

Kdo jsem JÁ?  
Znám se?



1

„Zkoumáš mě a znáš mě ...“  
(Žalm 139,1)

# 1 JÁ – OSOBA

1

Kdo jsem JÁ? Zním se?

„Zkoumáš mě  
a znáš mě ...“

(Žalm 139,1)



- 1 Prohlédni si obrázek této holčičky. Co v Tobě evokuje?



Zdá se, že se dívá přes sklo a je překvapená ...  
něčím..., ale ...

Dívá se sama na sebe? Může v odrazu skla vidět sebe samu?

Je rozdíl vidět a pozorovat, slyšet a poslouchat.

Velmi často procházíme životem „po špičkách“.

- 2 Zveme tě ke ZMĚNĚ pohledu. A to, abys nebyl překvapen pouze tím, co je mimo, kolem tebe, nýbrž aby ses nechal překvapovat sám sebou. Svou hodnotou, tím, jak dobře jsi utvořen, tím velkým dobrodružstvím, kterým je být ČLOVĚKEM.

- 3 Zkus si udělat fotku podobnou té s dívkou, kterou jsme ti ukázali, a nalep si ji do rámečku. To bude tvůj začátek.



# 1 JÁ – OSOBA

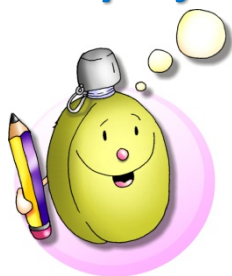
1

Kdo jsem JÁ? Zním se?

4 Abys otočil/a svůj POHLED směrem k sobě, začni se ptát:

Kým jsem já?

Odkud pocházím?



Blank rectangular box for writing a name.

Napiš své jméno

Pro koho tu jsem?

Kam jdu?

5 Dokázal bys odpovědět na každou odpověď? Snaž se jít do hloubky.

Kým jsem já?

Two horizontal lines for writing an answer.

Odkud pocházím?

Two horizontal lines for writing an answer.

Pro koho tu jsem?

Two horizontal lines for writing an answer.

Kam jdu?

Two horizontal lines for writing an answer.



Připadlo ti to snadné? Máš jasné odpovědi na každou otázku?

Horizontal line for writing an answer.

# 1 JÁ – OSOBA

# 1

## Kdo jsem JÁ? Zním se?

6 Zveme tě ke čtení následujícího textu:



### Odkud pocházím?

Každý den se kolem nás stane mnoho věcí, které, když je vidíme každodenně, bereme za samozřejmost. Zvykli jsme si na ně, jsou však podivuhodné. Každé ráno vidíme východ slunce.

Víme, že pohyb Země kolem své osy je zodpovědný za to, že po noci následuje den; nicméně nemůžu ani o minutu svítání přiblížit. A každé ráno otevřeme oči.

Kdybychom mohli shromáždit všechny hvězdy z vesmíru do určitého omezeného prostoru a tam se těšit z jejich světelného třpytu, jejich barev a energie, jejich krása by ani na sekundu neměla výjimečnost ani hodnotu nového lidského života, který přichází na svět.

Každá lidská bytost na začátku své existence má před sebou život, který má prožít, a poslání, které má uskutečnit: být na světě jako jedinečná a neopakovatelná osoba, která si přeje milovat a být milována.

Náš život není dílem osudu nebo náhody. Každý z nás byl zamýšlen, stvořen a milován Bohem od počátku a navždy se svými kvalitami i limity.

### ... Ty mě znáš ...

Hospodine, zkoumáš mě a znáš mě;  
Víš o mně, ať sedím nebo vstanu,  
zdálky je ti jasné, co chci dělat;  
sleduješ mou stezku i místo, kde ležím,  
všechny moje cesty jsou ti známy.  
Ještě nemám slovo na jazyku,  
a ty, Hospodine, víš už všechno.  
Sevřel jsi mě zezadu i zředu,  
svou dlaň jsi položil na mě.  
Nad mé chápání jsou tyto divy,  
jsou nedostupné, nestačím na to.  
Kam odejdu před tvým duchem,  
kam uprchnu před tvou tvář?  
Zamírím-li k nebi, jsi tam,  
a když si ustelu v podsvětí, také tam budeš.  
I kdybych vzlétl na křídlech jitřní záře,  
chtěl přebývat při nejzazším moři,  
tvoje ruka mě tam doprovodí,  
tvá pravice se mě chopí.

Kdybych řekl: Snad mě přikryje tma,  
i noc kolem mne se stane světlem.  
Žádná tma pro tebe není temná:  
noc jako den svítí, temnota je jako světlo.  
Tys to byl, kdo utvořil mé ledví,  
v životě mé matky jsi mě utkal.  
Tobě vzdávám chválu za činy, jež budí bázeň:  
podivuhodně jsem utvořen,  
obdivuhodné jsou tvé skutky, toho jsem si plně vědom.  
Tobě nezůstala skryta jediná z mých kostí,  
když jsem byl v skrytosti tvořen  
a hněten v nejhlubších útrobách země.  
Tvé oči mě viděly v zárodku, všechno bylo  
zapsáno v tvé knize:  
dny tak, jak se vytvářely, dřív než jediný z nich  
nastal.

(Žalm 139,1-16)

# 1 JÁ – OSOBA

# 1

## Kdo jsem JÁ? Zním se?

Myslíš, že existuje někdo, kdo by tě takovýmto způsobem mohl znát? Kdo by byl schopen zdálky tě poznat a bylo by mu jasné, co chceš dělat? Kdo by tě sevřel ze všech stran? Svou dlaň položil na tebe, chránil tě ... kdo by tě utkal v lůně tvé matky? Přemýšlej, kdo by to mohl být.



Existuje Otec, který o můj život již pečoval. Ještě předtím, než mne můj otec a má matka poprvé viděli a objali.

Dobrý Otec, který si přeje, abych byl milován a šťasten, a trpí, když tomu tak není. Nejsem mu lhostejný/á. Dává mi důstojnost, kterou mi nikdo nemůže vzít, byť by se mnou lidé občas jednali nespravedlivě. Tuto důstojnost mám jen proto, že jsem tím, kým JSEM: dítětem, dítětem Božím.

Dávno předtím, než jsme byli stvořeni, Bůh již myslel na každého z nás, myslel na mne. Již jsem měl/a jméno. Jedinečný/á, neopakovatelný/á, vzácný/á. A miluje mne nekonečně. Tolik, že mi říká, i kdyby tvá matka zapomněla, já na tebe nikdy nezapomenu (srov. Iz 49,15).

## Kým jsem JÁ?

### 7 Už jsme udělali první krok: JSEM BOŽÍ DÍTĚ

ON však mne zná lépe, než já sám/a sebe, On mi dává odpověď na to, jak jsem utvořen.

Tak se říká v žalmu: „... obdivuhodné jsou tvé skutky, toho jsem si plně vědom.

Tobě nezůstala skryta jediná z mých kostí ...“ (Žalm 139,14-15).

A v 1. knize Mojžíšově (Genesis) také čteme: „I vytvořil Hospodin Bůh člověka, prach ze země, a vdechl mu v chřípí dech života ...“ (Gen 2,7).

Znovu si přečti tyto dva biblické citáty a v myšlenkách je vztáhni na sebe. Pomysli na svou duši, na své kosti, jak se říká v žalmu.

Pomysli na to, jak tě Bůh vytvořil, z prachu, a vdechl ti svůj dech.

Jak jsi utvořen?



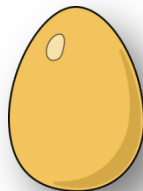
# 1 JÁ – OSOBA

# 1

## Kdo jsem JÁ? Zním se?

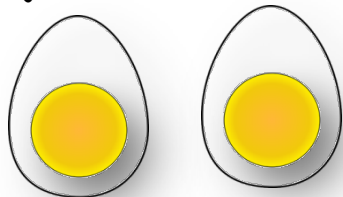
Následující otázka je velmi jednoduchá:

Můžeš napsat, co vidíš na obrázku?



\_\_\_\_\_

Protože se jej nemůžeš dotknout, prozradíme ti, že ve skutečnosti je to vajíčko a je uvařené. Je to VEJCE NATVRDO. A když se podíváš dovnitř, co najdeš?



\_\_\_\_\_

Je bílek vajíčko?

A je vajíčkem i žloutek?

Vejce tvoří BÍLEK a ŽLOUTEK.

Na tomto velmi prostém příkladu mohu snadno pochopit, jak jsem utvořen. Z jakého materiálu? Z těla a duše, v JEDNOM CELKU, jako vejce je ... bílek a žloutek.

Můžeš mu namalovat oči, pusu, nos, uši atd.

Ha! ... A skořápka? ... Zkus si ji představit! ... Co to může být?



Když ponecháme stranou odlišnosti, také JÁ, ČLOVĚK, jsem tvořen/a TĚLEM a DUŠÍ.

Bůh mne utvořil z prachu země a dal mi TĚLO, „mé kosti“. Vdechl mi svůj dech, svého ducha a dal mi DUŠÍ.

Tělo a duše tvoří celek. Lidská bytost, stvořená k obrazu Božímu, je bytost zároveň tělesná i duchovní. Duše dává tělu život. Duše je výrazem duchovního principu člověka. Je to to nejdůležitější uvnitř mne. A Bůh mne miluje se vším všudy, v těle i duši.

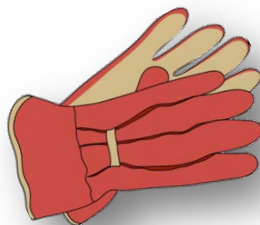
# 1 JÁ – OSOBA

1

Kdo jsem JÁ? Zním se?

9 Další obrázek a stejná otázka: Co to je?

Kolik má částí?



A k čemu slouží?...

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Polož na papír dlaň svojí ruky a obkresli její obrys.



# 1 JÁ – OSOBA

# 1

## Kdo jsem JÁ? Zním se?

Ve skutečnosti má rukavice pět částí, do kterých zapadá pět prstů ruky a slouží k jejímu zakrytí.

**Také TY, jako OSOBA, máš pět dimenzí, které tě TVOŘÍ.**

Každá dimenze je jako jeden prst rukavice, která má tvar ruky. Samotný prst není ruka. Když se roztrhne jeden prst na rukavici, ta již nemůže ruce sloužit.

To samé se děje s dimenzemi u člověka. Všechny jsou důležité a potřebné.



**TĚLESNÁ DIMENZE** \_\_\_\_\_

**TĚLO**

Naše uspořádání jakožto osoby je naprosto zprostředkované naším tělem. Je to viditelná dimenze člověka. Rozvoj motorických dovedností a smyslů, které jsou zásadní pro rozvoj dalších oblastí.

**CITOVÁ DIMENZE** \_\_\_\_\_

**SRDCE A CITY**

Je to nejsubjektivnější dimenze člověka. Odpovídá rozpoznávání a ovládání našich emocí a pocitů, našich citů.

**INTELEKTUÁLNÍ DIMENZE** \_\_\_\_\_

**ROZUM A VŮLE**

Již neodkazuje na tělesné nebo citové hodnoty člověka, nýbrž kromě toho implikuje znalost lidské důstojnosti. Rozvíjíme způsoby myšlení a učení, jež nám pomáhají lépe rozumět světu, který nás obklopuje.

**SOCIÁLNÍ DIMENZE** \_\_\_\_\_

**VZTAH**

Jako lidské bytosti žijeme v kontaktu s okolím, a to proto, že jsme součástí prostředí, které nás obohacuje. Toto prostředí tvoří kromě přírody naši přátelé, příbuzní a společnost obecně. Lidé nemohou žít izolovaně vzhledem k tomu, že v takových podmínkách by onemocněli..

**DUCHOVNÍ DIMENZE** \_\_\_\_\_

**SVOBODA A MORÁLKA**

Je to orientace, budoucnost a smysl, který dáváme našim citům a našemu bytí, a díky nimž můžeme nalézt smysl a poslání našeho života.





# 1 JÁ – OSOBA

# 1

## Kdo jsem JÁ? Zním se?

10 Na chvíli popřemýšlej o sobě a vytvoř svoji vlastní analýzu, aby ses lépe poznal/a.

TĚLESNÁ			
Věk:			
Pohlaví:	muž	žena	
Výška:		Váha:	
Fyzicky JSEM ...			
Když mne někdo vidí, pomyslel by si, že...			

CITOVÁ	
Obvykle hodně zesmutním, když ...	
Jsem spokojený/á, radostný/á, když ...	
Znervózním, když ...	

Nakresli sám/a sebe
---------------------



INTELEKTUÁLNÍ	
Studuji, protože ...	
Snažím se o to, abych dosáhl/a ...	
Smysl své osoby chápu ...	

SOCIÁLNÍ	
Když jsem se svou rodinou, ...	
Když jsem se svými přáteli, ...	
Ve třídě působím ...	

DUCHOVNÍ	
Ve svém životě si přeji, aby ...	
Myslím, že jsem nejšťastnější, když ...	
Při péči o svůj vnitřní život obvykle ...	

# 1 JÁ – OSOBA

# 1

## Kdo jsem JÁ? Zním se?

- 11** Pamatuješ si na siluetu ruky, kterou jsi nakreslil/a? Nyní tě zveme, abys ke každému prstu přikreslil/a jednu z dimenzí, které jsme probrali. Každou z nich vyjádři kresbou.



- 12** Abychom lépe porozuměli každé z dimenzí u člověka, předvedeme si dvě každodenní situace. Ve skupině analyzujte každou situaci a označte větu, kdy vstupuje do hry každá dimenze.

Je osm večer a koukáš na televizi po únavném dni. Tvoje matka se tě ptá, jestli sis už udělal/a úkoly. Neodpovíš jí, ale ona ví, že je ještě nemáš hotové. Vypne televizi a ty se naštveš. Odchází s ovladačem. Za chvíli se zvedneš a jdeš dodělat úkoly. Když je máš hotové, řekneš to matce a ona se usměje.



TĚLESNÁ		
CITOVÁ		
INTELEKTUÁLNÍ		
SOCIÁLNÍ		
TRANSCENDENTNÍ		



Ve třídě začínají diktovat otázky testu. Moc ses neučil/a a jsi nervózní: potí se ti ruce, zrychluje se ti tep ... Máš okno a začneš se na židli vrtět. Nervózní, neklidný/á, roztěkaný/á, smutný/á ... Několikrát se zhluboka nadechneš se zavřenými očima, snažíš se zklidnit. Modlíš se vlastními slovy a rozhodneš se napříště se více učit.

# 1 JÁ – OSOBA

# 1

## Kdo jsem JÁ? Zním se?

TĚLESNÁ	
CITOVÁ	
INTELEKTUÁLNÍ	
SOCIÁLNÍ	
TRANSCENDENTNÍ	



**13** Přiřad' následující spojení ke každé z dimenzí.

Obdivuji tě ...

TĚLESNÁ

Přeji si být s tebou ...

CITOVÁ

Chci tvé dobro ...

INTELEKTUÁLNÍ

Chybíš mi ...

SOCIÁLNÍ

Miluji tě ...

TRANSCENDENTNÍ

Bylo to pro tebe těžké? Mohlo by se některé spojení hodit k různým dimenzím?

---

---



Člověk v duši a těle je jeden CELEK, a také nejrůznější součásti člověka tvoří jeden celek.

Pro člověka je specifická a jedinečná schopnost MILOVAT. Touha milovat a být milován, která je vepsána v těle i duši, v citech, v inteligenci, ve vůli, ve vztahu s ostatními.

Zbývají nám dvě otázky k zodpovězení, ale tuto práci ti necháváme na později. Doufáme, že odpovědi objevíš během tohoto kurzu.

**Kam jdu?**

**Pro koho zde jsem?**