

Petra Klippelová

Nosím v sobě život

MATEŘSKÁ LÁSKA
A DUCHOVNÍ
ŽIVOT BĚHEM
TĚHOTENSTVÍ



EDICE FAMILIA



Petra Klippelová

Nosím v sobě život

MATEŘSKÁ LÁSKA A DUCHOVNÍ ŽIVOT
BĚHEM TĚHOTENSTVÍ

KARMELITÁNSKÉ NAKLADATELSTVÍ

KATALOGIZACE V KNIZE – NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Klippel, Petra

[Leben in mir. Česky]

Nosím v sobě život : mateřská láska a duchovní život během těhotenství / Petra Klippelová ; z německého originálu Leben in mir ... přeložila Jindra Hubková. – Praha : Karmelitánské nakladatelství, 2022. – 111 stran. – (Familia)

Vydalo Karmelitánské nakladatelství ve společnosti KatMedia, s.r.o.

ISBN 978-80-7566-254-5 (brožováno)

* 612.63 * 173.5-055.52 * 173.5/.7 * 316.474 * 27-584 *

27-58-055.2 * 27-184 * 27-534.35 * 2-231 * 13 * 27 * (0:82-4) *
(0:82-97) * (035)

- těhotenství – duchovní aspekty
- těhotenství – křesťanské pojetí
- mateřství – duchovní aspekty
- mateřství – křesťanské pojetí
- matky a děti – křesťanské pojetí
- láska – křesťanské pojetí
- duchovní život – křesťanské pojetí
- ženská spiritualita – křesťanské pojetí
- Bůh a člověk – křesťanské pojetí
- křesťanské modlitby – křesťanské pojetí
- biblické citáty
- úvahy
- modlitby
- příručky

27-5 - Liturgie. Křesťanské umění a symbolika. Duchovní život [5]

© 2011 Echter Verlag GmbH, Würzburg

Czech edition © KatMedia, s. r. o., Praha, 2022

ISBN 978-80-7566-254-5

Haraldovi,
který se mnou sdílí dobrodružství,
jak se stát a jak být rodičem.

Panu faráři Volkeru Weyresovi
s vděčností za doprovázení (nejen) těhotenstvím.

Naše milá dceruško:
Je krásné, že jsi!

Obsah

MILÁ ČTENÁŘKO!	8
1. ZAČÁTEK	
Ve skrytu	14
Cosi nového	16
Láska	18
Předávat život	20
2. OBTÍŽE	
Nevolnost	24
Odříkání	26
Dělám chyby	28
Nevyspání	30
3. DOJETÍ	
Slzy	34
Starosti	36
Bude moje dítě zdravé?	38
Nepokoj	40
4. POVZNESENÍ	
Radost	44
Zázrak	46
Kojení	48
Bezpečí	50
5. MOJE BYTÍ	
Spolutvořitelka	54
Matka	56
Moje jméno	58
Nosím v sobě život	60

6. SETKÁVÁNÍ

Nejsem sama	64
Blížkost a odstup	66
Hněv a vztek	68
Tiché pohyby	70

7. TĚHOTENSTVÍ STOKRÁT JINAK

V požeňnaném stavu	74
V jiném stavu	76
V naději	78
Pod srdcem	80

8. HLEDÍM DO BUDOUCNA

Výběr jména	84
Představy o Bohu	86
Svědkyne víry	88
Přání	90

9. TRPĚLIVOST A ČEKÁNÍ

Čekání	94
Bříško	96
Bolavá záda	98
Sténání a křik	102

10. JE ČAS

Termín	104
Odpoutání se	106
Dýchání	108
Požehnání	110

MILÁ ČTENÁŘKO!

Jste těhotná! Gratuluji!

Neznám vaši osobní situaci. Čekáte první dítě, nebo už děti máte? Těhotenství vás spíše překvapilo, nebo jste musela na své vymodlené dítě dlouho čekat? Jste v počáteční fázi těhotenství, nebo už se vám pěkně zakulatil břicho? Ať už se ocitáte v jakékoli situaci, přeji vám, abyste si poté, co jste se o dítěti, o tomto nově počatém životě ve vás, dozvěděla, mohla ze srdce poblahopřát.

Bůh je toho příčinou

Fakt, že právě berete do ruky tuto knížku, svědčí o tom, že chcete své těhotenství prožívat vědomě duchovním způsobem. Možná si uvědomujete, že za tento nový život, a to jak při jeho vzniku, tak během jeho růstu a ochrany, nenesete odpovědnost pouze vy a váš partner. Na tom všem se podílí Bůh.

Vy nyní nosíte a chráníte dítě ve svém těle, a přitom jste sama nesena a chráněna Stvořitelem.

Nabídka

Tato knížka vám nabízí čtyřicet podnětů k zamyšlení nad nejrůznějšími tématy ohledně těhotenství. Některé se zabývají spíše praktickými otázkami, jiné těhotenstvím jako takovým, některé se více dotýkají vašeho pohledu na sebe, jiné vašich vztahů k ostatním lidem. Všechny se však týkají vašeho vztahu k Bohu, který vás provází celým životem, a proto vám je tím spíše nablízku v této mimořádné době, jakkoli si to budete více či méně intenzivně uvědomovat.

V každém z deseti oddílů najdeme vždy čtyři podněty k zamyšlení. Oddíl vždy uvádí motivační fotografie. Nechejte ji

na sebe spontánně působit: Jaké myšlenky a emoce se ve vás při pohledu na obrázek probouzejí?

Struktura

Každý ze čtyřiceti podnětů má stejnou strukturu:

1. úvod
2. otázky – impulsy
3. biblická slova
4. zamyšlení
5. modlitba

Patrně ne všechny nabízené impulsy budou beze zbytku vyhovovat vaší osobní aktuální situaci. V tom případě můžete dvoustránku vynechat a místo toho zapojit vlastní kreativitu: pozměnit otázky či podněty tak, aby vám „seděly“. Právě tak vás nemusí oslovit všechny nabízené formulace. I zde platí totéž: Užijte vlastních slov! Podněty mají za úkol pouze inspirovat.

Také je vůbec nemusíte číst v pořadí, v jakém jsou otištěny. Můžete si zkrátka vyhledat právě ten, jehož téma se dobře hodí pro váš konkrétní den.

Lze jen doporučit, abyste s knihou pracovala po všech stránkách kreativně. Právě těhotenství může být dobou, kdy budete vnímat svou duchovní stránku kreativně a objevně, kdy budete žít svou víru tak, jak to plně odpovídá vaší momentální osobní situaci.

Průvodce

Byla bych ráda, aby se tato knížka stala vaším průvodcem. Mít ho stále po ruce může být užitečné. Jste-li na samém začátku těhotenství, můžete využít jeden podnět na každý týden. Pokud se vám už ale blíží termín porodu, lze si přečíst jeden podnět denně.

Může být ku prospěchu, zvolíte-li si pro zamyšlení nad texty stejnou denní dobu, například každý den večer, případně každou neděli po snídani. Také volba stejného místa může pomoci k účinné četbě. Třeba si k tomu zapálíte svíčku, svou tichou chvíli můžete začít znamením kříže, pár minutami meditativní hudby či jiným rituálem. Prospěť může i stejný závěr: pokleknutí či modlitba požehnutí.

Po celý den

Jednotlivá slova podnětů vás tak mohou provázet celým dnem. Krátký biblický citát si můžete přibrat k denním povinnostem a opakovat si jej při úklidu, při praní a další práci. Tak si vštípíte biblická slova. Můžete si je také napsat na lístek a strčit do kapsy kalhot nebo sukně. Po každé když při práci sáhnete do kapsy, se vám slova připomenou. Stejně tak si můžete opsanou modlitbu vložit do kabelky, takže ji budete mít po ruce při čekání na autobus do práce nebo v čekárně na ultrazvuk. Vaší fantazii se meze nekladou.

Určitý druh deníčku

Knížku můžete použít jako osobní deníček. Proto si ke každému podnětu připište datum, kdy jste o něm uvažovala. Pokud se vás některé slovo zvláště dotkne nebo se vám bude zdát z nějakého důvodu důležité, můžete si je barevně zvýraznit, podtrhnout nebo zakroužkovat. Na okraj si poznamenejte vlastní komentáře a odpovědi. Volných míst na stránkách využijte k poznámkám, kresbám a fotografiím, datům těhotenských vyšetření a ke všemu dalšímu, co vás ještě napadne a co byste si ráda uchovála v paměti. Kniha se tak změní ve váš osobní památník plný vzpomínek na tuto jedinečnou dobu.

A co tátové?

V žádném případě nehodlám vynechat otce. Avšak z praxe jsem poznala, že mámy se zabývají svým těhotenstvím naprosto jinak a mnohem intenzivněji nežli tátové. Proto je knížka věnována v první řadě vám, čtenářkám. Použijete-li však špetku fantazie a lehce pozměníte formulace, pak se mohou nabízené podněty stát obohacením pro vás oba. Pro váš partnerský vztah vám diskuse nad otázkami a podněty pomůže prohloubit vzájemné poznávání. Některým z vás postačí, když se s partnerem společně pomodlíte nabízenou modlitbu. Samy pro sebe objevte, co vám a vašemu manželovi nejlépe vyhovuje!

Přeji vám požehnané těhotenství, během něhož ve vás poroste nový lidský život a zároveň se bude dále a nově rozvíjet i vaše vitalita.

Petra Klippelová



1. ZAČÁTEK

VE SKRYTU

Početí se děje světem nepozorováno. Nový život začíná nenápadně, v hlubokém skrytu, v těle matky. Dokonce ani ona sama zpočátku nic nepozoruje. Sice se občas dočtu o ženách, které věděly od okamžiku početí, že jsou těhotné, avšak na vlastní uši jsem to zatím ještě od žádné neslyšela. Mnohé z nás dokonce poznají až po dlouhé době, že jsou v jiném stavu. Jiné, především ty, které si už dlouho přejí mít dítě, sledují znamení a pozorně naslouchají svému nitru. Avšak prvním jistějším znamením je vynechání periody, zpravidla dva týdny po oplodnění. Do té doby ale probíhá vývoj oplodněného vajíčka doslova razantním tempem do podoby takzvané blastocysty, ze které se vyvine jednak placenta a jednak embryo, které se dále rychle vyvíjí. Už zhruba po týdnu od oplodnění se zahnízdí nový život v děložní stěně. A to všechno, aniž by měl člověk o tom tušení.

- ✧ Jak jsem si uvědomila, že jsem těhotná?
- ✧ Vzpomínám si ještě na první pocity a myšlenky?
- ✧ Mám-li už děti: Je to stejné jako předtím? Nebo je to docela jiné?
- ✧ Komu jsem se s tím svěřila nejprve a jakými slovy?
- ✧ Kdy se to dověděl širší okruh přátel? Bylo to záhy, protože jsem se s nimi chtěla podělit o radost? Nebo teprve po nějaké době, kdy jsme si s manželem užívali toho sladkého tajemství?