

1. DÍL

STAN

JÁ. BÝT OSOBOU



Toto je první krok na trase, po které půjdou naši mladí lidé. Budou se na ní učit dívat se na sebe, definovat se jako osoby, od pozorování, úžasu a prožívání sebe sama. Budou rozpoznávat a řídit svou inteligenci, vůli, svá přání a city, svou spiritualitu. Budou přijímat své tělo a rozpoznávat v něm osobní vyjádření, kde je vepsán původ i cíl každého muže a každé ženy.

Začněme tím, že se seznámíme s hlavní postavou tohoto dobrodružství.



Každý z nás se ptá: „Kdo jsem?“, z čehož vyplývají další otázky, které jsou do budoucna velmi důležité, které však od tohoto věku již zůstávají přítomné.

Při doprovázení mladých lidí je zásadní udělat dobrý první krok. Doprovázíme je na dobrodružné cestě, kde objeví mnoho věcí, pro ně dosud neznámých.

Je zřejmé, že prvním krokem při tomto dobrodružství je rozpoznat to, co jsme přijali a z čeho vycházíme, poněvadž to je součástí naší přirozenosti. Rozpoznání s sebou nese vděčnost. Při druhém kroku budou mladí lidé objevovat, kým jsou, že jsou jednotou těla a duše. Objeví, že jako každý člověk mají různé dimenze. Jejich úkolem bude pracovat na tom, aby je dokázali integrovat s neustálým pohledem na tuto jednotu. Člověk však jde ještě dál, dívá se do budoucna a přemýšlí o tom, čím se může stát. Rozjímání toho, čím se může člověk v plnosti stát, k čemu je volán, dává nový smysl všemu, co dělá. V dalších dílech uvidíme, že červenou nití celého tohoto dobrodružství růstu a zrání je *povolání k lásce*.

Po cestě navazujeme vztahy, komunikujeme. Jedním z jazyků, jenž nás nejvíce přibližuje druhým a vyjadřuje samotného člověka, je jazyk těla. Tělo vyjadřuje mnoho věcí, naším úkolem je rozpoznat pravdu tohoto jazyka a význam, na který ukazuje. Při tomto dobrodružství se budeme měnit. Budou se měnit naše těla, naše pocity, dozraje náš rozum a vůle atd. Tyto změny musíme uznat a přijmout. Vše v našem bytí se připravuje na to, abychom byli schopni jednoho dne dát to, co jsme zdarma přijali: lásku. Bude to cesta určená k tomu, abychom se *naučili milovat*.

1. Kdo jsem?

„Zkoumáš mě a znáš mě“

(Ž 139,1)

- **Nejexistenciálnější otázky:** *Kdo jsem? Odkud přicházím? Pro koho (zde) jsem? Proč existuji? Kam jdu?* Ptám se sám sebe na to, co je mi nejbližší a zároveň na to, co je nejméně známé. Sám sobě však odpovědět nemohu.
- **Jsem dítě.** Existuje láska, která mému bytí předcházela a jež mne povolala k životu. Tak je moje identita ve vztahu k *přijatému* životu, a s ním ve vztahu k druhému člověku. Jsem milován/a jako dítě, neopakovatelným způsobem – svými rodiči a Bohem (dvojí příbuzenství).
- **Jsem duše a tělo.** Jsem duchovní a tělesná bytost. Tělo a duše tvoří jeden celek. Tělo je ožívováno duší a tělo je také vyjádřením tohoto duchovního nitra. Mezi tělem, duší a životem tak existuje intimní vztah, který nám znemožňuje pomýšlet na lidské tělo jako na něco redukovatelného pouze na své organické uspořádání, nebo redukovat lidský život pouze na jeho biologickou dimenzi (VAH, 19).
- **Každá lidská bytost je bytost tělesná.** Tělo je oděno do lidské *důstojnosti*. Tělo je vyjádřením osoby a má snubní charakter, jakožto vzájemný dar. Tělo poukazuje na to, že celý člověk je povolán ke spojení, k lásce.
- **Důstojnost** pochází z latinského slova dignitas a přídavného jména hodný čeho , které znamená hodnotný, se ctí, hodný čeho. Důstojnost je vlastnost někoho čestného a označuje tudíž, že někdo si něco zaslouží nebo že nějaká věc má určitou přijatelnou úroveň kvality. V křesťanské teologii je člověk Božím stvořením, a proto má důstojnost. Podle Katechismu katolické církve (KKC) byl člověk stvořen k Božímu obrazu v tom smyslu, že je schopen poznat a svobodně milovat svého vlastního Stvořitele. A člověk není pouze něčím, nýbrž někým schopným poznat sám sebe a svobodně vstoupit do kontaktu s Bohem a druhými lidmi.
- **Jako osoba mám různé dimenze.** Člověk je bytost s různými dimenzemi ve své celistvé jednotě. Miluje tělem, miluje vůlí, srdcem, duchem a miluje NĚKOGO ve vztahu. U člověka jsou ve hře všechny tyto dimenze, které jej jako osobu tvoří:

DIMENZE	ODKAZUJE NA
TĚLESNÁ	tělo
CITOVÁ	srdce a city
INTELEKTUÁLNÍ	rozum a vůli
SOCIÁLNÍ	vztah
DUCHOVNÍ	svobodu a morálku

2. Je tělo něco, co mám, nebo něco, čím jsem?

„Ve skutečnosti však je mnoho údů, ale jedno tělo“
(1Kor 12,20)

- Tělo *nemám* jako ten, kdo má nějakou věc, nýbrž jsem tělesná bytost a zároveň bytost duchovní. Při zrání dospívajícího je velmi důležité, aby přijal svou tělesnou skutečnost (srov. FSVMT , str. 118)
- Jsem daleko víc než čísla a hmota. Lidé mi mohou sebrat mé bohatství a vlastnictví, ale nemohou mi odejmout mé tělo. Nestačí tvrdit, že mi mé tělo patří, nebo že ho používám. Musím dodat: „*Já jsem svým tělem*“. Mé tělo je osobní.

3. Tělo jako vyjádření mé osoby

„Má-li celé tvé tělo světlo“
(Lk 11,36)

- **Tělo mi zjevuje smysl života**, vždyť vyjadřuje moje povolání ke vztahu, k setkání s druhým. Vyjadřuje moji osobu. Tělo s pohlavními orgány vyjadřuje mé povolání k lásce a ke vzájemnému darování sebe sama, a s tím i k plodnosti.
- **Lidské tělo mluví jazykem**, jehož pravdu a smysl mám objevit. To mi pomůže naučit se odhalit výrazy pravé lásky a odlišit je od těch, které ji falšují.

- Je to **osobní objevování**, které naplňuje úžasem: Jsem jedinečná osoba, neopakovatelná, odlišná. Se svou vlastní osobní historií – s velmi speciálním původem i určením. Toto poznání sebe sama je důležité pro uplatňování svobody, odpovědnosti a vůle při růstu a zrání.
- **Řeč těla je řečí člověka a lásky.** Ve stisku ruky jsem to já, a ne mé ruce, kdo zdraví. V pohledu lásky nebo nenávisti to nejsou mé oči, které milují či nenávidí, nýbrž má osoba. Skrze řeč těla můžeme vyjadřovat nejhlubší pocity, které nelze vyjádřit slovy (FSVMT, str. 118).
- Nemůžeme prožívat ani vyjadřovat naši lásku jinak než **v těle a skrze tělo**, jež je součástí našeho osobního bytí.
- **Láska v sobě obsahuje ráz celého člověka.** Láska nám zabraňuje rozdělovat naše bytí na prvky bez propojení: „Ani tělo, ani duch nemilují: je to člověk, osoba, kdo miluje“ (DCE, 5).
- **Moje tělo obsahuje a vyjadřuje mojí identitu.** Pokud někdo moje tělo používá, činí ze mne věc; pokud já sám používám své tělo jako předmět nebo věc, ponižuji sebe sama; respektovat své tělo znamená respektovat sám sebe; mé tělo je pro lásku (FSVMT, str. 99).

4. Mé tělo se mění. Hledám svou identitu.

„Dokud jsem byl dítě, mluvil jsem jako dítě (...)

Když jsem se stal mužem, překonal jsem to, co je dětinské“

(1Kor 13,11)

- Podle toho, jak rostu a dozrívám, se vše mění. Mění se mé tělo, má odpovědnost, můj rozum, mé city, má vůle, mé společenské zájmy, má vlastní spiritualita. Všechny mé dimenze se postupně mění a začleňují se do jednoho celku, jímž je moje osoba.

- Zvláště během **puberty** se zdůrazňuje tato změna osobního a sociálního dozrání, jež směřuje k tomu umět milovat a být milován. Puberta přechází z dětství do dospívání (přestávají být dětmi, aby se začali měnit v dospělé), a dochází k:
 - velkým fyzickým a emocionálním změnám, kromě sociálních, psychických a duchovních, u nichž je třeba vědět, že ke všem nedochází zároveň
 - úzkostem, které je třeba identifikovat a umět je usměrnit (srov. FSVMT, str. 97).
- V tomto období je důležité podporovat a cvičit:
 - osobní fyzický rozvoj v kontextu respektu a oceňování života a lidského těla
 - rozvoj návyků osobní a sociální hygieny
 - dodržování bezpečnostních norem.
- Abych poznal sám sebe, je dobré rozpoznat všechny tyto změny, ke kterým ve mně dochází. Navíc tím, že je rozpoznám, mohu řídit svou odpověď: rozumem a vůlí, nasloucháním svému srdci, chápáním svých citů, rozhodováním se, jak se vztahovat k druhým, učením se poznávat své tělo a dobře jím hovořit ..., a především přijetím všech těchto změn, přijetím sebe sama, naučit se mít sám sebe rád, milovat sám sebe.