

eTabiřa

3/2012

„Doufám, že máte pravdu, ale z lékařského hlediska je to nemořné.“

Přiběh Margreet ten Pierick a jejího syna

„Vše se změnilo jediným okamřikem ...“

Vypráví šampion olympijských her

„Mnoho lidí se v dnešní době dostává do finanční tísně.“

Finance patří k řivotu



Obsah

Pro Tebe a o Tobě

- [5.](#) str. Síla a důstojnost jsou jejím šatem
[25.](#) str. Módní koutek I
[19.](#) str. Aby nám nepraskaly paty

Ty a svět okolo

- [12.](#) str. Finance - Požehnané finance (čeština/angličtina)
[14.](#) str. Finance - Příklad života Johna Rockefellera
[15.](#) str. Finance -Potřebujete úvěr? Dobře zvažte, kde si jej vzít.
[17.](#) str. Deprese - poznat a pochopit

Můj příběh

- [8.](#) str. Bůh je věrný – svědectví Margreet ten Pierick
[6.](#) str. Modlitba šampiona
[10.](#) str. Babička Ludmila vypráví
[11.](#) str. Pozdravy z Filipín 5

Dobré čtení

- [28.](#) str. Na schodech (báseň)

Představujeme

- [4.](#) str. Milena Krumphanzlová – korektorka a redaktorka Tabity
[26.](#) str. Nehemie
[27.](#) str. Zverme Vás

Cestománie

- [23.](#) str. Podunajská cyklostezka

Jak na to

- [20.](#) str. Podzim na zahradě
[24.](#) str. Výroba slaměných závěsů

Receptárium

- [22.](#) str. Jak vařit, když rostou houby



***Síla a důstojnost je jejím šatem,
s úsměvem hledí vstříc příštím dnům.
(Příslaví 31:25)***

Vydává: Tabita ČR o. s., kolektivní člen KMS.

Redakční rada: Alena Šelongová, Luba Šťastná,
Milena Krumphanzlová, Jana Nogová
Grafická úprava: Alexandra Šillerová

Jazyková korektura: Věra Dvořáková, Milena Krumphanzlová
Překlady: Milena Krumphanzlová, Janka Nogová
Expedice: Michaela Šťastná

Adresa: Havlíčkovo nám. 548, 28401 Kutná Hora
email: etabita@etabita.cz
IČO: 22756787

Číslo účtu: **2900233343/2010**

Za obsah odpovídá autor článku
Použité fotografie jsou ze soukromých sbírek a Stock.XCHNG
Vaše reakce, dotazy, připomínky
posílejte na adresu etabita@etabita.cz

Časopis si můžete zdarma objednat na adrese www.etabita.cz
nebo na adrese expedice@etabita.cz

Velice děkujeme za každé povzbuzení i za každý finanční dar.
Je to pro nás velmi důležité.
Pokud chcete přispět na vydávání časopisu Tabita, můžete poslat
svůj dar na uvedený účet. Jakákoliv částka je nám pomocí.





... nevím, kam jsem to uložila ... hledám ... já vím, že spěcháme ... ještě chvíli ... to není možné, vždyť vím, že to tady bylo ...

Kolik z nás prožívá tyto chvíle vypětí, kdy oči popírají to, co ví mozek, mozek říká - dala jsem to tam, ale oči to nevidí. Možná to neprožíváte, prostě máte všechno na svém místě. Byla bych moc ráda, kdybych věděla, jak to děláte, ale u mě to prostě nejde.

Psací stůl je přeplněn složkami, které mají tendenci sklouzávat, další štos papíru, to jsou přichystaná kázání, další dopisy, na které je třeba odpovědět, další ...

Mohla bych vyjmenovávat další a další důvody, proč to tam leží a zabírá místo.

Prostě nemám čas. Část vytřídím a během toho se mi nakupí další štos či štůsek, který začnu posouvat, překládat, dávat do složek.

V počítači se mi na ploše kupí další dokumenty, dopisy, které čekají na odpovědi, nutné vyřizování pro úřady, nepřeložené dopisy ze zahraničí, přeložené dopisy ze zahraničí a mohla bych jmenovat další a další. V pořádku mám snad jen fotky, ty si na složkách datumuji a velmi ráda si je prohlížím. To je můj relax. Cestování, rodina, děti, vnučátka, sbor, Tabita, Aglow ... Ráda se k nim vracím, možná proto je mám v pořádku a přehledně zařazené.

Uvědomila jsem si, že tak to chodí i v životě. Co máme rádi, to máme v pořádku, ale co s tím, co zase až tak „nemusíme“, a přece s tím je třeba něco udělat? Začnou se nám hromadit nevyřešené věci, které z jakéhokoli důvodu odsouváme, až nás časem začnou tlačit, nebo nás dokonce přerostou a pak už nemáme chuť něco s nimi dělat. Ze začátku nevidíme problém v tom, že je neřešíme, ale časem narostou, ztrácíme přehled a už nemáme sílu je řešit. Naučila jsem se jednu dobrou věc. Zálžitosti, které se dotýkají mého ducha, duše a časem

i těla se snažím řešit hned. Posílám je nejbližší cestou nahoru, ještě nad lety letadel a dráhy satelitních družic, tam, kde vím, že nezapadnou a že řešené budou. A odtamtud mi nazpět chodí moudrost, síla, trpělivost a pokoj - a to jsou nejlepší atributy k řešení našich problémů tady na zemi.

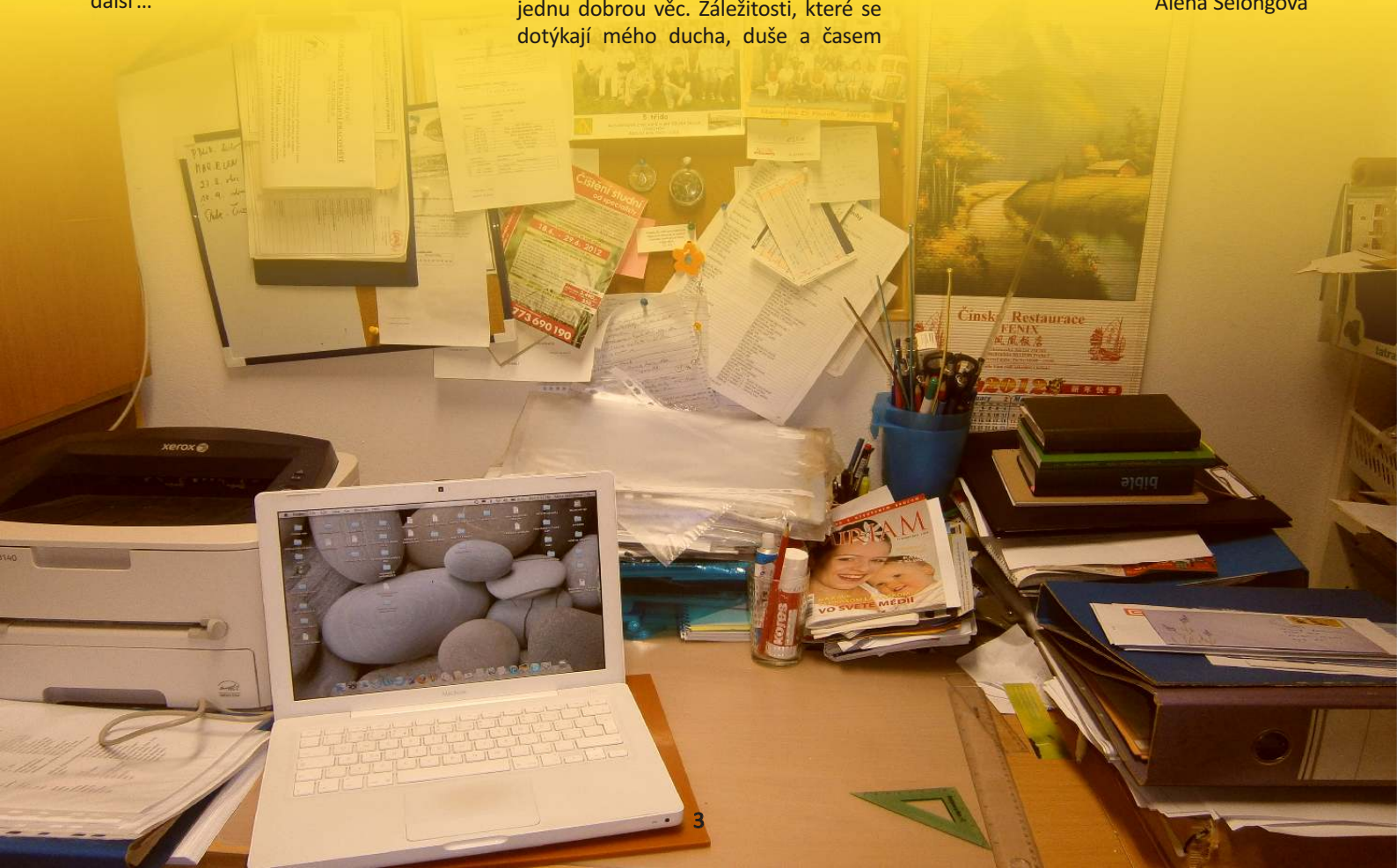
A tak milé čtenářky, nehromadte si nevyřešené problémy, ale snažte si své srdce a svou mysl udržet čerstvou a radostnou, i když vaše oči kolem vás vidí něco jiného. Mám to vyzkoušené, jde to, ale zase mi nejde něco jiného. Nevadí, vždyť vím, že nemůžu všechno znát, všechno vědět a všechno umět.

Vím však, že jdu po cestě, po které nejdu sama, ale kromě své nejbližší rodiny mám toho nejlepšího přítele, který mne miluje, zná mou budoucnost, mé slabiny i přednosti, a který mi podává ruku, aby mne provedl skrze těžké chvíle mého života. Mám Ježíše Krista a to je to nejlepší.

Málem bych zapoměla, máme narozeniny, HURÁ, Tabitě je jeden rok.

Ať se vám líbí i nadále, ať vám přináší radost, poznání a zpestření do vašich životů.

Z celého srdce přeje
Alena Šelongová





Ptáme se Mileny Krumphanzlové



Aby se Tabita dobře četla, nestačí starat se jenom o to co, ale i jak je to napsáno. Jazykovým „dozorcem“ a korektorem časopisu je Milena Krumphanzlová. Položili jsme jí několik otázek:

Co můžeš o sobě říct? Čím se nejčastěji zabýváš?

Pocházím ze Žďáru nad Sázavou, několik let jsem studovala a žila v Praze a před více než čtrnácti lety jsem celkem snadno přesvědčila manžela, rozeného Pražáka, abychom opustili velkoměsto a zakotvili v Kutné Hoře (asi Boží vůle:-)). Tam se nám narodily i naše dvě dcery (14 a 12 let). V otázce mých zájmů mám celkem jasno – v mém osobním erbu by se určitě objevily tři věci: květina, kniha a hadr na podlahu. Poté, co jsem již konečně zapoměla na nenáviděné okopávání brambor a jednocení mrkve na zahradě mého dětství, se ve mně naplno probudila zahrádkářská vášeň, ovšem pouze k okrasným dřevinám a květinám na své vlastní zahrádce. Na mém nočním stolku rovněž nikdy nechybí knížka – nejčastěji od anglosaských autorů. No a moje pořádkumilovnost nutně vyvažuje zcela odlišné záliby ostatních členů rodiny.

Denně stojíš před třídou plnou studentů, navíc jsi pedagog, to je ten zlý. Naučilo tě tvé zaměstnání něčemu?

Naučilo mě především dvěma věcem, které se zdají být v protikladu: sebejistotě a pokoře. Není možné stoupnout si před třicet ambiciózních a ve svém věku logicky velmi kritických gymnazistů a nevěřit, že mám na to je nejenom zvládnout, ale i upoutat a něčemu je naučit. Zároveň však nesmím ztratit rozumnou dávku sebereflexe a ve chvíli, kdy je to třeba, uznat svoji chybu a umět se studentům i omluvit. Obecně mi velmi pomohla zásada – co očekáváš od ostatních, očekávej hlavně sama od sebe.

Tvůj obor je čeština a angličtina. Můj pocit je, že angličtina je u mladých

populární, ale čeština dostává na frak. Je to tak? Jaký je vztah dnešních mladých například k literatuře?

Motivovat ke studiu angličtiny je opravdu mnohem snazší, ale obojí v sobě zahrnuje práci se slovem, s jazykem. Je to dřina naučit studenta dívat se na knihu jako na svébytný svět stvořený a rafinovaně poskládaný ze slov a vět. Studenti by se ve studiu literatury často rádi omezili jen na seznam, kdo co a kdy napsal, ale pozorná četba, to je opravdu dobrodružná výprava, často na dlouhou trať, což se dnes moc nenosí. Ale zůstávám lehce optimistická, vždy se ve třídě nějaké bílé vrány najdou.

Pro Tabitu píšeš, děláš jazykové korektury, podílíš se na sestavování obsahu, vše bez nároku na honorář :-). Je toho hodně. Co tě vedlo k této ochotě?

K Tabitě mě přivedla zcela jednoduše a přímočaře Luba Šťastná (redaktorka), která mě jednoho dne požádala o jazykovou korekturu několika článků. Já jí vyhověla a tak začala nosit další a další. A je to tak dobře, ať každý slouží tím, co alespoň trochu umí.

Je to pro tebe odpočinek nebo dřina?

Čím víc nad tím přemýšlím, tím více mám na jazyku stručné: no comment. Bystrý čtenář to lehce dešifruje z odpovědi na následující otázku :-)

Jak odpočíváš?

Můj životní rytmus do značné míry určuje průběh školního roku, během kterého se vyčerpávám převážně psychicky (k fyzickým trestům jsem zatím nepřistoupila a vzhledem k mé tělesné konstituci by to nemuselo tváří v tvář teenagerům dobře dopadnout), proto

pro mě odpočinek znamená hlavně čistou hlavu a jakákoli smysluplně vynaložená fyzická práce (např. kuchtění na táboře, natírání plotu, houbaření – i když tam je to vzhledem k nejistému výsledku ne vždy smysluplné, rýpání se v hlíně, zalévání truhlíků, ale i například vyhřívání se na slunci a prožívání příběhů mých oblíbených literárních hrdinů).

Můžeš nám prozradit tvé nejoblíbenější:

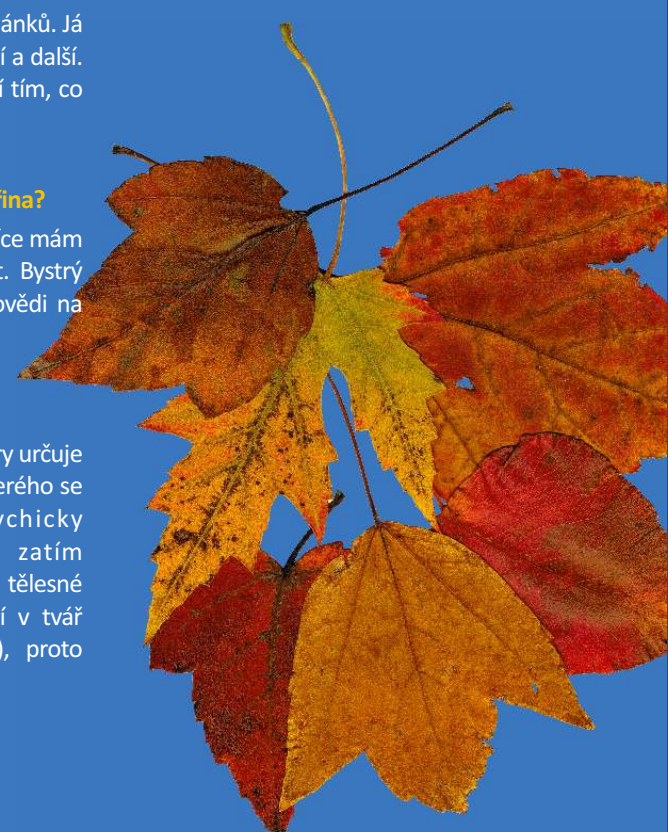
Jídlo – to, které nemusím sama vařit :-)

Barva - vínová

Místo – moje postel, uvědomím si to vždy, když se vracím ze stanového tábora

Hudba – jakákoli, pokud má zajímavý a inteligentní text a alespoň náznak melodie, jako např. bratři Ebenové

Druh zábavy – cokoli aktivního – cestování, kolo, kolečkové brusle, plavání atd. K občasně lítosti zbytku rodiny nevydržím dlouho nic nedělat a tuto představu ráda vnucuji i ostatním.



Síla a důstojnost jsou jejím šatem

Mám statečnou ženu. Není velká, ani silná, ale je úžasně statečná. Ne že by se nikdy nebála, ne že by nikdy nebyla unavená, ale je statečná. Já si myslel, že žena má být něžná a jemná, ale ne statečná. Statečná a silná žena ve mně vyvolávala představu mužatky, která silou vládne svému choti. Postupně mi dochází, že žena musí být silná. Jinak by nemohla zvládnout to, co pro ni Pán Bůh připravil.

V Bibli se píše o statečné ženě, která je cennější nad perly. V popisu takové ženy je i toto: Síla a důstojnost jsou jejím šatem, s úsměvem hledí vstříc příštím dnům (Př 31,25). Tak jsem si přiznal, že žena může být silná a přitom vznešená zároveň. A dokonce tomu tak má být. Síla a důstojnost (vznešenost) jdou ruku v ruce. Taková žena pak může hledět do budoucnosti s úsměvem. A to i v případě, že se jí nedaří, lidé si jí neváží, nebo když už jí tvář pokrývají vrásky a zdraví neslouží. Jak však dosáhnout toho blaženého stavu síly a důstojnosti?

V textu se píše o tom, že tyto dvě věci jsou šatem. Šaty se oblékají na tělo a tyto šaty se mají oblékat na duši. Je to vědomí moci a vědomí vlastní hodnoty, které nejsou závislé na okolnostech a na řečech a postojích okolních lidí. Nebojte se, nenabádám k životu v přetvářce, kdy úspěšná žena musí vždy a všude vypadat vznešeně, krásně, stabilně a přitažlivě. Nejde o nějakou masku, která by neodpovídala skutečnosti v srdci. To raději ponechám propagátorům wellness stylu a makeupovým agenturám. V hloubi duše jsem přesvědčen, že existuje vnitřní krása ženy, která i ze stařenky udělá vznešenou paní. Věřím v sílu, která se v ženě projeví ve chvíli, kdy si připadá absolutně slabá a na dně. Je to Boží moc, ze které Boží člověk může žít. Jak se do toho obléknout?

Každé ráno vstáváme a něco nás napadne. První myšlenka ovlivní celý den. Když pomyslíme na hromadu práce, kterou musíme zvládnout, pak jsme hned slabí. Když pomyslíme na

dospívající děti, umírající rodiče nebo na protivného nadřízeného, hned starosti dusí náš dech. Záleží na tom, jaký žena zaujme postoj: Jak bych se mohla usmívat, když se to na mne tak valí? Nebo naopak. Co když hned zrána pomyslím na Boha, který mne miluje jen tak, bez podmínek? Nic nechce, nic neočekává a jeho největší radostí je být se mnou a povídat si. V tom je naděje a síla mi vtéká do žil. Má mne rád. Miluje mne. Nic nemusím dělat, abych se mu zalíbila, abych si koupila jeho lásku, jeho přízeň. Je to vůbec možné? Kde mám důkaz, že mne miluje? Ježíš. Ježíš. Jak je to jednoduché. Ani se tomu nedá uvěřit. Ježíš je důkazem Boží lásky. Bůh dal svého syna, jediného syna, kterého nejvíc miloval, a poslal ho na kříž, abych já mohla žít v jeho lásce. Ano, tak to je. I kdyby mne všichni odmítli, opustili a pomluvili, když mám Boží přízeň, mohu se radovat, mám sílu a naději. Toto vědomí smím každé ráno obléknout a budu mít sílu zvládat všechny úkoly, které na mne ten den naložil. Jsou to šaty lásky, ze kterých plyne síla.

Druhá část našeho oděvu je důstojnost. I tu je možné obléknout. Nejen zdání důstojnosti, nebo dokonce pýcha na svoji přirozenou krásu či půvab, ale je to oděv vznešenosti, vědomí vlastní hodnoty. Jenže jak si mohu sama sebe vážit, když se mi nic nedaří a vypadám jako selka z patnáctého století?

Nu, pokud svoji hodnotu odvozuješ od své úspěšnosti, výkonnosti nebo od své krásy či bohatství, pak jistě budeš někdy nahá. Oděv důstojnosti, který ti Pán dává, je věčný. Tato látka nikdy nezvetší, ani ji moli neprokoušou; nemizí s tvým úspěchem a kariérou, ale obstojí i ve chvílích hanby. Jen si představ, že máš hodnotu Božího syna, Pána Ježíše Krista, kterého za tebe Bůh poslal na smrt. Jen kvůli tobě, tobě samé. A už od věků tě chtěl mít na zemi. Nejsi tady náhodou, jen proto, že nějaký muž pomiloval nějakou ženu a tak ses tu najednou vzala. Bůh o tobě věděl od věků a plánoval, že budeš žít s ním.

Podle čeho ti dal podobu? Představ si, že se všemohoucí Bůh podíval na sebe a podle sebe stvořil tebe. Možná tam byl ještě ten muž a ty jsi z jeho žebra. Ale člověka Pán stvořil ke svému obrazu. Takže se na sebe podívej a uvidíš něco z Boha a jeho vznešenosti. Když si toto připustíš a uvěříš tomu, pak můžeš obléknout důstojnost. Kdybys byla z opice, nikdy oděv důstojnosti nenajdeš. Když však v sobě spatříš Boží obraz, třebaš pošpiněný, poznáš, jak velikou hodnotu Ti Bůh dal.

Jan Hus miloval české ženy a ony jeho také. Napsal jim jeden půvabný spis s názvem Dcerka. Tam píše právě o této nekonečné hodnotě lidské duše. Proto ho ženy milovaly, protože jim dával hodnotu, která byla na středověký systém neobyčejně vysoká. Píše jim: „*To slyš, dcerko, a viz důstojenství duše své a nestrachuj se utrpení. On umřel pro tebe, umři ty hříchu kvůli němu i kvůli sobě. Zdali je malé důstojenství duše, když pro ni, aby ji spasil, Bůh chtěl být člověkem, aby člověk nějak byl Bohem? Bůh chtěl bídým v těle býti, aby člověk byl slavným. Chtěl Bůh nesmrtelný umřít, aby člověk smrtelný mohl věčně živ býti. To slyš, dcerko, a važ důstojenství duše své a chovej ji čistě.*“

(Jan Hus, Dcerka, o poznání cesty pravé k spasení, kap.7.)

Jak se dá odpovědět na takovou lásku jinak než láskou? Přijít k nohám Ježíše jako ta hříšnice v evangelijním příběhu, která se nestyděla, ale plačíc, svými vlasy otírala jeho nohy a nakonec je mazala vzácným olejem. Byl to projev prosté oddané lásky. Čistě lásky, která je protkána vděčností za přijetí. A Ježíš byl v klidu. Zákoníci se pohoršovali, že se ho dotýká zjevná hříšnice, ale Pán Ježíš byl nadšený. Věděl, že komu bylo mnoho odpuštěno, prokáže větší lásku a oddanost. A on se milovat nechal, protože sám miloval.

David Loula,
kazatel KS Žďár nad Sázavou

Modlitba šampiona

Olympijské hry 2012

Celý svět je sledoval - hrdiny olympijských her. Svůj talent, svou píli, houževnatost i vytrvalost přinášeli zužitkovat na londýnská závodiště.

Celý svět je obdivoval, když protrhávali cílové pásky, dotýkali se plaveckých bloků, když stoupali na stupně vítězů.

Paraolympijské hry 2012

Mnozí je sledovali a museli je obdivovat. Hrdinové, kteří zápasili nejen se soupeři, ale i se svým omezením. Hrdinové, kteří museli jako první bojovat sami se sebou. Nerezignovali, nevzdali se, bojovali a bojují každý den.

Přinášíme vám příběh jednoho sportovního šampiona.

Všechny národní a olympijské volejbalové týmy, ve kterých hrál profesionál Kirk Kilgour (1947–2002) z Kalifornie, si mohly být jisté svým vítězstvím. Sportovec vysoký více než 2 metry byl v USA a v Evropě nejoslavovanějším volejbalovým hráčem své doby. Kariéru „blond anděla“ nečekaně ukončil vážný úraz. Jeho nezlomný bojový duch a víra mu však pomohly znovu povstat. Svým pozitivním postojem k životu se stal pro mnohé trpící poslem naděje.

Nejlepší hráč roku

Začátkem šedesátých let jsem byl osm let členem amerického národního volejbalového týmu, byl jsem účastníkem olympiády a tři roky jsem působil v Římě jako profesionální volejbalový hráč. Náš tým vyhrál mistrovství Itálie a v roce 1975 jsem byl vyhlášen trenérem roku a nejlepším hráčem. V roce 1976 jsme opět byli první. Žil jsem životem, o jakém se druhým může jen zdát.



Ve vteřině po všem

Všechno se změnilo jediným okamžikem. Psal se 8. leden 1976. Stalo se to během tréninku italského olympijského týmu kolem čtyř hodin odpoledne. Při skoku přes kozu jsem přidal obrat, a věděl jsem: to se nepodaří. Při dopadu jsem skrčil ruce a hlavu, jak jsem to dělal tisíckrát předtím, ale tentokrát to nevyšlo. Při pádu na zíněnkou bylo slyšet

silné prasknutí jako při výstřelu a já jsem vykřikl bolestí. Od té chvíle jsem se nedokázal pohnout. Zlomily se dva krční obratle a jako 28letý jsem zůstal od krku dolů trvale ochrnutý.

Nová kariéra

Po proplakané noci jsem si uvědomil, že mám jen dvě možnosti: litovat se, nebo to proměnit v pozitivní věc ve svém životě. Krátce po této nebezpečné nehodě jsem potlačil všechny pocity sebelítosti, abych mohl dále žít. Co následovalo, byla kariéra volejbalového trenéra, reportéra v rozhlase a v televizi, spisovatele, herce, začal jsem se starat o těžce postižené. To všechno jsem dělal na vozíku, který jsem ovládal bradou. Všechno mělo svůj smysl a velmi mě to obohatilo! Kdyby mi někdo po letech navrhl: Opět smíš chodit a být normální, ale musíš zapomenout na dobu na vozíčku, nevím, zda bych to přijal. Bylo by to pro mne těžké rozhodování.



Kirk Kilgour druhý zprava s číslem 5

Posila a útěcha

Přátelé se mě ptali, jak je to možné, že jsem se vyrovnal se svým postižením, především však chtěli vědět, odkud čerpám duchovní sílu. Proto jsem zachytil svoje myšlenky na papír. Vznikla z toho krátká báseň, vlastně modlitba, která se rozšířila po školách a různých organizacích po celé Itálii. Dokonce ji vydali ve Vatikánu a po čase se stala známou i na celém světě.

Věřím, že osloví i mnohé z Vás.

Modlitba šampiona

*Prosil jsem Boha, abych byl silný,
abych mohl vykonat velkolepá díla.
A On mě učinil slabým, abych zůstal pokorným.*

*Prosil jsem Pána, aby mi dal zdraví,
abych dokázal plnit velkolepé úkoly.
A On mi dal utrpení, abych dokázal utrpení
lépe pochopit.*

*Žádal jsem ho o moc, aby mě lidé potřebovali,
a On mě pokořil, abych byl ten, kdo potřebuje je.*

*Prosil jsem Boha o všechno,
abych si mohl vychutnávat život.
A On mi daroval život, abych byl se vším spokojený!*

*Pane, nedostal jsem nic z toho, oč jsem prosil,
ale Tys mi dal všechno, co jsem potřeboval,
takřka proti mé vůli. I prosby, které jsem ani nevyslovil, byly vyslyšeny.*

*Děkuji Ti, můj Pane!
Ze všech lidí nikdo nemá to, co mám já.*

Kirk Kilgour

Bůh je věrný

– svědectví Margreet ten Pierick

Dnes brzy odpoledne jsem měla telefon, byl to můj syn, který mi zavolał, aby se zeptal, jak se mi vede. Možná vám to vůbec nepřipadá vzrušující, ale mně rozhodně ano. Dovolte, abych vám řekla proč.

Můj syn se narodil týden poté, co se jeho tatínek, můj manžel, utopil při nehodě člunu. Stalo se to po deseti měsících manželství. Měla jsem velice komplikovaný a těžký porod a v důsledku toho se mi narodil syn, který byl vážně postižený, jak tělesně, tak i mentálně.

Když mu bylo 18 měsíců, udělali mu vyšetření EEG, což je způsob, jak zjistit intenzitu mozkové aktivity. Ukázalo se, že tato aktivita je minimální a některá místa v mozku dokonce nevykazovala aktivitu žádnou. V důsledku toho mi bylo nabídnuto, že mého syna umístí do zařízení pro zaostalé děti, protože nebude nikdy schopen nic pochopit, dokonce ani nedokáže odlišit svou matku od ostatních lidí. Přesto jsem si nechala syna doma a pečovala o něj. Je to přece můj syn – tedy moje zodpovědnost!

Jak určitě chápete, byla to velice těžká doba, ztratila jsem manžela a můj syn byl těžce postižený, ale co bylo nejhorší, ztratila jsem víru v Boha. Byla jsem vychovávána tak, abych věřila, že všechno pochází od Boha, jeden z kazatelů mi dokonce řekl, že Bůh si určitě myslel, že jsem velice dobrá matka, když mi svěřil tak postižené dítě. První, co mě napadlo, bylo: „Kéž by Bůh neměl o mně tak vysoké mínění a daroval mi zdravé dítě.“ Kvůli tomu všemu, co jsem prožívala, jsem



usoudila, že jelikož si Bůh vzal mého manžela a dal mi postižené dítě, nemůže být milujícím Bohem, když mi dělá všechny tyto věci.

Nepřestala jsem chodit do sboru, ale něco ve mně zemřelo. Nedokázala jsem Bohu již důvěřovat, ale zároveň jsem nevěděla, jak bez něj dokážu žít.

Když byly mému synovi asi dva roky, do našeho města přijel evangelista a nabízel službu uzdravování. Věřila jsem, že Bůh může uzdravovat, protože Bůh dokáže všechno, ale jaký má smysl prosit Boha, aby mého syna uzdravil, když to byl On, kdo jej stvořil jako nemocného?

Ovšem nějak mi to nedalo a šla jsem na první shromáždění, kde bylo řečeno, že jestli máme nějaké otázky, máme přijít další večer. A já otázky měla, a nejenom to, zoufale jsem toužila po odpovědích.

Přišla jsem tedy i další večer a položila jsem evangelistovi otázku: „Jestli je Bůh tak dobrý, proč zabil mého manžela a dal mi postižené dítě?“ Odpověděl mi, že to všechno chápu špatně, a poukázal mi na verš z Jana 10,10, kde je napsáno, že ďábel přichází, aby zabíjel a ničil, ale Ježíš přišel, abychom měli život a měli jej v hojnosti. Byla jsem překvapená, protože v mé církvi se o ďáblu nikdy nemluvilo a já jsem nevěděla, že může ovlivňovat můj život a životy ostatních.

Toho večera jsem začala hledat pravdu s otevřenou myslí. Pamatuji si, že evangelista mi dal knihu „Uzdravování nemocných“, kterou napsal T. L. Osborn. Celou jsem si ji přečetla a najednou všechny kousky skládačky do sebe krásně zapadly. Uvědomila jsem si, že to nebyl Bůh, kdo to způsobil. Často obviňujeme Boha z věcí, které On nikdy neudělal. Nyní vím, že nemoc nikdy nepřichází od Boha, naopak, je to nepřítel, který se nás snaží zničit. Bůh nás miluje a chce, abychom měli život v hojnosti. On zná i cesty nepřítel, a proto nám dal svoje Slovo a jméno Pana Ježíše, které máme používat jako zbraň proti ďáblu. Kristus, který je v nás, je mocnější než nepřítel, ale my se musíme naučit postavit se proti nepříteli ve jménu Ježíše. Když jsem se

to všechno dozvěděla, naplnilo mě to nadějí a také svobodou, abych se modlíla za uzdravení svého syna. Bylo toho ještě hodně, co jsem se musela naučit, ale začala jsem s tím, co jsem věděla.

Byla to však dlouhá cesta. Všechno to začalo okamžikem, kdy mi bylo řečeno, že můj syn nebude nikdy mluvit. Tehdy jsem bez přemýšlení odpověděla lékaři: „Můj syn se narodil, aby chválil Pána, a proto potřebuje hlas, a tudíž bude mluvit.“ Vzpomínám si, s jakým soucitem se na mě ten muž podíval a řekl: „Doufám, že máte pravdu, ale z lékařského hlediska je to nemožné.“ Mému synovi bylo pět let, když začal mluvit, a mluví dodnes!

Když mu bylo sedm, sám od sebe se rozhodl na jednom shromáždění, že potřebuje Ježíše, šel dopředu, a když se ho kazatel zeptal, co chce, odpověděl: „Chci Ježíše“. Cestou domů si pak prozpěvoval: „Jsem tvoje dítě, Ježíši, jsem tvoje dítě.“ Věděl přesně, co toho rána udělal, že se stal dítětem Božím. Myslím, že to byl celkem slušný důkaz jeho inteligence.

Je mnoho věcí, o kterých bych vám mohla vyprávět, například jak hraje na klávesy a zpívá písně k oslavě Pána. Vzpomínám si obzvláště na jeden den, byl ve svém pokoji, hrál na klávesy a složil si vlastní písničku o Ježíši, o tom, jaký je nádherný a jak moc nás miluje, jednoduše chválil Pána a já seděla

v obývacím pokoji, poslouchala ho a říkala Pánu: „Jsem tak požehnaná.“ A bylo to, jako kdyby mi Pán řekl: „Je to kvůli tomu, co vyznáváš.“ A já jsem musela přemýšlet: „O čem to mluvíš?“ A pak mi Pán připomněl slova, která jsem řekla lékaři: „Můj syn se narodil, aby chválil Pána.“

Jenom si to představte, slova, která jsem řekla, aniž bych o tom přemýšlela, jednoduše vyšla z mých úst, ale i tak byla dost silná na to, aby s nimi Bůh mohl pracovat. Slova jsou tak mocná a často vychází z našich úst tak snadno, slova týkající se nás samotných, našich dětí, okolností. Pamatujte na Žalm 19, kde David říká: „Kéž se ti líbí řeč mých úst i to, o čem rozjímám v srdci, Hospodine, má skálo, vykupiteli můj!“ A to je i moje modlitba za vás, aby slova vašich úst a rozjímání vašich srdcí byly přijatelné pro Pána, aby mohl použít naše slova a měnit věci, které změní potřebují.

Překlad Janka Nogová

Margreet ten Pierick přijede v říjnu do Čech. Máte výjimečnou možnost se s ní osobně setkat a dozvědět se ještě víc ze života této ženy na setkáních Aglow

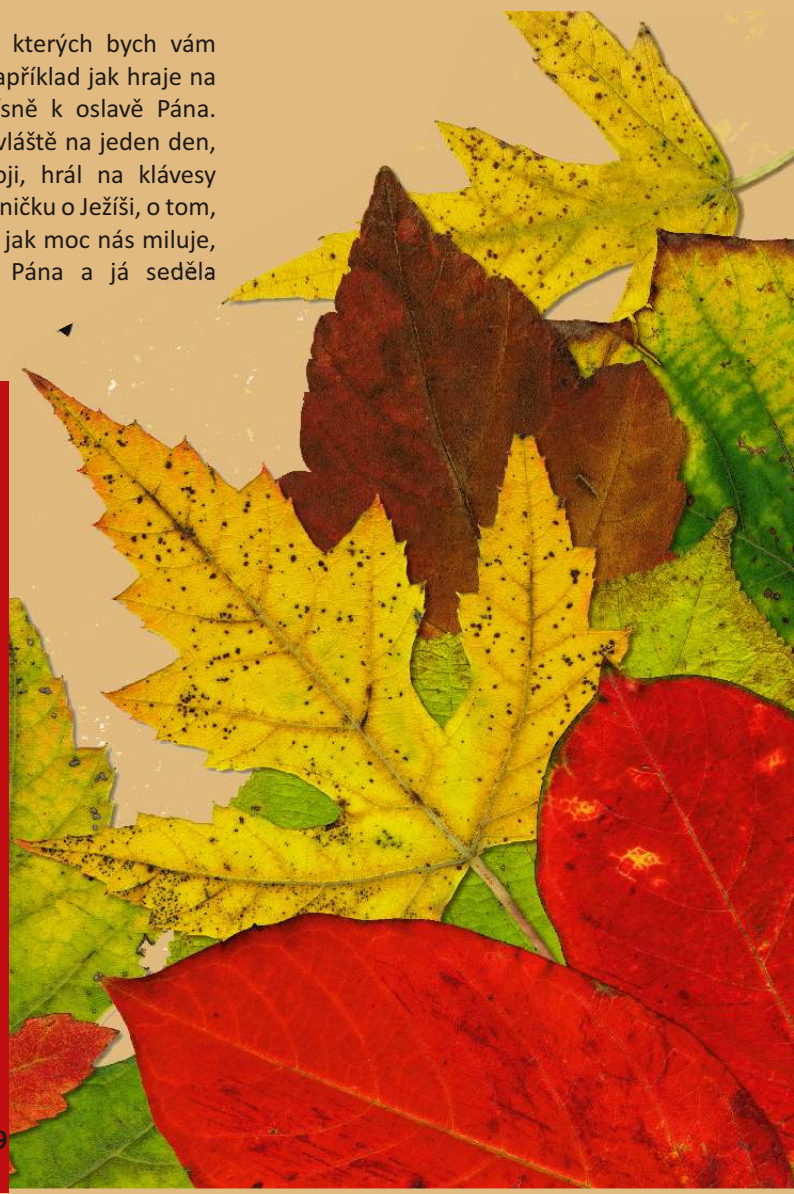
Setkání Aglow, na kterých bude sestra Margaret sloužit:

Neděle 21.10. v 16:30 hodin,
Český Těšín, Božkova 16 (bývalá synagoga)

Pondělí 22.10. v 18:00 hodin, Šumperk,
modlitebna BJB, M. R. Štefánika 10

Úterý 23.10. v 17:00 hodin,
Pardubice, budova Saleziánů, středisko Don Bosko,
Zborovské náměstí

Čtvrtek 25.10. v 19:00 hodin,
Kutná Hora, Trebišovská 611, klub SAM (bývalá MŠ Pleas)



Babička Ludmila vypráví



Při našem posledním rozhovoru jsme skončily u chvíle, kdy za tebou bylo studium na gymnáziu a úspěšné přijetí na medicínu. Mezitím tě ale ještě čekaly prázdniny.

Ano, přede mnou byly celé nádherné dlouhé prázdniny. Na Hrubé Lhotě se poprvé pořádal dětský tábor. Tam jsem se jela starat o mladší dívky. V té době byl na Valašsku americký misionář Stefan Torbico. Velmi se mne dotýkalo jeho konstatování, že je sice mnoho lidí, kteří přinesou Pánu Ježíši svá břemena, složí u něho svůj hřích a přijmou odpuštění, ale svůj život si drží dál pevně ve své ruce, sami ho organizují a řídí.

Tehdy jsem se sama sebe ptala: Co já? Kdo určil, že půjdu do Brna studovat medicínu? Kdo určil, že půjdu do Afriky za panem doktorem Schweitzerem? Vypadá to tak zbožně, ale je to Boží vůle? A jsem hotová přijmout jako Boží vůli cokoliv?

„Pane Ježíši,“ modlila jsem se, „buď vládcem mého života.“

Tak se stalo. Pán na to nezapomněl, i když já občas ano.

A změnilo to nějak tvá rozhodnutí a plány? Co bylo dál?

Po návratu z tábora byla první biblická hodina, kterou jsem navštívila, zrovna první úterý v měsíci, takže modlitební hodina za misii. Bratr kazatel Trnka večer nakonec dodal: „Mám spojení s řadou misijních ústavů a biblických škol. Co kdyby někdo z mladých využil svobody a šel se připravit na misijní službu?“

Odjakživa jsem ráda organizovala životy druhých lidí. Jen jsme vypadli z modlitebny, už jsem věděla, kdo má jít na misii. Říkám svému spolužákovi: „To je pro tebe, Mirku!“

Moje sestra Zdenička však hned, když jsme přišly domů, začala málem plačky: „Liduško, já mám strach, že když ti to

neřeknu, Pán Bůh mi tě vezme jinak. Já si totiž myslím, že do té misijní školy máš jít ty!“

„Neboj! Po prázdninách jsme spolu v Brně! Už mi tam kamarádi z tábora na Lhotě hledají byt!“ Někde v podvědomí mi to však uvízlo, takže jaksi bezděčně ze mne jednou při rozhovoru s bratrem kazatelem vypadlo: „A na té misijní škole berou i děvčata?“

„Vy byste šla, Ludmilko? Já tam napíšu!“

Co jsem to řekla? Vždyť já tam vlastně nechci jít. Co teď? Stalo se. Jako velice lehkomyšlné stvoření jsem si říkala: „To nevadí! Když mi napřed napíšu ti moji známí z Brna, že mi našli byt v Brně, budu studovat medicínu, a když napíšu z toho Beatenbergu, tak půjdu tam. Nebudu se o to starat.“

A šlo to - nestarat se?

Právě že to nešlo. Spousta lidí se mě ptala, co budu dělat po prázdninách. Jenže já jsem najednou nevěděla. Odpověď nešla ani z Brna, ani ze Švýcarska...

Celá zmatená jsem jednou odpoledne klečela v naší malé kuchyňce a tak trochu Pánu vyčítala: „Vidíš, když jsem sama rozhodovala o svém životě, vždycky jsem věděla, co budu dělat. Teď jsem svůj život předala tobě a nevím, co dál. Vždyť už budou brzy prázdniny u konce a já tvoji vůli neznám.“

Když jsem pak otevřela Bibli, četla jsem Lukášovo evangelium, kde stálo:

„Naleznete oslátko přivázané na rozcestí, na němž nikdy žádný z lidí neseděl. Odvažte je a přiveďte je ke mně. A kdyby se vás někdo zeptal, proč je odvažujete, díte jemu: Protože Pán ho potřebuje.“ (L 19,30-31)

Bylo mi jasné, že je to můj obrázek: oslátko přivázané mnoha svazky ke své zemi, ke své rodině, ke svým přátelům a v neposlední řadě ke svým plánům, které stále chovám na dně srdce. Na rozcestí... Ty mne POTŘEBUJEŠ? Mne,

Pane Bože? Mne? Dobře. Taková čest! Pán pánů a Král králů potřebuje obyčejné děvče z Valašska?

Vlastně to ani nebylo moc divné, že v tu chvíli zaklepal bratr kazatel na dveře a v ruce třímal dopis z Beatenbergu: „Tak tady to máte.“

Tak ses tedy rozhodla jít místo na medicínu do biblické školy. Jak to přijali tvoji rodiče? Muselo to být pro ně dost těžké.

Také že bylo. Museli si ujasnit svůj vztah k té jiné cestě dítěte, které od dětství tvrdilo (až na ty pubertácké plány být parašutistkou nebo něčím jiným dobrodružným), že bude paní doktorkou. Myslím, že maminka s tím byla dříve hotova, tatínkovi to nějaký čas trvalo. Jenže jednou se zpívala ve shromáždění ta má osudná píseň „Vezmi, Pane, život můj...“ a v ní: „Vezmi lásky mé si květ, vezmi, co je tvého, zpět...“ a tatínek věděl, že musí také dát své „ano“.

A tak 7. února 1948 odcházela mladá Ludmilka do neznámé země se zaslíbením:

„Hospodin pošle anděla svého s tebou a šťastnou způsobí cestu tvou.“ Gn 24,40

Příště se dozvíme, co ji tam čekalo.

Ptala se Luba Šťastná

Pozdrav z Filipín 5

Pravidla sousedského soužití po filipínsku

„Mohu si půjčit hrábě? Musíme dát do pořádku kus travnaté plochy, kterou máme před domem,“ obracím se tímto dotazem na americký misionářský pár, který bydlí ve stejném areálu školy. „Můžeš,“ odpovídá LaVonne. „A víš, jak s tím zacházet?“ Všimla si mého překvapeného výrazu a hned začala vysvětlovat. „Protože Filipínci nepoužívají nářadí 'ze západu,' nevědí, jak se s tím má správně pracovat, a když si něco půjčí, tak to zničí.“

„Neví, jak se používají hrábě?“ zní moje otázka. „Nejen hrábě,“ odpovídá. „Třeba nůžky na živý plot používají na sekání trávy,“ pokračuje. „Dokonce jsou schopni je zabodnout do země a nechat je tam do druhého dne.“ Překvapeně hledím a zjišťuji, jak je naše kultura odlišná od té zdejší.

Jednou jsme byli pozváni na první narozeniny syna našich sousedů. Nevěděli jsme, jak taková narozeninová oslava probíhá. Koupili jsme malý dárek, na oslavě udělali pár fotek, ze kterých jsme pak sestavili prezentační video. CD s videem a fotkami jsme přinesli o týden později jako projev vděčnosti za pozvání a pohostinství na oslavě. Za pár dnů nám na oplátku přinesli velkou tašku našeho oblíbeného ovoce - manga. Poděkovali jsme, ale přesto jsme nechápali, proč nám to dali.

Za nějakou dobu jsme zjistili, že v místní kultuře platí nepsané pravidlo: Pomůžeš druhému, pomůže ti také. Dáš něco druhému, dá ti něco na oplátku. Zprvu jsem si myslela, že je to velmi hezké, ale na druhou stranu jsem si uvědomila, že je to bič, který tě neustále udržuje v „pohotovosti“ a nikdy nevíš, kdy je tvůj „dluh“ splacen.

Pravidlo bratrského soužití, které Bible popisuje je jednoduché ‚Miluj svého bližního jako sám sebe.‘ (Mat. 22:39). Pomoci druhému a nečekat, že ti druhý pomůže; dát a nečekat nic na oplátku, to je opravdový projev Boží lásky k bližnímu. Bible nás na mnohých místech vybízí milovat své bližní. Jak můžeme milovat své bližní, když lásku neprojevíme skutkem?

Rutik



Blessed finances

Požehnané finance



What does it mean to have a blessed financial life?

To live a life with a blessed economy is not necessary always equal with having a lot of money in your pocket! It can be many different ways the blessings show up. It can be the washing machine last way beyond expected life for a washing machine without any repair bills, the car runs perfect even though being old and having many miles on the speedometer, and everybody says it should not be able to. That is also to have a blessed economy!

If you want to live a life with financial blessing, I believe there is only one certain way that will last even through the toughest recession; to follow the guideline of all guidelines, namely the Word of God. In the book of Malachi chapter 3 verse 10 where it says; "Bring all the tithes into the storehouse..." and later it continues "...and try me now on this. Says the Lord of hosts, if I will not open for you the windows of heaven and pour for you such blessing that there will not be room enough to receive it." (New King James' version).

Money can be some of the hardest to give away, no matter if you have much or less money. Often we think that if we just had more money, we would come through life in a good manner. But the world of today shows us, that all things can be turned around over night – including our financial situation. The instability in the finances in the entire world today is vast, and all you have tried to save can be worthless tomorrow. We know many that overnight have lost all their savings due to bankruptcy and recession.

The only safe key we have is then the Word of God and His instructions for our finances. His Word lasts forever. His advice stands through any storm and recession. . And His best advice to us regarding handling our finances well, is to tithe to His Kingdom, either it be to a church, a missions work or likewise.

We as family have lived after these instructions for decades now. Also we have taught our children to do likewise. Our motive was to live right with God and honour Him by living an obedient life to His commands. The blessings that cannot be bought by money has been the most precious; peace in the heart and home, joy, protection, rest etc., but also we have so often experienced his timely blessings as well: I have had to get a new job a couple of times, and each time I have got a job with less stress, but a higher pay check!

Co to znamená žít finančně požehnaný život?

Žít v materiálním požehnání nelze vždy ztotožňovat s kapsami plnými peněz. Požehnání se může projevit mnoha dalšími způsoby, například vaše pračka slouží mnohem déle, než je její životnost, aniž byste museli platit za opravy, auto i přes své stáří jezdí skvěle, i když už má hodně najeto a každý říká, že už by mělo být nepojízdné. To všechno také představuje finanční požehnání!

Věřím, že chcete-li zažít finanční požehnání, existuje pouze jedna konkrétní cesta, která vás provede i tou nejtěžší recesí; dodržovat zásadu nad zásady – Boží slovo. Ve 3. kapitole knihy Malachiáš v 10. verši se píše: „Přineste celý desátek do skladu ...“ a pak následuje „a vyzkoušejte mě takto, praví Hospodin zástupů, zdali vám neotevřu nebeské průduchy a nevylijí na vás požehnání, dokud nebude dostatek.“ (Český studijní překlad)

Darovat peníze je v dostatku i v nouzi vždy nejtěžší. Často si myslíme, že kdybychom měli více peněz, procházeli bychom životem snadněji. Ale v dnešním světě se může přes noc vše obrátit – včetně naší finanční situace. Finanční nestabilita celého dnešního světa je natolik velká, že vše, co jste se snažili naspořit, může být zítra bezcenné. Známe mnohé, kteří následkem krachu a recese přes noc přišli o všechny své úspory.

Jediným bezpečným klíčem je tedy Boží slovo a jeho pokyny pro naše finance. Jeho slovo platí navždy, jeho rada přečká každou bouři a krizi. A jeho nejlepší radou pro nás ohledně zacházení s penězi je, abychom dávali desátky pro Jeho království, ať už prostřednictvím církve, misionářské práce či čehokoli jiného.

Naucili jsme tomu také naše děti. Naším motivem bylo žít v pravdě před Bohem a vzdát mu čest tím, že budeme poslouchat jeho přikázání. Požehnání, které nelze získat penězi, je to nejzácnější; pokoj v srdci i v domě, radost, ochrana, odpočinek atd., ale také jsme často zažili mnohá pozemská požehnání: několikrát jsem změnila zaměstnání a pokaždé jsem dostala práci méně stresující, ale s větší výplatou!

As I shared, we have taught our children to live the same lifestyle as we do by tithing. Some years ago our son gave a promise to God about giving a certain amount to a certain need in the church. Shortly after, his computer broke down. Now he had to make a decision; should he use the money he had promised God for a new computer, or keep his promise to God?! He decided to keep his promise to God and gave his promised amount to the church. The day after a person came and gave him a brand new computer! This person felt God had spoken to her, to buy this computer for our son. God never fails His Word.

The list of experiences like these goes on and on. I could tell so many great testimonies of God's blessings and provision to us, but why not try it out yourselves!? His promises are for you as well.

Lisbeth Hyldgaard

Jak jsem již uvedla, naučili jsme i naše děti dávat desátky. Před pár lety náš syn slíbil Bohu, že daruje určitou částku na určitou potřebu v církvi. Krátce poté se mu rozbil počítač. Nyní se musel rozhodnout; má peníze slíbené Bohu použít na nový počítač, nebo má dodržet slib Bohu? Rozhodl se svůj slib dodržet a daroval slíbenou částku církvi. Den na to k němu přišla jedna žena a darovala mu zcela nový počítač! Cítila, že jí Bůh řekl, aby koupila počítač našemu synovi. Bůh vždy stojí za svým slovem.

Seznam podobných zážitků by byl dlouhý. Mohla bych vyprávět mnoho úžasných svědectví o Božím požehnání a jeho zaopatření, ale proč to nezkusíte sami? Jeho zaslíbení jsou platná i pro vás.

Překlad Milena Krumphanzlová



Příklad života Johna Rockefellera – nejbohatšího člověka všech dob

Narodil se roku 1839 a od šestnácti let pracoval jako pomocný účetní. Hned od první výplaty se rozhodl dávat církvi část svého platu. Nejprve to bylo 6 %, od dvaceti let 10 %.

Celý život byl členem místního baptistického sboru, kde sloužil jako pokladník, starší a také vyučoval biblické základy. Řekl: „Naučil jsem se dávat desátky, když jsem byl chudý, abych byl zvyklý dávat, až budu bohatý.“

Ve svém sboru se setkal s člověkem, který mu poradil, aby investoval do ropy.

Ve třiceti letech se stal prvním člověkem, který vydělal jeden milion dolarů.

Ve třiatřiceti letech se jeho společnost (Standard Oil) stala největší společností na světě.

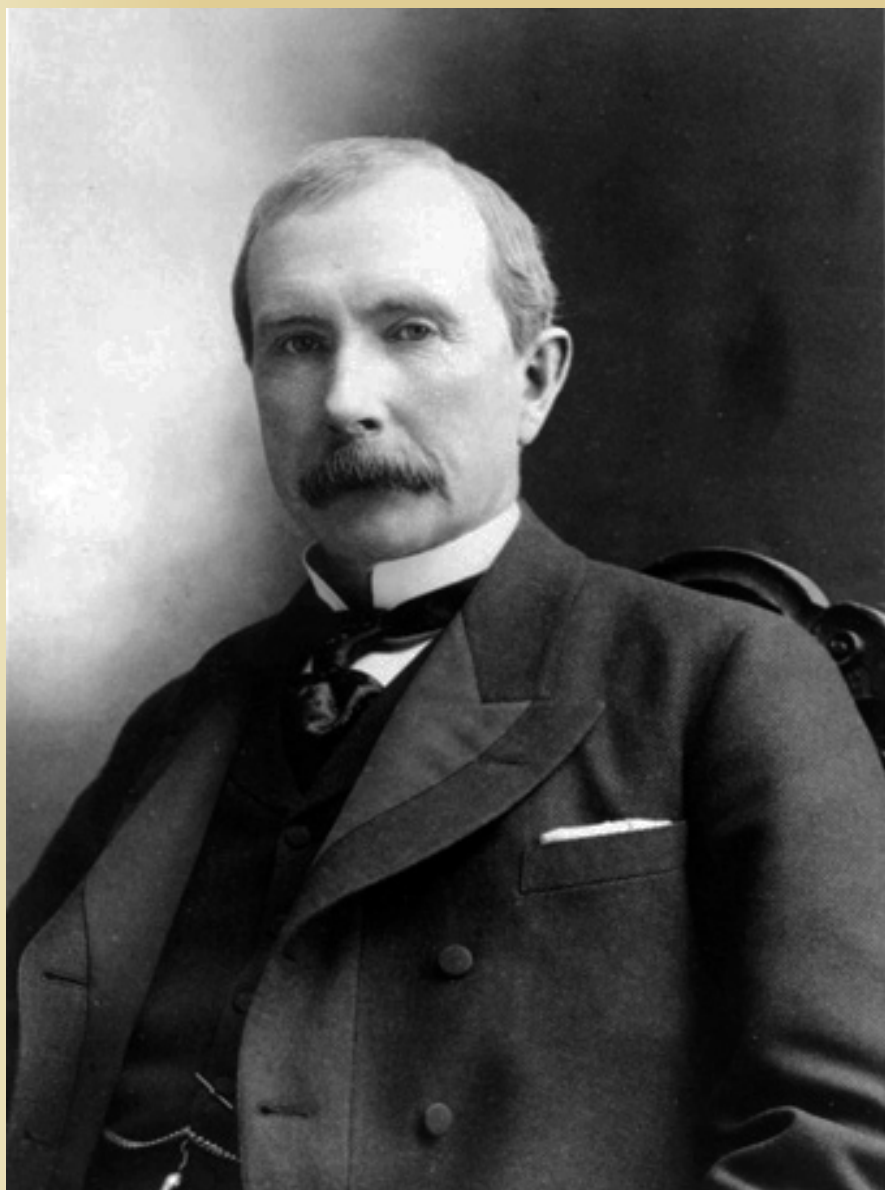
V padesáti třech letech měl 1 miliardu a týdně mu přibýval další milion dolarů.

V devadesáti letech jeho osobní majetek činil cca 200 miliard.

V době, kdy roční HDP Spojených států činilo 24 miliard, se na tom on sám podílel cca 1,4 miliardy. Takový podíl neměl od té doby nikdo jiný, ani Bill Gates.

Z jeho životopisu: „Náboženství bylo hlavní silou jeho života a on věřil, že je také hlavním důvodem jeho úspěchu. Říkal: BŮH MI DAL PENÍZE. A neomlouval se za to.“

V třiapadesáti letech onemocněl těžkou nemocí a lékaři mu dávali deset měsíců života. V noci se modlil: „Co mám, Bože, dělat, co mám změnit?“ A Bůh mu odpověděl - „Tolik toho máš! Je tolik hladových, nemocných, potřebných. Otoč své dávání a dávej 90 % a deset si nech.“ Vstal a udělal to - stavěl kostely, platil misionáře, bojoval proti hladu, stavěl nemocnice, školy... A nezemřel, ale žil! Dožil se devadesáti osmi let! Celkem rozdal 550 mil. dolarů.



V osmdesáti šesti letech o sobě napsal:

I WAS EARLY TAUGHT TO WORK AS WELL AS PLAY (od malička mne učili, abych si hrál i pracoval)

MY LIFE HAS BEEN ONE LONG, HAPPY HOLIDAY (můj život byl jeden dlouhý, šťastný svátek)

FULL OF WORK AND FULL OF PLAY - (plno práce a plno zábavy)

I DROPPED THE WORRY ON THE WAY - (po cestě jsem odhodil starosti)

AND GOD WAS GOOD TO ME EVERYDAY (a každý den byl Bůh ke mně dobrý)

Naučil se dvě věci - tvrdě pracovat a věřit celým srdcem Bohu.

A tomu se musíme celý život učit i my!

Potřebujete úvěr? Dobře zvažte, kde si jej vzít

Půjčku můžete někde splatit i bez sankcí, u jiné společnosti naopak zaplatíte obrovské sumy. Jak vybírat úvěrovou společnost a jak poznat lichváře?

Mnoho lidí se v dnešní době z různých důvodů dostalo nebo dostává do finanční tísně – ztrátou zaměstnání počínaje a touhou po věcech všeho druhu, jako jsou DVD, televize, sportovní vybavení nebo dovolené na splátky, konče. Nejhorší je pak splácení starých dluhů novými, kdy se lidé dostávají do dluhové pasti, ze které je těžká cesta zpět. A tak někteří řeší problém hotovostní půjčkou peněz, kterou nabízejí inzeráty v novinách, časopisech, televizích a na internetu.

„Peníze hned, na ruku a bez potvrzení příjmu či kontroly bankovního registru,“ lákají nadpisy a upoutávky lidí bez finančních prostředků. Je to velice silné pokušení, můžeme-li dostat hotovost na ruku doma v obývacím pokoji a nikdo se nás na nic neptá.

Než se však rozhodneme pro hotovostní půjčku, měli bychom si odpovědět na tři otázky, abychom si finančně ještě více neublížili a nesesdli na lep možným lichvářům:

1. Skutečně potřebujeme tu věc, po které toužíme?

Nejde jen o uspokojení náhlé touhy, která brzy pomine? Dnešní svět je postaven na slovese MÍT: dluží jednotlivci i stát. Ale měli bychom žít s tím, na co máme, a ne s tím, co chceme. Tady je jeden případ z praxe.

„Jsou lidé, kteří se dostanou do dluhů kvůli alkoholu, drogám, nočnímu životu, jiní kvůli náhlé ztrátě nastaveného standardu - a najednou není z čeho platit hypotéku a auto. U mě šlo o shodu tří okolností: nezodpovědnost, jistá neschopnost hledět do budoucna snoubená s velkou touhou po určitých věcech a neostré lokty, nezkušenost, respektive zneužitelnost. Nezodpovědnost byla například příčinou toho, že jsem nakonec zaplatil přes 40 tisíc korun na pokutách Dopravnímu podniku Praha. Neschopnost plánovat život se projevila v nákupech CD. Vrcholem bylo, když jsem svou největší vánoční

odměnu 10 tisíc korun (v devadesátých letech) nechal celou v prodejně cedéček – chvilkovou radost vystřídala nepříjemná nejistota, pocit toho, že jsem udělal něco špatně. Dnes mám doma přes 1000 originálních CD. Neostré lokty vedly k tomu, že jsem v práci jezdil vlastním autem, které jsem sám splácel, a ještě doplácel na benzín na služební cesty, protože mi limit nestačil. Pracoval jsem osm let jako sportovní redaktor. Tato loajalita se zaměstnavatelem mě měsíčně stála přibližně dvě třetiny mého čistého platu. Následovala změna práce – realitní makléř – to slibovalo lepší zisky. Koupil jsem si lepší auto, ale opět ojeté a hned druhý den skončilo v servisu. Oprava stála 30 tisíc korun – tehdy jsem platil horským kolem,“ popisuje své zkušenosti David ze Středočeského kraje.

2. Kolik si půjčit?

Měli bychom si půjčit tolik, kolik dokážeme splácet. Každý z nás má jiná měřítká, někdo si raději ani nepůjčí, protože má panickou hrůzu z dluhů, jiný si půjčuje vesele od každé úvěrové společnosti a je přesvědčen, že to stále zvládne. Pak může přijít konec v podobě dluhové pasti. Obecný princip je následující: 25 % z čistého příjmu rodiny nebo jednotlivce by měly tvořit nejen splátky, ale i ostatní zajištění osob a majetku či spoření. Zbývajících 75 % pak zůstane na spotřebu, jako jsou náklady na bydlení, potraviny, doprava, školné, ale i koníčky a dovolené. Pokud je hranice 25 % překročena, začíná to být první vážný příznak budoucích finančních problémů. V naší zemi chybí tak zvaná finanční gramotnost – naši předci si dokázali vést s obyčejnou tužkou v ruce a sešitem domácích účtů, zapisovali si příjmy i výdaje a hlídali si příjmovou i výdajovou stránku.



3. Od koho si peníze půjčíme?

Pokud si finanční hotovost půjčíme od banky, která má bankovní licenci České národní banky, bez níž nemůže na území České republiky podnikat, máme záruku dozoru státu nad podmínkami úvěrové smlouvy. Podmínky jsou tedy předem garantovány a jsou v souladu s běžnými zvyklostmi na bankovním trhu. Znamená to také, že úroky jsou přiměřené, přibližně do 20 % p. a. U některých bank lze i bez sankce půjčku splatit.

To znamená nesáhnout hned po první nabídce, projít si podmínky smlouvy a zjistit možnosti, jaké na trhu jsou, třeba prostřednictvím dobrého konzultanta.

Můžeme si za to sami

K problému lichvy lze jenom dodat, že kdyby nebylo poptávky, nebylo by ani nabídky. Je tedy skutečně velmi důležité si rozmyslet, jestli peníze potřebujeme, kolik dokážeme splácet vzhledem k běžným výdajům, od koho si je půjčíme a za jakých podmínek. Podmínky jsou tím nejdůležitějším, co určuje, zda uvízneme v pasti možného lichváře, či nikoliv.

Pokud si smlouvu včas důkladně prostudujeme, v budoucnu pak nebudeme vystaveni skutečností, se kterými jsme podpisem smlouvy sice souhlasili, nicméně které jsou pro nás jednostranně nevýhodné a s jejichž dopady na naši finanční stabilitu se potom budeme dlouho potýkat. Jde například o rozhodčí doložku. Pokud řešíme finanční situaci, měli bychom navštívit finančního odborníka – konzultanta, který má o finančním trhu přehled a který nám dobrou radou může do budoucna ušetřit nejen hodně peněz, ale i starostí.

10 znaků, jak poznat lichváře

1. Půjčování malých částek v řádu tisíců či desetitisíců.
2. Půjčování bez potvrzení příjmů pouze na dva doklady totožnosti.
3. Půjčování bez ručitele i bez dostatečných příjmů, tlak na nepřiměřené zajištění úvěru nemovitostí i u nízkých částek.
4. Půjčování bez prověření solventnosti klienta v bankovním registru.
5. Půjčování rychle – peníze ještě dnes.
6. Půjčování za poplatek předem.
7. Půjčování soukromou společností bez bankovní licence.
8. Půjčování s podmínkou uzavření životního pojištění s finanční sankcí za předčasné zrušení pojistné smlouvy.
9. Půjčování v hotovosti na ruku domů bez ověření toku peněz.
10. Půjčování za RPSN nad 30 % při úrokové sazbě ČNB například 3 % (běžné příklady lichvy jsou přes 100 % RPSN).

Renata Zahrádková,
autorizovaný finanční konzultant

*Pokud máte dotazy z oblasti financí,
můžete se na ni obrátit.*

*Napište na etabita@etabita.cz,
vaše dotazy předáme.*

Deprese – 1. část: Poznat a pochopit



Co je deprese

Deprese je název nemoci, které se všichni obáváme. Právem, neboť deprese se stává typickým onemocněním naší doby. Je považována za závažný zdravotní problém, který postihuje chování, náladu, myšlení, pocity a také tělesné zdraví. A v závažných případech, nepoznaná a neléčená, to může být i nemoc smrtelná.

Čím dál více lidí si stěžuje, že jsou bez energie, mají o sobě nízké hodnocení, cítí se vyřízení a beznadějní. Deprese se stává ve vyspělých státech druhou nejčastější příčinou pracovní neschopnosti. Je to však fenomén, který byl znám již v biblických dobách - v žalmech jsou popisovány její symptomy velmi zřetelně. (viz Žalm 38 a 88)

Příznaky deprese narušují schopnost vykonávat i běžné činnosti a zabraňují mít radost ze života. Právě u této nemoci se setkáváme s řadou nepochopení v běžné populaci a dokonce i v křesťanské církvi.

Chci začít dobrou zprávou - je to nemoc léčitelná a vyléčitelná. Jde však o to, abychom ji co nejdříve poznali a měli správný postoj k lidem, kteří jí trpí. Já sama jsem to prožila, jak si můžete

přečíst v mém osobním svědectví v letním čísle Tabity (eTabita 2/2012).

Deprese se může objevit v každém věku, nejčastěji však v dospělém věku mezi padesáti až šedesáti lety. Ženy se s touto nemocí léčí přibližně 2x častěji než muži. Podle některých údajů deprese postihuje jednou za život až 20 % obyvatelstva.

Deprese je u mnohých nemocných nedostatečně diagnostikována. Nemocní buď nechtějí lékaře navštívit vůbec, anebo pokud se k tomu již odhodlají, mají tendenci spíše zdůrazňovat stesky na tělesné potíže než na poruchy nálady. Mají strach z nálepky psychické nemoci. Dnes je totiž v naší společnosti tolik lidí zamilovaných do zdaru a úspěchu, že psychické utrpení je stále považováno za něco, o čem je nejlépe mlčet. O onemocnění rakovinou se mluví snáze než o zoufalství a naprosté zdcrcenosti, které člověka při depresi pohlcují.

Deprese může potkat každého. Proto je o ní třeba otevřeně psát a mluvit.

Jak poznat depresi

Abychom mohli hovořit o depresi, depresivní příznaky by měly trvat alespoň dva týdny, a to každý den. Stav se časem nelepší, spíše zhoršuje a je

vlastní vůlí pacienta neovlivnitelný. Příznaky deprese se pouhým rozhovorem nedají odstranit. To znamená, že pacientovi jeho potíže nelze jednoduše rozmluvit.

Uvedu zde deset hlavních příznaků deprese:

1. Smutná nálada, vnitřní prázdnota, pacient se cítí zcela „na dně“. Ráno je vždy hůř, k večeru se stav pozvolna zlepšuje.
2. Ztráta radosti, zájmu nebo potěšení při aktivitách, které jsou za normálních okolností příjemné.
3. Pokles energie nebo zvýšená únavnost, celkové vysílení, ospalost během dne.
4. Ztráta sebedůvěry nebo sebeúcty, pocit ztráty smyslu, pocity bezmoci, beznaděje, pesimismu.
5. Bezpředmětné prožívání výčitek proti sobě samému nebo pocitů nadměrné nebo bezdůvodné viny.
6. Poruchy spánku a další tělesné poruchy, jako chronické bolesti podobné revmatickým, závratě, pocit tlaku či úzkosti v krku nebo na prsou, bušení srdce, bolesti žaludku, poruchy sexuálních funkcí aj.

8. Opakované myšlenky na smrt nebo sebevraždu, touha po smrti nebo i jakékoli sebevražedné či sebepoškozující chování.

9. Depresivní obsah myšlení, myšlenkové zabrzdění, neschopnost soustředit se, nerozhodnost, váhavost.

10. Změna psychomotorické aktivity ve smyslu zpomalení, u bipolární deprese střídání zpomalení s nutkáním stále něco dělat.

Když onemocní depresí věřící člověk, pak netrpí jen obvyklými příznaky, ale také (především) tím, že často prožívá velmi bolestivé selhání ve svém životě víry.

U věřících se přidávají falešné myšlenky o Bohu: „Bůh je daleko, necítím jeho

přítomnost jako dříve, nemám naději, povzbuzení od ostatních pro mě neplatí.“ Tito pacienti prožívají tíživý blud, ve kterém obviňují sami sebe ze selhání víry, vyčítají si svou nevíru, odsuzují sami sebe a depresi považují za hřích. Trpí přehnanými a neopodstatněnými pocity viny, nemožností soustředit se na modlitbu, pocity zavržení Bohem, dokonce strachem ze čtení Bible, kde se soustřeďují na odsuzující verše a neprávem si je přivlastňují.

Typický depresivní vzor myšlení tedy vypadá takto:

Negativní vidění sebe sama - jsem nemožný a bezcenný, selhal jsem, nejsem hoden Boží lásky.

Negativní pohled na okolí - všichni jsou lepší křesťané než já, nikdo mi nemůže pomoci, dokonce ani Bůh, nikoho neumím opravdu milovat a nikdo mě také milovat nemůže, dokonce ani Bůh.

Negativní očekávání budoucnosti - nemám naději, povzbuzující slova na mě neplatí, chtějí mě jen uklidnit, já půjdu do zatracení.

Uvědomění si faktu, že já nebo někdo z mých blízkých trpí depresí, je prvním krokem k léčení. Prvním, ale nikoliv nejlehčím. Chce to jistou dávku pokory, ale na druhé straně je to krok důležitý k vykročení na cestu z černé jámy beznaděje a smutku směrem k uzdravení.

Pokračování příště
MUDr. Darina Sedláčková



Aby nám nepraskaly paty

Je za námi krásné slunné léto. Jedno z nejnáročnějších období pro naše chodidla.

Kůže chodidel a zvláště pak pat je sice přirozeně odolnější a silnější než kůže na jiných částech těla, ale vlivem zhoršených podmínek, např. přílišnou námahou chodidel, nevhodnou obuví, kontaktem s různými chemickými látkami, prašným suchým prostředím nebo genetickou dispozicí dochází k nadměrnému vysychání kůže.

Kůže se přirozeně obnovuje tak, že ze spodních vrstev pronikají nové buňky směrem k povrchu, postupně vyžívají a nakonec odumřou. Vrstva odumřelých buněk se pak postupně z povrchu kůže olupuje. Pro správnou funkci kůže je nezbytná její dostatečná hydratace. Pokud tomu tak není, vrstva odumřelých buněk zesiluje a velmi lehce dojde k jejímu narušení. Vznikají tak trhliny a praskliny, které mohou znepříjemňovat až znemožňovat chůzi. Docházet pak může i k sekundárním infekcím těchto drobných ran, výjimečné nejsou ani plísňové infekce.

Praskající paty nejsou tedy pouze kosmetickým problémem, ale také problémem zdravotním.

Možností a prostředků, jak kůži chodidel udržet v kondici, je několik. Pro dosažení trvale dobrých výsledků je nezbytná pravidelná, mnohdy každodenní péče.

Pokud vám vaše chodidla nepřipadají nijak zvlášť suchá a nemáte žádné problémy, přesto bych doporučila pravidelnou péči. Ať už to bude návštěva pedikúry (např. jednou za měsíc), nebo poctivá domácí péče (např. jedenkrát týdně). Ulevíte tak svým chodidlům a hlavně půsíte preventivně proti vzniku vážnějších potíží.

Pokud vás trápí paty již rozpraskané,

je nezbytná každodenní péče.

Po koupeli chodidla řádně opilujte pilníkem. Pro domácí péči je vhodné pořídit pilník na paty, klasický nebo skleněný. Nedoporučovala bych pemzu, jelikož ji nelze dostatečně vyčistit, zůstává dlouho vlhká, a je tudíž ideálním prostředím pro množení bakterií. Chodidla po ošetření vždy řádně vysušte a promažte.

Při závažnějších obtížích a pro rychlejší zahojení trhlin a prasklin je vhodné po namazání na noc zabalit chodidla či paty do igelitu a obléci bavlněné ponožky.

Pokud vás praskající paty budou přes veškerou péči trápit dál, může se jednat o plísňovou infekci. V takové situaci doporučuji návštěvu lékaře a případně aplikovat některou z antimykotických mastí.

K dispozici je mnoho přípravků určených speciálně na popraskané a vysušené paty. Tyto přípravky většinou obsahují v kombinacích tři skupiny látek. Jednou skupinou jsou tzv. humektanty. Jsou to látky sloužící ke zvýšení obsahu vody v horních vrstvách kůže, zejména v rohové vrstvě. Patří mezi ně močovina, glycerol, kyselina mléčná, allantoin, bisabolol a další. Druhou skupinou jsou látky doplňující do kůže lipidy. Zajišťují, aby kůže byla hladká a měkká. Tyto látky se nazývají emolienty. Třetí skupinou jsou tzv. okluziva, která po nanesení na kůži zpomalují odpařování vody z jejího povrchu. Mezi emolienty a okluziva se

řadí vazelína, lanolin, rostlinné oleje a tuky, cholesterol, dimetikon a další. Velice účinnými látkami jsou také sádlo a bambucké máslo, které obsahuje řadu vitamínů.

Natruhuje mnoho přípravků slibujících okamžitou úlevu bez nutnosti následné péče. Není však možné některý konkrétní přípravek či látku označit za zaručený. Různé typy kůže vyžadují jinou péči a je tedy často nutné vyzkoušet více přípravků, než člověk najde právě ten pravý a vhodný pro svou kůži.

Ať už sáhnete po speciálním krému, nebo zkusíte „obyčejnou“ vazelínu či indulon, zkušenosti ukazují, že jedinou cestou ke zdravým chodidlům je pravidelná a poctivá péče.

Michaela Šťastná



Podzim na zahradě

Tak už je to tady. Léto je fuč a máme tu zase podzim. Myslím, že je letos cítit ve vzduchu už od srpnového mírného ochlazení.

Nevím jak vy, ale já mám podzim ráda. Padá na mě při něm taková trochu krásná a trochu smutná sentimentalita a nostalgie. Samozřejmě, všeobecně oblíbenější asi budou ještě docela teplé a slunečné dny babího léta nežli mokrá, sychravá a „vlezlý“ listopad. Co se však dá dělat, k podzimu patří oboje.

No řekněte, nemáte také rádi slunečný, trochu chladný den v lese, pod nohama vám šustí zlatavé listí, zhluboka se nadechujete, protože les tak krásně voní čímsi, co neumíte popsat, když říkáte, že zkrátka „voní podzimem“. Brouzdáte mýtinami, smrčinami a břízkami za hříbkou, křemenáči a kozáky a obdivujete rozjásané červené muchomůrky. Každou chvíli cítíte na tváři pavučinu babího léta a trochu trnete, jestli se vám s pavučinou neuhnědíl někde za krkem i pavouček. Botasky lehce zmáčené od rosy, která ne a ne oschnout, ale vy si to užíváte, protože moc dobře víte, že je před vámi období plískanic a dešťů a zimy a mrazu, kdy neporoste ani klouzek a listy na stromech se nebudou barevně třepetat ve vánku, a že bude

trvat několik měsíců, než si procházku budete moci užívat tak jako dnes.

Ale konec romantiky, snění a lenošení. Vaše zahrada také cítí, že se zima blíží, a je potřeba ji na ni náležitě připravit, a o tom si dnes něco málo řekneme. Vezmu to opravdu jen tak narychlo, protože psaní o práci na zahradě na podzim by vydalo na několik čísel časopisu, ne na jeden článku. Tak si něco necháme na příště.

Minule jsme si povídali o trávnicích. Takže připomínám, že trávničky se dají zakládat nebo i dosívat až do října. Na podzim je také dobré u intenzivních trávnic provést provzdušnění a vertikutaci (čili prořezání a odstranění suchých zbytků. Kdo to nikdy nedělal, bude překvapen, kolik se toho dá z trávniku vyhrabat), stále sekáme, dokud tráva roste, ale těsně před zimou už ji necháme trochu vyšší. Přihnojíme podzimním hnojivem. Pro zlepšení pH půdy můžeme posypat dolomitickým vápencem, ale to až koncem podzimu nebo klidně až v zimě, třeba i na sněh. Kdo má obavu z plísňové sněžné, podzim je správná doba pro postřik přípravkem Ortiva.

Podzim není jen období, kdy něco končí, ale také období, kdy spousta věcí

může začít. Tím myslím třeba pěstování nových rostlin. Nebojte se na podzim sázet. Začátek podzimu je správné období pro výsadbu na jaře kvetoucích cibulovin, jako např. narcisů a tulipánů, modřenců, sněženek a dalších. Sázejí se jahody a další drobné ovoce, okrasné rostliny, cokoli, co se dá koupit v květináči a je to u nás mrazuvzdorná, venku pěstovaná rostlina.

Nebudte překvapeni, že některé rostliny budou v obchodech k dispozici až relativně pozdě - v říjnu nebo listopadu. Jedná se o listnaté rostliny, které se prodávají tzv. prostokořenné (ovocné stromy, drobné ovoce, růže, keře na živé ploty). Ve školkách se pěstují v poli, pak se vyořou, kořeny se očistí od zeminy, rostliny od listů a sazenice je připravená k prodeji. Toto se nedá dělat dřív než v době, kdy už je dřevo vyzrálé a listí opadá. Pokud tedy koupíte takovou sazenici, je dobré jí o kousíček zakrátit silné kořeny, namočit přes noc do vody a druhý den zasadit. Ke kořenům dejte dobrou zem či kompost, případně nějaké postupně se uvolňující hnojivo (např. ta, co mají ve složení rohosku). Zastříhnutí nadzemní části (větví či výhonů) se provést musí, ale můžete to nechat až na brzké jaro.

Od září můžete také sázet jehličnany prodávané se zemním balem. Nezapomeňte, juta ani pletivo se nesundávají! Ať už budete sázet cokoli, důležitá je zálivka, obzvláště u stálezelených rostlin. Podzimy v našich zeměpisných šířkách bývají poslední dobou dost suché a zimy taktéž. Takže u nově vysazených rostlin a u jehličnanů, rododendronů, bobkovišní a dalších stálezelených druhů platí, že je vhodné je řádně prolít ještě před příchodem zimy.

Minulá zima nám ukázala, jak je důležité mít správně zazimované růže. Opravdu se vyplatí navržit na rostliny kompost či substrát a mírně zakrátit výhony (ne úplně, aby bylo případně na jaře ještě co odštíhnout). Vhodné je přikrýt keřů chvojím. Toto stačí provést koncem října či v listopadu, záleží na počasí. Někdy až do této doby růže ještě kvetou.

Podobné zazimování je nezbytné i u dalších choulostivějších rostlin, jako jsou např. hortenzie *Hydrangea macrophylla*, letní šeříky *Buddlea davidii*, Ibišek bahenní *Hibiscus muscheotus*, venkovní fuchsie *Fuchsia ricartonii*, travina *Pampas Cortaderia selloana* apod.

Teplomilné nádobové rostliny před příchodem mrazů musíme uklidit domů. Některé mírný mrazík snesou (oleandr, fíkovník, ptačí zob - koule *Ligustrum jonandrum*), jiné absolutně

ne (begonie, *datura*). Protože doma, v relativně suchém a teplém prostředí, se bude velmi dobře dařit škůdcům, je dobré ještě před přenesením rostlin domů provést jednak případný řez, aby se nám domů vešly, jednak postřík proti škůdcům, především proti sviluškám a puklicím (dá se koupit *Svilustop* a *Puklistop*). Potom bude doma v průběhu zimy možná třeba postřík zopakovat, nejčastěji proti mšicím, např. na muškátech (*Mospilan*).

Jak to vypadá s vašimi truhlíky? Článek píšu v polovině srpna, tak nemohu odhadnout vývoj počasí. Při mírném podzimu se někdy daří mít hezké muškáty či milionové zvonky třeba ještě koncem října nebo začátkem listopadu. Ale odhaduji, že pokud jste měli surfinie či begonie, vaše truhlíky již zejí prázdnotou. Poslední dobou je v našich obchodech široká nabídka hezkých podzimních rostlin pro okrášení truhlíků v podzimní čas. Vřesy, vřesovce, okrasné zelí, různé jehličnany, různé druhy s barevnými bobulemi jako *Gaulterie* nebo *Pernettye*, chryzantémy, břečťany a traviny. Doplnuje se okrasnými tykvičkami, barevnými štěpkami a jablíčky, šípky a čím vás napadne. Rostliny obvykle vydrží hezké do Vánoc a některé až do jara. Na jaře se ukáže, co zimu v truhlíku přežilo, to můžete zasadit do zahrádky, ostatní je na vyhození, s tím je nutno počítat.

Velmi důležitou činností na podzim je sklizeň ovoce, jablek a hrušek na uskladnění. Sklízíme dle odrůdy a průběhu počasí v září a říjnu. Je dobré si ovoce vytřídit, to opravdu zdravé a nečervavé uložit zvlášť do přepravek na pozdější spotřebu a to červavé jinam. Hrozí, že začne brzy nahnívat, proto je spotřebujeme dříve. Nahnilé a shnilé plody je potřeba ze zahrádky odstranit, stejně jako listí stromů a keřů hojně napadené chorobami. Ostatní je vhodné přidat do kompostu, ovšem kromě listí z ořešáků.

Obecně lze říci, že na podzim čistíme, plejeme, sklízíme, likvidujeme, hrabeme, odštíháváme, vyrýváme a zarýváme a celkově zahradu čistíme od všeho suchého, dozívajícího a nepotřebného. Co se ale týká zastřihávání dlouhých živých výhonů na živých plotech, ovocných stromech a okrasných keřích, doporučovala bych případné zásahy do konce srpna a další provádět až na jaře po zimě. Pokud provedete hluboký řez do rostliny a přijdou velké mrazy, je větší nebezpečí hlubokého poškození. Je lépe, pokud omrznou vnější části, které na jaře odstraníme řezem.

Přeji vám krásný podzim a velkou úrodu všeho dobrého, co budete sklízet. Ať už na vaší zahrádce, nebo i všude tam, kde jste rozsívali pomoc, požeňání, dobré slovo, přátelství či lásku.

Olina Koláčková



Jak vařit, když rostou houby

Houbový guláš s cuketou

Houby nahrubo pokrájené, 1 malá až středně velká cuketa nakrájená na kostky (zhruba stejné množství jako hub) – větší cuketu můžeme oloupat, příp. vykrájet středy, mladou pouze pokrájíme, 2 lžíce sádla (nebo jiného tuku), 1 velká cibule nahrubo pokrájená, 2 lžičky gulášového koření, 2 lžičky papriky (část může být pálivá - jak kdo má rád), 1/2 lžičky mletého kmínu (může být i celý či drcený - jak kdo má rád), 2 stroužky prolisovaného česneku, 1 lžíce hladké mouky, sůl, pepř, trocha mléka na zjemnění (volitelné)

Na sádle zesklivatíme cibuli. Přidáme houby, a až se začnou dusit, přisypeme gulášové koření, mletou papriku a kmín. Promícháme a po chvíli zaprášíme hladkou moukou a osmahneme. Podlijeme trochou vody, příp. vývarem, přidáme cuketu a dál dusíme. Občas promícháme, aby se guláš nepřipaloval. Když je cuketa téměř měkká, přidáme prolisovaný česnek. Na závěr osolíme a opepříme podle chuti. Můžeme zjemnit trochou mléka. Podáváme s čerstvým chlebem nebo s jakoukoli přílohou vhodnou ke guláši.

Katka Urbanová



Pečené houby

Houby - vcelku, větší můžeme pokrájet, cibule nadrobno pokrájená, sádlo (příp. olej), kmín, pepř, sůl

Houby a cibuli vložíme do pekáčku, posolíme a okořeníme. Přidáme sádlo a pečeme odkryté v troubě vyhřáté na 200°C. Občas promícháme. Pokud jsou houby příliš suché, můžeme podlít trochou vody. Podáváme s čerstvým chlebem.

Marie Mrňáková

Houbová pochoutka na topinky

1 kg hub, 0,5 kg cibule, 0,5 kg paprik, 0,5 kg rajčat, olej pod cibulku, sůl, tymián, oregano, bazalka - pokud možno čerstvá, asi 3 stroužky strouhaného česneku, 1 lžíce grilovacího koření

Na oleji zpěníme cibulku, přidáme nakrájené papriky, houby a oloupaná rajčata. Osolíme a okořeníme čerstvými bylinkami, česnekem a kořením. Můžeme přidat 1 dl ostrého kečupu. Dusíme, až se odpaří přebytečná voda.

Před plněním do sklenic přidáme trochu konzervačního prostředku a sterilujeme 30 minut při 95° C. Podáváme k čerstvým topinkám.

Miluše Řepová

Houbová pomazánka

Na tuku ozlatíme nadrobno nakrájenou cibuli. Přidáme očištěné pokrájené houby a dusíme do měkka. Osolíme, opepříme, můžeme přidat česnek, popř. špetku cukru.

Zahustíme tvrdým strouhaným sýrem a hned podáváme (např. mažeme na chlebičky)

čtenářka Mgr. H. Valentová

Kuře na houbách - recept ze sušených hub

Přes noc namočíme do osolené vody hrst sušených hub. Pak je i s vodou vylijeme na pekáč. Na ně položíme 4 osolené kuřecí čtvrtky, posypeme kmínem, poklademe na kolečka pokrájenou cibulí a plátky másla. Pekáč zakryjeme alobalem a pečeme do zlatova. Nejlepší přílohou jsou italské těstoviny - mašličky a salát z čínského zelí.

čtenářka A. Fialková



Cestománie

Podunajská cyklostezka

Jednu z našich nejlepších dovolených jsme strávili na kolech. Jeli jsme Podunajskou cyklostezku. Patří k nejdělsím a nejznámějším v Evropě. Její hlavní část vede územím čtyř států - Německa, Rakouska, Slovenska a Maďarska, odkud se pak dá pokračovat až k Černému moři. My jsme projeli jen úseky německé a rakouské části.

Nejsme nijak vytrénovaní cyklisté, proto nám vyhovovala nízká obtížnost cesty. S trochou nadsázky je možno říci, že se jede stále po rovině. Stezka je tak vhodná i pro rodiny s malými dětmi.

Start i cíl jsme si zvolili v Čechách. Dojeli jsme vlakem s koly na české hranice do Železné Rudy a po zhruba 50 kilometrech jízdy Bavorským lesem je tu Dunaj a první velké město Deggendorf. Tento úsek cesty ještě není součástí Podunajské cyklostezky a je také jediný, který je kopcovitý a kde je nutné jet po silnicích. Dále už nesjedete ze stezky určené pouze pro cyklisty a kopírujete tok řeky.

Passau je krásné město na soutoku tří řek (Dunaj, Inn a Ilz). Mezi nejvýznamnější zdejší pamětihodnosti patří Dóm Sv. Štěpána s největšími varhanami na světě.

Pokud přejedeme na pravý břeh Dunaje, octneme se v Rakousku. Po průjezdu několika malebnými městečky se před námi objeví město Linz (Linec), které bylo spojeno první koněspřežnou železnicí s Českými Budějovicemi už v roce 1832.

Zakrátko se octneme v městečku Enns a vyjždíme do Dolního Rakouska. Svou majestátností a rozlohou překvapí klášter Melk, založený již v 11. století. Melk je zároveň branou do údolí Wachau, které je vinařskou oblastí s celoevropským významem a je zapsáno na seznamu UNESCO.

Je těžké vypsát vše pěkné, co je na cestě k vidění. Stačí v podstatě jen jet a dobře se dívat. Podél Dunaje vidíte desítky hradů, zámků a klášterů, drtivá většina vesnic a měst podél trasy se může chlubit pečlivě zrekonstruova

nými historickými domy, jsou zde malebná města s množstvím nejen historických zajímavostí, stráně s vinicemi ... K tomu příjemná odpočívadla se sezením, dobré značení, mapy po cestě. Prostě cestování jak má být. Časová náročnost cesty záleží na vašich schopnostech, pokud pojedete týden, budete mít cestou pohodu.

Vhodným zakončením cesty je Vídeň. Odtud už je to na hranice „co by kamenem dohodil“, tedy nějakých 80 km do Mikulova. Dále vede pěkná cesta krajem vinic kolem vodní nádrže Nové Mlýny a pak případně až do Brna. Alternativní možností je dojet do Bratislavy a pak vlakem zpět do Čech.

My jsme jeli „na těžko“, to znamená, že jsme všechny věci vezli na kolech. Nebyl to problém vzhledem k tomu, že jsme cestou spali v penzionech, tudíž jsme s sebou nevezli stan a spací pytle.

Ubytování jsme vždy našli poměrně snadno, penzionů je po cestě dostatek. Většinou se jedná o příjemné prostředí v rodinných domcích, snídaně bývá v ceně.

Pokud se spokojíte s nákupy v marketech či s rychlým občerstvením, budete se stravovat za podobnou cenu jako u nás.

Naše doporučení tedy jednoznačně zní: vydejte se na Podunajskou cyklostezku.

Jan a Luba Šťastní



Výroba slaměných závěsů

Až se zima zeptá

Možná budete chtít na Vánoce obdarovat větší množství lidí maličkostí vlastní výroby, možná budete chtít potěšit přítelkyni dárkem, který je vaším dílem, možná budete připravovat burzu výrobků, možná ..., ale to je vlastně vedlejší.

Přinášíme návod na okrasné závěsy. Vyrábět je můžete kdykoliv, ale materiál si musíte připravit již teď. Protože až se zima zeptá, zda máte z čeho vyrábět, musíte mít z podzimu připravené dvě základní věci. Dostatek nasušených květin a věnečky z proutí.



Dostatek nasušených květin
Květiny sušíme zavěšené, vybíráme raději menší.



Věnečky z proutí
Použijeme tenké březové větvičky. Nejjednodušší je svazek větviček obmotat tenkou větvičkou, stočit do tvaru kapky a spojit vázacím drátem. Věnečky zavěsíme k usušení, aby nezplesnivěly.



Pomocí tavné pistolký nalepujeme uschlé květiny na korpus z proutí.
Hotový výrobek přelakujeme (vhodný je levný lak na vlasy) a podle vkusu dozdobíme stuhou či lýkem.

Luba Šťastná

Módní koutek I

Základní pravidla

Protože mě baví móda a kombinování barev, ráda bych se s vámi v módním koutku podělila o základní všeobecně známá pravidla módy a k tomu připojila své názory a komentáře.

Zastávám totiž následující tvrzení: Není ošklivých žen, jsou jen ženy, které se neumějí upravit!

Jaká jsou tedy ta zmíněná základní pravidla v módě a čím se řídit, pokud k tomu nemáme vrozenou intuici a cit?

- Je dobré vědět, že v tmavé barvě budete vypadat štíhlejší.
- Jednobarevné kombinace oblečení vás prodlužují, různobarevné zmenšují.
- Světlé a jasné barvy, vzory a cokoliv lesklého přitahuje pozornost.
- Máte-li kulatý obličej, noste výstřih do V.
- Máte-li dlouhý a úzký obličej, pak noste výstřih kulatý.
- Krátký krk vám prodlouží svetr do výstřihu, rozhalenka nebo krátké vlasy.
- Naopak roláky a stojáčky krk zkracují.
- Nesnažte napodobit každou módu, zvažte své proporce.

Jak lze zakrýt zvláštnosti postavy nebo naopak zvýraznit vaše přednosti?

- Pokud máte větší horní objem, nejsou vhodné šátky, brože, nápadné vzory, ani kapsy na prsou, nechcete-li na vaše vnady upozornit. Vhodné jsou naopak tmavé halenky, vesty, kabátky, sako přes boky a výstřihy do V.

- Pro plnoštíhlé ženy se hodí H-linie střihů, rovné svetry, které překryjí pas, rovné kalhoty, podélné švy, žádné sármy v pase, jednodílné plavky, vhodné jsou šátky a hranaté tvary kabelek. Určitě nenoste třípytlivá vlákna!

- Pokud má někdo široké boky, je dobré upoutat pozornost na horní polovinu postavy, nosit zajímavé doplňky, šátky, mít hezké líčení, volit malé a decentní vzory.

- Pro malé ženy se hodí kalhoty bez záložek, krátké sako, kabátek v linii "A" ke kolenům, malé doplňky a tašky, boty do špičky, sukně úzké ke kolenům.

- Pokud má někdo krátké tělo, jsou nejlepší volbou úzké sukně ve tvaru "V", vyhýbat se páskům a nezasunovat horní část oděvu do kalhot a sukní!

- Vysazený zadeček se zamaskuje dobře H-linií, úzkou sukní s tílkem navrch, kratším sakem či vestou.

- Zlaté korálky a doplňky se hodí pro jarní a podzimní typy. Kabelky a boty hnědé nebo modré.

- Stříbrné doplňky zase pro typy letní a zimní! Kabelky a boty v barvě černé.

A právě o barevné typologii bych se ráda zmínila v příštím módním koutku. Přidám i něco o jednotlivých stylech, jaké nosit doplňky, barvy, co se dá jak kombinovat. Stačí vědět málo, ale proměna může být výrazná.

Móda je zábava, nemá být naším jediným a hlavním cílem. Dívejme se na módu s obdivem, ale nezapomínejme, že ne každému všechno sluší. Z módních novinek vybíráme jen ty, které se k nám hodí a hlavně ve kterých se dobře cítíme. Pokud budou módním hitem špičaté boty, ale necítíme se v nich pohodlně, nesnažte se za každou cenu jedny nosit. Stejně nám pak budou ležet v botníku. Buďme sami sebou i v tom, co máme na sobě!

Možná si někdo řekne, jestli právě toto téma patří do křesťanského časopisu, ale já bych odpověděla, že rozhodně ano. I ženy v církvi se můžou líbit, být elegantní, vypadat dobře a hlavně se cítit tak, jak je lidé kolem vidí. První dojem udělá hodně a rozhodně neznamená, že křesťanka rovná se žena s dobrým srdcem, ale zanedbaným zevnějškem.

To, že se staráme o své tělo i duši, to nám rozhodně víc sluší!

Šárka Dvořáková



Tabita představuje



Nadační fond Nehemia

Pomoc trpícím

Krásné je oslavovat narozeniny člověka, který má svůj život před sebou, a očekávat, jak rozpřáhne svá křídla a vylétne do samostatného života. Jako zaregistrovaná česká Nehemie slavíme v letošním roce dvacáté narozeniny. Můžeme se ohlédnout zpět na léta, která uplynula a vidět mnohé, co již máme za sebou. Jsou to krásné věci, ve kterých vidíme růst a změněné životy mnohých lidí, ke kterým jsme se za dobu naší práce dostali. Dozrává ovoce, které bylo zasazeno a pěstováno a vidíme, že plody, které jsme sklídili, již přinášejí další generaci úrody. Je to jen Boží milost a Boží cesta, že na našem území mohla vzniknout tato křesťanská organizace pod zastřešením Apoštolskou církví a vedením dnes již emeritního biskupa Rudka Bubika a dalších bratří. V době komunismu nebylo něco takového vůbec možné.

Česká Nehemie jako jedna z poboček německé organizace Nehemia měla zpočátku podíl na transportu humanitární pomoci do různých zemí, jak už bývalého Sovětského svazu, tak do balkánských států. Na různých místech se válčilo a tato pomoc byla velmi důležitá pro mnohé, kteří neměli možnost úniku z těchto konfliktů. S plným nasazením procestovali tisíce kilometrů s kamionem naloženým potravinami a oblečením Lešek Ochodek a jeho spolupracovníci. Jezdili do zemí, kam by se mnozí neodvážili vstoupit. Skrze uzavřené hranice se pod hrozbou vězení také pašovaly Bible a různá křesťanská literatura. Tato část práce však pominula, nastaly změny ve společnosti a také zvažování, kam dále nasměrovat činnost Nehemie.

Přišla doba, kdy převzal štafetu Stanislav Bubik, který zaregistroval Nadaci Nehemia jako samostatnou českou organizaci a navázal na přátelství a vazby, které vznikaly díky

zakládajícím lidem a dalším partnerským organizacím. Navazovalo se na podporu pastorů, misionářů a dětských domovů. Do vědomí české církve se dostávala myšlenka, která byla do této doby nepředstavitelná, a to, že můžeme mít vliv na mezinárodní misii. Vycestovaly první misionářky Vlasta a Katka, otevíraly se nové možnosti a příležitosti zapojit se do mnohých projektů. Přes Tavarese a Sinu, kteří v minulosti studovali v České republice, jsme podporovali misii v Angole, zapojili se do práce v Súdánu, podporovali tisk Biblí pro Čínu, získali jsme dárce pro podporu dětských domovů v Indii, Rwandě, Ugandě a na Ukrajině. Nyní můžeme dále „rozšiřovat stanové kolíky“ a přinášet pomoc formou vzdělávání pro dvě stě dětí do etiopského města Koffele a pro dalších padesát do Jimmy. Na Ukrajině je mnoho nových křesťanských domovů, v nichž se děti těší na přátele z Čech, kteří s nimi stráví čas prázdnin. Tisíce dětí

v Severní Koreji mohou díky denní dávce chleba a sojového mléka podávaného v předškolních zařízeních mít alespoň trochu pravidelného jídla. Také na Kavkaze se rozrůstá stádo krav, zakoupených za prostředky českých dárců, a tak díky mléku a výrobkům z něj mnohé rodiny nestrádají hladem.

Je nádherné vidět, že díky české církvi a mnohým malým věrným dárcům můžeme měnit životy lidí a měnit možná i dějiny. To snad uvidíme zase s odstupem času, možná až budeme slavit další výročí, budeme s úžasem stát nad tím, co dobrého společně s vámi můžeme vykonat pro slávu Boží. Věřím, že jsme všichni na poli přichystaném ke sklizni, dveře jsou otevřené, tak přijďte a přidejte se ke žni spolu s námi.

Pokud se chcete více dozvědět o naší práci nebo dostávat časopis Nehemia Info, navštivte prosím naše stránky www.nehemia.cz.

Dana Bednářová



Zveme Vás

Posílejte své přihlašovací údaje na kontaktní email registracenaikonferenci@seznam.cz
Registrační poplatek 100 Kč - platba na místě.

ŽIVOT S BOHEM V PRAXI - Boží plán pro naše životy
Jak se správně rozhodovat
Jak si život s Bohem užívat

KDE Apoštolská církev Agapé
Božkova 16, Český Těšín

KDY 10.11.2012

ČAS 9.30- 16.30

Hlavní mluvčí: JITKA GOČALTOVSKÁ

Od dívky Setkání žen
až po babičku

Sbor AC Agapé
Božkova 16, Český Těšín

Úchvatná...

aneb "Umění vyslovit nevyřčené"

16 až 17/11/ 2012

Modlitebna AC v Haviřově, Selská 29/394,
Haviřov - Bludovice, 73601.

**Můžete se těšit na následující
semináře s řečníky:**

Linda Howell, Gabriele Rienas,
Sandra Chester, Olga Moldanová,
Lída Pohanková, Brigita Vimrová
A další ...

Těšíme se na setkání s Vámi. Jistě nebude nouze o příjemné
zážitky a malá překvapení. Čekají nás chvíle spolu navzájem
i v Boží přítomnosti.

Další informace během září.

Olga Moldanová: www.evanel.estranky.cz

V příštím čísle



http://cs.wikipedia.org/wiki/Irena_Sendlerowa

Ženu statečnou kdo nalezne?

Portrét Ireny Sendlerové, ženy,
která zachránila tisíce dětí.

Na schodech

**Po schodech vlečeš těžký vak
Zranění z dětství, sbírku bolu
Snažím se denně všelijak
o pomoc, tak ho vlečem spolu**

**Ten vak ti přirost k ramenům
Nemůžeš se ho jen tak zříci
Radost jen obchází náš dům
pro tvoji třísku v zřítelnici...**

**Až tě dnes potkám na schodech
Přitisknu na tvé svoje tělo
To abys nabral nový dech
Aby to tolik nebolelo...**

Elzina Pampelišková