



# Manželství bez mýtů



---

## **Slovo úvodem**

Milí přátelé, dovoluji vám, abych vás přizval k malému zamyšlení nad tematikou, kterou pro letošní Národní týden manželství zvolili jeho koordinátoři. Tiskovou zprávou vydanou k této příležitosti bych rád otevřel několik zamyšlení na dané téma. Jejich autory jsou lidé, kteří se dlouhodobě věnují problematice manželských vztahů. Dovolte mi, abych jim tímto poděkoval za jejich spolupráci a vám čtenářům popřál užitek z myšlenek, které pro nás připravili.

**Mgr. Radomír Jonczy**

## Tisková zpráva

Kromě mýtu, že manželstvím končí dobrý sex a že vás dále čeká jen větší a větší nuda, obestírá manželství nespočet moderních mýtů. *Sňatek je jediný doživotní trest, kde vám nepomůže dobré chování. Manželství není loterie, v té se aspoň někdy vyhrává. I ženatý může být šťastný. Jen se to nesmí dovědět manželka. Manželství je přechod od slova smět ke slovu muset.*

Kdo z nás neslyšel bezpočet podobných vtipů a narážek o manželství, které jako by naznačovaly, že sňatkem končí veškerá romantika, zábava, zájem o druhého, štěstí, svoboda atd. Ale není to všechno trochu jinak?

Již dvanáctý ročník Národního týdne manželství, největší iniciativy na podporu manželství v ČR, proto ponese motto „Manželství bez mýtů“ a pokusí se odpovědět na nejvíce omílané mýty o manželství. NTM proběhne již tradičně v týdnu sv. Valentina od 12. do 18. února 2018. Na zahajovací tiskové konferenci opět vystoupí zástupci odborné veřejnosti, politiků, duchovních i další osobnosti, pro které je manželství stále jednou z největších hodnot v životě.

„Manželství je na jedné straně opředeno mnoha přehnaně romantickými představami a na druhé straně je terčem cynismu, jenž vyvěrá ze zranění a zklamání, které přináší každý dlouhodobý vztah. Mnoho lidí vstupuje do manželství s nereálnými představami a očekáváními od svých partnerů, jež není v lidských silách naplnit. Jiní lidé se zase děsí dlouhodobého manželského svazku, protože uvěřili mýtům, které zveličují to, co v manželství stojí hodně energie a úsilí, aniž by ale ukázaly na krásu a hloubku, které tento nejintimnější vztah přináší. Každé dobré manželství chce mnohem víc než lásku,“ řekl koordinátor NTM Petr Adame.

NTM je skvělou příležitostí, kdy se páry mohou inspirovat, jak ze svého dobrého manželství udělat ještě lepší. Nebo, pokud je to třeba, obnovit to, co se časem ze vztahu vytratilo. Je iniciativou, která spojuje celou škálu organizací, jednotlivců, odborníků, měst i církví, jejichž zásluhou byly již v minulých letech na oslavu manželství a pro jeho podporu zorganizovány stovky akcí po celé České republice.

Více informací o kampani a akcích je možné nalézt na stránkách [www.tydenmanzelstvi.cz](http://www.tydenmanzelstvi.cz) a [www.facebook.com/tydenmanzelstvi](http://www.facebook.com/tydenmanzelstvi).

---

## **Historie Národního týdne manželství**

Národní týden manželství vznikl v roce 1996 ve Velké Británii, v roce 2007 se poprvé konal v ČR a v současné době se připravuje ve více než dvaceti dalších zemích světa. Cílem akce je posílit vztahy v manželství a zvýraznit potřebu zabývat se otázkou vztahových dovedností jako předpokladů dobrého manželství a též motivovat laickou a odbornou veřejnost, média i veřejně známé osobnosti, aby alespoň jednou za rok podpořily důležitost manželství. Kromě České republiky se k iniciativě připojily další země, např. Austrálie, Belgie, Irská republika, Maďarsko, Německo, Nizozemí, Rumunsko, Slovensko, Severní Irsko, Švýcarsko, Polsko a USA. Partnery NTM v ČR jsou Síť mateřských center, Společnost pro podporu rodiny, Etické fórum ČR, Asociace manželských poradců, nakladatelství Návrat domů, ACET, Českomoravská asociace Klubů dvojčat a vícerčat, Asociace center pro rodinu a další organizace. Svou podporu iniciativě vyjádřila i Česká evangelikální aliance a Ekumenická rada církví.

### **Kontakt:**

Petr Adame

*koordinátor NTM*

TEL.: 605 874 765

E-MAIL: [adame@tydenmanzelstvi.cz](mailto:adame@tydenmanzelstvi.cz)



*Mýtus*

# Hádky ničí manželství

„My jsme se nikdy nehádali a jsme spolu už čtyřicet let, máme dospělého syna, který s námi pořád bydlí, ale už má známost, tak se těšíme, že budeme mít i vnoučka, vid', Fanouši...“ říká korpulentní dáma ve středních letech. Vedle ní sedí hubený muž, nepřítomně hledí na druhou stranu místnosti na docela povedenou reprodukci obrazu Moneta a očividně svoji ženu nevnímá. Ani jí nevadí, že nic neříká, a spokojeně pokračuje: „To sousedi mají italskou domácnost, pořád se přes den hádají a křičí, tak bych čekala, že alespoň v noci budou zticha. Ale oni to dělají tak nahlas, že se slušní lidi nemůžou klidně vyspat. To my s Fanoušem už jsme si dávno řekli, že budeme mít klid, a jeden druhého prostě s takovýma blbostma neobtěžujeme.“

Pro někoho možná vzor příkladného manželství bez hádek a konfliktů, paní Erna má všechno pod kontrolou a František ve své pasivitě vypadá, že mu nic neschází. Občas přikyvuje, a když zrovna něco pronikne k jeho sluchu, tak dokonce souhlasně výpověď manželky potvrdí.

Jak to tedy je s výměnou názorů za doprovod našich emocí? Patří do šťastného manželského soužití, nebo mají destruktivní vliv? Je pravdou, že hádky ničí manželství, anebo je to mýtus, který už je moderní psychologií překonaný? Může konfrontace rozdílných postojů manžele sblížovat, anebo je naopak postupně rozděluje a vede k jejich odcizení?

Téměř každý z nás zažil ten smíšený pocit majestátní hrůzy a fascinující podívané, když se náhle ocitl uprostřed bouřky. Jdete si klidně letní krajinou a najednou si uvědomíte, že je všude naprosté ticho. Ptáci zmlkli, v dáli ustalo štěkáání psa a všude kolem vás se rozhostí zlověstné ticho, ten pověstný klid před bouří. Do toho vám načechrá vlasy jemný vánek, který sílí a s každou minutou roste, až se promění v prudký víchr. Listí a suchá tráva létají vzduchem, obloha potemní – a pak to začne. Když si představuji tuto scénu, v duchu slyším Vivaldiho smyčce, které v partituře z „léta“ dokonale představují tento dramatický zážitek.

Blesky křížují oblohu za dunivého zvuku hromů, do toho z temných mraků ve stříbrných šňůrách šlehá déšť do vyprahlé půdy rozpraskané suchem. Během několika minut na vás nezůstane nit suchá. Scéna vypadá hrozně. Vyvolává strach, a když jsme přímo v ní, proletí nám hlavou otázka: „Kdy a jak to asi skončí?“ Hledáme úkryt, abychom to přežili, víme, že v otevřené krajině nebo pod vysokým stromem to není vůbec bezpečné. Pokud jsme v přírodě, musíme zapojit rozum,

abychom se nevystavili ohrožení života. Drama s sebou často přináší nečekané změny, nic není dané předem. Po nějakém čase se vítr utiší, obloha se rozjasní, a když dopadnou poslední kapky, krajina prudce zavoní ozónem. Všemmu živému se najednou lehčeji dýchá.

Ticho před bouří a nepříjemné dusno přináší do manželského soužití tichá domácnost. Problémy ve vztahu a potažmo v rodině se neřeší, dělá se, jako by to všechno bylo v pořádku, ale manželé nebo partneři se ani nebaví. Urazili se, tak si přece nebudou ničit své manželství hádkou. Raději čekají, jestli náhodou ten druhý „nepřileze“, a pak dá „vítěz“ poraženému najevo, že ten, kdo to vydržel déle, měl přece pravdu. Smutné bývá, že to dělá většinou jeden z páru, zatímco ten druhý se cítí být důležitější, dokonalejší a nikdy se neomlouvá. Většinou to bývá žena, kdo se omluví, ale znám i ženy, pod jejichž důstojnost je někomu se omlouvat a raději odcházejí se vztyčenou hlavou. Napětí ve vztahu pozvolna roste. Problémy se přecházejí a neřeší. Oba si lezou na nervy, ale nikdo nic neřekne. Ten, který se neomlouvá, je stále pevnější a zatvrzelejší, partner na druhé straně se lituje a prožívá trýznivé pocity křivdy a ponížení. Ve vzduchu je cítit pořádné napětí. A to je chvíle jako stvořená pro hádku, pro uvolnění proudu našich emocí.

Hádka mezi manželi musí mít nepsaná, ale jasná pravidla. Jedno z nich, které je velmi důležité, napsal do svého dopisu zhruba před dvěma tisíci lety apoštol Pavel: „*Hněvejte se, a nehřešte; slunce at' nezapadá nad vaším hněvem*“ (Ef 4,26; ČSP). Dovoluji si text mírně parafrázovat: „Hádejte se, ale nehřešte.“ Jak je možné hádat se, ale přitom nehřešit?

Přiléhavou odpověď nabízí první pravidlo z knihy Dona Miguela Ruize „Čtyři dohody“, které zní prostě a naprosto jasně: „Nehřešte slovem“. Slovo má nesmírnou moc, slovem můžeme pohládit, povzbudit, dát podporu, navrhnout řešení a povzbudit chuť něco změnit. Slovem ale můžeme také bodnout, ublížit, těžce druhého poranit, někdy dokonce duševně zmrazit či zabít. Ruiz popisuje hřešení slovem jako plivání jedu na druhého. Ten se otráví a začne plivat jed kolem sebe. Takto otrávení lidé už nejednají sami za sebe, ale jednají jako v transu pod vlivem jedu a šíří otravu kolem sebe. Výsledkem jsou narušené vztahy a následně jejich umírání a rozpadání.

Slovo má obrovský potenciál. Skrývá se v něm síla jako v atomovém jádru. Jeho energie dokáže rozsvítit svojí energií celá města, anebo je i s jejich obyvateli úplně vyhladit. Čistota slova nás a naše vztahy osvobozuje od napětí, špatných pocitů a pochybností. Zneužívání slova nás naopak zotročuje, pustoší vzájemné vztahy a přináší zkázu. Skrže slovo projevujeme sebe sama, vyjadřujeme se, tvoříme události svého života a života svého partnera.



Slovo dokáže působit jako zaklínadlo a z nás se stanou kouzelníci, kteří zlověstně prorokují a bezmyšlenkovitě zaklínají svého partnera: „Jsi úplně nemožný a neschopný. Pokud to neuděláš přesně tak, jak ti to celou dobu říkám, zničíš celou naši rodinu!“ Zaséváme do druhého semena pochybností, ze kterých poté vyklíčí úzkost nebo konkrétní strach. Slovo používáme proti sobě i proti druhým k šíření svého citového jedu. Zneužíváme ho k vyjádření hněvu, nenávisti, žárlivosti, závisti, k vyčítání, obviňování, nadávání, urážení a ponižování.

Můžeme se tedy pohádat, ale přitom nehřešit slovem? Určitě, jen se nesmíme nechat zcela unést svými emocemi. A je také nutné zapojit šedou kůru mozkovou. Rozum musí být v rovnováze s emocemi. Budeme to mít vždycky snazší, pokud náš partnerský vztah bude stát alespoň na **třech pilířích**, kterými jsou láska, úcta a důvěra.

## Láska

Když zmiňuji lásku, nemám na mysli vypočítavou, egocentrickou a žárlivou zamilovanost, ale opravdovou, nesobeckou a vše přející lásku, která na prvním místě hledá prospěch toho, koho člověk celým srdcem miluje. Muž, který miluje svou ženu, přemýšlí, čím by ji potěšil, se zájmem pozoruje, jestli se cítí šťastná, anebo se něčím trápí. Ochotně jí naslouchá, sdílí se s ní, citlivě reaguje na její obavy, dává jí duševní podporu a povzbuzuje ji. Žena opravdově milující svého muže se mu snaží vyjít vstříc ve všem, o čem ví, že to manžel považuje za důležité. Zná jeho potřeby a dělá vše, aby se cítil spokojený. Oba vzájemně znají důležité úkoly a povinnosti, spolupracují na nich a rozdělují si je podle svých schopností i s ohledem na druhého. Povzbuzují jeden druhého k jeho osobnostnímu rozvoji a podporují růst zdravého sebevědomí milovaného. Vytvářejí svými vztahy domov, který je přitažlivým místem, kam se oba rádi vracejí a vzájemně se na sebe těší.

## Úcta

Úcta není poklonkovaním, pochlebováním nebo poniženou poslušností. Vzájemná úcta manželů se projevuje tím, že si jeden druhého váží, rádi mluví o druhém pozitivně a chválí ho. Kdykoli nesouhlasí nebo dokonce mají opačný názor, tak to otevřeně druhému sdělí. Dělalí to ale vždy v soukromí a neshazují ho před jinými lidmi. Volí přitom takový způsob vyjadřování, jakým by se sami chtěli dozvědět

od druhého, v čem se právě mýlí. Když nastane určité názorové zápolení, hádka nebo dokonce slovní souboj, rozhodně k tomu nikdy nepoužívají „zbraně“, o kterých bezpečně vědí, že toho druhého raní. Pokud cítí, že střet názorů je aktuálně neřešitelný, a komunikační napětí je přivádí k zlosti a vzteku, v hádce dále nepokračují. Neprosazují za každou cenu svůj názor. Partnera ani ve vzteku neurážejí a neponižují. Přírovnávání manžela nebo manželky ke zvířatům nebo pohlavním orgánům degraduje nikoli ponižovaného, ale právě agresora. Od verbální agresivity bývá už jen malý krůček k fyzickému násilí, které má ohrozit a zastrašit druhého, podmanit si ho hrubou silou a jednostranně vyhlásit, „kdo je tady pánem, a kdo pouze poddaným“.

## Důvěra

V neposlední řadě se důvěra prakticky projevuje tolerancí a uvolněním dostatečného prostoru pro druhého, aby mohl využít své nadání a rozvíjet své zájmy. Oba jsou však ohleduplní a starají se o to, aby jejich aktivity byly vyvážené, aby druhému nevzali prostor na úkor svého rozvoje. Štěstí druhého je vždy prioritou. Vzájemně o sobě vědí, že mají pevné morální hranice ve své intimitě a že kontakt s jinými osobami jejich vztah neohrožuje. Otevřeně hovoří o všech situacích, které přinášejí v životě pochybnosti. Dokážou si vše vyjasnit, vysvětlit a dokážou se plně spolehnout na ujištění druhého. Pokud někdo tvrdí něco jiného, raději věří svému partnerovi a otevřeně se za něj postaví.

Správné hádání se využívá jako psychoterapeutická technika v párové a manželské terapii. Popsal ho profesor Stanislav Kratochvíl a nazval ho „konstruktivní hádkou“.

## Pravidla konstruktivní hádky:

1. Jen po předběžné dohodě. Je potřeba předem určit místo a čas. Nevhodné před dětmi či rodiči, před příchodem návštěvy nebo odchodem do divadla.
2. Co nejdříve po kritické události.
3. Kdo začíná, má si předem ujasnit, čeho chce dosáhnout. (Je cílem vyřešit problém? Něco změnit? Vypustit páru? Oznámit druhému, jak je neschopný? Nebo něco jiného?)
4. Cílem není porazit druhého, ale společnými silami zvládnout problém.

### 5. Fair play:

- žádné „rány pod pás“ (argumenty nejdou k věci, ale mají partnera zasáhnout na jeho citlivém místě);
- žádné „přitlačení ke zdi“ (vytahování starých odbytých věcí);
- žádné útoky proti osobám či předmětům, které má druhý rád;
- žádné zevšeobecňování (ty vždycky...);
- žádné nepřiměřené prostředky (vyhrožování rozvodem za rozbitý hrnek).

Konstruktivní hádka uvolní ve vztahu napětí, tak jako letní bouře osvěží vzduch po parném a dusném letním dnu. Přinese vláhu, občerství zemi, pročistí vzduch a prononí svým ozónem celou krajinu. Všechno je svěží, všem se lépe dýchá a všichni mají novou chuť do života.

Všichni přesto dobře víme, že i bouřka dokáže bleskem rozetnout staletý dub, zapálit stodolu a dokonce zabít zvíře i člověka. Z tropických krajin jsou známy vichřice, orkány, tajfuny a tornáda, která za sebou nechávají zpustošenou krajinu a mají na svědomí mnoho lidských životů. A to nemluvíme o bouřích na moři, kdy se spojí dva živly a možnost přežití se rapidně snižuje.

Právě tak to může být i s hádkami v manželství. Pokud někdo ve vzteku druhého uráží a ponižuje, nectí žádná pravidla a neovládá se, je vlastně stejný jako nespoutaný živel.

Hádejte se tedy, ale nehřešte slovem. Slunce ať nezapadá nad vašim hněvem. Vzpomeňte si na tři pilíře. Hádejte se, ale nezapomeňte, že před vámi je nejmilovanější člověk vašeho života, že si ho vážíte. Důvěřujte tomu, co vám říká, a přemýšlejte o tom. Pokud se nedokážete domluvit, napište si cíl, ke kterému chcete dojít, a pak si namalujte cestu, jak se k cíli budete moci dostat. Napište si jednotlivé kroky, a pokud bude hodně dlouhá, může se i cesta stát společným cílem.

**PhDr. Jiří Bauer, Ph.D.**

*klinický psycholog a psychoterapeut*

### Použitá literatura:

Bible, ČEP 1980

Kratochvíl S.: Manželská a párová terapie. Portál 2009

Ruiz, D. M.: Čtyři dohody. Pragma 2001

## Mýtus

---

# Muž musí vládnout

*Žeň řekl: „Velice rozmnožím tvé trápení i bolesti v těhotenství, syny budeš rodit v utrpení, budeš dychtit po svém muži, ale on nad tebou bude vládnout.“ (Gn 3,16)*

Původní záměr Hospodina však byl jiný: „*Hospodin Bůh také řekl: „Není dobré, aby člověk byl sám; opatřím mu rovnocennou oporu.“*“ (Gn 2,18; B21) Bůh stvořil muži partnerku, aby mu byla rovnocennou oporou. Žel, do našeho světa přišel hřích a zlo.

Hřích je antisociální – člověk se stává sebestředným, buduje své království, chce, aby ten druhý byl nástrojem pro jeho spokojenost. Muž není nástrojem na to, aby učinil ženu šťastnou – to nejde! Ani naopak. To je jeden z klíčových problémů v manželství – musíme si stanovit, O ČÍ KRÁLOVSTVÍ VLASTNĚ JDE.

Historie lidstva je němým svědkem toho, kolik bolesti a utrpení bylo způsobeno tím, že muži používali ženy k uspokojování svých potřeb – a opačně. Nám má jít o Boží království a jeho spravedlnost – a to ostatní nám bude přidáno.

Hospodin Adamovi a Evě nic nevyčítá, nesoudí. Spíše oznamuje, že lidská existence bude od této chvíle složitá a bolestná, a přichází člověka vytáhnout z bahna. Přímo proklet je had a země. Mužovou úlohou je zabezpečit rodinu. Výsledky, kterých dosáhne, ale nebudou odpovídat námaze, kterou vynaloží. Mzdou mu bude trní a plevel (Gn 3,17–19). To může být osvobozující zjištění. Neúspěch patří k životu, není odrazem lidských kvalit.

Úděl ženy je zmíněn ve dvou aspektech – jako matky a manželky. „*Velice rozmnožím tvé trápení i bolesti těhotenství, syny budeš rodit v utrpení...*“ (Gn 3,16a). Žena je úzce spojena s životem, předně s životem dětí. Zřejmě proto je součástí její existence starost, bolest a trápení. Lidové pořekadlo výstižně vyjadřuje: Trpí-li dítě, maminka trpí dvakrát tolik. Po celý její život.

Hebrejské slovo *dychtění* (hebr. *tšukat*) se ve Starém zákoně objevuje jen třikrát. Tím je dána vnitřní souvislost těchto textů. Co si představit pod pojmem *dychtění*? V Gn 3,16 dychtí žena po muži. Naopak v Písni 7,11 dychtí muž po ženě. Jde tedy o mileneckou touhu projevující se přitažlivostí, proti které není obrany. Dychtění ve vyváženém partnerství je vzájemné, oboustranné. Milenecká touha je dar. Avšak překvapivé je, že stejnou touhu projevuje (podle Hospodina) hřích (omyl) vůči člověku. Jak tomu rozumět? Tak jako nemohou přestat hluboce zamilovaní i milující se lidé po sobě dychtit, nelze se omylům v životě vyhnout. Ovšem všemožná šlápnutí

vedle lze vylučovat soustředěním se na službu dobrem. Biblicky vyjádřeno: jde o to, „chodit po Božích stezkách“. Co je dobré v životě člověka, ví totiž jedině Bůh.

Dvakrát se slovo dychtění objevuje v blízkosti slovesa *vládnout* (Gn 3,16 a Gn 4,7). Co znamená *vládnout*? Ledacos napoví samotné výskyty slovesa. Ve Starém zákoně se lidská vláda pojí s manipulací, zotročováním, násilím. Vládnutí Hospodinovo je jiné – Iz 40,10.11: „*Panovník Hospodin přichází s mocí, jeho paže se ujme vlády. Hle, svoji mzdu má s sebou, u sebe svůj výdělek. Jak pastýř pase své stádo, beránky svou paží shromažďuje, v náruči je nosí, březí ovečky šetrně vede.*“ Vládnout v Hospodinově podání znamená pečovat, projevovat něhu. Ta není slabostí, ale lidskou ctností.

Má-li muž *vládnout ženě*, pak nechť tak činí pod aspektem napodobování Hospodina – ať se o ni stará, pečuje o ni a pomáhá jí. Vládnout ženě znamená získat si ji pozorností, jemností. Je věcí partnerů, v jaké atmosféře jejich soužití probíhá. V obou textech (Gn 3,16; Iz 40,10.11) je společný motiv týkající se nejen „vládnutí“, ale také „těhotenství“. Co to znamená prakticky? Jaká je souvislost? Ve Starém zákoně se nachází ustanovení šestinedělky (Lv 12). Muž se má postarat o ženu. Ta je rozbolavělá po porodu a v nové životní situaci. Muž má zajistit, aby se to v ženě a kolem ní urovnalo, má povinnost vytvořit atmosféru pokoje, ochrany a bezpečí.

Situace si žádá Hospodinův zásah. Jaká je náprava? V Kristu Bůh tvoří nové stvoření! Bůh tvoří nové manželství, aby nepáchlo peklem, ale opět vonělo nebem (2K 5,17).

Ef 5,25–33: „*Muži, milujte své ženy, jako si Kristus zamiloval církev a sám se za ni obětoval, aby ji posvětil a očistil křtem vody a slovem; tak si on sám připravil církev slavnou, bez poskvrny, vrásky a čehokoli podobného, aby byla svatá a bezúhonná.*

*Proto i muži mají milovat své ženy jako své vlastní tělo. Kdo miluje svou ženu, miluje sebe. Nikdo přece nemá v nenávisti své tělo, ale živí je a stará se o ně. Tak i Kristus pečuje o církev; vždyť jsme údy jeho těla. Proto opustí muž otce i matku a připojí se k své manželce, a budou ti dva jedno tělo.*’

*Je to velké tajemství, které vztahují na Krista a na církev. A tak i každý z vás bez výjimky ať miluje svou ženu jako sebe sama a žena ať má před mužem úctu.*“

Matthew Henry (angl. teolog z 18. stol., puritán) zřejmě inspirován Talmudem kdysi napsal: „*Žena nebyla stvořena z mužovy paty, aby po ní šlapal, ani z hlavy, aby mu vládla, ale z boku, který je v blízkosti srdce, aby ji miloval, a pod paží, aby ji chránil.*“

C. S. Lewis napsal: „*Ženina krása je zdrojem radosti jak pro ženu, tak pro muže... Obě milované osoby chápou jeden druhého tak, že vychutnávají vlastní potěšující podstatu.*“

**Petr Adame**

koordinátor NTM, kazatel CASD (sbor Česká Budějovice, Český Krumlov, Vyšší Brod)

## Mýtus

---

# Muž a žena jsou si rovni ve všem

Maria z Nazareta slyší hlas anděla: „Neboj se, Maria, nalezla jsi milost u Boha, počneš a porodíš syna...“

Anděl přichází jako Boží posel zvěstovat Marii její poslání. Přestože je Maria zasnoubená s Josefem, anděl oslovuje pouze ji. Její „Ano“ proměňuje prostou, obyčejnou dívku v matku Božího Syna. Podobně jako každý z nás je i ona nositelkou svého jedinečného, neopakovatelného poslání. Boží „Neboj se“ zaznívá v tu chvíli jen pro ni, odkrývá její cestu.

Kde je v tu chvíli Josef? Nevíme. Pro něj „Neboj se“ zaznívá později. Týká se jeho poslání, které je jiné než Mariino. Vyznamenává Bůh Marii? Neměl by oslovit oba, aby bylo jasné, že jako muž a žena jsme si před ním rovni? Není to vůči Josefovi nefér?

Maria odchází za svou příbuznou – Alžbětou. Po svém návratu se setkává s Josefem. Josef nepochybuje o tom, že čeká dítě, které není jeho. Josef, muž spravedlivý, je postaven před těžký úkol. Maria, dívka, kterou miluje a vyvolil si ji za ženu, je mu nevěrná. Jak se správně rozhodnout?

Josef do svého rozhodnutí vloží všechny své schopnosti. Rozhoduje se, že Marii tajně propustí. Rozhodnutí je to těžké, určitě bolavé, ale Bůh mlčí, nechává Josefa rozhodovat se a tápat. Josef chce upřímně poznat Boží vůli. Známe to přece – není vždy snadné vědět, co po nás Bůh chce. Hledáme, ptáme se – a Bůh mlčí.

Josef se rozhodne. Špatně. Není Boží vůlí, aby Marii propustil. Teprve v této chvíli Bůh promluví – skrze anděla – velmi jasně a zřetelně. Josef vykonal svůj díl, jak nejlépe uměl, a Bůh není tím, který mlčí k našemu bloudění. „Josefe, synu Davidův, neboj se přijmout Marii, svou manželku; neboť co v ní bylo počato, je z Ducha svatého.“ Bůh mluví a jedná v životě Josefa i v tom našem v pravou chvíli. Okamžik, kdy osloví nás, se nemusí shodovat s chvílí, kdy bude mluvit s naším partnerem. Bůh nikomu nestrání, má svůj čas.

Bůh plánoval, že Josef a Maria mají být párem, ale nikdy neplánoval, že mají být stejní. Jejich poslání byla různá, Bůh k nim promlouval v jiném čase. „Vezmi ženu a dítě a odejdi do Egypta“ – toto poselství od Boha zazní tentokrát pouze pro Josefa, protože se týká jeho úkolu. Kde je v tu chvíli Maria? Nevíme. Možná spí, protože je noc.

A Maria poslouchá, Maria Josefa následuje a vše uchovává ve svém srdci.

Rozdílnost je v manželství naším darem, obohacením a požehnáním. Naše role nejsou a ani nemají být stejné. K nám oběma, muži i ženě, zní Boží hlas v jiných okamžicích. Oznamuje naše poslání, posiluje nás na cestě. Mnohdy ten druhý pouze následuje, důvěřuje a respektuje. „Láska je moje zodpovědnost za tebe a milovat vždy neznamená rozumět.“ Ani matka mnohdy svému dítěti plně nerozumí, netuší, pro jaké úkoly je vychovává, ale miluje je a vše uchovává v srdci.

Josef a Maria se milovali, přesto vždy necítili a neprožívali totéž. Cílem manželů není být co nejvíce stejní, ale naši různost proměnit v obohacení pro sebe a své děti.

A nemusíme se bát, Bůh má své chvíle, kdy každému z nás zazní ono „Neboj se!“, abychom nebloudili, abychom našli svou cestu a naplnili své poslání.

**Ing. Mgr. Marie Nováková**  
*lektorka, pedagogická psychologie*  
*mluvčí Národního týdne manželství*

## Mýtus

---

# Onanie škodí zdraví

Při návštěvách sborů bývám často v soukromí i během přednášek tázán na to, jak by měl křesťan přistupovat k onanii. Jsem tomu moc rád. Donedávna totiž bylo toto téma jedním velkým tabu. Ještě v minulém století se o ní vůbec nemluvalo a v církvi se o ní mlčí dodnes. Anonymní dotazníky přitom ukazují, že s ní má zkušenost 92 % mužů a 80 % žen. Myslíte, že církev je vůči tomu imunní? Sigmund Freud říká, že *každý z nás v životě alespoň jednou onanoval, a kdo tvrdí, že ne, onanuje dodnes.*

## Původ termínu onanie

Termín „onanie“ je jedním z odborných termínů označujících druh sexu, při kterém člověk masturbací (manus – ruka, turbare – vzrušit) uspokojuje sám sebe nebo partnera. V lékařské terminologii jej v 18. století poprvé použil švýcarský lékař André Tissot. Nechal se inspirovat starým biblickým příběhem, ve kterém vnuk židovského praotce Jákoba, Judův syn jménem Onan, při souložích se svojí švagrovou Támar *vypouštěl své semeno na zem*, a bránil tak jejímu početí (Gn 38,9).

Tissot nebyl teolog, a tak mu jednoduše nedošlo, že se při aplikaci příběhu dopustil značné nepřesnosti. Vypouštěním svého semene Onan totiž neprovozoval autoerotiku, ale přerušovanou soulož. Jako Žid se tak zříkal povinnosti stanovené Tórou: *„Když budou bydlet bratři spolu a jeden z nich zemře bez syna, nevdá se žena zemřelého jinam, za cizího muže. Vejde k ní její švagr a vezme si ji za ženu právem švagrovství. Prvorozený syn, kterého porodí, ponese jméno jeho zemřelého bratra“* (Dt 25,5.6).

Podle tohoto zákona byl každý Žid, kterému zemřel bezdětný bratr, povinen sociálně zajistit svoji švagrovou tak, že mu s ní zplodil potomka. Ten se pak v dospělosti ujal správy majetku po jejím manželovi.

Termín onanie je tedy z lékařského i teologického hlediska poněkud zavádějící. Hospodin totiž Onana neusmrtil za to, že sám sebe uspokojoval, ani proto, že provozoval přerušovanou soulož, nýbrž proto, že ve vztahu ke své příbuzné neprojevil dostatek empatie a milosrdenství.



## Dějiny masturbace

### Starověk

To, že se při výkladu Bible zmýlil lékař, by se ještě dalo pochopit. Zvláštní je, že se nepřesným výkladem příběhu o Onanovi při svém tažení proti masturbaci už celá staletí zaštiťují křesťanští teologové.

Biblicky orientované křesťanství prvních staletí vnímalo sexualitu jako Boží dar. Církevní otcové se však už tenkrát, pod vlivem antické filosofie o dualismu duše a těla, začali uchýlovat k nezdravé askezi a potírání přirozených potřeb těla. Sexualita se tak pro ně stala nutným zlem sloužícím k zachování lidského rodu.

Církevní otcové jako Tertulián a další preferovali bezženství a sexuální styk tváří v tvář povolovali manželům jen za účelem plození dětí. Rozkoš byla podle nich hříšná a masturbaci považovali za sebeprznění. Církevní otec Augustin šel v odporu vůči ní tak daleko, že mužům raději doporučoval prostituci. Jenže právě sexuální askeze přispěla velkým dílem k tomu, že se masturbace v pátém a šestém století zvláště mezi mnichy rozšířila nevídaným způsobem.

### Středověk

Ve středověku byla masturbace vnímána hůř než smilstvo. Dostala cejch „obcování s ďáblem“. Tradovalo se, že muž, který se oddává onanii, bude mít chlupaté dlaně, zkrátí se mu pohlavní orgán a jeho tělo ochabne. Husité onanii trestali vykleštěním, někdy dokonce i smrtí.

### Novověk

Na sklonku 18. století boj proti masturbaci podpořili křesťanští lékaři. Již zmíněný lékař Tissot považoval masturbaci za příčinu nespočtu fyzických i duševních chorob. Tvrdil, že si jejím prostřednictvím člověk může přivodit impotenci, epilepsii, šílenství, vysychání míchy, malátnost, slabomyslnost, souchotiny, ochablý zrak a sluch...

Stoupencem tohoto pojetí se v 19. století v USA stal ředitel sanatoria v Battle Creeku, adventista Dr. John Harvey Kellogg. Byl přesvědčen o tom, že sex je nezdravý pro tělo, mysl i ducha. I když byl ženatý, nesouložil a děti si adoptoval.

Masturbace byla podle něj tím nejhorším, čeho se člověk na sobě mohl dopouštět. Proto chtěl své pacienty této neřesti odnaučit. Dieta a kukuřičné lupínky tomu měly napomoci. Ve vši vážnosti navrhoval, aby se dívkám klitoris potíral fenolem nebo byl raději odstraněn. Také mužům měly chirurgické operace prováděné bez anestezie zabránit v erekci.

### Viktoriánská pruderie

V 19. století byl přístup lékařů odmítajících masturbaci v Anglii umocněn tzv. „viktoriánskou prudérií“. Královna Viktorie (1837–1901) kladla veliký důraz na přísné morální hodnoty. Ve vrcholném období její vlády se běžně zakrývaly i nohy od klavíru. Plavky zahalovaly celé tělo a kuřecí prsa musela být v obchodech přejmenována na kuřecí hrud'. Reklama na spodní prádlo byla zakázána a masturbace byla považována za ohybnost snižující člověka na úroveň zvířete.

## Mýtus o fyzické škodlivosti masturbace byl vyvrácen

Mýtus o fyzické škodlivosti masturbace se vědcům podařilo vyvrátit teprve v polovině 20. století. Bylo vědecky dokázáno, že masturbace nespotřebovává mužské sperma a může být příjemným zpestřením manželské sexuality.

Vyšlo najevo, že ze zdravotního hlediska může být dokonce i užitečná. Snižuje riziko vzniku rakoviny prostaty, působí preventivně vůči vzniku cukrovky, tlumí bolesti žen během menstruace a menopauzy, posiluje imunitu. Má relaxační účinky a přispívá ke zlepšení kvality spánku. V době dospívání slouží k poznávání vlastního těla a k terapii sexuálních poruch.

Úlevná masturbace může přijít vhod při řešení sexuálního napětí v době těhotenství, v šestinedělí partnerky, v době odloučení nebo při onemocnění jednoho z partnerů. Už Jan Amos Komenský tvrdil: „*Lepší než za ženami hampejznými se píditi, jest plodníkem svým dvakrát týdně řádně zatřásti.*“ Ostatně masturbace může být řešením sexuálního napětí nedobrovolných singlů.

## Škodlivost masturbace

Hurá! Mýtus byl vyvrácen. Konečně se autoerotice můžeme oddávat plnými douškami. Je tomu doopravdy tak? Bible sice o autoerotice nikde nemluví a neklasifikuje ji jako hřích, je však jasné, že se hříchem snadno stát může.

Nekontrolovaná masturbace může mít na člověka velice neblahý vliv. Mění se v „obscesivní nutkání“ a stává se závislostí, která dokáže ovládat mysl i činy masturbanta, a vyžaduje proto léčení.

Člověk se pod jejím vlivem stahuje sám do sebe, propadá egocentrismu, min-drákům a začíná odmítat společenství. Je-li svobodný, nehledá partnera; je-li ženatý, zanedbává partnera a přirozené manželské soužití vymění za svět fantazií.

Uzavírá se do sebe a lidé kolem něj se mění v objekt jeho sexuální touhy. *Hledí na ně chtivě, cizoloží s nimi ve svém srdci (Mt 5,27–29)* a přirozeného sexuálního života už pak není schopen. Masturbuje, hltá přitom erotickou literaturu, sleduje porno-filmy a jeho osobnost se pomalu a jistě rozkládá.

Jsou však i masturbanti, pro které se fantazie stávají průpravou budoucího sexuálního jednání. Zadělávají si tak na hřích nevěry. Hledají bokovky a k nevěře nepřímou nutí i svého neuspokojeného partnera.

### Co s masturbací dnes?

Tak co říkáte? Je škodlivost masturbace mýtus, nebo realita? Pán Ježíš kdysi o farizeích a zákonících řekl: „*Svazují těžká břemena a nakládají je lidem na ramena, oni sami však nehnou ani prstem, aby břemena odstranili*“ (Mt 23,4 – dosl. překlad řeckého textu). Těmi břemeny myslí Ježíš 613 příkazů a zákazů, které si farizeové odvodili z Mojžíšova zákona. Nešlo tedy o přímé zákony Boží, ale o zákony lidské, tedy břemena, která lidem na záda naložili oni sami. Bylo v jejich kompetenci s nimi hýbat (svazovat je a rozsvazovat). Oni však pro to, aby svým bratřím ulehčili, nehnuli ani prstem.

Moc bych si přál, abychom nenásledovali jejich příkladu. Měli bychom vždy znovu v církvi zvažovat, které z našich důrazů jsou Božím ustanovením, a které výplodem naší snahy být „papežštější než papež“.

Podobné analýze by měla být podrobena i omezení týkající se masturbace. V žádném případě ji nelze podcenit, ale ani přeceňovat. Modlím se, aby nám Pán Bůh pomáhal nacházet zdravý balanc mezi extrémy, a tak chránil nás i naše bližní před omyly a pády.

**Mgr. Radomír Jonczy**

*vedoucí oddělení péče o rodinu ČS a ČSU CASD  
manželský poradce*

## Mýtus

---

# Pokud mne miluje, musí se změnit...

Dalším mýtem, velmi rozšířeným nejen u mladých párů, je očekávání, že se ten druhý změní či více přizpůsobí mým představám. Na jedné straně si rádi vybíráme protějšky, které nám imponují svou jinakostí. Jsou jiní než my a to se nám líbí. Na druhé straně, pokud jsou rozdílní v mnoha ohledech, začíná nám to vadit a možná i unavovat.

Většina lidí tento mýtus nevysloví nahlas, ale často s danou myšlenkou ve své mysli koketuje. Fatální je, že tyto představy nejsou mnohdy konkretizovány, pouze předpokládáme, že pokud nás miluje, vycítí, co by měl či měla udělat, co potřebujeme a co se nám líbí.

Mylný předpoklad, nad kterým dnes přemýšlíme, nemusí v praxi nutně znamenat, že bychom chtěli z manažerky s velkým záběrem úkolů „vychovat“ maminku od plotny, která se bude těšit na to, až manžel přijde domů, aby mu mohla nachystat teplou večeři a poskytnout co největší domácí servis. Ani nemusí jít o tak velkou změnu, jako když žena „vymáčkne“ z manžela, domácího kutila, společníka do divadla, na koncert či alespoň na čaj do kavárny. Může jít o drobné střípky každodenního života, které má každý z nás nastaveny jinak díky prostředí, v němž jsme vyrůstali, díky vzdělání, kterým jsme prošli, a díky prioritám, na které jsme kladli důraz.

To, že oba partneři pocházejí z podobného, třeba venkovského prostředí, ještě není zárukou úspěchu. V mé rodině platilo nepsané pravidlo: „Nejdřív práce, potom zábava.“ V rodině mé manželky platilo motto: „Práce zábavou. Když už musíme pracovat, tak si to užijeme.“ Problém nastal, když jsme se měli se ženou naučit dělat věci společně. Tento rozdílný přístup k práci naprosto nabourával mé pojetí. Já jsem se soustředil na výkon, na to, aby byla práce udělána dobře a co nejdříve. Manželka si u toho chtěla povídat, zasmát se a vůbec neřešila, jaký postup zvolit nebo kdy bychom měli s prací skončit. Prostě jí bylo se mnou dobře a užívala si náš společný čas. Díky tomu došlo v našem vztahu k prvnímu silnému rozčarování – a to dřív, než jsme se vzali. Společně jsme tenkrát na Teologickém semináři, kde jsme oba studovali, upravovali část pozemku kolem budovy školy – a moc dobře to neskončilo. Věděl jsem, že nás čeká dlouhá cesta. Proto se mladým lidem do-

poručuje, aby si s partou přátel vyjeli na vodu či na hory a ověřili si, jak ten druhý reaguje v zátěžových situacích, při nichž je nutná spolupráce.

Před prvotní panikou, která by nás mohla v momentální situaci zachvacovat, je třeba vědět, že každé manželství má své etapy vývoje. Tou první je období **zamilovanosti**, které netrvá moc dlouho, zpravidla jeden až tři roky. Druhou etapou je období **boje o moc**. Výzkumy potvrzují, že se ve třetím až sedmém roce manželství partneri přetahují o to, kdo je v právu, a dokazují si, kdo z nich je silnější. Zde dochází k největšímu množství zranění. Máme potřebu spolu soupeřit, toužíme, aby zvítězil náš „správný“ názor – a někdy si ani neuvědomujeme, jak silným motorem to pro nás je. Pokud toto období dobře zvládneme, zúročíme své poznatky a začneme si užívat třetího stadia, tedy období **spolupráce**. Jde o období odpovědnosti, ve kterém si prostě manželé řeknou, že je třeba všechny nároky a povinnosti jednoduše zvládnout, a hotovo. Dají stranou své pocity a snaží se být zodpovědní a spolupracující. Nestojí jim za to hádat se a nutně mít poslední slovo. Trvá obvykle dalších sedm let, než se zpoza horizontu vynoří čtvrté stadium zvané **vzájemnost**. Jde o období, ve kterém se začínáme těšit ze spolupráce a s vděčností si uvědomujeme jinakost partnera. Páry, které těmito stadii ve zdraví projdou, se kolem padesátého roku života mohou těšit na období **spoluvytváření**, tedy vzájemné harmonie.

V poslední fázi budeme mnohem více rozumět tomu, co Bůh nechal zaznamenat v knize Genesis 2,24: „*Proto opustí muž svého otce i matku a přilne ke své ženě a stanou se jedním tělem.*“ To, oč Bohu jde, není jen fyzická, ale i duchovní a duševní jednota. Naplnění záměru, který měl Stvořitel s manželstvím, vyžaduje vztah, který partnerovi umožňuje být sám sebou, bez nutkavých pocitů předělat jej ke svému obrazu. Společně se pak radujete z rozdílnosti a prožíváte bezpodmínečné přijetí – vztah naplněný porozuměním, láskou a úctou. Nejde přitom o rezignaci nebo o pouhé snášení se, jde o vzájemný respekt.

## Definice spoluvytváření

Jedním z největších zázraků, který se může na této zemi odehrávat, je, když se z „já“ stává „my“. To je nejdůležitější cíl manželství. Výstižně to vyjádřil John M. Gottman: „...dva lidé si jeden druhého váží a užívají si vzájemné společenství. Tito partneri si bývají velmi blízcí – vědí, co ten druhý má a nemá rád, znají vzájemně své slabé stránky, touhy a sny. Chovají jeden druhého v trvalé úctě a svou náklonnost si neprojevují jen velkými gesty, ale i každodenními maličkostmi.“<sup>1</sup>

K tomu pak Gootman dodává: „Nejedná se jen o to, že si rozumějí, ale podporují se ve vzájemné naději a snažení, a tak nacházejí společný cíl společného života.“

V konečném důsledku je cílem manželství samotný vztah. Cesta, kterou jste se vydali. Sloučení dvou lidí do jednoho životního společenství, které si vytvoří vlastní jazyk, formuluje vlastní žebříček hodnot a vytvoří si vlastní kulturu života.

Zkuste si v tuto chvíli každý sám za sebe udělat takový malý test vědomého vztahu. Na škále od 0 do 5 bodů zhodnoťte jednotlivá tvrzení a společně pak prodiskutujte, v jakých bodech jste se lišili a proč.

### 10 znaků vědomého vztahu:

- Jsme si vědomi toho, že náš vztah má skrytý účel.
- Vytváříme si stále přesnější představu o sobě i o partnerovi.
- Učíme se s partnerem komunikovat otevřeněji a sdělovat mu své skryté potřeby a přání.
- Přiznáváme si temné stránky své osobnosti.
- Nereagujeme instinktivně, ale s rozmyslem.
- Učíme se vážit si partnerových potřeb stejně jako svých.
- Osvojujeme si nové techniky, jak uspokojovat partnerovy nejdůležitější potřeby a přání.
- Nevzdáváme se. Hledáme odvahu, sílu a učíme se novým dovednostem, o nichž se domníváme, že nám scházejí.
- Usilujeme o to, abychom byli za všech okolností osobami, které respektují toho druhého.
- Respektujeme skutečnost, že vytvořit vynikající manželství není snadné.

Vědomý vztah je opakem toho, oč se mnoho lidí většinou snaží. Mylně předpokládají, že s formováním vztahu je to jako s výrobou hřídele. Čím větší třísku na soustruhu nastavím a k tomu ještě zvýším otáčky, tím dříve bude hotová. Ve vztahu to však funguje naopak. Nepomáhá tlak, ale dostatek prostoru, vzájemného respektu a bezpečí. Jedině bezpodmínečná láska zdravě „tvaruje“ toho druhého. Vztah bychom spíš mohli přirovnat ke kukle, ze které se začíná klubat krásný motýl. Pokud budeme netrpěliví a začneme na něj tlačit a „pomáhat“ mu z kukly ven, určitě mu tím uškodíme. Z kukly možná motýl vyleze o něco dříve, ale celý pochroumaný a moc dlouho v takovém stavu nepřežije. Když mu dáme svobodu, bude to možná trvat o něco déle, z kukly však vyleze krásný motýl, který bude všem pro radost.

Chce to však trpělivost, ochotu přiznat, že motýl má jiné načasování než my a ke svému vývoji potřebuje své vlastní vhodné podmínky.

„Vždy když se chceme cítit dobře, vyžadujeme po druhém, aby se změnil. Ale už vás někdy napadlo, že i kdyby se váš partner změnil, vy zůstanete stejně zranitelní a stejně hloupí jako dřív, spíte stejně tvrdě jako dřív... Vy jste ti, kteří se potřebují změnit, ti, kteří potřebují lék.“<sup>2</sup>

Naším úkolem není druhého měnit ke své vlastní podobě, ale pracovat na sobě a pomoci tomu druhému „rozkvést“ do podoby Boží tak, aby se partner stal jedinečný, tak jak to zamýšlel Bůh. Přeji vám mnoho vytrvalosti v tomto náročném, ale krásném vztahovém dobrodružství.

**Martin Žůrek, B.Th.**

*vedoucí oddělení péče o rodinu MSS CASD  
kazatel CASD (sbor Zlín, Valašské Klobouky)*

<sup>1</sup> John M. Gottman a Nan Silverová, Sedm principů spokojeného manželství, nakl. Jan Melvil publishing, Brno 2015, s. 38

<sup>2</sup> Anthony de Mello, Bdělost, Cesta 2013, s. 100





---

A series of horizontal dotted lines for writing, bounded by solid lines at the top and bottom.

---

---

## Obsah

Slovo úvodem .....	1
Tisková zpráva .....	2
<b>Mýtus: Hádky ničí manželství</b> (Jiří Bauer) .....	5
<b>Mýtus: Muž musí vládnout</b> (Petr Adame) .....	10
<b>Mýtus: Muž a žena jsou si rovni ve všem</b> (Marie Nováková) .....	12
<b>Mýtus: Onanie škodí zdraví</b> (Radomír Jonczy) .....	14
<b>Mýtus: Pokud mne miluje, musí se změnit</b> (Martin Žůrek) .....	18



