

# Posilovna **PRO** POŘÁDNÉ CHLAPY

„Za týden nám začíná postní doba,“ pronesl jakoby mimochodem táta u večere. „Ach jo,“ zafňukal mladší brácha, „to nám zase budeš zakazovat chipsy a hry, co?“ „Co to je za reakci, čekal jsem nadšené HURA a vy se vůbec netěšíte,“ zasmál se a mně bylo jasné, že má něco za lubem.

„A ty se snad těšíš?“ vrátil jsem mu přihrávkou. „No, ještě před pár dny jsem lamentoval, jak mě bude štvat, když kluci z práce budou v pátek chodit na fotbal a do posilovny, zatímco my běhat na křížové cestě. Pak jsem to vzal jako výzvu a docela se těším.“ „A na co? Vždyť je to jak vězení! Pořád něco nesmět a muset dělat, kdo to má vydržet?“ remcal Kája, ale táta pokračoval. „Pro mě je postní doba taková posilovna lásky. Vejdou tam, vidím před sebou všechny ty vypracované postavy světčů a nezbývá, než si přiznat, že jsem slaboch a potřebuju posílit svaly lásky...“ „A to je jako co?“ „Svoji slabou vůli. A tak chci na sobě rychle začít makat. Ale ne jako chlapi ve fitku, kteří obětují tolik času a energie jen proto, aby ostatním ukázali, jak se jim nadouvá tričko. V posilovně lásky člověk nemaká pro sebe, aby si něco dokázal. Tam se maká pro druhé.“

Asi jsme zírali dost nechápavě, tak dodal: „O tom se moc nemluví, spíš se to dělá. Jestli chcete, můžete se ke

mně tenhle týden přidat a vzít to jako zkušební trénink na postní dobu. Není to složitě, má to jen jediné pravidlo: Dávat přednost tomu, co je právě teď nejdůležitější a co někomu může pomoci, před tím, co je jen příjemné. Ale upozorňuji, že to je posilovna jen pro pořádné chlapy!“

A tak jsme začali! Byla to teda fuška. Kája to pořád nechápal a dokola se ptal:

„A proč je důležitější jít na křížovou cestu, když je v televizi hokej?“



„Protože hokej je jen příjemný, ale v koscele jednak posílí svaly, když se přemůžeš, a jednak se tam setkáš s nelepším trenérem lásky, který ti poradí, jak pokračovat dál.“

„A k čemu je učení, jak tím někomu můžu pomoci? To radši půjdu vyluxovat!“

„Vysávat můžeš v sobotu, teď je důležité učení, až vyrosteš, budeš tím, co ses naučil, pomáhat druhým, když budeš třeba doktorem. Teď to můžeš za někoho obětovat a pomůžeš mu hned.“

„A proč mám jít spát, když se mi ještě chce číst?“

„Protože čtení je příjemnější, ale když půjdeš spát pozdě, zítra budeš unavený a vůbec nebudeš mít sílu makat pro druhé.“

„A proč mám uklízet nádobí po večeri, když je přece důležité si odpocínout?“ fňukal druhý den.

„Protože odpocínat je důležité v noci místo čtení do půlnoci, ale úklid je důležitější, pomůže totiž mamince, vzpomínáš? Makáme pro druhé!“

A tak to šlo celý týden. Na jeho konci jsem musel uznat, že teda rozhodně ještě pořádný chlap nejsem. Na rovinu přiznám, že jsem dal většinou přednost příjemnější cestičce před tou důležitou. Proto jsem se rozhodl v posilovně lásky pokračovat celou postní dobu. A co vy, nezkusíte to se mnou?

Foto: alphaspirit, Romolo Tavani - Adobe Stock

# Nikdy se nevzdávej!

**Pavel Mikšů je sedm let šéfredaktorem Radia Proglas. Pozvali jsme ho k rozhovoru, a tak si o jeho práci v rádiu, životní cestě a rodině můžeš přečíst v následujících řádcích.**

**Vedli vás rodiče k víře, ministroval jste?**

Měl jsem štěstí vyrůstat ve věřící rodině, víra mi byla přirozená, pravidelně jsem ministroval od 8 let, později jsem měl na starosti ministrantské schůzky, řadu let jsem ministroval téměř denně.

Nyní se snažím k ministrování vést svého nejstaršího sedmiletého syna. Už začínáme ministrovat spolu.

**Ovlivnila vás služba u oltáře při volbě budoucího povolání?**

Nepřímo, hlavně blízkost eucharistie a Pána Ježíše měla vliv při směřování ke kněžství, i když jsem se knězem nakonec nestal. Ale za celou dobu i formaci jsem vděčný a myslím, že to byla vynikající zkušenost, jsem za tu cestu rád.

Po absolvování konviktu v Litoměřicích a několika letech studia teologie v Olomouci jsem studium přerušil a vstoupil na sedm let do Komunity Blahoslavenství. I v komunitě jsem měl pořád na mysli povolání kněze. Až přibližně po 10 letech jsem tuto cestu opustil a vydal se jiným směrem.

V roce 2006 jsem se oženil, ale ze spirituality komunity žijeme oba dodnes, často ji navštěvujeme a podílíme se na jejich aktivitách.

**Co je náplní práce šéfredaktora v Radu Proglas?**

Šéfredaktor je odpovědný za vše, co z rádia vychází, i když pochopitelně nemůže všechno poslouchat. Ale spolu s kolegy se radíme



o programu, tématech, výběru hostů, zaměření pořadů. Úkolem šéfredaktora je pořád něco řešit, rozhodovat a být stále ve střehu.

**Co vás na vaší práci nejvíc těší?**

Setkávání s lidmi a novými tématy. Člověk si prohlubuje poznání, potkává spoustu lidí, je to velice živé. Když přijdu do práce, nikdy nevím, co přesně budu dělat. Každý den je nový, proto jsem za tuto práci vděčný.

**Jaký je hlavní úkol Radia Proglas?**

Být průvodcem na cestě. Když jedeš někam, kde to neznáš, nebo naopak kde to znáš a chceš se dozvědět víc, můžeš si koupit průvodce nebo si o tom něco přečíst na netu. A to je náš úkol. Provázet ve společnosti, v církvi, nabízet postoje a názory, které vychází z evangelia, pomoci se rozhodovat ve vlastním životě. Být směrovkou.

**Jaké pořady na Proglasu byste doporučil našim čtenářům?**

Pro děti školního věku Barvínek, pro mladé Šmrnc. Většinu našeho vysílání tvoří hudba, žánry všechno druhu.

**Jak vybíráte hudbu?**

Hudbu vybíráme pečlivě. Zaměřujeme se na to, aby písně byly zajímavé buď textem, nebo melodií, ideálně obojím. Nehrajeme prvoplánově to, co hrají proudová rádia, ale hledáme písně, které chtějí něco sdělit. Proto můžu doporučit i většinu hudebních pořadů, kde se dá vybrat podle žánru.

**Jak se vám daří skloubit náročnou práci s rodinou?**

Rodina má dvě roviny, partnerský vztah může se ženou, tedy v jedné rovině manželství, ze kterého potom vycházejí děti, které jsou tou druhou rovinou. Pro mě je nejdůležitějším člověkem na světě moje žena. Snažím se, aby to z mých činů bylo patrné. Myslím, že by každý manžel a otec měl mít

na prvním místě Boha, na druhém svoji ženu, svoje děti a pak všechno ostatní, tedy i práci. I když mě práce živí a přináší možnost rozvíjet to, co do mě bylo vloženo, což je velmi důležité, přesto je to něco, co je na dalším místě až za rodinou. Rodinný život nesmí být plně zahlušen množstvím práce. Správné seřazení hodnot umožňuje i dobře odvádět práci.

**Loni jste oslavili desetileté výročí svatby, co považujete v manželství za nejdůležitější?**

Naučit se naslouchat. Ne nadarmo máme dvě uši a jedna ústa. Snažit se porozumět, co druhý říká a proč to říká, a důvěřovat.

**Máte nějaké životní motto?**

Mám rád kreslený vtíp, kde čap drží žabu v zobáku a chce ji spolknout. Žába chytí čapa pod krkem, čímž ho zaškrtí a znemožní mu tím, aby ji spolkl. Pod obrázkem je napsáno „Nikdy se nevzdávej!“ Tím se snažím řídit. Když mi něco nejde, ale jsem přesvědčený, že je to správná věc a přišel její čas, snažím se toho docílit různými způsoby. Jakmile se přesvědčím, že to má být ono, jdi za tím a nikdy se nevzdávej.

**Čtěl byste něco vzkázat našim čtenářům?**

Rozvíjejte všechny svoje dovednosti a talenty, naučte se je rozpoznávat a používat ve prospěch ostatních. Když je někdo silný, není to proto, aby ubližoval slabším, ale aby je chránil. Když jste v něčem šikovný, není to proto, abyste se vytahovali, ale abyste dokázali něco vytvořit, co pomůže ostatním. Všechno, co máme, není pro nás, abychom se předváděli, ale abychom ty, co jsou kolem nás, dokázali udělat radostnější a šťastnější.

**Děkujeme za rozhovor i za vaši práci. Ptal se Štěpán Pospíšil**



S mojí ženou Lubkou a nejmladší dcerou Sárinkou

Foto: Ambroz, archiv autora

Nezkrácenou verzi rozhovoru najdete na webu Tarsicia.

## Jak dlouho nejíst před svatým přijímáním?

**Babička říká, že hodinu před svatým přijímáním se nesmí jíst. Je to pravda? Ani třeba žvýkačku?**

Jonáš, 11 let

Ahoj Jonáši, díky moc za důležitou otázku. Eucharistický půst je součástí přípravy na mši svatou. Antoine de Saint-Exupéry píše ve své knize Malý princ o setkání prince s liškou. Liška dovoluje princovi, aby si ji ochočil, a pak mu říká: „Bylo by lépe, kdybys přicházel pokaždé ve stejnou hodinu,“ řekla liška. „Přijdeš-li například ve čtyři hodiny odpoledne, již od tří hodin budu šťastná. Čím více čas pokročí, tím budu šťastnější. Ve čtyři hodiny už budu rozehvělá a neklidná; objevím hodnotu štěstí! Ale když budeš přicházet v různou dobu, nebudu nikdy vědět, kdy se mám těšit na tvůj příchod...“ Tento příběh krásně ukazuje smysl eucharistického postu. Máme vyzdobit své srdce pro setkání s živým Ježíšem v Nejsvětější svátosti. Eucharistický půst je starobylá církevní tradice, jejíž počátky můžeme vysledovat u sv. Augustina (přelom 4. a 5. století). V minulosti byl eucharistický půst od půlnoci, v roce 1957 byl zkrácen na tři hodiny. Podle aktuálních církevních předpisů je každý věřící povinen zachovávat eucharistický půst hodinu před svatým přijímáním. Eucharistický půst neruší voda a léky. Z toho vyplývá, že by sis hodinu před sv. přijímáním neměl dát ani žvýkačku. Eucharistický půst nemusí dodržovat staří a nemocní lidé (např. s cukrovkou) a ti, kteří o ně pečují. Kněží, kteří v jednom dni slouží více mší svatých, jsou povinni zachovávat eucharistický půst pouze před první mší svatou.

otec František Ponížil, kaplan Valašské Klobouky



Máš-li nějaký dotaz, napiš nám ho na e-mail: [vrtak@tarsicius.cz](mailto:vrtak@tarsicius.cz)