kdy bude moci vysvětlit, se ani nepřibližuje k vlastní podstatě – tj. proč mě ta hudba tak silně dojíká. Vědecký dogmatický materialismus nemůže vysvětlit tuto část reality o nic víc, než jak by baterka v temném pokoji mohla odhalit sen spícího člověka.

„Přestože jsme objevili mnoho nezvratných zákonů fyziky a porozuměli jim,“ napsal fyzik Frank Wilczek, „ještě to neznamená, že se nám tím rozkryla mysl Boží (Stephenu Hawkingsovi navzdory). Dokonce nám to ani nepomůže porozumět myslí slimáků, což je nyní asi tak ta nejzazší hranice neurologické vědy.“

Není divu, že ateista Thomas Nagel své dílo nazval *Mysl a vesmír: Proč materialisticko-neodarwinovské pojetí přírody je téměř zaručeně mylné*. Nagel poukazuje na zjevný fakt, že pokus vědy vysvětlit život, obzvláště pak lidské vědomí v čistě materialistických a přírodovědných termínech, prachmizerně selhal. „Můj skepticismus,“ píše „není založen na náboženské víře nebo víře v jakoukoli definitivní alternativu. Jde pouze o přesvědčení, že vědecké důkazy, jež máme k dispozici, od nás i přes jednotný vědecký názor nevyžadují podříditi se nedůvěřivosti zdravého rozumu“ (str. 7).

Přestože jsem věděl už i před posloucháním klasické hudby, že realita je mnohem obsáhlejší, než aby se vešla do úzkých parametrů vědeckého materialismu, Brahmsova druhá symfonie mi pomohla uvědomit si ten veliký rozdíl. Sice to vyžadovalo zlomený prst, abych se k tomuto poznání dostal (který mimochodem musel být znovu zlomen, opevován a sešroubován), ale stálo to za to.





HOPE TV

Tomáš Kábrt

televize, jak ji neznáme



Představte si televizi uvádějící své diváky do společnosti inspirujících lidí přemýšlejících o životě a současné době v nových souvislostech, originálních osobností pozitivně proměňujících svět kolem sebe, umělců věnujících se očistné hudbě napříč kulturami, styly a generacemi, do společnosti žijících i historických postav, jejichž příklad pro malé i velké je povzbuzující v nejlepším smyslu toho slova. Představte si televizi, kde reklamy jsou jen na dobré knížky nebo bezplatné internetové

vzdělávání a kde si program můžete určovat sami. Utopie? Ne pro ty, kteří si oblíbili česko-slovenskou internetovou televizi HopeTV vznikající ve spolupráci studií AWR v Praze a Nádej v Bratislavě známých například z tvorby úspěšného cyklu svěžích duchovních pořadů pro mládež Za obzorem v České televizi nebo dabingu animovaných biblických příběhů v Slovenské televízii. Na adrese www.hopetv.cz je k dispozici nepřetržitě vysílání i rozsáhlý videoarchiv.

„V našem internetovém archivu jsou již stovky původních i přeložených pořadů, ze kterých si každý snadno vybere a spustí to, co jej právě zajímá a oslovuje,“ říká ředitel HopeTV Csaba Čák. „Jsme součástí mnohojazyčné celosvětové sítě internetových televizí Hope Channel, jejichž společné úsilí prozrazuje již jejich název – do médií a světa plných špatných zpráv přinášet naději, hlubší a konstruktivní pohled na život a společnost,“ vysvětlil Csaba Čák. Televize disponuje dokonce vlastním webovým duchovním, který se individuálně věnuje divákům. Je jím Jindřich Černohorský z Hradce Králové, muzikant a teolog, kterého lidé znají z publicistického seriálu České televize *Za obzorem*.

HopeTV nabízí záznamy a přímé internetové přenosy zajímavých setkání, duchovních besed i bohoslužeb ve svých pořadech *Host HopeTV*, *Abrahamoviny*, *Impulzy*, *Minutky* a *V kostce*, často překvapivě současné vhledy duchovních, teologů nebo psychologů do židovských a křesťanských posvátných textů a příběhů, které tisíce let působily a stále živě působí na naši civilizaci v programech *Bible pro dnešek*, *Abrahamoviny* nebo *Hledání*. Zdravému životnímu stylu jsou věnovány řady *Motivační setkání*, *Být fit* je hit, *Vaříme s Romanem Uhrinem* nebo *Cvičení pro zdraví 50+ s Magdou Jakubskou*. Studia AWR v Praze a Nádej v Bratislavě tvoří pro HopeTV pozoruhodné dokumenty v cyklech *Příběhy* psané životom, *Osudy* nebo *Album*. Zvláštní postavení mají vzdělávací pořady *Posluchárna* se záznamy přednášek, studijních dnů, konferencí a dalších aktivit v České i Slovenské republice zaměřených na nové proudy myšlení i nové pohledy na historii a tradiční společenská témata. Pro děti má HopeTV půvabné animované seriály a hrané *Africké příběhy*. Televize zprostředkovává také společné modlitby dospělých i dospívajících mladých lidí, koncerty, videoklipy, recitály a rozhovory s umělci pod tituly *Můj příběh*, *Má píseň*, *Hit servis* nebo *Hudba pro inspiraci*.

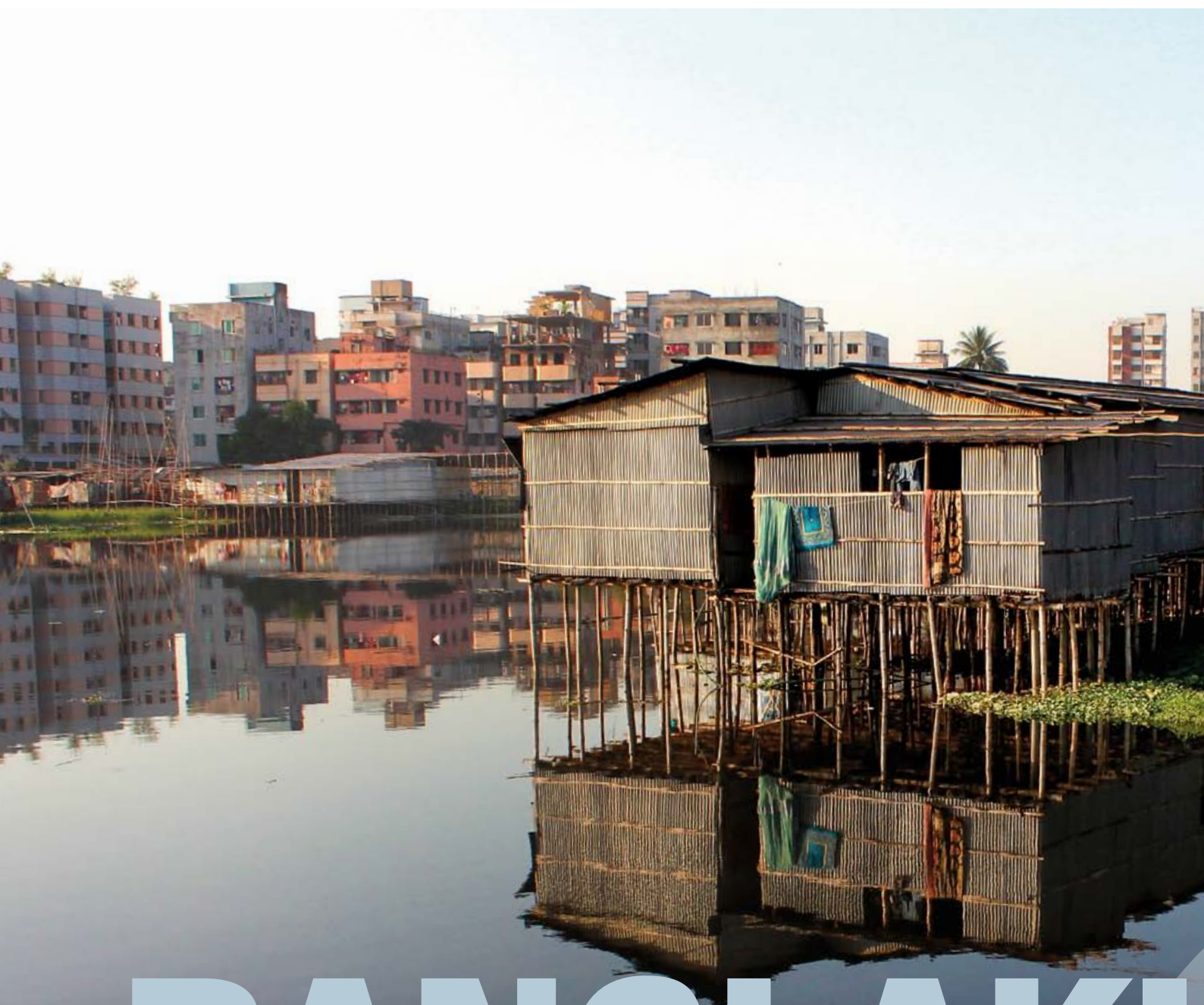
„Velkou část naší produkce tvoří dabing kvalitních zahraničních pořadů sdílených v mezinárodní televizní síti Hope Channel,“ uvádí Csaba Čák. Pří-

kladem jsou historické dokumentární seriály *Sedmý den* nebo *Nemocnice Westbrook* z USA, australské řady *Utopie* o palčivých otázkách dneška nebo *Strážci pravdy* o málo známých moderních dějinách duchovní obnovy a reformace, dokumenty mapující dobročinné a misijní aktivity v nejrůznějších zemích světa, britsko-americká série *Cliff!* s jedinečnými analýzami moderní filozofie v podání Clifforda Goldsteina, dokumenty o současných vědeckých objevch a hledání v oblasti původu života a další.

Vysílání i archiv HopeTV jsou dostupné i prostřednictvím vlastních profilů televize v sociálních sítích a v aplikacích pro mobilní zařízení. Lidé mohou sledovat, stahovat i sdílet tvorbu HopeTV v sítích YouTube, Facebook, k dispozici jsou aplikace HopeTV.cz pro mobilní telefony a další zařízení s operačním systémem Android, pro iPhone, iPad nebo iPod touch. Stačí si jen z App Store nebo Android Market stáhnout aplikaci HopeTV.cz. Kromě sledování HopeTV tyto aplikace umožní i poslech AWRádia, sesterského média HopeTV.

„Do dalších dnů připravujeme nový diskusní a interaktivní pořad pro mladé lidi, pro děti nové animované příběhy o významných osobnostech lidských dějin, české a slovenské titulky ke všem námi uváděným zahraničním písním včetně klasické hudby, českou a slovenskou verzi nové elektronické hry *Heroes* (Hrdinové) inspirované velkými postavami a příběhy z knih *Starého* a *Nového zákona*, nový americko-britský ‚steampunkový‘ sci-fi seriál *Record Keeper*, novou australskou dokumentární řadu *Beyond Search* a další,“ plánuje ředitel HopeTV a poznamenává: „Věříme, že naše úsilí přispěje do dnešního stále chaotičtějšího a povrchnějšího mediálního prostředí hlubším, přemýšlivým a vnitřně očišťujícím obsahem má smysl. Přibývající příznivci této naší ‚jiné televize‘ nám to potvrzují.“





BANGLAKI

Šance pro děti slum
vést normální život



Okolo dvou a půl milionů dětí z bangladéských slumů ve věku od šesti do deseti let nemá přístup ke vzdělání. Trpí podvýživou a často musejí pracovat, aby pomohly rodičům uživit rodinu. ADRA v Bangladéši už patnáctým rokem vede program BanglaKids, který podporuje školáky z chudých poměrů a také děti ze slumů. Prostřednictvím vzdělání jim nabízí východisko z jejich situace. Pomohla už šesti a půl tisícům chlapců a dívek vést lepší život. A to především díky dárcům z České a Slovenské republiky.

ADRA podporuje konkrétní děti na vesnických a internátních školách po celém Bangladéši a také pomáhá ke vzdělání dětem z chudinských slumů. V létě 2013 otevřela vzdělávací a volnočasové centrum ve slumu Čalantika v hlavním městě Dháce, které poskytuje základní vzdělání, jídlo a lékařskou péči dětem a poradenství dospělým. Na provozu centra spolupracuje BanglaKids s organizací ADRA Bangladéš, která již několik let podporuje chudé bangladéšské děti ve čtyřech podobných slumových centrech v Dháce, Mymensinghu a Khulně.

V současné době podporuje ADRA díky dárcům vzdělávání bangladéšských dětí dvěma způsoby:



Adresné dárcovství: konkrétní podpora

Tento vzdělávací projekt pro děti v Bangladéši je společným projektem ADRA ČR a Centra pro podporu bangladéských dětí (organizací BCSS v Bangladéši). Dárce podpoří konkrétní dítě ve studiu na soukromých vesnických a internátních školách po celém Bangladéši.

Částka 450 korun pokryje měsíční náklady žáka, který dochází pravidelně do vesnické školy v místě bydliště, 550 korun stojí pobyt staršího žáka nebo studenta na internátě a o stokorunu vyšší je měsíční příspěvek na dítě z neúplné rodiny, které ztratilo jednoho nebo oba rodiče a žádný z příbuzných se o ně nemůže postarat. Z příspěvku se obvykle hradí školné, uniforma, školní pomůcky, ubytování, jídlo a potřebná lékařská ošetření.

Centrum Čalantika: šance pro děti i rodiče

V roce 2013 se stalo nedílnou součástí programu BanglaKids i slumové centrum Čalantika. Dárce, který se rozhodne na něj přispět, podpoří nejen

Zač vděčí Bangladéš českým dárcům



- 6 400 dětí a mladých lidí dostalo vzdělání na 43 vesnických a 7 internátních školách po celém Bangladéši a ve slumech v hlavním městě Dháce
- 42 školních budov bylo zrekonstruováno a získalo chybějící vybavení
- byla postavena nová vesnická škola
- do 5 vesnických škol byla zavedena elektřina pomocí solární energie
- 2 internátní školy získaly čistírnu vody a studnu s cisternou na vodu
- 9 vesnických škol má nové či opravené studny
- 630 učitelů získalo doplňkové vzdělání

konkrétní děti ze slumu, ale i jejich rodiny a celou komunitu. Toto vzdělávací a volnočasové centrum se nachází v těsné blízkosti rozsáhlého slumu Čalantika v dhácké čtvrti Mirpur, kde žije okolo dvanácti tisíc lidí. Centrum poskytuje padesáti nejpotřebnějším dětem a jejich rodinám základní podporu, aby po roce společné práce mohly nastoupit na státní základní školu. Dlouhodobým cílem je podpořit děti ze znevýhodněného prostředí, aby začaly chodit do školy a své vzdělání úspěšně dokončily.

„Předškolní vzdělání je v Bangladéši podmínkou pro přijetí na státní základní školu. Chudým dětem z dháckých slumů však chybí předškolní příprava, základní sociální a hygienické návyky a dovednosti potřebné k docházce do školy. To všechno je v Čalantice učíme. Děti dostávají v centru také výživné jídlo, získávají pravidelnou lékařskou péči a bezpečné zázemí. Kromě toho pro ně připravujeme i různé zájmové aktivity, kterých se jim v prostředí slumu nedostává. Nepracujeme však jen s dětmi, ale i s jejich rodiči. Těm poskytujeme vzdělávací kurzy gramotnosti, šití, hygieny, prevence nemocí a výživy,“ vyjmenovává koordinátorka centra Čalantika Jarmila Szkutová.

Děti budou centrum navštěvovat i poté, co se stanou žáky státní školy. Mohou zde i nadále najít podporu potřebnou k docházce do školy ve formě doučování, školních pomůcek a učebnic zdarma, lékařské péče i jídla.

Od začátku projektu se do podpory bangladéšských dětí zapojilo celkem 2450 dárců z České a Slovenské republiky. Dohromady přispěli částkou 107 milionů korun na vzdělání tamních dětí.

Jak můžete podpořit děti v Bangladéši?

Chcete-li podpořit děti ze slumu Čalantika, můžete odeslat příspěvek jednorázově nebo se stát pravidelnými dárči. Více informací o projektu BanglaKids najdete na stránkách ADRA. S dotazy se můžete obracet na adresu: jarmila.szkutova@adra.cz. Chcete-li podpořit dítě na vesnické nebo internátní škole, kontaktujte: sarka.hejnakova@adra.cz.



Děti ze slumů jsou ve škole šťastné



Děti školu v centru Čalantika milují, některé tam chodí o hodinu dřív. Jarmila Szkutová koordinuje z Česka chod centra Čalantika v Dháce. V listopadu jela do Bangladéše zjistit, jak se novému centru daří.



Byla jste v Dháce už šestkrát, dobře to tam znáte. Jak se dá stručně popsat život ve slumech?

Slumy jsou zcela mimo pozornost úřadů. Neexistuje nic jako zachytýný sociální systém, nikdo, kdo by kontroloval, jestli nějaké dítě netrpí hladem. Zhruba dvě třetiny dětí jsou podvyživené, nemají potřebná očkování, často trpí žloutenkou a horečnatými onemocněními. Běžně pomáhají rodičům přispívat do rodinného rozpočtu, sbírají recyklovatelné materiály nebo něco prodávají. Do školy často nechodí vůbec. Chudé rodiny nemají obvykle finance na školní pomůcky a jiné poplatky spojené s docházkou do školy. Navíc priority takovéto rodiny jsou obvykle jiné – jde o to přežít, získat peníze na jídlo a nájem. Položky jako školní poplatky či zdravotní péče se stávají naprostým nadstandardem, který si většina rodin ve slumech jednoduše nemůže dovolit.

V jakých životních podmínkách tyto děti žijí?

Slum Čalantika, ve kterém působíme, se nachází na „rybníce“ v jedné ze čtvrtí bangladéšské metropole. V improvizovaných přístřešcích z vlnitého plechu a bambusu zde žije okolo dvanácti tisíc obyvatel. Domečky stojí na nožkách uprostřed vody,

která je silně kontaminovaná obsahem místních latrín a splašků z okolních mnohopatrových budov. Ženy vaří na společných ohništích, pro vodu (pouze užitkovou) se dochází s kanystry na několik míst, kam je přiváděna hadicí. Jen v tomto slumu žije asi šest tisíc dětí, z nichž jen každé páté se dostane ke vzdělání.

Z jakých důvodů děti ze slumů v Dháce často nechodí do školy?

Prvním důvodem je práce dětí. Děti místo školy vykonávají pomocné práce v textilních továrnách, žebrají, starají se o domácnost a mladší sourozence, zatímco rodiče celé dny pracují. I když si většina rodičů uvědomuje potřebu vzdělání pro své děti, realita přežití je nutí děti do školy neposílat. Dalším důvodem je to, že rodiny obvykle nemají finanční prostředky na školní pomůcky, učebnice či poplatky spojené se školní docházkou, které jsou pro státní školy v Bangladéši nutností. Děti ze slumů také většinou neprojdou předškolní přípravou potřebnou k nástupu do školy. Kvůli povinnostem doma, nedostatku rodinných financí a chybějícímu předškolnímu vzdělání tak děti ze slumů nemohou často ani zahájit, natož pokračovat a dokončit základní vzdělání.

Překážkou ve vzdělávání je mimo jiné i špatný přístup k povinné předškolní přípravce. Proč je to tak komplikované?

Pro zápis do první třídy je v Bangladéši nezbytné absolvovat předškolní výuku, kde se děti učí ro-

zeznávat písmenka, číslice, učí se základům čtení, psaní, počítání a sociálním dovednostem. Předškolní vzdělávání je v Bangladéši nabízeno pouze soukromými placenými školami. Stát bezplatnou variantu nenabízí. Omezeně poskytuje neformální předškolní výchovu několik neziskových organizací, které ve slumech působí. Děti ze slumů, které do školy navzdory těmto obtížím nastoupí, obvykle kvůli své rodinné situaci nechodí do školy pravidelně a často nakonec nedokončí ani první ročníky základní školy.

Jakou má centrum Čalantika kapacitu? Co všechno se zde děti učí?

Provozujeme dvě třídy, každou po pětadvaceti dětech. Pracují tu dva učitelé. Děti se učí číst a psát v místní bengálštině, učí se základům matematiky, angličtiny a všeobecným znalostem. Výuka zahrnuje i osvětu v oblasti hygienických návyků a základních práv dětí. Vyučování má podobu neformální výuky. Centrum je otevřené celý den, děti si tu mohou hrát se svými vrstevníky. Tuto možnost v běžném každodenním životě ve slumu většinou vůbec neznají.

Chodí děti do školy rády? Jací jsou to žáci?

Nadšení školáci. To je slovo, které se na děti z Čalantiky, které centrum navštěvují, hodí podle mě úplně nejvíce. Učitelé do centra přicházejí okolo sedmé hodiny ráno a některé děti už u centra čekají, i když vědí, že výuka začíná až od osmi. To mluví za vše. Škola je pro tyto děti místem, které je jenom pro ně, prostorem, kde se mohou rozvíjet, kde jsou dospělí, kteří se jim věnují, kteří je mají rádi. Centrum je místem, kde děti z Čalantiky mohou být znovu dětmi.

Jak to při výuce vypadá? Čím vším je centrum vybaveno?

Děti při výuce používají tužky, sešity, tabulky na psaní křídou a písanky, kde se učí jednotlivá písmenka. Používají učebnice pro předškolní výchovu a první třídu státní základní školy. Třída je vybavená tabulí, televizí s videem, nejsou zde lavice ani židle, děti sedí na zemi. Ve volném čase si děti hrají. Centrum je vybaveno hračkami a různými hrami, které pomáhají dětem rozvíjet se a prožívat radost z trávení času s kamarády.

Jak se daří spolupráce s jejich rodiči? Čalantika má v úmyslu vzdělávat i dospělé v oblasti výživy, hygieny apod. Už nějaké programy běží?

Ano. Nechceme pracovat pouze s dětmi. Uvědomujeme si, že pokud se mají životní podmínky rodin

v Čalantice měnit k lepšímu, musí se zapojit celá komunita. Proto pracujeme nejen s dětmi, ale i s jejich opatrovníky. Dále spolupracujeme i s vedením a učiteli státní školy, jinými organizacemi, které ve slumu působí, místními politickými autoritami atd. V současné době pro rodiče organizujeme kurzy na téma hygiena, prevence nemocí a základní práva dětí. Dále chceme rozšířit vzdělávání pro dospělé i na kurzy gramotnosti a kurzy vaření výživných jídel ze surovin pro chudé rodiny běžně dostupných. Plánujeme také otevřít tříměsíční kurz šití a krejčovství pro opatrovníky dětí a další zájemce, kteří ve slumu Čalantika žijí. Cílem je podpořit místní rodiny a pomoci jim zajistit extra příjem tak, aby se mohly lépe postavit na vlastní nohy. Podporou pracovních příležitostí pro rodiče pomáháme také udržet jejich děti ve škole, aby nebyly nuceny pracovat a mohly se zapojit do školní docházky.

Slumové centrum by nemohlo fungovat bez podpory Čechů. Jak pomáhají?

Program BanglaKids, který podporuje vzdělávání na vesnických a internátních školách a který dal vzniknout i centru Čalantika, existuje jen díky řadovým dárcům z Česka a Slovenska. Tím se liší od jiných projektů financovaných třeba vládou. Na jedné straně jsou to nejisté zdroje, zase je však můžeme lépe přizpůsobovat aktuálním potřebám místních. Velmi si vážíme podpory, důvěry a velkorysosti tolika lidí, bez níž by se spousta dětí v Bangladéši ke vzdělání vůbec nedostala!

Jak bude ADRA ve slumech dál rozvíjet svou pomoc?

Ve slumu Čalantika chceme působit dlouhodobě a rozšiřovat aktivity, se kterými nás místní lidé oslovují. Na to hledáme další prostředky. V dháckých slumech jsou stále 4 z 5 dětí bez možnosti chodit do školy. To jsou podle mě děsivá čísla, která volají po změně. A přitom stačí relativně tak málo. I malá částka může totiž pro bangladéšské děti znamenat šanci na lepší život. Můžeme s tím společně něco udělat. Například jen 360 korun stačí k tomu, aby mohl jeden školák dostat školní pomůcky na celý rok. Pro většinu z nás tahle částka není opravdu nic a v Bangladéši může mít dalekosáhlý pozitivní dopad.

CHARITATIVNÍ OBCHŮDKY:

darujete, nakoupíte, pomůžete



Chystáte se vyřadit oblečení, které už nepotřebujete? Můžete je věnovat charitativním obchůdkům ADRA. Uděláte dobrý skutek a zároveň přispějete na některý z programů pomoci.

ADRA oblečení od dárců dál zdarma poskytuje sociálně slabým, zejména lidem bez přístřeší, v takzvaném sociálním šatníku. Vybrané kusy pak prodává v charitativních obchůdkách za přijatelnou cenu. Zisk putuje na podporu dobrovolnických programů, částečně také do zahraničí, například na Filipíny. „Charitativní obchůdky jsou cesta, jak může nezisková organizace získávat do rozpočtu prostředky na rozvoj dalších aktivit. Vidím v nich budoucnost pro neziskový sektor. Jsem přesvědčen, že bychom se neměli spoléhat jen na finance z dotací, ale pokusit se být více soběstační,“ myslí si ředitel ADRA ČR Michal Čančík a podotýká, že obzvláště v charitativních obchodech je velký potenciál. „Víme, že to funguje, přesto skoro chybí konkurence. Nejružnější sdružení provozují v celé republice zhruba jen dvacet takových obchodů a to je velmi málo,“ říká Michal Čančík. ADRA dosud otevřela pět charitativních obchůdků. Michal Čančík by se rád zasadil o to, aby jich přibýlo.

První charitativní obchod založila před třemi lety ve Frýdku-Místku jeho žena Milena. Začátky prý byly nejisté, protože zákazníci nevěděli, jestli je vhodné chodit si do tohoto typu obchodu nakupovat. „Trpělivě jsme jim vysvětlovali, že je to v po-

řádku, že nám tím jen pomohou. Zákazníci postupně přibývali a dnes máme stálou klientelu. Většinou to funguje tak, že lidé sami něco věnují a zároveň si nakoupí,“ vysvětluje Milena Čančíková. V charitativním obchůdku si přijde na své skoro každý. Je tu k dostání společenské oblečení, sportovní vybavení, boty, nádobí nebo různé dekorativní věci.

Našimi zákazníky jsou lékaři i učitelky. Nakupují pro radost.





Když Michal Čančík ve Frýdku-Místku před deseti lety zakládal dobrovolnické centrum, jeho žena Milena mu pomáhala. Později se začala věnovat sociálním šatníkům a charitativním obchůdkům. Stala se tak průkopnicí v získávání nových zdrojů, které umožňují Adře financovat řadu programů.

Můžete na úvod vysvětlit, v čem se šatník liší od obchůdku?

Šatník nabízí věci zdarma. Chodí sem lidé ve špatné finanční situaci, především lidé bez přístřeší, kteří si nemohou dovolit tyto věci koupit. V šatníku dostanou nejen oblečení, ale také hygienické potřeby nebo nejn nutnější vybavení domácnosti. Charitativní obchody jsou vlastně second handy, avšak ceny jsou trochu nižší. Věci do šatníku i obchůdku lidé darují.

Kdy se zrodila tradice sběru oblečení v Adře? Lidé jsou zvyklí oblečení nosit už roky. Pořádali jsme například sbírku pro Bosnu, Ukrajinu. Jenže pak už jsme do zahraničí přestali oblečení vozit a volili spíš cestu finanční pomoci. I přesto jsme

dostávali další a další balíky. Bylo mezi lidmi zažité, že v Moravskoslezském kraji ADRA vždy sbírala oblečení pro potřebné. Nechtěli jsme tu tradici rušit. Raději jsme hledali cestu, jak toho využít. Začali jsme tedy oblečení darovat potřebným lidem z města a okolí a také bezdomovcům. Tak vznikl sociální šatník.

Co všechno je v sociálním šatníku k dostání?

Jsou to předměty denní potřeby, jako například toaletní papír, mýdlo, kapesníky, ale zejména oblečení. Také máme ložní prádlo, nádobí nebo třeba nábytek. Prostě základní věci pro život.

V sociálním šatníku mohou dostat potřební lidé věci zdarma. Jak s tím vším souvisí charitativní obchody?

V posledních letech začalo přibývat stále více kvalitního oblečení, avšak klientela, která služeb sociálního šatníku využívá, nemá možnost věci vyprat. Oblečení slouží proto často jen k jednorázovému využití. Z tohoto důvodu jsme začali darované oblečení třídit a pěknější kusy jsme nabídli veřejnosti ke koupi.

Jak vnímají lidé charitativní obchody dnes?

Obchůdkům se dnes velmi daří. Máme mnoho stálých zákazníků z řad lékařů, učitelů, úředníků. Lidé pochopili, že když si u nás nakoupí, podpoří prospěšnou věc. Mnohdy to funguje tak, že něco přinesou a jinou věc zase odnesou. Pamatuju si komickou situaci, kdy nám ráno jedna mladá paní darovala pěkné dětské bačkůrky a za pár dnů mi pobaveně vyprávěla, že její maminka ty bačkůrky koupila a přinesla jí je tentýž den jako dárek se slovy: „Hele na jaké pěkné papučky jsem dneska v obchodě natrefila, ty se ti budou hodit.“



Jaké věci lidé do Adry nosí? A jaké přijímáte?

Hlavně oblečení. A klidně s dřívějším datem výroby. Víte, kolika důchodcům udělá radost, že si mohou stále někde koupit tak nedostatkové zboží, jako jsou krimplenové šaty nebo kabát s kožíškem



ze sedmdesátých let? Že se to nehodí do vašeho šatníku, ještě neznamená, že takový kousek nepotěší někoho jiného. Charitativní obchůdek je užitečný pro všechny. Umožní zákazníkům nakoupit za přijatelné ceny hezké věci, dárci zase získají dobrý pocit, že jen tak nevyhodili předmět, který už nepoužívají a ke kterému třeba mají vztah. Já mám vůbec někdy takový pocit, že všechny věci v obchůdku jakoby měly duši a svůj tajemný příběh. Dárcům bych také ráda vzkázala, aby se neostýchali přinést i to, co je víc obnošené. Naším posláním není jen pomoc lidem, ale chceme se chovat také ekologicky. Co k nám lidé přinesou, je stoprocentně využito. Neopotřebovanější kousky vytrídíme do speciálního kontejneru.

Co tedy ještě kromě oblečení přijímáte? A čeho je nedostatek?

Například nádobí, povlečení, ložní prádlo a vše, co se hodí pro vybavení domácnosti. Lidé klidně mohou nosit i ponožky, rukavice, čepice. To je vyloženě nedostatkové zboží v sociálních šatnících. Do obchůdků pak zase přivítáme drobné spotřebiče a domácí potřeby. A samozřejmě oblečení. Začali jsme spolupracovat se školami a zapojili do spolupráce také školáky, kteří věnují hračky, se kterými si už nehrají. Věci nám přinášejí jednotliví dárci i firmy.

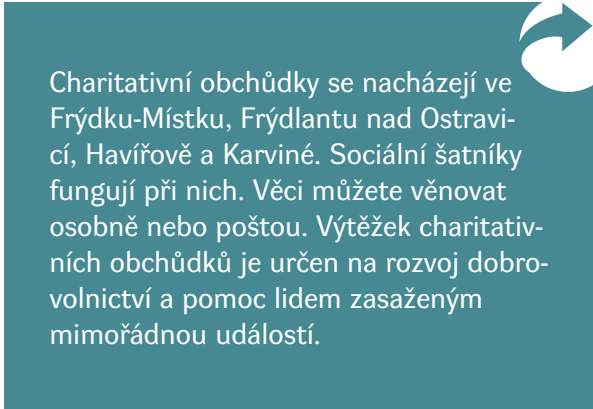
Zákazníci mají radost z věcí, které jinde neseženou, dárci dobrý pocit. To ale nejsou jediná pozitiva charitativních obchůdků.

Chtěla jsem, aby obchůdky daly práci lidem, kteří ji sami těžko shánějí. Takže jsme se vždycky sna-

žili zaměstnat dlouhodobě nezaměstnané nebo třeba seniory, kteří byli zvyklí léta pracovat za pultem a teď jim kontakt s lidmi chybí. Klíčová je spolupráce s dobrovolníky, kteří pracují bez nároku na odměnu. Pro mnohé je to příležitost, jak se něco nového naučit anebo si třeba splnit praxi pro budoucí zaměstnání. Já osobně na to prostředí moc ráda vzpomínám a teď, když jsem v Praze, se mi někdy stýská. S lidmi okolo charitativních obchůdků a sociálního šatníku jsem měla moc hezký vztah.

Nabízí se otázka, jestli byste neměla chuť založit obchůdek také v Praze?

Zatím mám plnou hlavu mateřských povinností. Na podzim se nám narodil třetí syn, Lukáš. Ale máte pravdu, ta myšlenka mne láká. Nicméně kdyby to chtěl někdo rozjet místo mne, ráda mu předám své zkušenosti a poradím.



Charitativní obchůdky se nacházejí ve Frýdku-Místku, Frýdlantu nad Ostravicí, Havířově a Karviné. Sociální šatníky fungují při nich. Věci můžete věnovat osobně nebo poštou. Výtěžek charitativních obchůdků je určen na rozvoj dobrovolnictví a pomoc lidem zasaženým mimořádnou událostí.

Hodí se i jediná mince denně



Podpora dobrovolnictví v ČR



Pomoc při povodních v ČR



Podpora zemědělství na Haiti



Zajištění zdravotní péče v Barmě



Podpora vzdělávání v Bangladéši



Zajištění vodních zdrojů v Etiopii



Staňte se pravidelnými dárci. I jediná vaše mince denně pomůže, aby příběhy pomoci mohly bez přerušení pokračovat.



www.mincedenne.cz





HopeTV

TELEVIZE PLNÁ
NADEJE

www.hopetv.cz

HOPETV

INTERNETOVÉ
RÁDIO JINAK

www.awradio.cz

AWRÁDIO

AWRÁDIO