

Část 6:

Vchod a zip.

## Moje přání: PRAVÁ LÁSKA



**2. ročník střední školy**

**Láska je cesta.**

**Každá fáze je důležitá. Nemohou se vynechat etapy.**

**Být zasnoubeni: poznat se, společně poznat pravou lásku  
a připravit se na manželství.**

**Láska jako dar a odpověď. Vždy hledat zdroj lásky.**

## 2. Jak vím, zda jde o pravou lásku?

„Oznámils mi nyní, oč  
jsme tě prosili.“

(Dan 2,23)



**Pochopit význam dobré volby, že ne vždy odpovídá tomu, co chceme. Naučit se vážit si pravé lásky, která je jediná schopná uspokojit přání milovat a být milována.**

**AKTIVITA č. 1:** Je obtížné si vybrat a ještě těžší je vybrat si dobře. V této části učitel se snaží ukázat účastníkům ty hodnoty, které charakterizují pravou lásku od nepravé.

V této aktivitě jsou uvedeny dvě věty, vybrané ze dvou romantických filmů:

„Ujišťuji tě, že pokud tě nepožádám, abys byl můj navždy, budu toho celý život litovat, protože ve mém srdci cítím, že jsi pro mne jediný.“ (Pokud utečeš, vezmu si tě. G. Marshall 1999)

„Ta největší věc, kterou se můžeš naučit, je milovat a nechat se milovat!“ (Moulin Rouge, B. Luhrmann 2001)

S účastníky se zpracují příčiny strachu ze závazku. Není to nic jiného než pochybnost, zda jsem si vybral správnou osobu, především dnes, kdy dochází často k rozpadu manželství.

Známe i strach z toho, že jsme neodpověděli na lásku.

Skončí se s úvahou o osobním charakteru lásky a o lásce jako odpovědi. Určitý člověk svým úsměvem, svým pohledem, svým jedinečným a neopakovatelným bytím vyvolá osobní odpověď, stejně jedinečnou a neopakovatelnou v jiném člověku.

**AKTIVITA č. 2:** Mladí lidé by měli uvažovat o tom, že jediný fakt, že se mi líbí chlapec nebo děvče, není důvodem k tomu, aby spolu začali chodit. Je logické, že chlapcům se líbí děvčata a naopak, ale aby se začal vztah, je nezbytné něco jiného. Především proto, že když uspěcháme věci, může se stát, že budeme vztahy střídat a skončíme tak, že budeme chodit s kýmkoliv.

To špatné je, že v každém vztahu necháme trochu sebe sama a nakonec si můžeme připadat prázdní a nebudeme mít co nabídnout, když přijde pravá láska. Anebo po mnoha pádech si můžeme dokonce myslet, že pravá láska k jiné osobě není možná.

**AKTIVITY č. 3 a 4:** V těchto dvou aktivitách se snažíme pochopit, že ne vždy to, co „chci“, je to, co je „pro mě vhodné“. Žijeme v době, v níž se zdá, že ta nejdůležitější věc je mít silné dojmy a že všechno je bezprostřední. Mnohé věci ale takové nejsou, potřebují přerušení, zralost, odpočinek, poznání atd.

Nabízejí se tři případy, v nichž se osoby musí rozhodnout zřici se věcí, které se jim líbí, pro větší dobro.

Když účastníci odpověděli jednotlivě na aktivitu č. 3, přejdou k aktivitě č. 4. Požádáme je, aby nahlas přečetli, co napsali, a proč. Na základě odpovědí si kladou některé otázky: zda je dobré nechat se příliš zlákat tím, co chceme, když existují důsledky, jaké jsou, zda se týkají osoby, zda nás mohou opravdu poškodit. Postupně se otázky učitele změní a on nabídne případ, ve kterém někdo začíná chodit s někým proto, že „mu vyhovuje“, proč se to dělá, jaké to může mít následky, zda věříme, že ostatní ovlivňují toto rozhodnutí, zda na chození mě zajímá to, co si o tom myslí jiní, zda jsem smolař nebo podivín, když s nikým nechodím atd.

Účastníci si kladou otázky, na které musí odpovědět. Vyloučí ale to, že mají monopol na odpovědi stejné osoby. Je třeba zdůraznit především odpovědi těch, kteří málo hovoří, jsou více plaší nebo reagují adekvátně.

Nakonec si napíší do pracovních sešitů závěry.

Poté, co přečetli text v červeném rámečku o tom, co nosíme ve svém batohu (je možné to přečíst i dvakrát), mají možnost trochu uvažovat.

**Touha po lásce je vepsána do každého srdce, i do mého, a nejen touha být milován, ale nutnost na to odpovědět. Tato potřeba lásky se často zaměňuje s „pravou láskou“, vede mě do vztahů, které nemají dobrý konec.**

**Je důležité vybrat si dobře a nejen to, co se mi líbí. Často to není to, co je pro mě vhodné a neodpovídá to mé pravé touze milovat a být milován.**

**AKTIVITY č. 5 a 6:** Aktivita začíná použitím pracovního sešitu. Řekneme, aby studenti napsali NE k jasné otázce, že novorozenec nemůže řídit auto, ani začít profesionální kariéru. Pokračujeme ve čtení pracovního sešitu a dříve než odpovíme, profesor vysvětlí, že rozhodnout se pro nějakou kariéru je důležité rozhodnutí, které potřebuje vážně se zamyslet a vyžaduje, abychom si uměli vybrat, protože to má vliv na jejich život.

Někdy štěstí závisí na této volbě, ale pokud si uvědomí, že se zmýlili, mohou to napravit a změnit profesní dráhu. Podobně začít vztah nelze brát na lehkou váhu, protože naše štěstí bude záviset na tom, koho si zvolíme pro náš společný život. Zde dáme prostor na reakce na tyto otázky a zodpovězení otázek v sešitu.

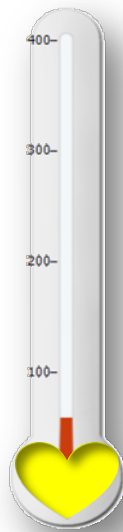
**AKTIVITA Č. 7:** Nejprve si zahrajeme hru zima-teplo a potom si ukážeme, jaké existují náznaky, které ukazují, zda se vztah ubírá správnou cestou. Tato aktivita slouží k uvedení následující aktivity.

**AKTIVITY Č. 8, 9 a 10:** Na lásku neexistují recepty, ale v této aktivitě se studentům poskytnou znaky, které umožní pochopit, zda nějaký vztah se ubírá správnou cestou nebo ne.

Použijeme přirovnání k teploměru, který měří teplotu okolí. V tomto případě se jmenuje teploměr lásky. To, co se měří, jsou důsledky láskyplného vztahu.

Vyzveme studenty, aby vytvořili teploměr lásky tak, že označí věty červeně, když se domnívají, že jsou důsledkem pravé lásky, a zeleně, kdy naopak nejsou.

- **Jsi pro mě dar.**
- **Vezmi si to, co je na mně to nejlepší.**
- **Vztah s tebou mi pomáhá v růstu, pomáhá mi být lepší.**
- **Jsou věci, které se mi na tobě nelíbí, ale akceptuji je.**
- **Pokračujeme postupně. Umíme čekat.**
- **Vážím si tě.**
- **Respektuji tě.**
- **Když jsme spolu, hovoříme o svých věcech a každý den se více poznáváme.**
- **Od té doby, co jsem s tebou, zlepšil se můj vztah s rodiči a přáteli.**



- **Mám tě moc rád a jsem tak zamilovaný, že nemyslím na nic jiného, jen na tebe. Jsem tebou posedlý.**
- **Když jsme spolu, myslím jen na tvoje tělo.**
- **Chci tě jen pro sebe.**
- **Jsi moje vzplanutí.**
- **Snažím se změnit všechno, co se mi na tobě nelíbí.**
- **Miluji tě natolik, že chci všechno.**
- **Cítím, že nejsem sám sebou. Snažím se ti vždy udělat radost.**
- **Pořád jsem s tebou a zanedbávám své přátele.**

Je důležité, aby si studenti uvědomili důsledky vztahů v osobním životě. Pokud vztah pomáhá být lepší ve všech osobních oblastech a zlepšovat se i ve vztazích, ubírá se správnou cestou.

Darujeme studentům teploměr, který lze odstříhávat, aby ho nosili stále s sebou.

**AKTIVITA č. 11:** Dvakrát si poslechneme písně. Podruhé se zpívají tiše, s textem před sebou, aby si studenti uvědomovali, co se říká v textu. Potom jim můžeme klást otázky, aby byla patrná krása lásky, té lásky, která trvá navždy a která se daruje na celý život. Odpovědi se mohou společně sdílet.

### TODO PEREZA

<https://www.youtube.com/watch?v=b-yEmwpE1wU>

Leť, leť se mnou,  
vytrať se vevnitř, řekni mi, chlapče,  
dej mi teplo, nech mě zářit,  
miluj mě v našem hnízdečku.  
Nechci nic, nic jiného,  
Ani vzduch.  
Vystup, vystup, vystup se mnou,  
Všeho nech, postarám se o tebe.  
Přijed' do Madridu, nedělej si starosti,  
Dělej, co máš, zatímco se na tebe  
dívám.  
Nemám strach, nemám pochybnosti,  
Nyní je všechno jasné.  
Všechno je tak reálné,  
Že mám strach, když pomyslím  
Na tvé malé pochybnosti, a že bez  
Tebe bych byl rozdělený napůl,  
Chci to s tebou dělat velmi pomalu.  
  
Všechno, všechno, všechno,  
Chci všechno s tebou.  
Pomalou, postupně, pomalu  
Vstoupí kouzlo a jsme  
Sami, sami, sami, sami.  
Chci jenom tebe,  
Sami mazlíc se, potíc,  
Staneme se blázní hledíce si do  
Očí  
Pijíc přímo z lahve.  
  
Sni, sni, sni se mnou,  
Pošli mi zprávu odkudkoli, kde jsi,  
Řekni mi, kde jsi, a vydám se za tebou,  
Pokud se ty vrhneš, vrhnu se také.  
Nemám strach, nemám pochybnosti,  
Nyní je vše jasné.  
Všechno je tak reálné,  
Že mi to nahání strach, když myslím  
na tvé malé pochybnosti, a že bez  
tebe bych byl rozdělený napůl,  
chci to dělat s tebou velmi pomalu.

### PARA TODA LA VIDA. EL SUEÑO DE MORFEO

<https://www.youtube.com/watch?v=31tECTDA2xY>

Kdybys byla světlo na nebi,  
Slunce by bylo nezaměstnané  
Kdybys byla světlo na nebi.  
Kdybys byla jako vánek v písku  
Dosáhla bys srdce,  
Tam se schováš jako já.  
Kdybys byla jen polovina,  
Stačila by ti polovina, těžko k uvěření,  
Kdo opravdu jsi.

A kdybys byla po celý život,  
Kdybys byla po celý život,  
Byl bych nejšťastnější osoba...  
Budu tě milovat po celý život,  
Budu tě milovat po celý život,  
Budu nejšťastnější člověk. (2x)

Kdybys byla kapka deště,  
Nikdo by neměl žízeň,  
Kdybys byla kapka vody.  
Kdybys byla jen slova,  
Byla bys ta nejkrásnější píseň,  
Nikdy dřív napsaná z lásky.  
Kdybys byla jen polovina,  
Zůstala by ti polovina, těžko k uvěření,  
Kdo opravdu jsi.

A kdybys byla po celý život,  
Kdybys byla po celý život,  
Byla bych nejšťastnější osoba,  
Budu tě milovat po celý život,  
Budu tě milovat po celý život,  
Budu nejšťastnější člověk. (2x)

Po celý život,  
Jestli budeš po celý život  
Po celý život

Budu tě milovat  
Po celý život.

Někdy je těžké rozlišit city a mohu zaměnit přátelství, sympatii, romantický cit se vztahem lásky, vášnivou lásku s plnou, zralou a opravdovou láskou.

Jak poznám, že jsem připraven?

Připravoval jsem se po celý život. Od té doby, co jsem se narodil, naučil jsem se milovat a cítil jsem lásku a budu se nadále učit milovat po zbytek svého života.

Láska má své etapy: vznikne, roste, mění se, získává zralost a závazek. Láska je osobní. Vstupuji do hry, druhý také, osoba odpoví.

Láska vyžaduje čas. V prvním vztahu se nenaplnuje láska. Je škoda přeskočit etapy. K tomu nejsem povolán! Jsem povolán k pravé lásce.

Není tak složité poznat, zda to, co prožívám, je láska s velkým L. Musím dávat pozor na své city, na své touhy a musím je ovládat svou vůlí, rozumem a svobodou.

Opravdová láska umožňuje můj růst, otevírá mě druhým lidem, projevuje se moje lepší já, doprovází mě, váží si mě a respektuje mě, dává mi vyrovnanost a sebeúctu, dává mi sílu a učí mě, pomáhá mi lépe se poznat, poznat, že potřebuji druhé, odpustit, obětovat se, vede mě, objeví mě, činí mě šťastným, naplňuje mě.

### Rozvrh a materiál

Tento pracovní sešit je určen pro studenty 2. ročníku střední školy a probírá se ve dvou hodinách.

Aktivity	Doba (min)	Materiál
Úvod	5	Sešit
Aktivita č. 1: osobní reflexe		Sešit
Aktivita č. 2: osobní reflexe	5–10	Sešit
Aktivity č. 3 a 4: individuální a skupinová reflexe	10–20	Sešit
Aktivity č. 5 a 6: osobní reflexe	10	Sešit
Aktivita č. 7: skupinová hra	10	Sešit, předmět k ukrytí a hledání
Aktivity č. 8, 9 a 10	20	Sešit/papírový teploměr
Aktivita č. 11: poslech písní, osobní a skupinová reflexe	10–15 Písně 10–20	Počítač s reproduktory nebo přehrávačem Sešit