**PRACOVNÝ LIST pre birmovancov**

4.10. VI. a IX. Boží príkaz

**Doplň chýbajúce slová**

1. *Boh stvoril človeka na svoj obraz, ako ............ a* ............. *ich stvoril.“* (Gn 1,28) Muž a žena sú pozvaní do spoločného vzťahu, aby sa v láske dopĺňali. Navzájom sa priťahujú.
2. *Láska je slobodný .............**jeden druhému, je to zaľúbenie v druhej osobe a prejavuje sa sebadarovaním.*
3. *Ľudská láska je obrazom ..................**sebadarujúcej lásky.*
4. Čistota zostáva pozitívnym prejavom ľudskej ...............................
5. ......................... mladých ľudí je nezlučiteľná s egoizmom a útekom. (JPII. )
6. *Počuli ste, že bolo povedané: „Nescudzoložíš!“ No ja vám hovorím: Každý, kto na ženu hľadí ........................, už s ňou scudzoložil vo svojom ..................*“ (Mt 5,27-28).
7. ............................je zmyslová túžba, vnáša neporiadok do morálnych schopností človeka. Sama nie je vinou, ale pobáda páchať hriechy. (KKC 2516)
8. Sexualita je dar. Je v nej celá ..................... a ................... . Prežívanie, city, túžby vášne, telo.

**Zamyslenie**

Srdce je miesto morálnej osobnosti človeka: lebo zo srdca vychádzajú zlé myšlienky, vraždy, cudzoložstvá, smilstvá“ (Mt 15,19) „Blahoslavení čistého srdca. Lebo oni uvidia Boha.“ (Mt 5,8) Čistý úmysel, čistý pohľad, čnosť miernosti, dar čistoty a modlitba – sú spôsoby akými si môžeme udržať čisté srdce, telo aj myseľ. (KKC 2520) Čo konkrétne pomáha udržať si čistotu? Môže to byť aj zmysluplné využitie voľného času, (napr. šport, umenie, čítanie kníh, služba vo farnosti, pomoc druhým... zdravá únava)? Môže to byť aj sebaovládanie? Čo konkrétne?

Cudnosť chráni tajomstvo osôb a ich lásky. Nabáda k trpezlivosti a umiernenosti v ľúbostnom vzťahu. Cudnosť je skromnosť. Vnuká aj voľbu oblečenia. Zachováva mlčanie a zdržanlivosť tam, kde sa ukazuje nebezpečenstvo nezdravej zvedavosti. (KKC 2522) Ak budem chcieť žiť čistý vzťah, neostanem sám? Mám šancu si nájsť niekoho, kto bude chcieť žiť čistotu pred manželstvom? Aké prostredie mi môže pomôcť nájsť si partnera, ktorý vyznáva hodnoty podobné mojim?

Prečo je skutok, ktorý je príjemný hriechom (napr. masturbácia – sebaukájanie. Uzatvára do seba samých, do vlastného sveta a zabraňuje tomu, aby sme mohli uzatvárať zdravé vzťahy)? Pohlavná rozkoš je darom do manželstva. Sebaukájanie je previnenie proti podstate lásky, pretože oddeľuje pohlavnú rozkoš od lásky. Láska je sebadarovanie sa druhému. Ako dnešná spoločnosť vníma masturbáciu? Aké negatívne dôsledky môže mať masturbácia?

Sexualita je dar. Je v nej skrytá celá mužskosť a ženskosť. Prežívanie, city, túžby vášne, telo. Prejavuje sa naplno len, ak sa daruje v láske. Láska chce tomu druhému dobro. Je bezvýhradná, verná, úplná, ľudská, jej a plodná. Manželia sa stávajú „jedným telom“. (Gn 2,24) Sexuálne zjednotenie je najkrajším telesno-zmyslovým vyjadrením lásky. Darovať svoje telo druhému je znakom úplného sebadarovania. Keďže takéto rozhodnutie je vážne a nie jednoduché, sme pozvaní robiť ho v prítomnosti Boha a pýtať si jeho požehnanie a milosť. Preto je tu sviatosť manželstva. Aké sú prednosti kresťanského sviatostného manželstva? Aké sú riziká voľného vzťahu?

Homosexualita – ako sa k nej postaviť? Poznáš názor Cirkvi? (KKC 2358-2359)

Vieš si predstaviť, že by si bol celý život verný? Túžiš po tom, aby ti bol niekto celý život verný?

Každé sexuálne zjednotenie, ktoré patrí do manželstva má viesť k jednote a plodnosti. Každý manželský pár má právo regulovať počet detí v rámci prirodzených metód plánovania rodičovstva (PPR). Čo je prirodzené plánovanie rodičovstva? Aké sú metódy PPR? Napíš si ich...

Ak máš nejakú otázku z oblasti prežívania sexuálneho života, vlož ju anonymne na papier. Môžeme spoločne hľadať na ňu odpoveď.

**Modlitba**

Bože môjho života a Pane milosrdenstva! Ďakujem Ti za svoj život a za všetko, čo si mi nezaslúžene daroval a ešte daruješ. Ty sám vieš aj o mojich problémoch. Pokorne Ťa prosím, odním odo mňa moju slabosť, ktorá ma trápi. Sprav silnou moju vôľu, aby som dokázal odolávať vlastným slabostiam i pokušeniam a nástrahám diabla. Nech je moja duša čistá a veselá, aby som už teraz zakúsil radosť z toho, že ma máš rád a chceš ma urobiť svätým. Pomôž aj ostatným, ktorí sa boria s problémami podobnými tým mojim, aby sme sa raz všetci zišli tam u Teba. O to Ťa prosím skrze Ježiša Krista nášho Pána. Amen. Svätá Mária, matka najčistejšia, svätá Mária Magdaléna, svätý Hieronym, svätý Augustín, svätý anjel strážca, orodujte za mňa. (P. Hudák)

**Aktivita – vyber si**

* ak mám problém s čistotou:
1. v skutkoch – skúsim sa vyhýbať samote; dám si počítač do miestnosti, kde sa hýbu ľudia (otvorím si dvere do izby).
2. v slovách, či myšlienkach – skúsim ich viac kontrolovať a vedome zmením tému, prípadne si dám strelnú modlitbu „Bože, zmiluj sa nado mnou“ (Ž 51) „Ochráň ma, Bože, k tebe sa utiekam“ (Ž 16)

Ak s niekým chodíš, nastavili ste si pravidlá, ktoré ochránia čistotu vášho tela, mysle aj srdca? Ak nie, skúste to.

**Chýbajúce slová:** 1.muža, ženu; 2. dar; 3. Božej; 4. sexuality; 5. Čistota; 6. žiadostivo, srdci; 7. Žiadostivosť; 8. mužskosť , ženskosť