

Péče o Boží stvoření

Příloha ke zpravodaji Nahoru 4/2017 – podklady pro večerní programy na sborové dovolené ve Fährnichově mlýně u Stráže nad Nežárkou ve dnech 5.–12. srpna 2017

Témata večerních programů:

1. **Zodpovědnost křesťana za svět – Gn 1, 26–31**
2. **Církev jako instituce a Církev Boží**
3. **Křesťan a zdraví**

Ve zpravodaji Nahoru 4/2017 je uvedeno kázání na téma péče o Boží stvoření, které připravil bratr farář Jurek, a souhrn probírané látky, který zpracovala sestra Katka Lukavská. V této příloze jsou podklady, které dali přednášející k dispozici.

Obsah:

Starost o stvoření: Úvod – Zuzana Jurková

Čekání na šaty – Alžběta Kubrová

Církev jako instituce a Církev Boží – Samuel Gallat

Křesťan a zdraví – Pavla Vlková

Starost o stvoření: Úvod

Život v ČR se nám může zdát jako v Tolkienově Roklince: bezpečný a poskytující víceméně všechno potřebné – nejnižší nezaměstnanost v EU, zdravotnictví, které nám každý závidí, zadarmo školství až do VŠ, relativní bezpečnost... I dál je to ale jako v Tolkienovi – a leckdo si to už uvědomuje: že totiž na hranicích Roklinky jsou nejrůznější armády (lidí i ne-lidí), které ji chtějí napadnout. Náš životní způsob, pro který je charakteristická nadspotřeba, má několik důsledků, které se zatím neprojevují v našem nejbližším okolí, ale představují ony armády zvenčí. Žijeme ve velmi křehkém světě.

Ještě před cca dekádou se ekologií (= naukou o péči o zemi) obecně rozuměla hlavně péče o přírodu. Hlavním tématem starostí bylo vymírání zejména nižších živočišných druhů, čemuž kromě několika obskurních biologů lidé nevěnovali větší pozornost. Čím dál víc ale chápeme, v jak propojeném světě žijeme: mluví se o efektu motýlích křídel, kdy mávnutí křídla motýla na jedné straně planety způsobí lavinu nebo jiný ohromný efekt na straně druhé. (O tom se budeme přesvědčovat v průběhu našeho ekologického programu.) A důsledkem téhle skutečnosti je, že se problémy z jedné teritoriální oblasti přelévají jinam, ale také že způsobují problémy v jiné oblasti. Tedy: svět je propojen – příroda všude na světě, lidi a příroda i lidi všude na světě.

Následující pasáž je psána nepozorným amatérem, a tedy i kategorizace jsou víceméně náhodné a tvrzení spíš nejistá.

- A) V přírodě se náš životní styl projevuje vysokou spotřebou neobnovitelných zdrojů, zejména ropy. To způsobuje tzv. skleníkový efekt, jehož důsledkem je oteplování Země. To dál působí katastrofickou situaci v různých oblastech (všichni známe srdceryvné fotografie ledních medvědů na plovoucí kře, která se odlomila od dosud pevného ledovce). Jsme svědky vymírání některých živočišných druhů, čehož dopad tak úplně neznáme, ale lze předpokládat, že se projeví. Hlavně ale se větší a větší oblasti (zejm. v Africe) stávají neobyvatelné, což tlačí na místní obyvatele, aby hledali život jinde.
- B) Spotřebováváme zdroje, které se nacházejí jinde, a tak neneseme následky v podobě např. sociálních nepokojů. Má se za to, že od r. 1980 byla asi ¼ světových konfliktů způsobena ekologickou krizí. Kupř. kvůli nerostům do mobilů už v Kongu trvá dekády válka (lze vidět v dokumentárním filmu *Krev v mobilech*), během níž bylo zabito 5 mil. lidí. Podobně je to s naftou v Nigérii. Zejména chudé země jsou křehké na to, aby tam kvůli nalezištím vznikaly – jenně řečeno – sociální tenze. Ty mohou vést k migracím (= ona armáda na hranicích).
- C) Jako bohatí spotřebitelé máme ve svých rukou delší konec provazu ve vyjednávání o cenách, a tedy zase společenskou situaci jinde, o podobě životů lidí daleko od nás. Někdy stojí za to se zamyslet, jestli není divné, že kilo kávy stojí kolem dvou stovek, tedy přibližně hodinovou mzdu. Zkusme si představit, kolik práce věnují pěstování, sběru bobů, jejich pražení... a přidejme náklady na balení a transport. Pěstitelé v Etiopii nebo Thajsku to určitě za hodinu nemají. Nebo se podívejte na dokument *Co se nenesí* o výrobě džínů v Bangladéši.

Teď se na tuhle skutečnost podívejme z perspektivy křesťanů. Je zábavné, když křesťan říká, že ho nezajímá ekologie, ale trápí se rozdílem řečneme mezi Pavlovým a Petrovým pojetím spásy, protože:

Péče o svět je to úplně první, co Bůh člověku svěřuje: Gn 1, 26. Člověk má panovat (vládnout). Tenhle úkol je naprosto zásadní. Člověk si to ovšem po celá tisíciletí vykládal tak, jako mnozí dnešní politici: že to má být

výhradně k jeho individuálnímu prospěchu. Jenže jak říkají i ateisté: není plán B, není Země B. Ona vláda musí být ku prospěchu všech.

A taky je to úkol hodně náročný: však je taky svěřen člověku, který se má podobat Bohu. Gn 2, 15: že totiž máme svěřené obdělávat (tedy přičiňovat se o růst...) a střežit, chránit. To se nám evidentně nedaří (což, předpokládám, bude ilustrovat Petr). Jak píše papež František (2015): „Kvůli nám tisíce tvorů už Bohu nevzdají slávu svou existencí, ani nám nebudou moci předat svoje poselství. Na to nemáme právo.“ A tady je prostor pro pokání, k němuž se za chvíli vrátíme.

Co máme dělat?

Stejně jako ve Skutcích na tutéž otázku je odpověď Obrátte/obratme se! Změňme svoje smýšlení i jednání, a především si uvědomme, že to, co děláme, má globální důsledky pro životní prostředí i jiné lidi, možná 20 tisíc km daleko – a možná, že právě oni za chvíli zaklepoú na naše dveře – nebo je vyrazí. A nebylo by divu.

Připravila Zuzana Jurková

Čekání na šaty

1. Petrův 3, 3: Pro vás se nehodí vnější ozdoba – spletat si vlasy, ověšovat se zlatem, střídat oděvy.

Rychlá a levná výroba oblečení

Pomalá móda je reakcí na módu rychlou, takzvanou fast fashion. Lidé si kupují a vyhazují obrovské množství oblečení. Málokdo uvažuje nad tím, odkud pochází jeho tričko nebo jak je možné, že stojí 200 korun, když k němu přiletělo z druhé půlky zeměkoule. Rychlá však není jen naše spotřeba, ale i výroba. Elizabeth Cline ve své knize Overdressed: The Shockingly High Cost of Cheap Fashion uvádí příklad Zary. Tento obchod produkuje novou kolekci každé dva týdny, do 1 600 obchodů v 58 státech. Každé dva týdny se obmění kolekce v obchodech, za dva týdny už je oblečení zastaralé. Myslím, že nejsem sama, kdo má problém, když shání konkrétní kus oblečení. Člověk vejde do obchodu a zjistí, že mají jen to, co se zrovna nosí. Několikrát jsem šla do obchodu a zjistila, že na všem jsou volány. Jakoby člověk nemohl potřebovat něco jiného. Tato prodejní strategie se nás snaží hnát do obchodu co nejčastěji, protože, když si zrovna teď svestr nekoupíme, za týden už tam nebude. Co je však pro mě ještě horší, je kvalita. Nízká gramáž látek, stehy, které se po pár praních rozpadnou, objevují se díry. Proto se i u módy mluví o plánované výrobě v nižší kvalitě (planned obsolescence), abychom si museli co nejdříve koupit nové šaty.

A proč to vlastně vadí? Kromě zatížení životního prostředí, o kterém se dočtete níže, je tlak na co nejrychlejší střihy a nejlevnější výrobu. A nejvíce se ušetří na práci v rozvojových zemích. V různých studiích jsem četla, že cena práce (včetně sběru, tkaní, barvení, šití) z ceny trička odpovídá 0,5 až 4 procentům. Je pochopitelné, že velké firmy využívají této levné práce, co pochopitelné není, je zneužívání lidských práv. Pracovní podmínky v továrně v Bangladéši, která šije oděvy na zakázku i pro známé oděvní značky, popsala britská publicistka Anita Roddick: „Ženy pracují od osmi hodin ráno do deseti večer, sedm dní v týdnu. Za poslední čtyři měsíce si mohly vybrat volno jen na jediný den. Jedna dívka přišije jednu kapsu za 36 sekund, to dělá 100 přišitých kapes za hodinu, 1 150 kapes za dvanáctihodinovou směnu... Před odesláním zakázky musejí ženy pracovat od osmi ráno do tří hodin v noci, potom několik hodin spí na podlaze mezi šicími stroji. V sedm hodin ráno je probudí hlídač a směna začíná znovu. Dostávají 6 pencí na hodinu...“ U nás jsme robotu zrušili, ale vesele si ji pěstujeme v Asii (mezi největší producenty textilu a oblečení patří Čína, Indie, Pákistán a Bangladéš).

Otázka je, jak toto může ovlivnit běžný spotřebitel. Především ho může zajímat, odkud oblečení pochází a zda oděvní firma má nějaké etické standardy. V neposlední řadě je možné, že nošení chemicky ošetřených látek ničí naše zdraví, sama jsem však o tom ještě nic nezjistila.

Materiály a jejich dopad na životní prostředí

Přírodní – bavlna, len, konopí, hedvábí, vlna

Bavlna mě hodně překvapila. Spotřebuje obrovské množství vody, na jedno bavlněné tričko je jí potřeba 2 650 litrů, to je nejvíce z textilních látek vůbec. Navíc je bavlník rostlina vyžadující velkou péči, kterou si pěstitelé usnadňují chemií. Na 4 % obdělávané zemědělské půdy, které z celé světové plochy bavlna zaujímá, padne víc než 10 % světové spotřeby pesticidů a téměř 25 % světové spotřeby insekticidů. Příkladem nešetného pěstování bavlny je Aralské jezero. Roku 1954 byly odkloněny přítoky jezera – řeky Amudarja a Syrdarja – na bavlníková pole. Dnes již jezero téměř neexistuje a kolem něj vzniká solná poušť, která ničí i ona bavlníková pole. Rozhodně bych tedy byla pro to, abychom bavlněnými tričky neplývali, nejsou vůbec obyčejná. A když už je kupujeme, doporučuji biobavlnu (organic cotton), která nezatěžuje životní prostředí (až o 90 % méně) a navíc je příjemnější na omak. Já jsem díky ní pochopila přirovnání „být jako v bavlnce“. Jelikož výrobcům biobavlny záleží na ochraně přírody, využívají také většinou neškodlivá barviva. Výhoda bavlny a obecně i všech přírodních materiálů je, že

když je nechceme, jsou do roka rozložené a můžou se na nich pěstovat nová trička. To se o umělých látkách zdaleka nedá říct.

Další přírodní materiály nejsou celkem problematické (pokud nejste vegan) – **len, konopí, hedvábí i vlna** jsou skvělým základem šatníku. Znovu populárním se stává len, který vyžaduje pětikrát méně pesticidů a dvakrát méně vody než bavlna. Jeho vlákna jsou téměř hladká, takže na nich tolik neulpívá špína a pohlcují vlhkost.

Polosyntetické materiály – tencel, viskóza, bambus, modal

Hitem etické módy je lyocell, též prodáváný pod registrovanou značkou **Tencel**. Tencel se vyrábí z eukalyptu, který není potřeba zavlažovat a rychle roste i na okrajových místech. Mezi polosyntetické materiály dále patří **viskóza**. Viskóza se vyrábí podobně jako umělá vlákna (protlačováním tekuté hmoty tryskami), ale základní surovina je čistě přírodní – celulóza získaná ze dřeva nebo z bavlny. Viskóza má svá plus jako přírodní obnovitelná látka, ale i minus, protože se pro ni kácí stromy a chemicky se zpracovávají. Chemicky tvořená vlákna nemají tak dlouhou životnost jako vlákna čistě přírodní. Speciálními, trochu více ekologickými variantami viskózy jsou **bambusová viskóza** a **modal**. Bambus roste velmi rychle a působí antibakteriálně. Modal je vlákno vyrobené z bukového dřeva, jeho výroba sice vyžaduje chemické procesy, je však z 95 % recyklovatelný. U nás prodávají modal především obchody s etickou módou, které mají certifikované dodavatele (nejčastější je Lenzig modal), kteří mají udržitelné bukové plantáže. Modal drží pevně barvivo, je lehce lesklý a příliš se nemačká. Je vhodnou látkou i pro sportovní oblečení, pojme až o 50 % více vlhkosti než bavlna.

Umělé – polyester, polyamid (=nylon), elastan, akryl

Jedním z nejpoužívanějších materiálů dneška je **polyester**, jeho spotřeba neustále roste. Tloušťka, jemnost, pružnost, toho všeho lze snadno docílit. Běžně používaný polyester však často funguje jako skleník, kvůli tomu, že nenasákne žádnou vlhkost (a nemusí jí propouštět), se v něm mnohem více potíme. Výjimkou je pak funkční oblečení, které je speciálně navrženo, aby vlhkost odvádělo. Jedná se v podstatě o plast, je možné jej vyrábět recyklací z plastových lahví. Ekologický však zdaleka není. Nejen že je jeho výroba cca 13krát energeticky náročnější než produkce bavlny. Na barvení polyesteru jsou potřeba jedovaté barvy, které se uvolňují do odpadních vod. Práním se vlákna polyesterů ničí a uvolňují mikročástice, které nejsou čističky odpadních vod schopny zadržet, a v oceánu pak tvoří plující mraky odpadu. Co však je podle mě na polyesteru nejhorší, že se rozkládá 200 let. Takže příští generace nám mohou poděkovat za obří skládky triček, kolem kterých budou ještě dlouho chodit.

Mezi další umělé materiály patří polyamid (=nylon), elastan a akryl (náhražka vlny). Plastové látky mají různé výhody, především v pružnosti. Nevýhody jsou podobné jako u polyesteru: elektrizují, absorbují pachy, při jejich výrobě se uvolňuje velké množství CO₂.

Jak se oblékat rozumně

Nakupovat málo. To je celá odpověď, pokud vám to stačí. Jenže jak?

1. Udělejte si pořádek ve skříni. Zjistíte, co skutečně nosíte a kolik věcí máte. Každý potřebuje jiné oblečení vzhledem k povolání, uvádí se však, že k běžnému nošení si jedinec vystačí s třiceti kousky oblečení. Také je možné, že objevíte, co konkrétně vám schází. Třeba máte spousty svetrů, ale ani jednu mikinu, a máte tak stále pocit, že nemáte co na sebe. Pokud chcete být trendy, říkejte svým přátelům, že si tvoříte capsule wardrobe (kapsle šatník). Tedy šatník, který se skládá z několika málo kousků, které jsou všechny pěkné, kvalitní a je možné je navzájem kombinovat. Což nás přivádí k druhému bodu.

2. Zjistěte svůj styl. Proč je to důležité? Budete vědět, „kým jste“ v oblékání. Bude pro vás snadné odmítnat nabídky z akčních letáků s novou módou, která by se vám dlouhodobě nelíbila. Pustíte druhým uchem ven dobře míněné rady známých, kteří si myslí, že ví, jak byste se měli oblékat. Rozhlédněte se okolo, co se vám líbí, jaké obrázky a barvy se vám líbí? Pak postupně začnete mít plný šatník krásných věcí, přestože jich tam nebude početně tolik jako dnes.

3. Šetřete. Když už víte, co potřebujete a jak to má vypadat, zamyslete se nad cenou a kvalitou. Nekupte první věc, která se blíží vašim představám. Já jsem neměla zimní kabát do letošního ledna. Byla mi tedy občas fakt zima, ale nechtěla jsem kupovat jen něco na jednu sezónu. Raději jsem počkala, až budu mít peníze (a budou slevy ☺), a teď jsem opravdu spokojená. V pomalé módě se spíše než nad pořizovací cenou přemýšlí nad cenou za nošení. Kvalitní látka má vyšší gramáž, je tkaná hustěji či ve větší vrstvě a váží tedy víc, má pevné stehy a nikde z ní nekoukají nitky. Čím více látka vydrží a vám se oblečení líbí, tím spíše jej budete nosit. Když si koupíte šortky za tisíc korun, ale vezmete si je stokrát, cena za jedno nošení je jen deset korun.

4. Dobře se o oblečení starejte. Podle Veroniky Solisové, která se touto problematikou dlouhodobě zabývala v rámci projektu na snížení uhlíkové stopy (ekofashion.cz), může mít naše péče o oblečení až 50 % podíl na negativních dopadech textilu. Jde především o množství energie spotřebované pračkou, sušičkou či žehličkou, ale tato problematika zahrnuje i chemické znečištění odpadních vod. Autorka doporučuje sušit na vzduchu a prát a žehlit v rozumné míře.

5. Nevyhazujte oblečení do popelnice na směsný odpad. Při rozkladu oblečení se tvoří metan, amoniak a skleníkové plyny. Většinu textilních látek je naštěstí možné znovu použít či recyklovat. Proto jsou popelnice na textil stále rozšířenější.

Pár biblických veršů na závěr:

Prísloví – Žena statečná

31, 22 Zhotovuje si přikrývky. Z jemného plátna a šarlatu je její oděv.

31, 25 Síla a důstojnost je jejím šatem, s úsměvem hledí vstříc příštím dnům.

31, 30 Klamavá je líbeznost, pomíjívá krása, žena, jenž se bojí Hospodina, dojde chvály.

A pro muže to platí taky!

Připravila Alžběta Kubrová

Církev jako instituce a Církev Boží

Otázky:

- Co je to církev?
- Potřebujeme církev jako instituci?
- Proč jsem věřícím?
- Má mít církev politickou moc?
- Je možné být věřícím, ale být mimo církev?
- Proč jsem členem církve?

I. Počátek církve

V Novém zákoně se pro církev používá výraz *ekklesia*, což v překladu vychází ze slova *povolán, povolání*.

Můžeme říci, že v tomto kontextu církev jsou lidé, kteří byli povoláni Kristem / Bohem / Duchem svatým z tohoto světa, aby mu náleželi. *Ekklesia* odpovídá hebrejskému výrazu *kahal* – být povolán, být povolán dohromady. Další význam obou slov je **shromáždění** (*kahal jahve Dt 16, 3, kahal izrael Dt 31, 30*). *Ekklesia* v běžné soudobé řečtině označovala **shromáždění lidu v politickém slova smyslu** (např. shromáždění svobodných Atéňanů). V Novém zákoně *ekklesia* označuje **shromáždění věřících, kteří byli povoláni/přijali povolání Kristem**.

Odkdy lze datovat první křesťanskou církev? Často je to spojováno s událostí Letnic (*Sk 2, 37–47*). Nicméně lze říci, že prvotní křesťanská církev má svůj počátek již s povoláním učedníků Ježíšem. V *Mk 1, 16* a dále Ježíš povolává své učedníky – zárodek/předvoj křesťanské církve.

Podívejme se na tyto první křesťany:

1. z různých sociálních vrstev
 - různé vzdělání
 - různé majetkové poměry
 - různé náboženské zkušenosti
 - pokud bereme širší skupinu učedníků, byly tam i ženy
 - ALE byli schopni existovat a fungovat vedle sebe, i když byli velice rozdílní (**jednota v rozdílnosti**) – **Máte s tímto postojem své zkušenosti?**
2. **Ježíš se jim nesnažil vstřípnit základní vyznání víry** (jak to často dělala a dělá křesťanská církev nebo židé). Zásadní zpráva Ježíše byla: **Naplnil se čas, přiblížilo se království Boží. Čiňte pokání a věřte evangelium.** *Mk 1, 15* Co je centrem této základní zprávy?
 - o Pánu Bohu záleží na každém člověku.
 - o Biblický text: *K Ježíšovi přistoupil jeden ze zákoníků, který slyšel jejich rozhovor a shledal, že jim dobře odpověděl. Zeptal se ho: "Které přikázání je první ze všech?" Ježíš odpověděl: "První je toto: 'Slyš, Izraeli, Hospodin, Bůh náš, jest jediný pán; miluj Hospodina, Boha svého, z celého svého srdce, z celé své duše, z celé své mysli a z celé své síly!' Druhé je toto: 'Miluj svého bližního jako sám sebe!' Většího přikázání nad tato dvě není."* *Mk 12, 28–31* „Milovat“ Boha znamená „milovat“ bližního, jinými slovy – přijmout povolání Kristem se odráží v zájmu o lidi okolo nás, v zájmu o celé Boží stvoření a v aktivitách, které z tohoto zájmu vycházejí.

II. Boží církev

2. 1 **1/ My, kteří jsme přijali povolání Bohem, jsme církev.** Kdykoliv se křesťané setkají spolu, tak je to církev. *Kdekoliv se sejdou dva nebo tři, tam já jsem uprostřed nich. Mt 18, 20.* Je to výsada, ale i závazek.
2/ Církev není budova! Měli bychom být rádi, že máme „duchovní domov“. Ale aktivita církve by měla jít za hranice církevních zdí (budova jako nástroj služby).

3/ Bůh stvořil církev (dal k ní podnět). Není to prvotně aktivita apoštolů, kněží, biskupů, kazatelů, ale základní impulz přišel z Boží strany. Máme výsadu osobního kontaktu s Bohem (ne zprostředkovaný vztah, jak to chápou některé církve).

Podklady: *Christian Doctrine, Shirley G. Guthrie, Jr.*

Boží církev je na jedné straně Boží aktivita, ale na druhé straně naše aktivní odpověď. **Co je důvod, že jste se stali křesťany?**

2. 2. **Církev jako instituce a Církev Boží** (dvě teorie, které se snaží vysvětlit různé denominace)

1/ Teorie neviditelné církve: I když jsou církve různé, tak je zde jedna neviditelná, duchovní církev. Projevy darů Ducha svatého jako znak fungující Boží/institucionální církve (nebo i jednotlivých sborů); *Ga 5, 22–25*

2/ Teorie církve jako „různé větve stejného stromu“: církve vyrůstají z jednoho „kmene“, mají stejný základ, kterým je Kristus, ale odlišují se jako „větve na jednom stromu“; *1. K 12, 12 a dále, 27.*

III. Církev a politická moc

Konstantin (římský císař, 306–337) přijal křesťanství, zastavil pronásledování křesťanů, ale postupně se církev propojila s politickou mocí a to se stalo normativem života společnosti. Není to pouze příklad katolické církve, např. Ulrich Zwingli (švýcarský reformátor, 1484–1531) a Anabaptisté (z rozhodnutí rady města a se souhlasem Zwingliho byli mnozí utopeni v řece Limmat v Curychu) – církev jako nástroj politické moci. Ale také např. pravicovní konzervativní křesťanští fundamentalisté v USA, kteří lobbovali za zvolení Donalda Trumpa prezidentem USA. **Co si myslíte o odluce církve a státu? Jak má církev správně fungovat v rámci společnosti?**

Konstantinova změna náboženské politiky římské říše měla zásadní význam nejen pro křesťanství, ale i pro historii pozdní antiky a evropské civilizace vůbec. V roce 312 zvítězil v bitvě u Milvijského mostu, k čemuž mu měl podle filozofů Lactantia a Eusebia dopomoci křesťanský Bůh. Poté v roce 313 vydal Edikt milánský, jímž ukončil pronásledování křesťanů a zaručil náboženskou svobodu všem obyvatelům říše. V dalších letech své vlády Konstantin křesťanství všestranně podporoval a v roce 325 svolal do města Nikaia první ekumenický koncil (odmítnutí arianismu, Syn je z Otcovy podstaty). Křesťané ho za tyto jeho skutky obdařili přívlastkem „Veliký“.

IV. Církev a spasení

Reformisté byli přesvědčeni, že mimo církev není spasení (např. Luther)

Grace Davieová (současná německá socioložka, která popisuje trend v západní Evropě):

- **Believing without belonging** – věřit bez instituční příslušnosti: lidé se nechtějí vázat (v církvi, v manželství, v práci, atd.)

Tomáš Halík (velice trefná reakce na její vyjádření):

- **Belonging without believing** – církevní příslušnost bez víry: tradiční církve mají hodně neaktivních/nevěřících členů

Je možná živá víra bez aktivní církevní/instituční příslušnosti?

Příslušnost k církvi/sboru (vlastní zkušenost):

- Jistota / místo bezpečí, vzájemná podpora
- dobrovolné omezení (v co máme věřit, co je dobré, co ne), které je motivováno úctou jeden vůči druhému
- výsada (milost), ale i závazek (zodpovědnost)

Připravil Samuel Gallat

Křesťan a zdraví

Biblický pohled

Předpokladem zdraví je žít moudře, tj. s bázní před Hospodinem, odvrátit se od zlého, věnovat se Božimu slovu

- *Nebud' moudrý sám u sebe, boj se Hospodina, od zlého se odvráť. To dá tvému tělu zdraví a svěžest tvým kostem. Př 3, 7–8*
- *Můj synu, věnuj pozornost mým slovům, k mým výrokům nakloň ucho. Ať nesejdou ti z očí, stráž je v hloubi srdce. Dají život těm, kteří je nalézají, a zdraví celému jejich tělu. Př 4, 20–22*

- *Ale vám, kdo se bojíte mého jména, vzejde slunce spravedlnosti se zdravím na paprscích. Mal 3, 20a*

Zdraví je komplexní stav – zahrnuje oblast tělesnou, duševní i duchovní

- *A Ježíš prospíval na duchu i na těle a byl milý Bohu i lidem. Lk 2, 52*
- *Radostné srdce hojí rány, kdežto ubitý duch vysušuje kosti. Př 17, 22*

Pozn.: Biblické pojetí zdraví dobře vystihuje pojem ŠALOM – tělesná pohoda, vyváženost, bezpečí – oblast fyzická, duševní, duchovní, sociální.

Určitá nezávislost duševního zdraví na těle

- *Modlím se za tebe, milovaný, aby se ti ve všem dobře dařilo a abys byl zdrav – tak jako se dobře daří tvé duši. 3 J, 2*

Uzdravování – výběr textů:

- *Ježíš přišel uzdravit nemocné a hříšníky (Mt 9, 11–13, Mk 2, 17)*
- *Zatvrzelá srdce nebudou uzdravena (Mt 13, 14–16)*
- *Uzdravení pro svědectví (Mt 15, 29–31)*
- *Předpokladem uzdravení je víra (Lk 18, 35–43)*

Prakticky – výtah z knihy

ZANDLER, Martin. Křesťan a zdraví: hledání křesťanské cesty ke zdraví. Svitavy: Trinitas, 2004.

Info z obálky knihy (kráceno): MUDr. Ing. Martin František Zandler se narodil v roce 1969 v Litomyšli.

Vystudoval ČVUT v Praze. Při výkonu civilní služby v nemocnici se rozhodl pro studium medicíny. Působí jako neurolog v Jindřichově Hradci.

Zdraví není pro křesťana nejvyšší hodnotou, ale darem umožňujícím službu. Je třeba se o ně starat, ale nelpět na něm příliš (jsou hodnoty, za které stojí zdraví, případně i život obětovat). Cílem není dokonale fungující tělo, ale pokorné přijetí nevyhnutelné bolesti a slabosti (jsme „klopýtající poutníci do Božího království“).

Vliv víry na zdraví – kladný (méně riskantní životní styl, sociální vliv společenství, sebehodnocení na základě jistoty, že jsem Boží dítě, zvládnání problémů pomocí modlitby, Božího slova, zvládnání emocí s vědomím Božího odpuštění i nutnosti odpouštět druhým, důvěra v Boží pomoc při uzdravení, v Boží milosrdenství v nemoci).

Konkrétní oblasti:

Životospráva – někdy u křesťanů důraz na duši a opomíjení fyzické stránky; v Bibli tak není, ta vede k zodpovědnosti k tělu jako chrámu Božímu, mezi duchovním životem a životosprávou je souvislost, zdraví je Boží dar, máme o ně pečovat.

Tři příčiny nemoci, jimž je možno se vyhnout: kouření, alkohol, obezita. Někdy je se zlovykem těžké bojovat, ale víra může pomoci.

Životospráva nezahrnuje pouze vyhýbání se škodlivinám, ale také radost, „pěstování“ zdraví. Sama životospráva dokonalé zdraví nezaručí. „Důležitý je humor, laskavá radost ze života, pokojná snaha o dodržování křesťanské životosprávy a milosrdné posuzování vlastních prohřešků proti zdravému stylu.“ (cit.)

Biblické texty:

- *Proti nestřídmosti, opilství, trápení se starostmi o živobytí (Lk 21, 34)*
- *Jídlo a pití ke slávě Boží (1 K 10, 31)*

Péče o životní prostředí – děláme, co je v našich silách

Výživa – důkřvdání i za méně zdravý pokrm prospěšnější než zdravější jídlo a strach; oblast vegetariánství; půst s pokorou, láskou, pokojnou a radostnou myslí

Práce – v současnosti velká míra svobody, možnost uplatnění hřiven

Pohyb – i ten může být modlitbou

Odpočinek – rovina duchovní (svěcení neděle), duševní (koničky, přátelé)

Sexualita – je darem, potřeba přijetí vlastní sexuality, ať už žijeme v jakémkoli postavení; ani nevázanost, ani potlačení

Péče o duši – proti stresu; pěstování vztahů, humor, radost; význam smutku, který má hlubší kořeny a smysl; duševní hygiena (večerní modlitba)

Duchovní život – modlitba, četba Bible, bohoslužby, svátosti (společenství)

Připravila Pavla Vlková