

4. 13. ZRELOSŤ K LÁSKE

Cieľ: predstaviť zrelý vzťah a poukázať na riziká, ktoré by ho mohli ohroziť

Božie slovo

„Nové prikázanie vám dávam, aby ste sa milovali navzájom. Aby ste sa aj vy vzájomne milovali, ako som ja miloval vás.“ (Jn 13,34)

„Toto je moje prikázanie: Aby ste sa milovali navzájom ako som ja miloval vás. Nik nemá väčšiu lásku ako ten, kto položí svoj život za svojich priateľov.“ (Jn 15,12-13)

„Deti moje, nemilujme len slovom a jazykom, ale skutkom a pravdou.“ (1Jn 3,18)

„Tento ľud ma uctieva perami, ale ich srdce je ďaleko odo mňa. No darmo si ma ctia, lebo náuky, čo učia, sú iba ľudské príkazy.“ (Mt 15,8-9)

Podnety na prehĺbenie témy

- predstaviť Božiu víziu o manželstve a o láske – v čo najhlbšej miere spojiť dva životy
- potreba prijať pravdu o sebe a o druhom
- sexualita, nádherný dar Boha človeku. Nie túžba po sexe je zlá, ale nezriadená túžba po sexe je zlá
- ako žiť vzťahy a neublížiť si
- potreba otvoriť sa zraniteľnosti
- romantická láska a jej riziká
- platonická láska a jej riziká
- nezrelé prejavy sexuality, ako fungujú a prečo škodia:
- útek do vlastného sveta fantázie a predstavy, kde idealizujem seba si toho druhého - dôsledok neschopnosť žiť reálny život, neschopnosť nadviazať reálne vzťahy
- nebezpečenstvo očakávaní – ja chcem a ty musíš...
- sebaláska: milujem sa a teba potrebujem aby si ma urobil/la šťastným/šťastnou
- láska a naviazanosť – vlastníctvo. Tak ťa milujem, že keby si ma opustil, ja si niečo urobím...
- osoby neschopné manželstva: závislé osoby – alkohol, drogy, toxikománia; patologické hráčstvo; chorobný žiarlivosť; hysterici; despotickí, netolerantní ľudia; lenivci; mamičkin maznáčik; puntičkári a pedanti; zlostníci
- virtuálne vzťahy a ich riziká
- riziko anonymity vo virtuálnych vzťahoch (zverejňovanie vyzývavých fotiek, provokačných póz)
- riziko zranenia pri odhalení a zosmiešnení, keď sa veci, ktoré nechceš dostať do neželovaných rúk (zverejnenie spoločných fotiek po rozchode za účelom zosmiešniť, poškodiť, ublížiť)
- oblečenie – ako ma vnímajú druhí, čo svojim oblečením vyjadrujem, čo to vyvoláva u osôb opačného pohlavia
- striedanie partnerov

Podnety k spoločnému zdieľaniu v skupinke

- ako si predstavuješ ideálne manželstvo? Je ten pohľad reálny? V čom áno, v čom nie?
- aký je Boží plán s manželstvom? K čomu pozýva Boh? Je to uskutočniteľné?
- aký sú znaky zdravého vzťahu?
- aké sú znaky nezdravého vzťahu?
- je chodenie spolu hriechom?
- kedy je pusa hriechom?
- prečo sa vzťahy rozpadávajú?

- je dobré mať hranice vo vzťahu? Aké sú to hranice?
- aké sú rozumné hranice chodenia spolu?
- čo zverejňuješ o sebe na sociálnych sieťach? Si si vedomý rizík?
- aké sú dôvody neschopnosti vytvorenia reálnych vzťahov a unikania do virtuálneho sveta?

Modlitba

Spomeň si, svätá Panna Mária, že nikdy nebolo počuť, žeby bol niekto opustený, kto sa utiekal pod tvoju ochranu, teba prosil o pomoc a žiadal o tvoje orodovanie. Povzbudený touto dôverou aj ja sa utiekam k tebe, Matka, Panna panien, k tebe prichádzam, pred tebou stojím ako úbohý a kajúci hriešnik. Matka večného Slova, neodmietni moje slová, ale ma milostivo vypočuj a vyslyš. Amen.

Aplikácia do života

- budem nosiť oblečenie, ktoré neprovokuje druhých
- prejdem si fotky, príspevky a komentáre na sociálnej sieti a ktoré by mohli ublížiť mne aj druhým, vymažem
- informuj sa o správnom používaní sociálnych sietí ... na ďalšom stretnutí sa môžeme o tom porozprávať

Materiály k téme

J Evert, Teológia jej tela, teológia jeho tela, Don Bosco 2013
 P. Hudák, Ďakujem, že si, Don Bosco 2001
 J. Eldredge, Divoký v srdci, Redemptoristi 2007
 S. Eldredge, Očarujúca, Redemptoristi 2016
 T. Hargotová, Sexuálne (neo)slobodená mládež, Don Bosco 2019
 M. Grossman, Bez ochrany, LÚČ 2014
 J. Luscoň, Zaľúbenému sa ľahšie žije, Don Bocso 2016
 J. Luscoň, Kto je povoláný, cíti sa milovaný, Don Bosco 2018
 J. Luscoň, Tak to som ja, Domka 2000
 T. Lasconi, Tajomná reč tela, Don Bosco 2001
 J. Gray, Muži sú z Marsu, ženy z Venuše, Ikar, Bratislava 2012
 Kurz prípravy na manželstvo 2. Stretnutie

Riziká virtuálneho sveta vzťahov:

Sociálne väzby vznikajúce na internete sú charakteristické:

- určitou povrchnosťou
- sú bez silnej emočnej opory
- bez osobnej angažovanosti
- bez záväzku

Pri digitálnych médiách je veľké riziko sociálneho regresu, úzkosti (osamelosť pri konzumovaní médií) a nezriedka aj rôznych závislostí. Keďže týmto efektom sú najviac vystavení mladí ľudia, môžu sa dlhodobo rozvíjať a mať vážne následky v budúcnosti.

Aj internet je priestor, kde sa ľudia môžu prezentovať, kde komunikujú s kamarátmi a blízkymi, kde rozvíjajú existujúce vzťahy alebo nadväzujú nové. Možnosť stretnúť sa s ľuďmi s podobnými záujmami, nájsť si nových priateľov či partnerov je lákavá pre deti i dospelých. Zoznamovanie cez internet má však aj svoje riziká – nie vždy si môžeme byť istí, kto je osoba na druhej strane.

Anonymita virtuálneho priestoru vytvára zdanlivý pocit bezpečia a povzbudzuje nás k tomu, aby sa rýchlejšie otvorili a odložili zábrany. Zabúdame často na obranné mechanizmy, ktoré

používame pri nadväzovaní vzťahov v realite, keď spoznávame nových ľudí postupne a kde trvá nejaký čas, kým sa medzi nami vytvorí dôvera.

V realite vidíme veľa znakov, ktoré nám pomáhajú pri posudzovaní druhých. Vidíme ako osoba vyzerá, ako rozpráva, gestikuluje, podľa jej reakcií a očného kontaktu vieme lepšie odhadnúť, či hovorí pravdu alebo klame. Takto si môžeme všimnúť signály, ktoré nás varujú pred nebezpečenstvom. Pri komunikácii cez internet sú nám tieto signály nedostupné.

Na internete je preto jednoduchšie klamať alebo sa vydávať za niekoho iného. Nie je ťažké si vytvoriť falošný profil, použiť cudziu fotografiu alebo zatajiť svoje skutočné úmysly. Pravdivosť informácií si je preto potrebné vždy overiť. Ako? V reálnom svete, stretnutím alebo priamym rozhovorom tvárou v tvár.

Vysvetlenie niektorých pojmov:

- **grooming** – ide o postupné vytváranie dôverného, priateľského vzťahu s dieťaťom tak, aby prestalo byť ostražité a pristúpilo na stretnutie. Najčastejším cieľom groomingu je sexuálne zneužitie dieťaťa. Útočník si na internete ľahko vytipuje zraniteľnú a dostupnú obeť. Signálom pre neho je práve veľké množstvo zverejnených osobných údajov, fotografie, ochota ku komunikácii s neznámymi osobami, vysoká dôverčivosť, rýchle otváranie citlivých oblastí svojho života. Aktuálne prežívanie sklamaní a trápení, osamelosť. Ten oslovuje väčšinou naraz niekoľko detí a hľadá také, ktoré prejavia záujem a vyhovujú jeho potrebám (blízkosť bydliska, malá kontrola zo strany rodičov, chýbajúce kamarátske vzťahy alebo problémy doma, napr. rozvod rodičov). S tým potom rozvíja komunikáciu aj dlhší čas. Chce si získať dieťa tak, aby za ním prišlo dobrovoľne. O svojej identite môže alebo nemusí klamať, postupne sa prizná, že je od dieťaťa starší, aj keď veľa si môže prispôbiť. Svoju stratégiu stavia na tom, že sa pre dieťa stane starším kamarátom, ochrancom, ponúka bezpečie a prijatie, ktoré môžu dieťaťu doma alebo medzi rovesníkmi chýbať.

Online priateľstvá sa zdajú lepšie než vzťahy v bežnom živote (u detí vzťahy s kamarátmi a rodinou), človek má pocit, že ľudia na internete ho dokážu lepšie pochopiť. Keď ho niečo trápi, je nahnevaný alebo smutný, hľadá podporu na sociálnych sieťach. Ale to sú len virtuálne vzťahy v realite môžu vyzeráť úplne inak. Aj jednoduché like na Facebooku môžu mať 5 významov, a pritom je to len jeden symbol.

Najlepšou ochranou pred nebezpečným obsahom na internete sú pevné a bezpečné vzťahy v realite. Ak máš zázemie v rodine, vieš, že sa môžeš na rodičov obrátiť aj vtedy, keď natrafíš na internete na niečo, čomu nerozumieš alebo čo ťa vydesí, keď máš problémy alebo ak urobíš nejakú chybu.

- **sexting** – forma flirtovania, pohrávaní sa so sexualitou vo virtuálnom prostredí, zahŕňajúca posielanie erotických materiálov cez internet a mobil (fotografie, videá), erotických SMS, MMS. Vyzliekajú sa pred webkamerami a skúšajú kybersex (sexuálne aktivity cez internet).

Väčšinou sa snažia zaujať niekoho, nadviazať s ním vzťah alebo spestriť svoj aktuálny vzťah. Videá, fotky môže niekto zverejniť alebo poslať ďalej. Niekedy zverejnenie môže mať charakter pomsty, vydierania, kyberšikany.

(Spracované podľa PhDr. Daša Toporcerová, PhD., More poznania, O nadmernom užívaní internetu u detí)

Ľudia neschopní manželstva:

1. alkohol, drogy, závislosti – Časté argumenty žien: „On síce pil ale ja som verila že prestane ... pil síce aj v manželstve ale verila som že prestane, keď budeme mať dieťa“. Žena si myslí že dokáže partnera zmeniť. Ak si beriem niekoho s tým, že ho zmením, tak si beriem alkoholika. Ani najčistejšia láska nezmení druhého! Často dochádza k manipulácii - ako môžem prestať piť, keď som sám, keď si ma nechceš zobrať, ak si ma zoberieš, prestanem. Každý dokáže určitý čas nepiť, lenže bez závislosti je potrebné vydržať celý život! Obstal v skúške, keď aspoň rok nepil! Neprípustné sú ospravedlnenia - bolo to naposledy.

2. Toxikománia - feťáka nikto láskou neprerobí, tu je vydieranie omnoho silnejšie – ty si moja jediná záchrana, keď nebudeš so mnou chodiť, tak si niečo urobím. Potrebuje vás dostať tam kde chce. Existujú 3 druhy riešení – buď v čas spoznám nebezpečenstvo a utečiem, alebo ostanem a snažím sa ho zmeniť, alebo sa stanem závislým. Závislí majú tendenciu strhnúť aj toho druhého. Mnohí hovoria – začala som s ním chodiť aby prestal brať drogy.

3. patologické hráčstvo – všetkým predošlým problémom sa pridáva to, že hráči sú presvedčení o svojej добрote. Chceme konečne zabezpečiť svoju rodinu, vyhrať more peňazí a dať im všetko čo si zaslúžia. Oni svoju manželku, dieťa milujú, len teraz nutne potrebujú peniaze. Za lásku sa chce odvdáčiť tým, že vyhrá peniaze. Ak niekto pije, nepredstavuje si, že pije pre vaše dobro.

4. chorobní žiarlivci – žiarlivosť nie je prejav lásky, ale sebecka. Chceme druhého vlastniť, nedoprajeme mu slobodu. Nežiarliť neznamená tolerovať neveru. Žiarlivosť vedie k nedôvere, podozrievaniu, k vypočúvaniu, k obmedzovaniu, k zákazom. Nie je to prejav záujmu. Manželstvo so žiarlivosťou je peklo - meškáš 2 minúty, kde si bola!? Ak sa pri opakovanom opise v niečom pomýliš, je to dôkaz klamstva. Vernosť sa dokázať nedá. Môžem byť s partnerom 24 hodín aj tak ma môže podozrievať, že myslím na niekoho iného.

5. hysterici – hysterické ženy bývajú dosť okúzľujúce a nápadné, nie je ľahké spoznať hysterickú osobu. Prejavmi sú – ak si dievča nárokuje ako ju treba chápať a chce aby sa jej čítali myšlienky, ak vybuchuje pre maličkosti a často ani nevie prečo. Typický výrok – „keby si mal rád, tak by si vedel čo chcem. Ak to nevieš, tak si sa do mňa nevčítal – nemiluješ ma.“ Často dochádza k tomu, že manžel musí zisťovať čo ženu trápi. Hysterik nemusí chápať toho druhého, nemusí sa doňho vžiť ale od druhého to vyžaduje na 100%. Ak medové týždne nevydržia 50 rokov, tak je to dôvod na rozchod, pretože už ma nemá tak rád ako na začiatku. Hysterici vedú citovo vydierať, ustavične plačú a sťažujú sa, že oni sú tie dobré, obetavé a druhý ten zlý. Jeden zo spôsobov ako objaviť hysterika je sledovať ako sa správa k svojim rodičom, súrodencov, priateľom. Ak je otec príšerný, mama zlá, súrodenci nemožní, nemá trvalé kamarátky, tak problém je niekde inde. Hysterik si myslí, že on je ten správny a všetci na okolo sú mimo.

6. ľudia despotickej a netolerantnej – ľudia, ktorí nie sú schopní prijať iný názor, ich názor je najsprávnejší a najlepší na celom svete. „Fandím tomuto klubu a musíš aj ty.“

7. lenivosť – často sa prejavuje v tom, že partner nemieni pracovať, bezdôvodne mení zamestnania, ostáva nezamestnaný, nerobí, lebo je to pod jeho úroveň. U dievčat sa lenivosť prejavuje v tom, že sa nemienia starať o domácnosť. Ak sa ožení rozmazaný chlapec, ktorý všetko dostal pod nos, a manželka to nemôže urobiť lebo sa stará o dieťa, tak sa muž pýta „načo som sa ženil, keď ma dieťa prednosť?“

8. mamičkin maznáčik – chlapec príde domov a mama ho hneď obskakuje. Splním mu každé želanie, nech by prišiel hocikedy, všetko vyžehlí, nachystá, nikdy sa nemusí o nič starať. Toho isté bude vyžadovať aj od svojej manželky. Ak to žena nie je ochotná urobiť, tak sa synček vráti k svojej mamičke, ktorá ho poľutuje. Veľa manželstiev sa rozpadáva práve zásluhou manželovej matky, ktorá obviňuje nevestu, že sa o synáčka nestará. Väčšinou takýto syn si svoju matku neváža.

9. puntičkári a pedanti – môže sa to prejavovať ako chorobné upratovanie. Ich hlavnou hodnotou je vyčistený a naleštený byt. Vyžadujú aby bolo všetko na svojom mieste. Nedôslednosť dokáže puntičkárov doviesť k zúrivosti. Robí veľmi dôkladne ale strašne pomaly. Je potrebné pozorovať svojho milého/milú pri práci.

10. zlostníci – ak sa niekto nevie ovládať a reaguje neprimerane, patrí na psychiatriu nie do manželstva. Ženy často hovoria: „ale potom je taký milý, dobrý, ospravedlní sa“ – to je len manipulácia.