

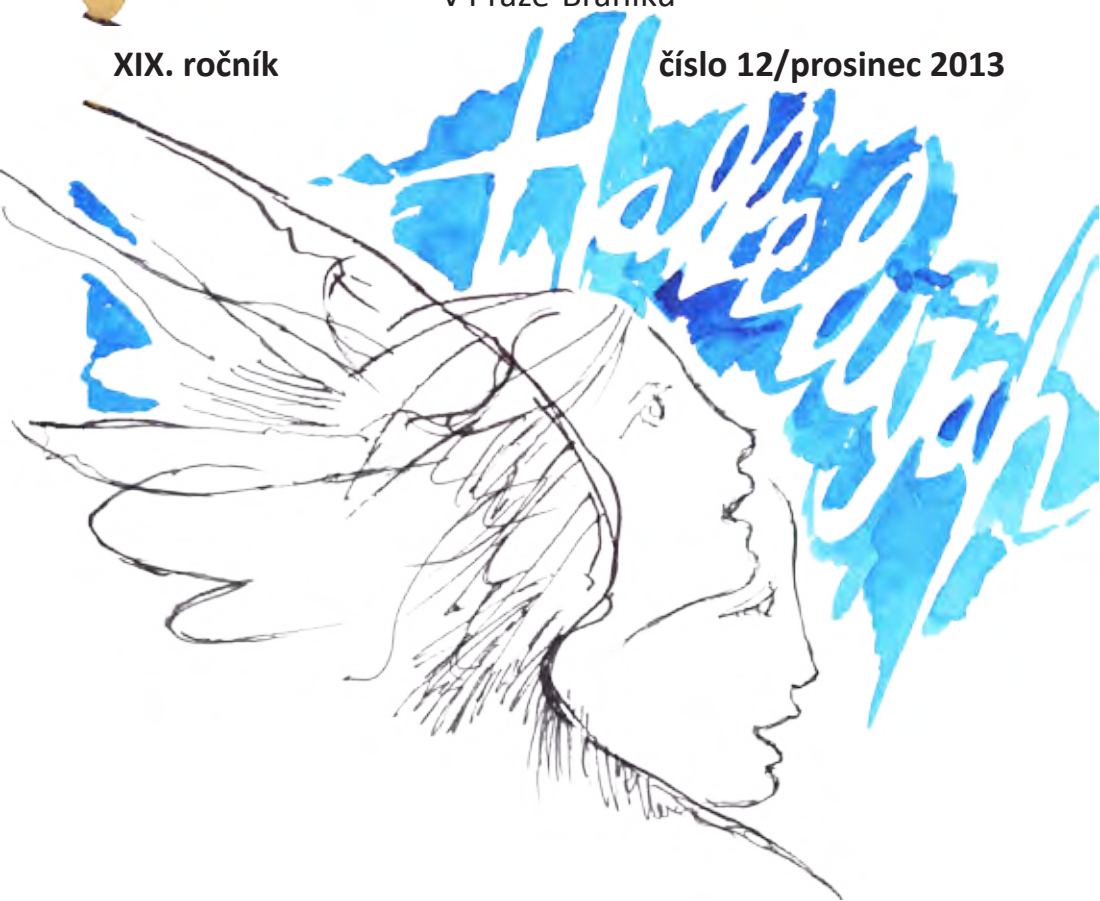
A large, textured yellow watercolor shape resembling a sun or a semi-circle, positioned at the top of the page.

BRÁNA

měsíčník sboru Českobratrské církve evangelické
v Praze-Braníku

XIX. ročník

číslo 12/prosinec 2013



VÍTEJTE!

Pravidelný sborový program

Neděle	8.45	chvály (oslava Boha zpěvem, modlitby)
	9.30	bohoslužby (<i>první neděle v měsíci rodinné, třetí neděle vysluhována sv. Večeře Páně</i>)
	14.30	bohoslužby „Pražské společenství Kristovo“
Úterý	7.30	modlitební setkání
	8.08	společné čtení knihy (<i>Rick Joyner – Poslední bitva</i>)
	18.00	kurs hry na ukulele pro začátečníky
	18.30	mládež
Středa	15.00	biblická pro maminky s dětmi
	16.00	mladší dorost
	18.00	biblická hodina
Čtvrtek	20.00	PoMlaSG (<i>každý 2. a 4. čtvrtek v měsíci</i>)
Pátek	16.00	předkřestně-konfirmační příprava
	17.00	starší dorost

Úřední hodiny faráře Jaroslava F. Pechara:

úterý 14.00–17.00, jinak po předchozí domluvě

Sbor Českobratrské církve evangelické

Modřanská 118, 147 00 Praha 4-Braník

Telefon: 244 461 037

E-mail: branik@evangnet.cz

Číslo účtu: 135027438/0300

Variabilní symboly:

111 křesťanská služba

222 salár

333 dar

444 Jeronýmova jednota

555 nepálský student

888 přístavba



web: <http://branik.evangnet.cz>

O ČEM JEDNALO STARŠOVSTVO

Zápis z 741. schůze staršovstva konané v pondělí 9. prosince 2013

Přítomni: Pechar, Drápal, Holý, Chadima, Mazný, Novotný, Plhák, Slabý,
Stralczyńska, Zvánovcová, Žilková

Omluveni: Bruncko, Dus, Hoznauer

Biblický úvod: M. Mazný – o smyslu Božího pokoje. Modlitba

Příští schůze staršovstva bude 2. pondělí v lednu, tedy 13. ledna 2014.

Staršovstvo projednalo odpověď na dotazník k samofinancování:

Momentálně je ve sboru dostatek lidí s takovými příjmy, že při zachování doporučení na procentuální výši saláru by nemělo být pro sbor obtížné vygenerovat finanční částky ve výši potřebné pro přechod k samofinancování. Samozřejmě, že to není tak, že všichni doporučenou výši saláru dodržují. Právě tam je ale rezerva, kterou se podařilo zatím vždy aktivovat, pokud sbor pocítil potřebu většího přísunu financí. To nám dává důvody k optimismu.

Vánoční dopis

Staršovstvo děkuje br. Hoznauerovi a ses. Zvánovcové za napsání a distribuci.

Bohoslužby a další akce

- 15. 12. neděle 9:30 bohoslužby s vysluhováním VP
- 22. 12. neděle 9:30 bohoslužby, 14:00 a 16:00 Vánoční hra
- 24. 12. úterý Štědrý den 16:00 bohoslužby
- 25. 12. středa Boží hod Vánoční 9:30 bohoslužby s vysluhováním VP
- 29. 12. neděle 9:30 bohoslužby, kázat bude Z. Šorm
- 31. 12. úterý Silvestr 16:00 bohoslužby, následuje Braník Open
- 1. 1. 2014 středa Nový rok 9:30 bohoslužby s vysluhováním VP
- 5. 1. 2014 neděle 9:30 rodinné bohoslužby
- 12. 1. 2014 neděle 9:30 bohoslužby, následuje BraníXobě

Staršovstvo děkuje Lence Pecharové za informace o bohoslužbách v dalších médiích (Tučňák, kulturní zpravodaj ...)

Staršovstvo diskutovalo o situaci v našem patronátním Středisku celostátních programů a služeb Diakonie. Naše patronátní středisko bylo letošní rok negativně poznamenáno odchodem jeho vedoucí ing. Grollové (ze zdravotních důvodů). Protože dočasný nový vedoucí měl množství jiných úkolů, nemohl se středisku dostatečně věnovat. Pro řadu členů Dozorčí rady (kterou náš sbor volí) vznikla poměrně frustrující situace, kdy o vývoji ve středisku neměli informace a jejich iniciativní počiny nenacházely odezvy. Tím, že středisko vzniklo jako spojení čtyř nesourodých částí, je činnost Dozorčí i Správní rady komplikovaná a vyžaduje specifické přístupy, které se dosud nepodařilo adekvátním způsobem vymezit. Doufáme, že nový vedoucí střediska (jeho jmenování je v jednání) dokáže vzniklou situaci řešit a přinést nápravu. Nebude to však jednoduché a je otázkou, zda do budoucna budeme jako sbor chtít patronátním sborem zůstat. Nejde o to, že bychom konkrétní práci nebyli připraveni podporovat i nadále, jde o to, že nechceme přistoupit na to, aby námi volená Dozorčí rada byla naprosto bezvýznamným orgánem sloužícím pouze jako zdroj formálního potvrzování. Takto v našem sboru k problematice přistupovat nechceme.

Staršovstvo projednalo návrh na přidání háčků na kabáty po obvodu kostela. Zatím ne, pokud bude přístavba, mělo by v některých uvolněných prostorách zbýt místo na šatnu.

Pozemek pro přístavbu

Katastrální úřad požaduje ještě jeden originál geometrického plánu, zaslal jim jej J. Pechar minulý týden. Snad už bude vše v pořádku.

Společná modlitba Páně.

Zapsal A. Slabý

ÚVODNÍK

1. prosince jsme zahajovali Advent. A zároveň v té době probíhala Chanuka. Židovský svátek světel (letos od 28. 11. do 5. 12.). Společnost křesťanů a židů uspořádala při této příležitosti malou společnou oslavu.

Asi by šly hledat nějaké paralely mezi křesťanským vyhlášením příchodu Mesiáše a židovskou připomínkou znovuposvěcení Chrámu v roce 165 před

Kristem. Ale proč? Možná jen to, že jediná svíčka jako služebník (šamaš) zapalovala první svíčku adventního svícnu i čtvrtou svíčku svícnu chanukového, mělo v sobě víc symboliky, než hledání jednoty tam, kde není.

Jako křesťané jsme měli příležitost zazpívat několik adventních písní o narození Božího syna a zároveň si poslechnout příběh z Talmudu o zázraku v Jeruzalémském chrámu, který byl znovu vrácen k službě Hospodinu. Olej prý tenkrát zázračně vydržel hořet v chrámové lampě ne jeden, ale osm dní, takže bylo dost času na to vyrobit dostatek nového oleje.

Mohli jsme oslavit Advent zpěvem a kázáním i oslavit Chanuku točením sevivonem (drejdlem), tedy káčou se 4 hebrejskými písmeny – N, G, H, a Š. Počáteční písmena věty znamenající „stal se tam velký zázrak“ odkazují opět k znovuposvěcení Chrámu. Právě tak k této události odkazovalo i jídlo připravované na oleji.

Celou dobu na stole hořely dva svícny – adventní a chanukový.

K chanukovému svícnu se pak váže i jiná historka, mnohem mladší. Je stará pouhých 20 let a odehrála se v USA, v Billings – jednom z největších měst státu Montana. 2. prosince 1993 kdosi hodil kámen do okna židovské rodiny. Poznal ho snadno. V okně hořel chanukový svícen.

Policie doporučila postižené rodině svícen odstranit. Chanukový svícen, obraz znovunalezené židovské svobody, se stal znamením nového ohrožení. Jenže pak si kdosi vzpomněl na událost z druhé světové války. Nacisté nařídili Židům nosit žlutou Davidovu hvězdu, aby mohli být snadno identifikováni. Dánský král tehdy vyzval své poddané, aby nosili hvězdu úplně všichni, protože on mezi svými poddanými nerozlišuje na židy a ne-židy. Sám hvězdu začal nosit. Nařízení bylo nakonec odvoláno.

Podobně se nyní ozvali křesťané v Billings.

Děti v nedělní škole Sjednocené církve Kristovy začaly vyrábět papírové chanukové menory a lepili si je do oken na znamení solidarity s ohroženou židovskou rodinou. Ke kampani se přidávaly další církve i místní deník. Celou stránku věnoval velkému obrázku menory, aby si ho lidé vlepili do okna. Ve městě žilo asi 50 židovských rodin. Během několika dní byla menora v oknech několika tisíc domů. Znamenalo to několik dalších rozbitých oken a další škody na majetku, ale nakonec to agresoři vzdali. Při rozhovorech s novináři jedno dítě vyprávělo: „Ano, báli jsme se. Ale můj otec řekl, že je to správné, abychom to udělali.“

Tak si říkám, že dokud jsme schopni zapálit adventní i chanukový svícen jednou společnou svíčkou, tak to s námi ještě není tak hrozné.

Jaroslav F. Pechar

ROZHOVOR S VĚROU NOVOTNOU



Prosincové setkání členek sboru starších věkem – zvané „Babinec“ – tentokrát u Věry Novotné. Věra bude mít zanedlouho osmdesáté narozeniny. Proto program setkání se podobá spíš oslavě tohoto kulatého výročí.

Ke stolu, odpovídajícímu velikosti garsonky, které Věra říká klec s výběhem, sedí v naprosté svornosti 11 žen. Obdivujeme závěs mezi kuchyňským koutem a obytnou část místnosti – jsou to zvonečky a zvony nejrůznějších velikostí a tvarů. Věra je dostává jako dárky od těch, kdo si všimli, že už jich řadu má; a protože jich má už

pěknou řádku, tak má sbírku, kterou je dobré doplňovat.

Co vlastně o ní víme? Určitě to, že od října do května ji vídáme v kostele i na biblické hodině. Na to další se jí musíme zeptat.

■ *Od kdy chodíš do Braníka?*

Asi od roku 1990, kdy jsem se přestěhovala sem, do Krče. Předtím, v mých čtrnácti patnácti letech, jsem po příchodu do Prahy vystřídal několik sborů. Vadilo mi tam, že si mě nikdo nevšímá, případně, že farníci z dobře situovaného prostředí na mne, holku z paneláku, koukají skrz prsty. Nakonec jsem zakotvila ve Střešovicích. Tamější farář J. Vetter plně odpovídal mým představám, jak by měl farář vypadat. Po přestěhování do Krče se mi nechtělo přejít k někomu jinému. Ale jedna sestra ze Střešovic, která dřív chodila do Braníka, mě přesvědčila, že i farář Luděk Rejchrt je výborný. A měla pravdu. Musím říct, že Braník má na faráře štěstí. I ten současný se mi moc líbí.

■ *Ty pocházíš z křesťanského prostředí?*

Moje matka byla z velké evangelické rodiny. Tam bylo samozřejmostí, že v neděli se nepracuje a všichni jdou do kostela. Šest kilometrů pěšky, v létě i v zimě, za každého počasí. Po obědě museli referovat o tom, co bylo v kostele, těm, kteří někdy museli kvůli hospodářství zůstat doma. Otec byl pů-

vodně katolík. Ale věděl, že by matčina rodina katolíkovi dceru nedala, tak přestoupil před svatbou k evangelíkům.

■ *Jakou školu jsi vystudovala a kdes byla zaměstnaná?*

Vyšší školu uměleckého průmyslu – oddělení divadelních a scénických kostýmů. Do školy přišli dělat nábor pracovníci z Barrandova. Tak jsem po ukončení školy nastoupila v ateliérech jako kostymérka. Ani jsem se tam moc dlouho neohřála, ale i tak jsem stačila nahlédnout do života filmového světa. Po roce a půl jsem šla na mateřskou a zůstala pak 7 let se synem doma. Skončila mateřská a skončilo i mé manželství. Pozitivní na tom bylo, že mi už nikdo nevyčítal, že jsem příliš často u svých stárnoucích rodičů.

Potřebovala jsem nastoupit do práce. Příbuzní mě doporučili řediteli Pragoprojektu. Ten mě přijal, a já tam zůstala celých třicet let až do důchodu. Kreslila jsem projekty elektrických sítí. To vyžadovalo i práci v terénu. Hlavně, že jsem nemusela sedět celé dny v kanceláři. Byli tam výborní lidé, na úrovni, se kterými jsem si rozuměla. Byla jsem tam v práci moc spokojená.

■ *A teď nám prozraď, co děláš tu polovinu roku, kdy tě nevidáme?*

Hospodařím ve své rodné chalupě. Syn mě tam začátkem června odveze i s pokojovými květinami a s kocourem a já si tam až do konce září užívám čistého vzduchu, krásné přírody i práce na zahradě. Na chalupě se cítím volná jako pták – když vkročím do kuchyně, dám se do zpěvu (nejdřív se podívám, jestli někdo neposlouchá) a chce se mi tancovat. Stále mám co dělat. Sázím, okopávám, sklízím a zpracovávám své vlastní biopotraviny. Práce na zahradě mě těší, ale také už pomalu zmáhá. Kolena se už nechtějí ohýbat a lopata je čím dál těžší.

■ *Ty tam sbíráš i léčivé rostliny?*

Nejen sbírám, já je dokonce pěstuji. Zasadila jsem si na zahrádku rakytník, kustovnici čínskou (goči), dobromysl, meduňku citrónovou, řepík lékařský, šalvěj, mátu peprnou ... Já jsem holt taková bába kořenářka.

■ *Musím uznat, že tvá meduňková šťáva je vynikající. Meduňka prý přispívá ke spokojenosti. Má vliv i na tebe?*

To nevím, ale jsem spokojená. A stále mám co dělat. Na chalupě se nabiji energií, abych pak přežila zimu v Praze. V garsonce v činžáku bych celý rok nevydržela. Cítím se tam stísněná, mám obavu hlasitěji promluvit, abych nerušila sousedy. Ale mám v Praze přátele a vás. A hlavně – mám tu syna Jiřího a dvě šikovné vnučky – Evinku a Verunku.

Za Bránu se ptala Růžena Černá

KNIHY, KTERÉ STOJÍ ZA PŘEČTENÍ

Doporučuji: John a Stasi Eldredgeovi:

Láska a boj – hledání manželství, o němž jste snili

Johnův otec byl alkoholik. Jeho hlavní poselství malému Johnovi znělo: Nikdo nikdy pro tebe nic neudělá, o všechno se musíš postarat sám. Johnovým krédem se stalo: „Nikoho nikdy na nic nepotřebuji, na všechno si stačím sám.“ A sám se stal perfekcionista.

Stasina matka malé Stasi sdělila, že je nechtěným dítětem. Její otec většinu času nebyl doma. Později byla Stasi navíc pohlavně zneužita. Jejím hlavním životním přesvědčením se stalo: „Jsem zklamáním. Nebudu nikomu sdělovat své skutečné pocity, čímž se ochráním před dalšími ranami.“

Později se John a Stasi setkali, zamilovali se a plní ideálů se vzali. Po nějaké době se John začal stahovat do ústraní a věnoval se plně své úspěšné divadelní činnosti. Stasi začala být přesvědčena, že zklamala a není pro Johna dost dobrá, kladla si to za vinu, prázdnotu zaháněla přejídáním a začala hodně tloustnout. Po 3 letech si položili otázku, zda by se neměli rozvést.

Odjeli do hor a začal jejich boj o manželství. Postupně si pak během 25 let svého manželství těžce probojovali, odhalili a jiným posloužili následujícími objevy, které velmi názorně popsali v diskutované knize Láska a boj:

Kapitola 1: Touhou ženy je, aby ji muž dobře znal, aby ji miloval a zbožňoval ji. Chce se svým mužem sdílet životní dobrodružství, vnitřní činnost svého srdce i vnější detaily svého života. Chce se opírat o mužovu sílu, která si poradí i v obtížné situaci. Muž touží po tom, aby mu žena věřila, touží po její kráse a chce, aby zažili společné dobrodružství. Manželé by měli být zároveň i nejlepší kamarádi a nejlepší přátelé.

Kapitola 2: Nejhlubší smysl naší existence je milovat a být milován. Nejde o to věrně chodit do kostela a svědomitě plnit své manželské povinnosti. Jde o lásku. Žena touží, aby mužovo srdce bilo pro ni. Mužovo srdce touží po bitvě, dobrodružství a kráse, kterou by zachraňoval. V srdcích muže i ženy je touha společně bojovat. Pokud není ukojena, začnou bojovat mezi sebou. Je potřeba obnovit svou touhu. Dobrý sex může aspoň dočasně vyřešit krizi. Naše manželství jsou součástí velkého válečného příběhu – boje Dobra se Zlem. Nejcennější věc na světě je srdce, protože je předpokladem lásky i oběti. Manželovi bylo svěřeno srdce manželky a manželce bylo svěřeno srdce manžela. Nikdo na Zemi nemá šanci se poznat důvěrněji než manželé. Manželství je místo, kde na sebe mají dva lidé největší možný vliv, a tak se v něm

může zažít největší možné štěstí, anebo napáchat největší možná škoda.

Kapitola 3: Dívka si klade základní otázku „mají mě rádi?“, chlapec si klade základní otázku „mám na to?“. Pro dívku je důležitý otec (a myslím, že pro chlapce matka). Bůh využívá manželství jako nejefektivnějšího nástroje pro proměnu lidského charakteru. Často do něj přivede protikladné osobnosti, čímž vznikne veliké napětí potřebné k proměně obou. Nejhorším faktorem, který manželé do manželství přináší, je jejich styl – způsob, o němž je každý z nich sám za sebe pevně vnitřně přesvědčen, že tak se mají věci správně dělat. A právě v tom je Bůh pak nejvíce proměňuje. Selhání muže se projevuje buď jako naprostá pasivita nebo naopak agrese. Selhání ženy se projevuje buďto jako nutkání ovládat nebo naopak být strašně potřebná (závislá). Učit se milovat znamená „víc ten druhý, méně já“. Více chápat toho druhého a ustupovat ze svých forem jednání. Pokud jste se pořád schovávali, vystupte z úkrytu. Pokud jste byli pořád plní hněvu, opusťte jej. Pokud jste byli obrnění pancířem nezranitelnosti (nic mě nesmí zranit), rozhodněte se být zranitelní.

Kapitola 4: Nejsem to nutně já, kdo může za to, že se můj manžel cítí nešťastný. Žena má největší strach z opuštění. Muž má největší strach ze svého selhání. Největší dar, který může jeden druhému dát je ten, že bude rozvíjet svůj vztah s Bohem, s Kristem! Tajemství štěstí: Bůh je láska, po které toužíte. Štěstí mi nemůže dát ten druhý. Štěstí mi může dát jen Bůh. Je to nesmírně osvobozující, člověk přestane být pod tlakem očekávání. Ve svém manželství můžete najít všechny možné radosti, jakmile přestanete od svých manželů očekávat, že vás učiní šťastnými.

Kapitola 5: Přátelství je cennější než eros. Manželé potřebují i další přátele. Muž muže, ženy ženy (*zde bych si dovolil protestovat*). © *Eldredgeovi mají zjevně svou představu, co je muž a co je žena, ale jsem přesvědčen, že existují i muži, kteří jsou trochu ženy a naopak. Když ale tuto Eldredgeovic – věřím, že jen zdánlivou – občasnou schematičnost „překousnete“, získáte užitek z hlubokých myšlenek v knize obsažených a nedopadnete jako jistý člověk, který jejich nějakou jinou knihu vzteky roztrhal a vyhodil do kontejneru*). Nejlepším a nejspolehlivějším přítelem je však Ježíš. Nejlepším manželem pro vás je ten, kterého máte (ať už jste ho dostali jakýmkoliv způsobem). Manželé spolu mají trávit společný čas, aby se prohlubovalo jejich přátelství.

Kapitola 6: Naše životy i manželství se odehrávají ve strašné vesmírné válce. Dobří manželé musí mít na paměti, že mají společného Nepřítele, kterým není ten druhý. Náš boj je proti silám temnoty. Nejdůležitější je chtít bo-

jovat a bojovat. Nejsilnější zbraní manželů proti Zlému je společná modlitba. Nepřítel nás nutí uzavírat vnitřní tzv. „dohody“, což jsou lži (o sobě nebo o tom druhém), kterým uvěříme a stavíme pak na nich a jednáme podle nich. Např. „nikdy se nezmění“, „nikdy se nezměním“, „on/ona mě ve skutečnosti nemiluje“, „spokoj se s tím, co máš“, „neriskuj, že si opět ublížíš – obrň se proti zranění“, „byl/byla bych šťastnější s někým jiným“ a mnohé další. Je nutné je rozpoznat, vyznat je před Bohem jako lživé a opustit je. Požádejte Krista, aby Vám odhalil, které „dohody“ jste takto uzavřeli. Na straně 115 je ukázka hrozného zápasu jednoho páru (ona byla jako malá pohlavně zneužitá, on byl závislý na pornografii), který s pomocí modlitby a dobré vůle nakonec slavně vybojovali.

Kapitola 7: Zásadní je, aby se manželé na něco společně těšili (třeba na dobrodružnou dovolenou) a aby měli dokonce společné poslání. Děti nejsou hlavním posláním. Je jím krásné a nebezpečné křesťanské poslání. Hlavní dvě sdělení dětem: 1) že jsou milovány víc, než si dokážou představit a 2) že se svět netočí kolem nich. Ideál „krásný ty a krásná já na krásném místě“ je scestný a zradí. Nuda je smrtící ranou a předzvěstí milostné plotky nebo závislosti. Je důležité mít něco, za co můžete společně bojovat. „Bůh nás povolává tam, kde se setkává naše největší potěšení s tím, po čem svět nejvíce hladoví.“ Pokud lidé nežijí naplno, začnou zveličovat maličkosti a strkat nos do cizích věcí, aby žili aspoň nějak.

Kapitola 8: Naučte se společně naslouchat Božímu hlasu. V každém zásadnějším rozhodování se ptejte nejprve Boha. Muži, modlitba není projev zženštilosti. Ber ji jako prostředek boje! (...)

*Michal Mazný
dokončení příště*

Jaro Křivohlavý: Není radost jako radost

Karmelitánské nakladatelství knihu doporučuje takto:

„Kolikrát přejeme druhým lidem radost! Co jim to vlastně přejeme? Radost nám může způsobit mnohé – styk s přáteli, události v manželství, to, co se děje doma i v práci. Radost nám působí i pobyt v přírodě, cestování, krásná hudba. Radost můžeme mít i z peněz. Ale ví se, že není radost jako radost, že radost se liší od veselí, že existuje radost mělká, i radost hluboká, vertikální, radost trvajíc jen krátce, a radost, která nás může provázet celý život... Není marné orientovat se i v oblasti radosti.“ ■

BUBNOVÁNÍ II



9. prosince 2013 se v apsidě branického kostela konalo „druhé branické bubnování“. Jako host a učitel v jedné osobě se nám představil Leonardo Teca, v současné době farář ČCE v Rokycanech. Perfektní češtinou nám vyprávěl, jak se dostal z rodné Angoly do tehdejšího Československa, prošel několika církvemi, vystudoval ETF a dostal se až do Rokycan. I o tom, jak se v Africe předávaly zprávy pomocí bubnů, o kódech pro zprávy smutné nebo radostné, pro zprávy určené sousední vesnici, nebo pro další místa.

Ukázal nám různé způsoby bubnování, které jsme si pak i sami vyzkoušeli.



RČ
foto Milada Borovská

USMĚJTE SE

– Düsseldorf! (nápis na letišti)

Jasně, že synod Evangelische Kirche in Deutschland (EKD) je vážná věc! Zvláště, když téma synodu je „hlad ve třetím světě“. Ale i na vážné akci Vás mohou potkat události nevážné.

Už to zahájení. Přijíždíme k jakési továrně, ze které se vyklubal kulturní stánek. Jak je celkem časté – vypadá to hnusně, jako něco, co je potřeba opravit, nebo raději zapálit a postavit něco úplně jiného, ale nakonec je potřeba obdivně udělat „Áááááááááá!“; protože to je umění. Před budovou stojí mikrobús s nápisem „Cirkusová škola Evangelické církve Porýní“. Vítají nás klasičtí „světští“ v uniformách s epoletami. Vyklubou se z nich studenti této církevní cirkusácké školy.

Na stěnách zbytky původního vybavení továrny – trubky a tak. Jinak velký sál a v něm tak 50 stolů, u každého 6 židlí, na stolech svícny se svíčkami. Program se skládá z proslovů politických i církevních potentátů, které jsou prokládané cirkusovými čísly lepých děvčat zavěšených na laně či žonglujících s obručemi a další kulturní lahůdky. V pauzách hraje pohodový jazz. Ještě, že vedle mne sedí profesor z rumunské teologické fakulty, kterému to připadá právě tak prapodivné, jako mně. Absurditu téměř hmatatelnou glosuje velmi trefně: „O hladu se lépe poslouchá s plným břichem“. Program to byl krásný a zábavný, ale jako zahájení Synodu prazvláštní.

Na stole ležely mochně (židovská třešeň) – tak jsem svým spolustolovníkům vysvětloval, že to je „fysalis“, co se za velké peníze prodává v obchodech a že se to dá jíst. A oni na to, že ne, že to jedovaté. Já na to, že je to obchodnická propaganda, aby to lidé nepěstovali doma, ale kupovali v obchodě. A abych demonstroval svoji pravdu, tož jsem jich tam pár snědl – a pak na google zjistil, že to fakt není to samé. A že to fakt – tedy nezralé – jedovaté je. Naštěstí, když je to zralé, tak leda na průjem. No – ta mladá paní z Hamburku to jedla také... Ale druhý den jsem jí viděl a žije. Dokonce se smála... Průběžně jsme se potkávali i v dalších dnech – tak jsem jí vysvětlil, že Google a Wikipedia jsou pod vlivem velkokapitálu, který s touto komoditou obchoduje, a proto tam záměrně falšují informace. Smála se, takže jí určitě špatně nebylo.

Po této suma sumárum nadmíru dobré zábavě jsme tedy jeli autobusem do hotelu. Nemám problémy s usínáním a tak jsem i v autobuse okamžitě usnul – a když jsem se probudil, byli jsme v garážích a já byl v autobuse sám...

Tak jsem šel hledat řidiče, ten na mě koukal jak zjara. Už měl vyndaný tachograf, napsané kilometry... Tak jsem se ptal, jak je to daleko k hotelu. a on, že docela dost. A pak přišel nějaký jiný řidič a svým autobusem mě odvezl. Fakt to mohlo být tak 5 kilometrů, nehledě na to, že bych samozřejmě vůbec netušil, kudy jít.

A pak že jsou církevní jednání nuda...!

J. F. P.

STATEČNÁ ŽENA

„Ženu statečnou kdo nalezne? Je daleko cennější než perly.“ Přísloví 31,10.

Často jsem slyšel při různých zamyšleních o mužích a ženách, že ideální žena je statečná, jak je vylíčená v Příslovích. Cíl, ke kterému má žena směřovat, je jednání vyjádřené v třicáté první kapitole, druhé části. Pak jsem uslyšel člověka, který tento text kritizoval, což mne přinutilo se nad ním detailněji zamyslet. Výsledek? Ano, žena statečná a morálně silná je ideálem. Ne ale ta, která je vylíčená v Přísloví. Doba se změnila.

Co rozumím statečností, popřípadě morální silou? Především duševní a duchovní boje. U ženy statečné se mluví především o pracovitosti, ta je u ní opěvována. Jistě, lenost není dobrá. V době sepsání textu nebylo jednoduché přežít, což nám dnes již nehrozí. Můžeme se obávat ale něčeho obdobného. Jak Kateřina Lachmanová krásně vystihla, lenost má dvě tváře. Jednu typickou a tu druhou zasazenou v opačném extrému – přepracovanost. V dnešním světě, kde je na člověka kladeno vždy více nároků, než může splnit, je druhá podoba lenosti stejně nebezpečná jako ta první. Ba dokonce se opovážím říct, že nebezpečnější. Líná a nespokojená žena rozhodně není výhra. Je proto třeba říct, že je někdy správné vstávat za noci a dát potravu svému domu, ale stejně správné je v noci spát! V textu není nikde zmíněno, že by si statečná žena odpočinula, četla si knížku, viděla se s manželem, povídali spolu o blbostech, koukali na seriál na pokračování, sportovali, nebo aby si vzala na pár dní dovolenou, odjela na duchovní soustředění či se viděla s kamarádkami. Kdy má čas na sebe, aby se radovala, opečovávala a byla sama sebou? V jednom kázání o ideální ženě statečné dnešní doby je napsané, že „vychovává děti a od nejzazšího rána do noci obstarává potřeby rodiny a blízkých.“ No potěš koště. A kdy škrábe svého manžela na zádech?

Být duševně v pořádku, být přátelský, milující a hodný je někdy namáhavější, než usilovně pracovat. Druhé Ježíšovo přikázání je milovat bližního svého jako sám sebe a abych mohl myslet na ostatní, tak musím myslet i na sebe. Tímto nechci nijak shodit mnohou práci, která je konávána nejen v rodině a většinou za ní stojí právě ženy. Bez některých nutných prací nemůže život pořádně existovat. Často – ne vždy – nestojí volba mezi základními potřebami rodiny a blízkých, ale mezi nastavbami života.

Je pěkné, že žena statečná má oděv z jemného plátna a šarlatu, sama osází vinici či si vyhlédne pole a získá je. Je chvályhodné, že pamatuje na utištěné a pomáhá ubožákovi. Výborné je, že žena vystupuje jako potenciální zdatná podnikatelka – plátno dodává kupci a okusí, jak dobré je její podnikání. Ukazuje to, že z hlediska výživy rodiny může žena fungovat stejně jako muž. To vše je ale až nastavbou a nemá zabraňovat životu a duševnímu zdraví. Píše-li se, že její svítilna nezhasne ani v noci, tak mne to děsí – s takovouhle manželkou bych moc hodin nenaspal. Je-li psáno: „Statečně si vedly mnohé dcery, ale ty je všechny předčíš.“, tak by silný ironik dodal, že svoji neustálou prací leda tak do hrobu. Zopakuji – mým cílem zde není pohanět práci, která je konaná a sama o sobě je dobrá, ba často přímo výborná a potřebná. Mám ale dojem, že ženy mají často pocit, že nedostávají ideálu ženy statečné a tak pracují do úmoru. Mají dobrou kariéru, pracují ve sboru nebo pomáhají potřebným, ale stejně nejsou přesvědčené, že jsou skutečně užitečné, že za něco stojí, mají cenu a jsou milované. Ne na základě toho, co dokázaly, jaké vztahy udržely a jaké jsou, ale na základě toho, že zkrátka jsou a že se k tomu ostatní rozhodli. Mám dojem, že teprve pokud je (nejen) žena spokojená, dokáže odpočívat a přiznat, že je někdy slabá i že se bojí budoucnosti, pak teprve může nastoupit to, co Bůh připravil. A umožňuje tím ostatním, aby neměly pocit, že spoustu věcí nestíhají či nejsou dostatečně dokonalé, ale zároveň je nijak neodrazuje od toho, aby šly dál.

Někdo by řekl, že toto je i častým problémem mužů. Je to možné, ale zde se mluví o ženě statečné, a proto jsem se primárně vyjadřoval – i jako muž – k ženám. Chtěl bych vyzvat ty, kterým se tento můj text nezdá, aby na něj zareagovaly. Zajímají mne argumenty z opačné strany a rád bych vyvolal diskuzi. Poslední poznámka: Nesnažím se vyložit text doslova tak, jak byl napsán. Snažím se vyložit jeho smysl. Zajímalo by mne třeba, kdyby některá žena napsala, v čem vidí svoji statečnost v každodenním životě.

Jakub Drápal

PŘISTĚHOVALCI

Eliška Adamcová se vrátila z Řecka, kde se zúčastnila pomoci ilegálním imigrantům. Vyprávěla o tom mládeži, napsala článek do Brány.

To mi připomnělo rozhovor, který se odehrál přesně před rokem. Na návštěvu k nám přišla bývalá ředitelka Radia Sarajevo, nyní novinářka a rozhlasová redaktorka. Strávily jsme (tedy ona a čtyři členky branického Babince) krásné odpoledne u kávy a moučnicku, hovořily jsme o Babinci, o branickém sboru, o vánocích, o nácviku vánoční hry, o tom, jak to bylo za našeho mládí. Dodatečně jsme zjistily, že redaktorka se nezapře – část rozhovoru natáčela a udělala z toho reportáž pro Senior klub ČRo Regina.

Pro dnešek je ale důležité to, co nám vyprávěla ona. O tom, jak před dvaceti lety přišla s dalšími utečenci z obleženého Sarajeva do Československa. Nevěděla, kde bude bydlet, co bude dělat. Byla úplně závislá na pomoci druhých. Měla jen to, co měla na sobě a co se vešlo do tašky.

Tehdy měla štěstí. Potkala řadu lidí, kteří jí přinesli oblečení i všechno, co potřebovala k životu, a hlavně, kteří ji vzali mezi sebe a nekoukali na ni skrz prsty. Dodnes na ně vděčně vzpomíná.

Třeba bude někdo vděčně vzpomínat i na Elišku.

RČ

DO ŘECKA ZA UPRCHLÍKY

Dlouholetým problémem, kterému čelí Evropská unie, a tím i každý její členský stát, je příliv ilegálních migrantů ze zemí mimo EU. Jsou různé cesty, kterými imigranti do EU přichází. Nejvyužívanější z nich je cesta letadlem – migranti přiletí s platným cestovním vízem, ale v EU zůstanou i po vyprchání víza. Mnozí další přichází po zemi nebo lodí po Středozezemním moři. V roce 2012 se počet ilegálních migrantů, kteří vstoupili na území EU jinak než letecky, odhadl na 72 000. Více než 50 % z nich přišli „východní středozemní cestou“, která vede z Turecka přes Řecko a Balkán dál. Nejčastěji tudy přichází obyvatelé Afghánistánu, Sýrie a Bangladěše. Další hojně využívanou cestou je „centrální středozemní cesta“ vedoucí ze severu Afriky do Itálie. Tudy přichází obyvatelé Somálska, Tuniska a Eritrey.

Na konci října jsem měla příležitost jet na 10 dní do Řeckého přístavu Patra pracovat právě mezi migranty snažící se ilegálně dostat do Evropy. Ve skupině 12 lidí jsme jeli pod vedením českého misionáře Ondřeje (kvůli bezpečnosti nepoužívá celé jméno), který dlouhodobě pracuje s cizinci v České republice a zároveň pravidelně organizuje cesty mezi imigranty v Řecku, Bulharsku či Rakousku. Cílem cesty bylo vyhledat ve městě Patra místa, kde se uprch-



líci zdržují, navázat s nimi kontakt a nabídnout jim věcnou a psychickou pomoc a podporu. Cílem také bylo upevnit vztahy s místním evangelickým sborem, který se rozhodl s uprchlíky pracovat, a v jejich činnosti je povzbudit.

Město Patra je jednou z hlavních „přestupních stanic“, kam přichází migranti z Afghánistánu, Bangla-

děše, Sýrie a Íránu. Ti do Evropy přichází z různých důvodů – společenských, ekonomických, náboženských. Pokud se jim podaří dostat se ve městě Patra nepozorovaně na nákladní loď, pokračují do Itálie a pak dále do Evropy. Dostat se z Patry úspěšně někam dál může trvat týdny, měsíce, ale i roky. Uprchlíci jsou při svých pokusech často chyceni a vráceni do Řecka nebo jsou uvězněni. Podmínky, ve kterých ve městě přežívají, jsou dost zdrcující – prázdné tovární haly, polorozpadlé domy, vybydlené byty. Tito lidé mají velmi malou šanci na to, že si najdou práci. Přivydělávají si pouličním prodejem drobností nebo prací v zemědělství. Přežívají ze dne na den. Přežít jim pomáhá vzájemná soudružnost – žijí ve skupinách, kde si pomáhají, dělí o jídlo, o zkušenosti. V městě Patra není nikdo, kdo by s uprchlíky systematicky pracoval (na rozdíl od Atén, kde působí různé místní i zahraniční organizace). Přijíždějí sem čas od času dobrovolníci ze zahraničí. To je ale jen jednorázová pomoc. Povzbuzujícím je, že jsou alespoň dva sbory (o kterých jsem slyšela), které se na pomoc uprchlíkům zaměřují. Město samotné proti uprchlíkům tvrdě zakročuje, ať už formou policejních razíí či demolováním jejich přístřeší a míst, kde se sdružují. Město má kolem 170 000 obyvatel. Je těžké odhadnout, kolik je zde uprchlíků. Číslo je velmi proměnné v závislosti na ročním období nebo na tom, ve kterých dalších městech či zemích jsou pro uprchlíky příznivé podmínky pro pobyt. Slyšela jsem odhad, že by ve městě mohlo být kolem 2000–3000 uprchlíků.

Z Čech jsme pro uprchlíky dovezli oblečení, deky, spacáky a hygienické potřeby. Vezli jsme také peníze ze sbírek, za které jsme pak uprchlíkům nakupovali jídlo, a zásobu Nových zákonů v perštině. I naše mládež se do sbírky

zapojila a podařilo se vybrat docela dost jak oblečení, tak i peněz. Samotná práce vypadala tak, že jsme se rozdělovali do menších týmů a procházeli městem. Při tom jsme se dávali do řeči s uprchlíky, na které jsme narazili. Během rozhovorů jsme se domluvili, že bychom je přišli navštívit do místa, kde bydleli. Tam jsme pak buď ještě ten večer nebo druhý den vyrazili s autem a dovezli oblečení a jídlo. I když šlo jen o malou pomoc v porovnání s tím, co by skutečně potřebovali, pomoc vítali. Otevíralo nám to k nim dveře a pomáhalo budovat jejich důvěru. Takto jsme navštívili třeba nefungující továrnu, kde žilo asi 60 lidí, zdevastovaný byt s přibližně 10 obyvateli nebo starou loď, kde pobývalo 7 lidí. Mluvili jsme s nimi o tom, proč utíkají, kam se chtějí dostat, jaké jsou jejich sny, jak vše zvládají. Všichni z těch, se kterými jsme se setkali, projevovali velikou radost z toho, že jim někdo naslouchá, že se o ně někdo zajímá. Asi to nejhorší, čemu tito lidé čelí, není ani tak nedostatek jídla, přístřeší nebo jiných materiálních věcí (ačkoliv i to je závažné), je to ale zejména ztráta lidské důstojnosti, ztráta hodnoty jako člověka. Tito lidé jsou místní společností opovrhováni. V lepším případě jsou přehlíženi, v horším se stávají terčí rasisticky motivovaných útoků. Jsou vnímáni jako plevel naplavený z východu, který tu nemá, co dělat.

Při své práci jsme mimo jiné navštívili Evangelický sbor v Patře. Zúčastnili jsme se jejich modlitebního setkání, které mívají (stejně jako my) každé úterý. Byli jsme pozvaní také na večeri pro uprchlíky, kterou organizují vždy ve středu. Zájemci mohou po večeri zůstat na biblickou hodinu. Byli jsme pozvaní, abychom během večere představili Českou republiku. Přítomným, kterých bylo asi 20, jsme zazpívali chvály (česky a persky) a pak s nimi hráli hry – karty, Člověče nezlob se atd. Rozdávali jsme jim dovezené Nové zákony. Ti, kdo na biblickou skupinku chodili pravidelně, i ti, kdo tam třeba byli poprvé, si Zákony rádi vzali.

Byl to poměrně krátký čas, který jsme v Patře strávili. Vlastně toho ani nebylo moc, co bychom udělali nebo s čím bychom pomohli. Přesto ale věřím, že tato cesta měla smysl. Kromě velkého množství modliteb, které jsme za místní uprchlíky a místní církve vedli, mělo smysl povzbuzení, které jsme se sebou přivezli (jak pro uprchlíky, tak pro navštívený sbor). Jsme všichni součástí jednoho světa, kde si musíme navzájem pomáhat. V rámci církve to platí obzvláště. Jsem moc ráda, že jsme během této cesty mohli uprchlíkům ukázat, že není jedno, jakými problémy a těžkostmi prochází, že v Božích očích mají jejich životy velkou hodnotu. Pro nás všechny jako křesťany je velikou výzvou, jak na příliv cizinců (zejména z muslimských zemí) do Evropy (a tedy

i Česka) budeme reagovat; budeme-li to vnímat jako ohrožení či jako příležitost. Děkuji sboru za podporu, díky které jsem se cesty mohla zúčastnit. Budete-li kdokoli mít zájem si o této cestě se mnou popovídat, neostýchejte se za mnou přijít nebo mi napsat na: eliska.adamcova@gmail.com.

Eliška Adamcová



Křest

První adventní neděli byli pokřtěni na víru rodičů dva malí chlapci:

- *Vítězslav Jáchym* – syn Matouše Jáchyma a Barbory Janotové
- *Jonáš Horký* – syn Jana Horkého a Miriam Horké, roz. Antoňové

Sestra Alenka se přestěhovala



Alena Chvátalová
Domov důchodců
Mirovická 1024/19
Praha 8-Kobylisy
606 839 385

NEPÁLSKÝ STUDENT – 2. DOPIS

Draží přátelé, sponzoři z Prahy,

30.9.2013

Zdravím vás ve jménu našeho Spasitele Pána Ježíše Krista.

Vzdávám dík našemu Bohu, že mi dává tuto příležitost, abych vám mohl napsat dopis a pozdravit vás. Studium na této škole Presbyterian Theological Seminary mi jde dobře a raduji se z milosti Boží v každém dni. Doufám, že i vám se daří dobře, je to tak? Denně na vás vzpomenu během svých osobních modliteb; kéž vám Bůh ve všem požehná.

Jak již víte, jsem v prvním semestru a v současné době jsme již jeden předmět v tomto semestru skončili, a to hermeneutiku. Učil nás přednášející z Holandska, který tu byl jako host jen omezenou dobu, a nakonec jsme dělali i zkoušku. A představte si, přátelé, že jsem s pomocí Boží získal z tohoto předmětu při zkoušce nejvíce bodů z celé třídy. Tento předmět mne totiž opravdu nadchnul. Náš učitel nás učil mnoho způsobů, jak interpretovat Bibli. Jeho způsob vyučování byl výborný, škoda, že už odjel, je mi to líto. Další předměty, které máme, jsou homiletika, teologie, evangelizace.

V den výročí nezávislosti Indie (pozn. škola je v severní Indii) probíhal na naší škole kulturní program. Protože na škole jsou studenti z různých míst, každý mohl předvést nějaké věci typické pro jeho národnost, oblast či kmen. A tak zde byly ukázkou různých tanců, zpěvu písní krátkých hraných scének, různých druhů jídla či oděvů. My, Nepálci jsme hlavně zpívali a tančili. Byl to hezký den, užili jsme si i hodně legrace.

Protože velmi rád zpívám, vstoupil jsem také do školního sboru. Cvičíme zpěv nových písní jednou týdně.

Prosím, modlete se za mne, aby mi dal Bůh schopnosti dostát všem povinnostem zde na škole, abych dobře pokračoval ve studiu.

Ještě jednou vám děkuji za vaši pomoc, že mohu být v tak skvělém místě a studovat. Děkuji vám za vaše modlitby.

Budu se denně za vás všechny modlit.

váš bratr v Kristu
Daud Tamang

POZVÁNKY

Tradiční vánoční hra pro děti i dospělé

NEJVĚTŠÍ VÁNOČNÍ PŘEKVAPENÍ

na motivy knihy Barbary Robinsonové



- Chicago padesátých let, kostel kdesi na předměstí. Přípravy na vánoční besídku jsou v plném proudu.
- Dámy z dobročinného spolku pečou dobroty, v nedělní škole se nacvičují vánoční koledy a všichni hledají co nejroztomilejší miminko, které by představovalo Ježíška v jeslích. Nečekané události však dodají představení dobře známého betlémského příběhu překvapivý spád...
- V branické vánoční hře hraje 42 amatérských hereček a herců od 4 do 80 let.

Přijďte se podívat – a možná i zažít své vánoční překvapení.

KDY? Neděle 22. 12. 2013 ve 14 a 16 hodin

? KDE? Kostel Českobratrské církve evangelické v Praze 4 v Braníku

UKÁZKA ZE HRY:

Farář: *Víte, děti, já myslím, že bude nejlépe si to přečíst rovnou z Bible. Kdepak to máme...? I stalo se v oněch dnech... To jsme četli... Aha, tady. Vstoupil pak i Jozef do města Davidova, kteréž slove Betlém, aby zapsán byl s Marií, zasnoubenou sobě manželkou těhotnou. I naplnili se dnové a Marie porodila Syna svého provorozeného, a plénkami ho obvinula, a položila jej v jeslích, proto že neměli místa v hostinci...*

Olli: *A co to je ten hostinec?*

Leopold: *To je něco jako hotel, kde můžou lidi přenocovat, chápeš?*

Olli: *Jaký lidi? Ten Ježíš?*

Klaus: *To jsi upad, ne? Ježíš se ještě nenarodil. Marie a Josef tam šli přenocovat!*

Leopold: *Jakže se jmenovalo to, do čeho to mrně položili?*

Paní Johnsonová: *Jesle, to je taková bedna na krmení zvířat.*

Evženie: *To jako chcete říct, že ho strčili do bedny na krmení? A co tomu říkála sociálka?*

Hedvika: *A co bys asi dělala ty, kdybys měla malý dítě a neměla pro něj postel?*

Evženie: *My jsme tě položili do šuplete od psacího stolu.*

Paní Johnsonová: *Tak vidíš! Neměli jste pro Hedviku postýlku, a proto jste museli použít něco jiného.*

Ralf: *No, jo, my jsme jednu měli. Jenže v tý byl ještě Olli a nechtěl z ní ven. Prostě o Hedviku nestál. Vzpomínáš si, jak jsi nemoh Hedviku ani cejtit?*

Hedvika: *Jak, jako nemoh cejtit? Co si to dovoluješ?*

Farář: *Hedviko, nech toho a sedni si. Prostě Marie s Josefem dali malého Ježíše do jeslí. I zavinuli ho do plenek... A hle, anděl k nim přistoupil a jas Páně je obestřel. Přišli mudrcové z východu, padli na kolena a klaněli se mu. Darovali mu zlato, kadidlo a myrhu...*

Leopold: *Co je to za krámy?*

Farář: *Vzácné oleje a vonné pryskyřice.*

Hedvika: *Olej! Fuj! Takovej lakomej král, přinese s sebou dar normální olej! To člověk dostane lepší dárky i vod Armády spásy!*

Braník Open

S rokem 2013 se rozloučíme bohoslužbami v 16 hod.
Po jejich ukončení neodcházejte – bude pro vás připraveno přátelské posezení – včetně občerstvení.

Veleváženému publikumu i ctěným zájemcům o vlastní vystoupení
dovolujeme si oznámit, že půlkulatý

5. ročník

převeleúspěšného kulturního počinu, jenž se zove

BraníXobě

proběhne v našem kostele krátce po skončení bohoslužeb dne

12. 1. 2014

Svých 10 minut slávy může při této příležitosti prožít každý z Vás!

POZVÁNKA NA 15. SBOROVOU DOVOLENOU V TERMÍNU OD 16. DO 23. SRPNA 2014

Sborová dovolená se uskuteční v jižní části Šumavy v rekreačním středisku Olšina na břehu stejnojmenného rybníku. Ubytování budeme v několika objektech v jednom areálu: v hotelu Michala, chatě Lesanka, ve zděných chatkách a v ubytovně Šumava.

Podrobnosti o středisku najdete na www.vls.cz/olsina.

Případné dotazy zodpoví Zdena Kučerová – mobil 605 860 534, e-mail z.kucerova.branik@volny.cz.

Pozvánku a formuláře přihlášky najdete na židli v předšní kostela.

Závazné přihlášky je nutno odevzdat co nejdříve! Po naplnění pro nás rezervovaného počtu míst, budou další přihlášení vedeni jako náhradníci.



Chata Lesanka

OBSAH 12/2013

Vítejte	2
Pravidelný sborový program	
O čem jednalo staršovstvo	3
Zápis z 741. schůze staršovstva z pondělí 9. 12. 2013	
Úvodník	4
Rozhovor s Věrou Novotnou	6
Knihy, které stojí za přečtení	8
John a Stasi Eldredgeovi: Láska a boj; J. Křivohlavý: Není radost jako radost	
Bubnování II	11
Tentokrát s farářem Leonardem Tecou	
Usmějte se	12
Ze Synodu Evangelische Kirche in Deutschland	
Statečná žena	13
Zamyšlení Jakuba Drápala nad textem Příklad 31,10	
Přistěhovalci	15
Článek naší misionářky Elišky Adamcové	
Dvě zprávy	18
Křest a nová adresa Alenky Chvátalové	
Nepálský student – 2. dopis	19
Pozvánky	20
Obsah a tiráž	23

BRÁNA

měsíčník pro členy a příznivce sboru ČCE Praha-Braník

XIX. ročník, číslo 12/prosinec 2013

Vychází každou 3. neděli v měsíci

Redakce: Růžena Černá

Redakční rada: Jiří Holý, Jarmila Čierná, Jaroslav F. Pechar, Aleš Drápal

Sazba: Miloš F. Pechar

Redakční uzávěrka časopisu je vždy 2. neděli v měsíci,
příspěvky předávejte redakční radě nebo e-mailem: mscerny@volny.cz

Přejeme čtenářům Brány, aby se v příštím roce měli alespoň tak dobře, jako letos

Pokud se náhodou v končícím roce nestačili řídit doporučeními MUDr. Hnízдила „Jak ve zdraví přežít rok 2013 (a nejen ten)“, můžete to napravit v roce 2014:

- Nevěřte slepě lékařům. Naslouchejte signálům těla. Nemoci vám hlásí, že tímto způsobem už dál žít nemůžete.
- Převezměte zodpovědnost za své zdraví. Nespoléhejte na zázraky medicíny. Restart už se nemusí podařit.
- Žádná instituce vám klidné stáří nezajistí. Pečujte o své rodiče. Vychovávejte své děti k tomu, aby pečovaly o vás.
- Nespoléhejte na peníze. Udržujte dobré vztahy rodiny a přátel. Mějte rádi nejen sebe.
- Zkuste žít alespoň jeden den bez elektrospotřebičů. Pokud kolaps nastane, budete připraveni.
- Neposlouchejte projevy politiků. Šíří zdraví nebezpečné emoce. Když se objeví na televizní obrazovce, přepněte na přírodovědecký program.
- Chraňte životní prostředí tak, jako byste chránili sami sebe.
- Práce, která přináší uspokojení vám a prospěch co největšímu počtu lidí, je nejzdravější.
- Zdravá strava sama o sobě nestačí. Neméně důležité je, kdy, jak a s kým si jídlo vychutnáte. Občasný půst vám prospěje.
- Sportujte pro radost. Nechoňte se. Stejně se nedohoníte.

