

Novi svijet

ISSN 1331-226X Godina XLVIII. br. 11, studeni 2012.

Cijena 15 kn

Projekt
ujedinjenog
svijeta

Komunikacija
bračnoga
para

Nova evangelizacija
VJERUJEM
ŽIVIM
POSREDUJEM





Naslovnica:
Nova evangelizacija za čovjeka današnjice [str. 6-8]
Foto:
Priscilla Menin

Staro je novo

Obično se misli da razvoj nema granica i da je novo uvijek bolje od staroga. Tako su primjerice političari poprimili naviku koristiti pridjev "novo" na svakom koraku kako bi se afirmirali kao prvaci toga razvoja.

No treba pojasniti što znači "novo" a što "staro". Treba razlučiti koliko nešto doista otvara budućnost ili je doista zatvara. Jedan primjer mogu biti Beatlesi koji slave 50 godina. Slavimo ih i mi jer djeluju uvijek novi, a njihove pjesme nas duboko dotiču izuzetnim skladom. Umjetnost nikad ne gubi inovacijsku sposobnost jer je izraz neprolazne vrijednosti ljepote.

Drugi primjer može biti nedavno završena Sinoda o novoj evangelizaciji. Ovaj veliki skup, realno globaliziran, prožet velikim poticajima i snažnim napetostima, na kraju je pokazao vjerodostojan put za obnovu navještaja Radosne vijesti.

Što je za Sinodu "novo"? Nadasve je to "sinođalni duh", tj. zajedništvo koje je pratilo radove u Vatikanu, a koje može preplaviti svako područje osobnoga i društvenog života. Netko je čak govorio o "novoj demokraciji zajedništva". "Novo" znači također pronaći dosad nepoznate načine evangelizacije. U prvom redu su to spoznaje novih karizmi koje znaju i sredstvima digitalne revolucije dati svježinu.

Novo ne znači izdati staro, evanđelje, naprotiv, znači vrednovati ga i iznova predložiti novim oblicima i novim riječima, novim energijama i novim sredstvima. Novo znači danas kao i nekad slušati riječ Božju, provoditi je u praksi, a potom svjedočiti. "Sve činim novim", rekao je Isus. Znači i staro.

Michele Zanzucchi

SADRŽAJ

- | | |
|---|---|
| 2 RIJEČ ČITATELJIMA
Staro je novo | 14 MLADI
Od nogometa do ujedinjenog svijeta
Projekt ujedinjenog svijeta |
| 3 RIJEČ ŽIVOTA
Susret
U zatvoru
Račun | 16 NA PUTU SVETOSTI
Slavlje s Chiarom Luce |
| 4 IZ ŽIVOTA
Brat | 17 SOLIDARNOST
Kuba nakon uragana |
| 6 U ŽARIŠTU
Vjerujem
živim
posredujem
Utaziti žđ za
neizmjernim | 18 AKTUALNO
Zdravstveni odgoj |
| 9 SVJEDOČANSTVO
Život u bojama | 19 KULTURA
Krizevački triptih |
| 10 SPORT
Sport donosi
radost i zdravlje
Zlatno pravilo
u sportu | 20 OBitelj
Komunikacija
bračnoga para |
| 22 ISTAKNUTO
Atenagora I.
i Chiara Lubich | 23 ZDRAVLJE
Bolna stopala |
| 12 DUHOVNOST JEDINSTVA
Karizma
jedinstva i teologija | |

Mjesečnik Pokreta fokolara

godina XLVIII., br. 11 – studeni 2012.

Uredništvo i uprava: Novi svijet, Franje Račkoga 30, 48260 Križevci, tel.: (+385) 01 3691 290; fax: (+385) 01 3691 840;

e-mail: novisvijet@novisvijet.net, web stranica: www.novisvijet.net, Izdavač i nakladnik: Djelo Marijino - Pokret fokolara;

Glavna urednica: Đina Perkov; Uredničko vijeće: Đina Perkov, Sonja Eterović, Zdenko Horvat;

Tisk: FEROPROMS d.o.o., Zagreb. Godišnja pretplata 150 kn, za Europu: 33 EUR, za kontinent: 55 USD. Pojedinačni broj 15 kn.

Uplate putem vašeg povjerenika ili na račun (kunski i devizni) Pokreta fokolara broj 2360000-1101456527

ZAGREBAČKA BANKA D.D., 10000 Zagreb, Paromlinska 2, Croatia, SWIFT CODE: ZABAHR2X, IBAN HR 91 2360000 11014 56527

Pod poziv na broj upišite vaš evidencijski broj koji se nalazi u gornjem lijevom kutu listića s adresom. Osobe jednom preplaćene na Novi svijet dobivaju ga dok se ne odjave. Tko želi donirati bilo koji iznos za Novi svijet i tako pomoći onima koji nemaju mogućnost platiti preplatu, pod poziv na broj treba upisati 5500. Novi preplatnici koji još ne znaju svoj evidencijski broj upisuju pod poziv na broj 5000, a kopiju uplatnice moraju obvezatno poslati na uredništvo.

Tiskanje ovog broja započeto je 16.11.2012.

STUDENI 2012.

"**A**KO ME TKO LJUBI, ČUVAT ĆE MOJU RIJEĆ
PA ĆE I OTAC MOJ LJUBITI NJEGA I K NJEMU
ĆEMO DOĆI I KOD NJEGA SE NASTANITI."

(Iv 14,23)



nepeklakatka@stip.hr

I sus upućuje apostolima svoje velike i snažne oproštajne govore. On im između ostalog jamči da će ga opet vidjeti jer će se očitovati onima koji ga ljube.

Tada ga Juda, ne Iskariotski, upita kako to da će se očitovati njima, a ne svijetu. Učenik je želio Isusovo veliko vanjsko očitovanje koje bi moglo promijeniti povijest i po njegovu mišljenju biti korisnije za spasenje svijeta. Apostoli su mislili da je Isus iščekivani prorok posljednjih vremena koji će se pred svima objaviti kao izraelski Kralj, postaviti se na čelo naroda Božjega te konačno uspostaviti kraljevstvo Gospodnje.

Isus odgovara da njegovo očitovanje neće biti vanjsko ni spektakularno. Bit će to jednostavan, izvanredan "dolazak" Trojstva u srce vjernika, koje se ostvaruje tamo gdje je vjera i ljubav.

Ovim odgovorom Isus pojašnjava da će on ostati prisutan među svojima nakon smrti i da će biti moguće doći u kontakt s njim.

"Ako me tko ljubi, čuvat će moju riječ pa će i Otac moj ljubiti njega i k njemu ćemo doći i kod njega se nastaniti."

Njegova se prisutnost može ostvariti već od sada u kršćanima i u zajednici. Ne treba čekati budućnost. Hram koji ga prima nije toliko onaj sačinjen od zidova, nego je to srce kršćanina. Ono

tako postaje novo svetohranište, živo boravište Trojstva.

"Ako me tko ljubi, čuvat će moju riječ pa će i Otac moj ljubiti njega i k njemu ćemo doći i kod njega se nastaniti."

No kako kršćanin može to postići? Kako može u sebi nositi samoga Boga? Kojim putem uči u duboko zajedništvo s njim?

Ljubavlju prema Isusu.

Ljubavlju koja nije puka osjećajnost, nego se pretvara u konkretan život, u čuvanje njegove riječi.

Na takvu ljubav kršćanina, potvrđenu djelima, Bog odgovara svojom ljubavlju: Trojstvo se dolazi nastaniti u njemu.

"Ako me tko ljubi, čuvat će moju riječ pa će i Otac moj ljubiti njega i k njemu ćemo doći i kod njega se nastaniti."

"...čuvat će moju riječ".

Koje je riječi kršćanin pozvan čuvati?

U Ivanovom evanđelju "moje riječi" često su sinonim za "moje zapovijedi". Kršćanin je stoga pozvan čuvati Isusove zapovijedi. Ali njih ne treba shvaćati kao popis zakona. Potrebno ih je vidjeti sve sažete u zapovijedi uzajamne ljubavi koju je Isus pokazao pranjem nogu. Bog zapovijeda svakom kršćaninu da ljubi bližnjega sve do potpunog darivanja sebe, kako je to Isus učio i činio.

"Ako me tko ljubi, čuvat će moju riječ pa će i Otac moj ljubiti njega i k njemu ćemo doći i kod njega se nastaniti."

Kako dobro živjeti ovu rečenicu? Kako doći do toga da nas sam Otac uzljubi i da se Trojstvo nastani u nama?

Ostvarujući svim svojim srcem, korjenito i ustrajno, uzajamnu ljubav među nama.

Kršćanin poglavito u tome nalazi put one duboke kršćanske askeze koju Raspeti traži od njega. Upravo po uzajamnoj ljubavi u njegovu srcu cvatu razne kreplosti i on može odgovoriti na poziv svoga posvećenja. ■

**Chiara
Lubich**

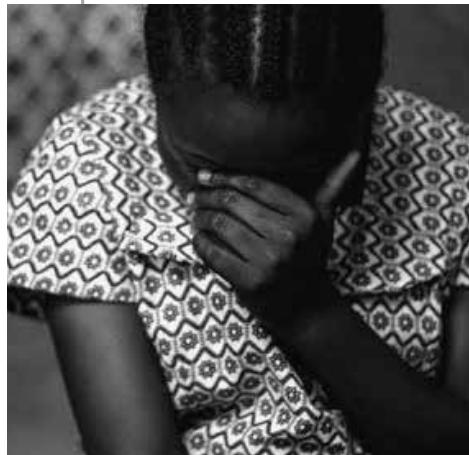


Napisana
1983.,
objavljena u
Riječi života
br. 1/1983.

Susret

Vraćala sam se kući iz škole, kad sam putem ugledala djevojku kako očajnički plače. Što li joj se dogodilo, pomislila sam. Bez oklijevanja sam joj se približila. Upitala sam je kako je i mogu li joj nekako pomoći. Ona je podigla pogled i jecajući mi počela pričati svoju priču. Kad je bila mala, umrla joj je mama. Ta je bol još uvijek bila toliko jaka da je mislila kako njen život više nema nikakvoga smisla. Zaboravila sam na svoje planove i posvetila se njoj kako bih je ljubila i bila uz nju. Razgovor se nastavio i pričala sam joj o sebi. I ja sam izgubila majku u dobi od tri godine.

S vremenom sam razumjela da se moj život ne može zaustaviti na toj boli, jer sam otkrila da imam jednoga Oca, Boga koji me ljubi neizmјerno. Ta je ljubav ispunila sve praznine mojega života. Pričala sam joj kako nastojim odgovoriti na Božju ljubav, ljubeći i ja druge. Moja je nova prijateljica bila toliko sretna da mi je zahvaljivala, a dok smo se pozdravljale izgledala je kao posve nova osoba.



Za mene je ovaj neočekivani susret bio vrlo važan. Iskustvo s mojim najboljim prijateljem - Isusom ne samo da me je usrećilo, nego mi je dalo sposobnost da nosim tu sreću drugima.

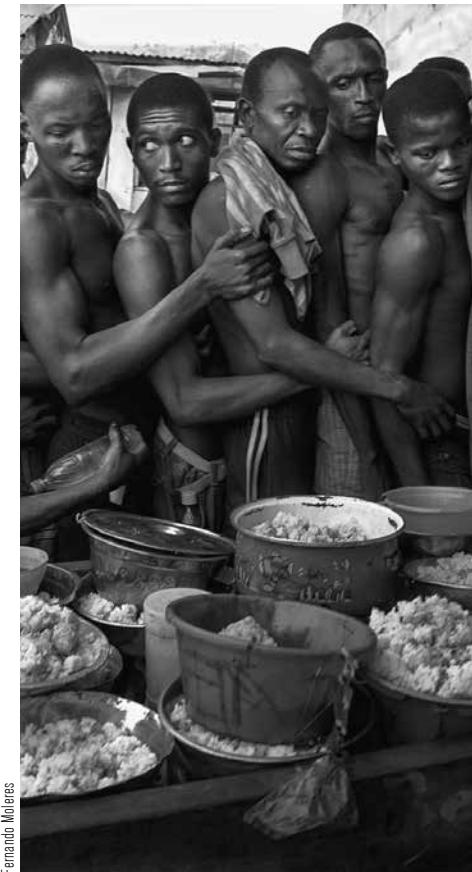
(Beatriz Estrela, Angola)

U zatvoru

Za vrijeme studija počinio sam više kaznenih djela. Za to sam sudski tjeran i osuđen. Sada izdržavam kaznu. U zatvor su nas došli posjetiti kršćani. Pogodio me način kako su govorili o evanđelju. Rekl su da se evanđelje može provesti u praksi. Koristili su upravo taj izraz. Provesti u praksi? Nikad nisam mislio da evanđelje može izaći iz crkve. Jedan od njih je naveo rečenicu: "Ljubi svoga bližnjega kao sebe samoga". "Kao sebe samoga", ponavljao sam u sebi kao da je to neka mantra. Mučila me misao da i ja - baš ja - mogu početi ljubiti. Ljubiti? Ali ja ne znam kako se to radi. Nisam navikao iskazivati osjećaje, niti prema svojim roditeljima, prema svojoj obitelji, prijateljima. A uostalom, koga ljubiti?

Podigao sam pogled i predamnom je stajao kolega iz ćelije. Nešto kasnije stiglo nam je jelo. On je bio više gladan od mene. Da sam na njegovom mjestu, bilo bi mi drago pojести više. Podijelio sam svoju porciju s njim. Tada sam shvatio: moj je stomak bio prazniji, ali mi je srce bilo daleko punije nego prije! Možda to znači ljubiti?

(N.N., Nigerija)



Fernando Moller

Račun

Bila sam s kćerkom u samo-posluzi. Kad smo došle na blagajnu, blagajnica greškom nije ukucala cijenu jednog proizvoda. Moja kći je to primijetila i šapnula mi: "Mama, jesli viđela? Niye sve ukucala!" Pogledam ju i rečem: "Imamo srećel!" Već smo izlazile iz dućana, kad ona nastavi: "Mama, ne misliš li da je to krađa?" Zaustavim se i razmislim. Ako se ne vratim natrag, kako će moći biti vjerodstojna kad joj u budućnosti budem morala reći: "To se ne radi? "Imaš pravo", odgovorim.

Vratile smo se natrag i pokazale račun blagajnici. Ona je to brzo ispravila, a mi smo sretne platile i izašle iz dućana. ■

(Phumzile, Južna Afrika)

Ovih nekoliko misli iz knjige Igina Giordani-ja "Brat" (*Il fratello*), spadaju među dragocjene bise-re Focovih zapisa. Foco sustavno i opsežno izražava viziju bližnjega koja ga je pratila i nadahnjivala cijeli život, a očituje se u svim njegovim zapisi-ma i govorima.

Na različite načine, jasno-ćom koja mu je svojstvena, Foco tvrdi da nam bližnji nije brat samo zato što je dijete Božje kao i mi, nego da nam na neki način predstavlja Boga, štoviše, poistovjećuje se s Njim. "Vidiš brata, vidiš Gospodina", napisao je u uvodu svoje knji-ge. Taj smion i uzvišen pojam provlači se kroz sve zapise i otkriva nam dublji sadržaj Ra-dosne vijesti.

Bog je u svemir postavio živi poziv, utjelovljeni spomen na božanstvo: čovjeka, stvo-renoga na njegovu sliku i pri-liku, lik Božji, da ga zastupa u prostoru.

Brat je rudnik u kojemu ko-paš božansko. Ljubiš ga – slu-žiš mu – da bi iz njega dobio Boga. U njemu ljubiš svoga Stvoritelja, u bratu tražiš Oca.

Kako ne ljubiti brata kao sa-moga sebe ako moje "ja" po-staje hram Trojstva upravo zato što ljubim brata?

Tko ljubi, shvaća i uključuje ljubljenu osobu u svoj život. Tako se obogaćuje i božan-ski se bogati. Zakon ljubavi je ustav Kraljevstva Božjega u nebu, na zemlji i na svakome mjestu.



Arhiv PH

Brat

"Gdje su dvojica ili trojica sabrana u moje ime, tu sam i ja među njima" (Mt 18, 20). To je lagani način – osnovni me-hanizam, svakome pri ruci - da svakoga trenutka dozovemo Boga među nas i da ljudski život učinimo božanskim suživotom. Sve to zahvaljujući ljubavi: trojstveno se društvo (Bog – ja – brat) osniva tamo gdje se onaj tko ljubi – kako je Isus ljubio – poništava za brata: sav je ljubav. Tako se i brat, ako u-zvrati, poništava: sav je ljubav. Tada se u praznini pojavljuje Isus među njima, jer je Isus u njima. Ljube jedan drugoga kako je Isus ljubio, oni su kao drugi Isus.

Isus među nama je unošenje božanskoga koje daje da živi-mo Raj; daje zajedničkom živo-tu ljepotu ekstaze.

Život postaje ljudsko-božan-ski suživot koji proteže unedo-gled utjelovljenje Riječi.

Ima mnogo crkvenih pravila i sva su sveta. No sva se mogu sažeti u zakonu nove zapovi-jedi: "Ljubite jedni druge kao što sam ja vas ljubio". No, da bismo ljubili kao Krist, približa-vajući se bratu trebali bismo u njemu probuditi božanski čim-benik. Ako se približimo ljubavlju, budimo u njemu dobre sklonosti, ucjepljujemo u njega božansku struju: po nama se Bog budi u njemu. ■

**Igino
Giordani
Foco**



Aurora Nicosia

Skupina
vjernika na
hodočašću

Nisu više prihvatljive propovjedaonice gdje netko govori a drugi slušaju, nego društvene mreže gdje postoji interakcija; nisu više prihvatljivi ni samo svećenici u uniformi, nego i mladi u trapericama. S godinama se promijenio način kako reći svijetu da nas Bog ljubi, a možda to nismo dovoljno primijetili. Potom s vremena na vrijeme nađe neki događaj gdje se teme o kojima se malo ili loše govori vraćaju i nameću javnom mišljenju te potiču otvorena sučeljavanja. Tako se dogodilo i s novom evangelizacijom kojoj je bila posvećena posljednja biskupska sinoda nedavno završena u Vatikanu, na kojoj je sudjelovalo 262 biskupa, 45 stručnjaka, 49 slušača te bratski delegati 15 kršćanskih crkava.

VJERUJEM ŽIVIM POSREDUJEM

SINODA O NOVOJ EVANGELIZACIJI POKAZUJE
NAM LICE JEDNOG KRŠĆANSTVA KOJE IDE
UKORAK S DANAŠNJIM ČOVJEKOM

Po riječima sudionika govorilo se u velikoj slobodi o obitelji, mladima, katehezi, ekumeničkom i međuvjerskom dijalogu, o ulozi žene, o društvenom uzimanju i duhovnoj obnovi, o novim medijima. Nisu prešućene ni goruće teme: nevjenčani parovi, seksualno zlostavljanje, rastavljeni, obeshrabreni

kler, kršćanofobija – stvarna ili imaginarna.

Bila je to katolička sinoda, u smislu "sveopća", jedno od onih iskustava koja proširuju obzore, te otvaraju razum i srce. Govoriti o evangelizaciji u Nigeriji, gdje se musliman sablažnjava što njegov susjed kršćanin nedjeljom ne sudjeluje na bogoštovljiju i pita ga

za razlog, nije isto što i govoriti o njoj u mnogim dijelovima Europe gdje nikoga ne zanima što rade njihovi susjedi, rekao je biskup iz Abuja (novoimenovani kardinal) John Olorunfemi Onaiyekan. Ima zemalja gdje navještaj evanđelja još nije stigao i onih gdje je taj navještaj toliko star da je ostario; zemalja gdje se slobodno ispovijeda vlastita vjerska pripadnost i onih gdje se to pretvara u progonstvo.

"Na Sinodi smo čuli otkucaje srca sveopće Crkve", rekao je nadbiskup Quebeca. U Crkvi čije su granice svijet dogodilo se da je prošle godine u Hong Kongu kršteno 3000 osoba usprkos teškim uvjetima u kojima djeluje lokalna Crkva; da se punе marijanska svetišta, usprkos tome što se mnoge župe prazne. Potvrđuje se da evanđelje liječi rane naroda traumatiziranih ratom i rasnom mržnjom; da kršćanstvo koje je u velikoj manjini obogaćuje društvo socijalnim djelima što poput kvasca

rastu i prodiru do srca muževa i žena svih vjera.

To je Crkva koja ne želi ostati u obrani, ali ni biti u napadu; ona sve više shvaća važnost približavanja ljudima, možda tako da prihvati diskusiju sa svijetom. "Nije riječ o tome da se svijet prisiljava da uči u Crkvu onaku kakva ona jest nego da se stvori jedna Crkva sposobna prihvatići svijet kakav on jest", rekao je mons. Yves Patenôtre, nadbiskup Sens-Auxerre u Francuskoj citirajući kardinala Suharda. Rječita je slika koju je upotrijebio mons. Socrates Villegas iz Filipina: "Naše iskustvo uči me da se evanđelje može propovijedati ljudima prazna trbuha, ali samo ako je trbuš onoga koji propovijeda prazan kao trbuš njegovih župljana".

Ipak je potrebno pobijediti onaj kompleks od kojega trpe mnogi kršćani u odnosu na modernost, zbog čega im nije uviјek jasno ni ono u što se vjeruje. "Šutnja prosječnog katolika



Aktiv CM (3)

u davanju razloga svoje nade vrlo je glasna", rekao je mons. Francesco Moraglia, patrijarh Venecije. S druge strane, "da bismo bili vjerodostojni treba najprije evangelizirati sebe", istaknuo je biskup Basela mons. Felix Gmür. A da bismo bili vjerodostojni trebamo se predstaviti svijetu ujedinjeni. Ekumenski imperativ snažno je došao do izražaja. Podjela kršćana prepreka je prenošenju vjere, a kada zajedno ispovijedamo Krista evanđelje sjaji drugačije, potvrdio je prior zajednice Taizé brat Alois.

Po mišljenju Benedikta XVI. danas više nego ikada evangelizirati znači svjedočiti novi život, koji je Bog preobrazio, da bismo – polazeći od duhovne pustinje koja napreduje – mogli iznova otkriti radost vjerovanja. Upravo je radost jedan od najčešće korištenih izraza na Sinodi.

Pred žedi za Bogom, na sušnome tlu našega društva, onaj tko ima dobru vijest ne može ju držati za sebe nego ju posreduje radosno, što je najlogičniji osjećaj osobe koja se osjeća ljubljena i ostvarena. ■



Na Genfestu
u Budimpešti
sudjelovalo je
12 tisuća mladih

Utažiti žed za neizmjernim

DOPRINOS POKRETA FOKOLARA SINODI O NOVOJ EVANGELIZACIJI



© Foto CSC

Papa Benedikt XVI. pozvao je Mariju Voce da sudjeluje na Sinodi u svojstvu slušateljice

Pokret fokolara bio je naročan na Sinodi u oso-bama triju slušateljica: predsjednice Marije Voce, Ernestine Sikujua Kinyabuumu iz Demokratske Republike Kon-go i Gisele Muchati iz Sirije. Tri predstavnice donijele su isku-stvo i život evangelizacije koju provodi Pokret, često na graničnim područjima i zajedno sa cijelom Crkvom, kao što je rekla Maria Voce. To zala-ganje zahvaća ljudе svi dobi, prodi-re posvuda – u nebodere, u tvor-nice, u javne službe, u bolnice, u škole i na sveučilišta nasto-jeći učiniti vidljivima odnose bratstva proizišle iz evanđelja. U intervjuu talijanskoj televiziji Maria Voce je rekla: "Izlazimo sa Sinode s velikom nadom da ćemo iz potreba, pitanja i iza-zova našega vremena uočiti ne

toliko probleme koliko prigode da na novi, živahan i radostan način svjedočimo kako je susret s Kristom uvijek nešto lijepo, što se može navijestiti i što može utažiti žed za beskrajnim koju svi ljudi imaju". U intervjuu vatikanskog glasila među ostalim je istaknula: "Živjeli smo isku-stvo Crkve-zajednice, kako za vrijeme izlaganja u auli, tako i u trenucima bratske razmjene. Doista sam zahvalila Bogu što pripadam takvoj Crkvi".

Ernestine Kinyabuumu došla je sa svojim iskustvom docen-tice na Sveučilišnom institutu Maria Malkia u Lubumbashi. Svojim izlaganjem predstavila se u auli baš dan nakon otmi-ce tri redovnika upravo u Kon-gu. Ernestine je rekla: "Usred promjena uzrokovanih globali-zacijom Afrika prolazi krizu na svim razinama: političkoj, ekonomskoj i kulturnoj. Zato, u traženju izlaza, ljudi reagiraju posvuda." U tom smislu kršćani doživljavaju koliko "Božja ruka intervenira u našim malim pothvatima, kad se čini da je naš život u opasnosti. Imamo hrabrost koju nam daje vjera u Isusove riječi da smo Njemu učinili što god smo učinili naj-manjima." Upravo je taj poticaj urođio zauzetošću zajednice Fokolara za središnji zatvor u Lubumbashi, gdje su izgradili tri odjela spavaonica, jednu šivaču radionicu i jedan dućan za osnovne potrepštine.

I vapaj sirijskog naroda odjeknuo je u sinodalnoj dvo-rani. S uvjerenjem da rješenje krize ne može biti nego politič-ko, a misleći na goleme patnje ljudi, na sudbinu izbjeglica kao i na budućnost nacije, iz riječi državnog tajnika kardinala Tarcisia Bertonea: "ne možemo biti samo promatrači tragedije kakva je ona u Siriji", proizišla je odluka da se u Siriju odmah pošalje jedna delegacija. U intervjuu Radio Vatikanu Gisèle Muchati odgovorna za Nove obitelji Pokreta fokolara u Siri-ji rekla je: "Želim izraziti svoju zahvalnost Svetome ocu što je poslao delegaciju Svetе Stoli-će u Siriju. To je nešto posebno jer će pomoći sirijskom narodu da osjeti blizinu svega naroda Božjega." Gisèle je ispriča-la sinodalnim ocima iskustvo Pokreta fokolara u zemlji ranje-noj ratom, življeno uz obitelji i izbjeglice; u zalaganju da pod svaku cijenu održe životom vjeru u Boga kojemu ništa nije nemoguće. U Aleppu se od kolovoza organiziraju spontane skupine po gradskim četvrtima koje se okupljaju na molitvu, tako da se glas molitve često uzdiže iako uz buku pucnjave i grana-ta. Doživljeno jedinstvo osna-žuje i daje mir i u opasnostima, vjera u Božju ljubav je jača, a nada je živa. ■

fokolare.org

Moja je obitelj vjerski bila dosta površna, ali se njegovala ljubaznost i poštovanje prema drugima. Jedinica sam i čudo mojoj majci kojoj su lječnici rekli da neće moći biti majka. Kao mala imala sam zdravstvenih problema, ali su moji roditelji sve poduzeli da se to riješi.

Kad sam pošla u školu, mama me slala na vjeronauk i na misu, ali sve je to bilo površno i nije me baš doticalo. I kasnije, kad sam svoju djecu vodila na misu, nekako sam osjećala da mi nešto fali.

Oduvijek sam voljela pjevati, pa kad me Tonka Bobek, voditeljica zbora u našoj župi u Gornjem Knegincu blizu Varaždina, pozvala u zbor, nisam puno razmišljala i uključila sam se. Značilo je to više puta otići od kuće, ali moja obitelj nije oko toga pravila probleme, mada je suprug u to vrijeme odlazio na misu samo blagdanima.

Preko Tonke došli smo suprug i ja na susret Djela Marijina. Zauvijek će se sjećati ozarenih lica s kojih nije nestajao iskreni osmijeh, kao i osjećaja pripadnosti. Sve me se još više dojmilo kad sam čula pojedina životna iskustva, puno teža od mojeg života, ali oni to prihvaćaju s osmijehom, a ja sam stalno gundala. Razumjela sam da sam tamo gdje trebam biti. Od tada je prošlo više godina.

Tada se moj život počeo obnavljati. Odlascima na susrete i laganim uranjanjem ispod površine, duhovnost Djela Marijina unijela je promjene u život naše obitelji i vidjeli smo da je to nešto što unosi pozitivu i osvježenje kako u obitelj, tako i prema van. Duh Sveti dao mi je razumjeti kako moja sebična volja nema veze s ljubavlju i Božjom voljom.

Chiarin posjet Zagrebu 1999. me oduševio i ponovno sam osjetila pripadnost toj velikoj obitelji. Gledala sam kako ju svi žele dodirnuti, a ja sam imala želju da se svi uhvatimo za ruke i tako joj darujemo naše jedinstvo i ljubav, ali i da zahvalimo Bogu za Chiaru i za duhovnost jedinstva.

Svaki susret (Rim, Budimpešta, Zagreb, Križevci, Varaždin...) bio je nova cigla koja je oblikovala moj život.

Često sam na misi prikazivala svoju obitelj moljeći Gospodina da On čini po svojoj volji, a ja sam zahvaljivala. Malo po malo uspjeli smo se rješavati nekih loših navika. Kako sam više davala



Život u bojama

LJUDIMA JE ČESTO DOVOLJAN
TEK OSMIJEH, LIJEGA RIJEČ ILI
MALA GESTA PAŽNJE DA IM
ULJEPŠAMO DAN

prostora Gospodinu, tako je raslo naše zajedništvo i život je išao dalje. Moj je suprug počeo dolaziti samnom na sv. misu, na susrete Djela Marijina, a uključio se i u župni zbor.

Angažman u župnom Caritasu logičan je slijed djelotvorne ljubavi koja otkriva Isusa Napuštenog u braći.

Grupica Riječi života također je prisutna na našoj župi kao doprinos evangelizaciji i dubljem odnosu s Bogom. Voditi grupicu, meni koja nisam baš neki govornik, činilo se preteško, ali razumjela sam kako Gospodinu ništa nije nemoguće i ako je njegova volja, On samo treba moj "da".

Ova mi je duhovnost pokazala novi, kvalitetniji stil života, vođen evanđeljem koje potiče na radosno služenje. Vidim kako je ljudima često dovoljan tek osmijeh, lijepa riječ ili mala gesta pažnje da im uljepšamo dan. A to je najmanje što se može uvijek dati.

Zahvalna sam Gospodinu što se poslužio prijateljima i stavio mi na put Chiaru i njezinu duhovnost koja je donijela boju i sjaj životu moje obitelji. ■

**Spomenka
Grabar**

Na slici:
Spomenka i
Stjepan Grabar

Sport donosi radost i zdravlje

VELIKI SE DOMETI U SPORTU
MOGU POSTIĆI SAMO U
ZAJEDNIŠTVU, BEZ SEBIČNOSTI I
POŠTIVANJEM SUPARNIKA

Ottone-
Novosel-
Franz

U radionici
Marine
Tomac-Rođčević
sudionici susreta
naučili su
plesati salsu

Zahvaljujući sportu i tjelesnoj kulturi uz zdravu ishranu može se očuvati zdravlje i pobjediti stres, o čemu treba voditi računa već od predškolske dobi ne zaboravljajući ipak da djeca nisu odrasli i da ih ne treba opterećivati zahtjevnim vježbama ili roditeljskim ambicijama. Uz to sport, kretanje, pa i ples donose radost i posješuju osobno blagostanje kao ravnotežu tjelesnog i duševnog stanja čak i u kriznim ekonomskim prilikama. No treba znati slušati svoje tijelo i ne prepustiti se udobnostima suvremenih tehnologija na štetu zdravlja.

To su među ostalim poruke sa 4. međunarodnog stručnog skupa kineziologa, sportskih i pedagoških djelatnika, održanog 27. listopada u Križevcima, u organizaciji međunarodne mreže Sportmeet, Udruge kineziologa i križevačke

Zajednice športskih udruga pod pokroviteljstvom Grada Križevaca. Paolo Cipolli, predsjednik Sportmeeta iz Rima, kojem je to bio drugi nastup u Križevcima, u svojem je izlaganju o sportu i radosti krenuo od cijelovite vizije čovjeka po kojoj zdravlje ovisi o ravnoteži između njegove tjelesne, mentalne, ali i duhovne dimenzije. Kritički se osvrnuo na traženje sreće u današnje vrijeme, ali je istaknuo i pozitivnosti na različitim područjima kulture te podsjetio na poruku Chiare Lubich sa Sportmeeta 2005. da sport donosi radost, pogotovo ako se primjenjuje "zlatno pravilo" – čini drugima što želiš da drugi tebi čine. "Veliki se dometi i u sportu mogu postići samo kroz zajedništvo i međusobno uvažavanje, bez sebičnosti. To znači čestitati i suparniku za dobru igru, ali i pobijediti sebe", rekao je Cipolli. Ilustrirao je to vlastitim iskuštvom s prošlogodišnjeg maratona u Firenci koji je uspješno istražao iako se već na drugom kilometru ozlijedio i jedva je održavao korak. Mirna Andrijašević s Kineziološkog fakulteta iz Zagreba prenijela je svoja iskustva s ljetne škole Sportmeeta u Abruzzu u Italiji. Eduard Rod, liječnik specijalist ortoped iz Zaboka upozorio je na pravilan odgoj i vježbe djece kako bi se izbjeglo prenaprezanje te ozljede udova i kičme. Pozvao je trenere i odgovitelje da mu se obrate zatreba li im savjet i pomoći.

Mr. sc. Aleksandar Ivanovski, s Visoke sportske i zdravstvene škole u Beogradu, spominjući da je u Križevcima već kao doma doveo je ovaj put i suradnike koji su pokazali kako se vježbom i igrom može pobijediti stres. Na pogreške u prehrani školske djece upozorila je prof. Mišela Lokotar iz Koprivnice, dok je Diana Vrhoci odgojitelja u dječjem vrtiću "Tratinčica" u Koprivnici pokazala kako pravilno kroz igru vježbati s najmlađim uzrastima. Svoja iskustva iz igraonice-vježbaonice prenijele su odgajateljice prof. Janja Geršić i Gordana Tucković. Pod vodstvom prof. Marine Tomac-Rođčević sudionici susreta naučili su plesati salsu, što su rado i pokazali na djelu.

Uz službeni program predsjednik Sportmeeta Paolo Cipolli susreo se i s voditeljicama udruge za rekreaciju iz Vukovara koje su ga upoznale s pripremama za utrku "Run4unity" što će se prvi put u tom gradu održati u lipnju iduće godine, a na kojoj će zajednički sudjelovati učenici hrvatske i srpske nacionalnosti. ■



Aktiv NS (2)

Zlatno pravilo u sportu

ULOMAK IZ IZLAGANJA PAOLA CIPOLLIJA, PREDSJEDNIKA SPORTMEETA



Uvjereni smo da življeno "zlatno pravilo" može i u sportu otvoriti put ka radosti jer u njemu možemo otkriti kreposni put vlastitoga "ja" prema "ti", prema "mi", upravo u uspoređivanju sa samima sobom i s drugima. Pokušajmo istražiti taj put, barem u općim crtama.

Prvi aspekt: dati uvijek najbolje od sebe, sudjelovati s radošću, s osobnim zalaganjem. Polazeći od novog shvaćanja vlastitoga "ja", aktivno sudjelovanje svim svojim bićem pomaže radu samopoštovanja, jačanju pouzdanja u same sebe i u druge, pomaže da se usredotočimo u potpunosti u sadašnji trenutak, bilo zbog cilja takmičenja ili zbog izgradnje skupine.

Drugi aspekt: biti pošten prema samo-mu sebi i prema drugima. Prijelaz s "ja" na "ti" sadrži poziv na pozornost prema drugima, osobito prema najslabijima u skupini, na korektni odnos prema protivniku, pa i usred natjecanja. Nije to osjećaj, nego unutarnji stav koji traži konkretnе

geste: tražiti i prihvatišti ispriku zbog nekorektnog djelovanja, pozitivno govoriti o drugima, pokazati poštovanje prema njima. To je korak dalje od općeprihvaćenog, ali rijetko primjenjivanoga *fair playa*. To ne znači samo pridržavati se dogovora i pravila igre, nego upoznati i shvatiti vlastitu odgovornost, kao i odgovornost drugih.

Treći aspekt: nikada ne popuštati, pa ni kada je najteže. Taj poziv u sportu je često snažno izražen. Sport može biti put do radosti i po pozivu da budemo odlučni prihvatišti izazov, da budemo uporni u teškim trenucima te da i u porazu vidimo šansu; da budemo strpljivi sami sa sobom i s drugima, te da se ne fiksiramo samo na sebe nego da motiviramo i druge te povučemo i njih. U toj perspektivi sport odgaja za konstruktivne društvene vrline i stavove koji pomažu rješavati sukobe na pozitivan način. Posljedica je smanjivanje agresivnosti i nasilja.

Još jedan izraz "zlatnog pravila" jest imati uvijek pozitivan odnos prema suigračima, odnositi se prema svima s poštovanjem, svjesni da je svatko važan; konstruktivno surađivati s drugima i zajedno rješavati moguće probleme, znati se i odreći svoje zamisli ili želje za dobrobit grupe, učiniti prvi korak i biti otvoreni prema drugima, paziti da svi sudjeluju ne isključujući nikoga. Na taj se način može doživjeti radost koja proizlazi iz toga što idemo u susret i onome koji drugačije razmišlja ili je manje simpatičan, što pomažemo drugima i riječima, prihvataćemo pomoć sa zahvalnošću, te prevladavamo razlike i otkrivamo da su bogatstvo.

Zlatno pravilo nas nadalje poziva na poнаšanje koje se može pokazati teškim i napornim, barem na početku: radovati se uspjehu drugoga kao svojemu, doživjeti radost i podijeliti je s drugima, razviti empatiju, znati se projicirati u drugoga i podijeliti sve s njim. Razvijajući solidarnost i suodgovornost pozvani smo motivirati druge i čestitati na uspjehu i zalaganju, te učiniti da razlog radosti ne bude samo vlastiti uspjeh nego i uspjeh drugoga. Znati pobijediti i znati izgubiti, znati uživati u postignutome cilju bez obzira na konačan ishod, važno je ne samo radi razvoja osobnosti nego i zato da se doživi i podijeli i radost. ■

Paolo Cipolli:
"Življeno 'zlatno pravilo' može i u sportu otvoriti put ka radosti jer u njemu možemo otkriti kreposni put vlastitoga 'ja' prema 'ti'"

Karizma jedinstva i teologija

OVIM ULOMKOM
IZ GOVORA CHIARE
LUBICH PRIGODOM
DODJELE POČASNOG
DOKTORATA IZ
TEOLOGIJE NA
SVEUČILIŠTU SVETOG
TOME U MANILI
14. SIJEČNJA 1997.
NASTAVLJAMO
SAŽETO PRIKAZIVANJE
TEOLOŠKO-FILOZOFSKE
MISLI PROIZIŠLE IZ
KARIZME JEDINSTVA.

Chiara
Lubich



Teologija koja proizlazi iz života karizme jedinstva potpuno je nova, kao što je nova i njezina filozofija. Koje su temeljne točke te nove teologije?

Želim se prisjetiti samo nekih od njih, iako one nipošto u potpunosti ne iscrpljuju smjernice našega proučavanja i istraživanja.

Riječ je o točkama: Bog-ljubav, jedinstvo, Isus Raspeti i Napušteni te Marija.

Ponajprije je riječ o Bogu ljubavi. I za našu teologiju vrijedi ono što je Ivan Pavao II. rekao za duhovnost koju nam je Bog darovao – da je ljubav njezina nadahnjujuća iskra¹.

Dakako, ne bilo kakva ljubav, već agape, ljubav Božja, ljubav koja je Bog. Polazište našega iskustva i naše teologije istovjetno je onom kršćanskom: "I mi smo upoznali ljubav koju Bog ima prema nama i povjerivali joj. Bog je ljubav" (1 Iv 4,16).

Izvornost kršćanske objave, koja se u svojoj nedokučivoj dubini otkriva u Starom zavjetu u Božjoj samoobjavi: "Ja sam koji jesam" (Izl 3, 14), te istodobno i neočekivano ostvaruje po sjemenju Riječi posijanu u različitim vjerama, sažeta je u Novom zavjetu u isповještvi vjere: "Bog je ljubav".

Ljubav nije samo Božje obilježje, već njegova bît. A kako je ljubav, Bog je istodobno i jedinstvo i trojstvo, Otac, Sin i Duh Sveti.

Isus nam u svojem pashalnom događaju muke, koja ga dovodi do potpuna ponишtenja, napuštenosti i smrti koja rađa uskrsnućem i izlijevanjem Duha Svetoga, otkriva da je bît presvetog Trojstva ljubav.

Otac iz ljubavi rađa Sina, "gubi" se u njemu, živi u njemu, na neki način "ne postoji" iz ljubavi i upravo je zato Otac. Sin, kao jeka Očeva, vraća se iz ljubavi Ocu, "gubi se" u njemu, živi u njemu, na neki način "ne postoji" iz ljubavi i upravo je zato Sin. Duh Sveti, koji je uzajamna ljubav Oca i Sina, njihova veza jedinstva, također, na neki način, "ne postoji" iz ljubavi i upravo je zato Duh Sveti.

Tijesno povezana s prvom točkom je i druga: jedinstvo.

Na samom početku Pokreta snažno su nas se dojmile riječi Isusove molitve za jedinstvo: "Da svi budu jedno kao što ti, Oče, u meni i ja u tebi, neka i oni u nama budu da svijet uvjeruje da si me ti poslao" (Iv 17,21).

U nastojanju da živimo ove riječi, otkrili smo da se iz njih oslobađa svjetlo koje je rasvjetljivalo naum Božje ljubavi nad čovječanstvom.

Otkrili smo da je Isus Riječ Božja koja je čovjekom postala kako bi ljudi naučio živjeti u skladu s Presvetim Trojstvom, kako bi ih naučio životu koji je on živio u krilu Očeva.

On se nije zadovoljio otkrivanjem i čvrstim povezivanjem dviju središnjih zapovijedi Staroga zavjeta: "Ljubi Gospodina Boga svojega svim srcem svojim, svom dušom svojom i svim umom svojim... Ljubi bližnjega kao sebe samoga" (Mt 22, 37-39). On nas uči zapovijedi koju se sâm ne ustručava nazvati "svojom" i "novom", s kojom je ovdje na zemlji moguće živjeti trojstvenim životom: "kao što sam ja ljubio vas tako i vi ljubite jedni druge" (Iv 13, 34; 15,12).

Zapovijed uzajamne ljubavi, ako je živimo s mjerom kojom je Isus nas ljubio, sve do napuštenosti koja nas ujedinjuje u njemu, određuje – kao što je naveo i II. vatikanski sabor – viziju čovjeka kakvu nam je Isus, središte kršćanske antropologije, objavio.

Kada živimo novu zapovijed u težnji da prihvativimo dar jedinstva u Kristu, koji nam dolazi od Oca, trojstveni život ne živi samo

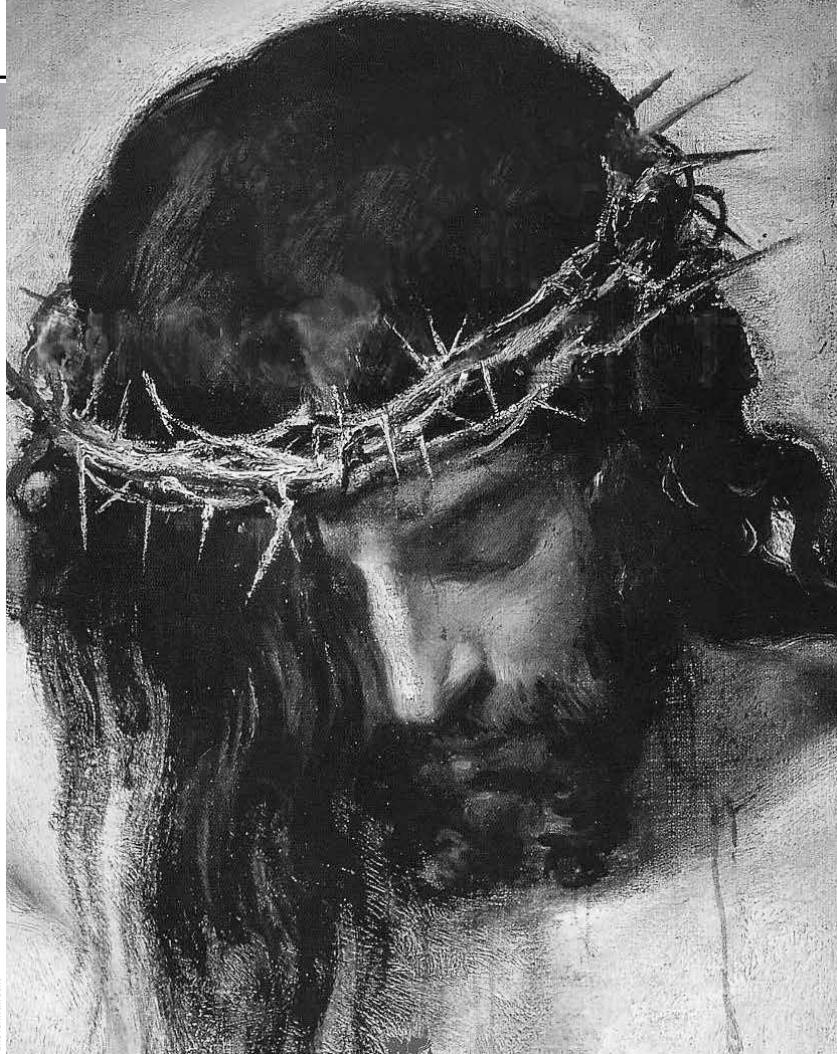
pojedinac u dubini svojega bića, već on u punini kruži među udovima Mističnoga tijela Kristova. I ono tada u punini može postati ono što je po miliosti vjere i sakramenata – osobito Euharistije – nazočnost uskrsloga Krista u povijesti. Krista koji ponovno živi u svakome od svojih učenika i među njima.

I evo treće točke: Isus Raspeta i Napušten.

Vjerujemo da je sâm Duh Sveti, prije nego što nas je uveo u otajstvo jedinstva, usredotočio našu vjeru i punu ljubav u Isusa koji je, na vrhuncu najveće ljubavi i boli, s križa vatio: "Bože moj, Bože moj, zašto si me ostavio?" (Mk 15,34; Mt 27,46).

Trenutak je to u kojem On kuša najstrašniju razdvojenost koju možemo zamisliti. Na određen način doživljava odvojenost od Oca svojega s kojim jest i ostaje jedno. Na taj način svim ljudima daruje novo i potpunije jedinstvo od onoga izgubljena grijehom – daruje jedinstvo s Bogom i uzajamno kao sudjelovanje u njegovu jedinstvu s Ocem i s nama. Zato je on ključ poimanja i ostvarivanja jedinstva.

Za ostvarivanje jedinstva potrebno je uvjek pred sobom imati i ljubiti Isusa Napuštenog (odmah smo ovim imenom nazvali Isusa u ovom središnjem i sveobuhvatnom otajstvu njegova otkupiteljskog poslanja), potrebno ga je radicalno ljubiti poput svetoga Pavla koji je potvrdio: "ne htjedoh među vama znati što drugo osim Isusa Krista, i to raspeto-ga" (1Kor 2,2).



nuke dimanet.it

Nadalje, Isus se u svojoj napuštenosti učinio – kako kaže Pismo – "grijehom" (2Kor 5,21), "prokletstvom" (Gal 3,13), kako bi se postovjetio s dalekim od Boga.

Cini se stoga da je upravo Isus Napušteni Bog suvremenoga doba. On je božanski odgovor beskrajnim patnjama i kušnjama koje je bezboštvo izdubilo u srcima ljudi, a prožima velik dio suvremenе kulture; koje je siromaštvo nanielo milijunima obespravljenih; koje je nove naraštaje u traženju smisla i idealâ ispunilo razočarenjem i beznadnošću.

Isus Napušteni je Bog suvremenoga doba i zato što je lik podjele koja postoji među crkvama, razdijeljenosti koje smo danas svjedoći više nego ikada. Ali upravo kada prepoznamo njegov lik u tim podjelama, rađa se nada da možemo djelotvorno surađivati na ponovnom ujedinjenju.

Nadalje, mogli bismo reći da smo osobito jasno shvatili da se po Njemu, trajnom liku Božjemu koji "sam sebe 'oplijeni'" – kako piše Sveti Pavao (Fil 2, 6-7) – otvara božanski put dijaloga s tradicionalnim istočnim religijama, što je jedan od najzahtjevnijih i najžurnijih ciljeva na pragu trećega tisućljeća. ■

(nastavlja se)

Isus (Napušteni) na određen način doživljava odvojenost od Oca s kojim jest i ostaje jedno. Na taj način svim ljudima daruje novo i potpunije jedinstvo od onoga izgubljena grijehom... Zato je on ključ poimanja i ostvarivanja jedinstva

¹ Govor u međunarodnom Centru marijapoli u Rocca di Papa (19.8.1984.), u *Insegnamenti di Giovanni Paolo II. VII* (1984.) 2, Città del Vaticano 1984., 222-226.

Nacho iz Argentine na Genfestu u Budimpešti

Z ovem se Nacho, Argentinac sam i imam 25 godina. Dugo sam godina igrao nogomet u poznatom argentinskom klubu i moj se život usmjeravao prema profesionalnoj nogometnoj karijeri. Imao sam djevojku koja je živjela za isti ideal kao i ja, temeljen na evanđeoskim vrednotama. Sanjarili smo o tome da zasnujemo obitelj s mnogo djece. U glavi sam imao mnogo planova o tome kakav će biti moj život uz nju. Sve u svemu, bio sam sretan svojim kršćanskim životom i idealom ujedinjenog svijeta za koji sam se opredijelio živjeti.

Ali upravo dok sam zahvaljivao Bogu što me je uvijek pratilo



© Foto CSC (2)

Od nogometa do ujedinjenog svijeta

ISKUSTVO MLADIĆA IZ ARGENTINE ISPRIČANO NA GENFESTU U BUDIMPEŠTI 1. RUJNA

u životu i za sve što sam živio s Lucijom, osjetio sam kako mi On govori: "Nacho, jesli li me spremam slijediti, ostaviti sve i posvetiti svoj život samo meni?" Odmah sam osjetio poticaj da odgovorim: "Naravno da jesam".

Pitao sam se što to znači "sve" i shvatio da Bog od mene traži da ga slijedim ostavljajući svoju sadašnju obitelj – tatu, mamu, braću – a nadasve ostavljajući moguću buduću obitelj. Razgovarao sam o tome s Lucijom. Nije bilo lako ni njoj ni meni, no još mi se suze u očima nisu osušile a već sam bio dobio potvrdu odluke koju sam upravo donosio: slijediti Isusa kao fokolarin na putu koji je zacrtala Chiara Lubich.

Nije jednostavno objasniti što doživljavam živeći što je Isus obećao, tj. da nema onoga tko je ostavio kuću, ili oca, ili majku, ili djecu a da nije već sada, u ovom vremenu, primio stotruko. To živim iz dana u dan, primjerice kada posvetim dio svojega vremena nekome tko je u potrebi i doista osjećam kao da mi je to brat, kada trpim ili se radujem s njim. Prije nekoliko dana stigao sam kući nakon posla mrtav umoran i jedino sam želio malo se odmoriti. Drugi fokolarin pripremao je večeru i zamolio me da mu pomognem jer je kasnio. Počeo sam mu pomagati i zaboravivši na svoj umor osjetio sam radost što mogu živjeti za njega.

Kroz ta mala iskustva još više otkrivam samoga sebe. Vidim da moje ograničenosti postaju odskočna daska i da se moji obzori šire osobito u odnosu na druge kulture. Živeći s osobama iz drugih zemalja osjećam da su jedine moguće prepreke one u nama. To mi također pomaže prevladati strah ići ususret nepoznatome, onome tko je drugačiji od mene, jer sam razumio da različitost ne stvara toliko podjele, nego služi upotpunjavanju samih sebe.

Sada se nalazim u školi za formaciju u Švicarskoj. Ne znam u koji će fokolar svijeta potom ići, s kim će stanovaći, ali osjećam da me Bog osobno pozvao kako bih doprinio ostvarenju bratstva u svijetu, priglivši obitelj čitavoga čovječanstva slobodna srca. Za taj ideal želim darovati svoj život. ■

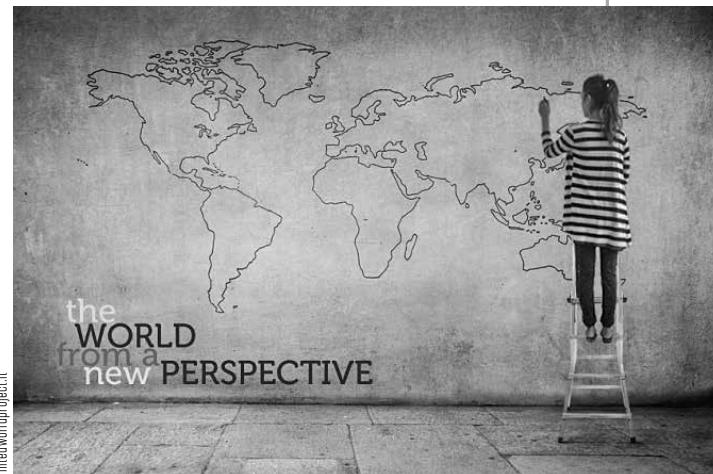
focolare.org

Narančasta vezica sa čvorom po sredini na zapešću, na remenu ruksaka ili na gležnju nije pomodni trend mlađih s kraja ljeta 2012. To je simbol, a kao takav nosi u sebi jednu priču i jedno svjedočanstvo. Priča je to sa Genfesta u Budimpešti. Mladi, njih 12 tisuća, nose ovu tekstilnu vezicu kao znak jednoga saveza: živjet ću zlatno pravilo "Čini drugima što želiš da drugi tebi čine" gdje god se budem nalazio, koliko god me to koštalo.

Svjedočanstvo i plodove ovih odabira, kao i akcije koje će poduzeti bit će dio projekta "Ujedinjeni svijet". Ovim se projektom želi umrežiti svakodnevno osobno zalaganje, često tiho a kad dojmljivo, ovih i drugih mlađih koji ovaj svijet ozbiljno žele promijeniti. Ne isključujući odrasle, naravno, niti institucije. Kao što su to učinili u Bantulu, u Indoneziji, otvaranjem 22 socijalna centra, kojima upravljaju zajedno s muslimanima. Ili kao što se događa u Italiji u Pomigliano d'Arco, gdje su Ilaria i Salvatore sa zajednicom i don Peppinom, primili 50 mlađih koji su pobjegli iz sukoba u subsaharskoj Africi.

Radilište otvoreno u Budimpešti počinje s radovima na planetarnoj razini peticijom kojoj svi mogu pristupiti na internetskoj stranici www.unitedworldproject.org. Međutim, stavljanje potpisa nije čin za umirivanje savjesti niti dobro djelo, to je obvezivanje.

Mjesec dana nakon Genfesta na internetskoj stranici sabrano je preko 4 tisuće potpisa, a sakupljaju se i na papiru. Projektu pristupaju osobe od Kine do Alžira, od Iraka do SAD-a. Potpisali su ga studenti, učenici, odrasle osobe, obični ljudi i primjerice predsjednik budističkog pokreta Rissho Kosei-kai, Kosho Niwano, potom predstavnici tisuća hinduističkih vjernika povezanih



Projekti za ujedinjeni svijet

MLADI POKRETA FOKOLARA NA
DJELU: SAVEZ BRATSTVA,
PLANETARNA PETICIJA,
PROMATRAČNICA

u Shanti Ashram. Projekt je naišao na odobravanje UNESCO-a, a krenuli su i kontakti s lokalnim institucijama. Mladi iz Francuske i Brazila koji su se na internetu susreli s ovom inicijativom otvorili su neočekivane putove za promociju i povećanje broja pristaša projekta.

Prva etapa peticije traje do 1. svibnja 2013. Nakon saveza i potpisa u trećoj fazi projekta predviđa se osnivanje Stalne međunarodne promatračnice koja će kroz studije, istraživanja i praćenje akcija bratstva isticati značaj mostova što se življjenjem ovoga načela grade u suvremenoj povijesti. Posljednja faza bit će međunarodno priznanje koje će doći nakon predstavljanja činjenica i akcija, a ne proglosa i programa namjere.

I mi ćemo sve to izbliza promatrati. ■

Maddalena Maltese

Peticija za ujedinjeni svijet potpisuje se na internetskoj stranici

GENFEST

Slavlje s Chiarom Luce

SPOMENDAN BLAŽENE CHIARE
LUCE BADANO OBILJEŽEN
JE 29. LISTOPADA MNOGIM
INICIJATIVAMA PO ČITAVOM
SVIJETU



© Foto OSS

Chiara Luce i primjer njezina života već su nepovratno prešli granice Italije

USsellu, njezinom rodnom mjestu, za vikend 27. i 28. listopada mnogo se mladih okupilo da bi je upoznali i slijedili njezin primjer. Naslov susreta bio je "Ja imam sve". Putovanje u četiri etape odvelo je mlade na hod po naselju kako bi slušali mnoge svjedočke života Chiare Luce. Bio je to pravi susret oči u oči s njom. Najsnažniji trenutak bio je susret s roditeljima, Ruggerom i Marijom Terezom Badano, koji su ispričali mnogo detalja iz njezina života, sve do njezinogleta u nebo. Odmah nakon klanjanja za vrijeme kojega su se čitali zapisi Chiare Luce, uputili su se na groblje da bi je "posjetili" i osobno razgovarali s njom. No mladi Chiare Luce sposobni su prelaziti iz dubokog razmatranja na radosnu rekreatiju i živjeti je istim intenzitetom, duše usmjerene visoko, o čemu svjedoči slavlje koje je animirao jedan mladić, čime se zaključio taj dan.

Na svetoj misi u nedjelju više od 700 osoba ispunilo je crkvu. U homiliji je župnik Sasselija pozvao mlade da imaju hrabrosti i povjerenja u Boga po primjeru Chiare Luce koja je jednoga dana ohrabrla svoju majku riječima: "pouzdaj se u Boga i sve si učinila". Popodne se program nastavio, a mali prostor župe nije mogao primiti sve nazočne. Tako se predstava o životu blaženice koju je priredila kazališna družina "Passi di luce" iz Castelfiorentina kraj Firence održala dva puta uzastopno.

Chiara Luce i primjer njezina života već su nepovratno prešli granice Ligurije i Italije. To svjedoči prisutnost mladih u Sasselju iz 33 različite zemlje, kao i povezanost preko skypea s Meksikom, gdje se u gradiću "Dijamant" nalazi kapela posvećena blaženoj Chiari Luce. Tamo se održao trodnevni susret na kojem je sudjelovalo 1700 osoba, a i kod njih je bio najbolje prihvaćen muzikl o njezinu životu. Da je Chiara Luce sinonim radosti potvrđuje i glazbena predstava pod naslovom "Budite sretni jer ja sam sretna" koju su izveli umjetnici iz Loppiana u Iserniji u Italiji u načnosti 700 osoba.

I u Hrvatskoj su se mnogi prisjetili primjera ove sjajne djevojke. Na faceMAK-u (profilu MAK-a na Facebooku) je na spomendan osvanuo osmijeh Chiare Luce i molitva po njezinu zagovoru. Mladi Pokreta fokolara predstavili su je krizmanicima župe Svih Svetih u Đakovu i skupini mladih u Zadru. Usprkos snažnom pljusku dokumentarac o njezinu životu okupio je 29. listopada u fokolaru u Zagrebu 30-tak osoba, ostavivši u svakome "ozračje Raja". Sudionici njezine beatifikacije svjedoče da su još živi duboki trenuci tog događaja i prate ih u svakodnevni.

Stiče se dojam da je tih dana "baklja" Chiare Luce predana mnogim mladima, upravo onako kako je to ona željela. ■

Dolores Poletto

Kuba nakon uragana

ZAJEDNICE POKRETA FOKOLARA
ZAUZETE U UKLANJANJU
POSLEDICA URAGANA NA KUBI

Nedavno su mediji redovito izvješćivali o uraganu Sandy koji je snažno pogodio istočnu obalu SAD-a. No prije toga pogodio je Karipsko otoče, osobito Jamajku, Dominikansku Republiku, Haiti koji se još nije oporavio od razornog potresa i Kubu, a o tome se malo govorilo.

Mladi i djeca Pokreta fokolara zajedno s mnogima drugima zauzeti su u pružanju pomoći.

Iz Havane pišu: "Nakon što je uragan Sandy prošao istočnom obalom otoka, grad Santiago de Cuba i druga naselja te pokrajine bila su snažno pogodjena. Predviđala se samo tropска oluja, ali se u tek nekoliko sati pretvorila u uragan treće kategorije. U najtežoj situaciji su ljudi kojima su srušene kuće i usjevi."

Prema vladinim izvorima nakon prve procjene štete proizlazi da su potpuno srušene 15.392 kuće, a 36.544 djelomično, ne računajući štete na bolnicama, školama, crkvama i drugim javnim građevinama. Šteta uzrokvana uraganom ugrozila je stambenu situaciju, u mnogim slučajevima već nesigurnu.

Situacija je vrlo teška. Nedostaju namirnice i materijal za obnovu građevina. Nakon tjedan dana opet počinje opskrba strujom.

Zajednica Pokreta fokolara, osobito mladi i djeca vrlo su aktivni u pomaganju da se prokrče ceste i obave manje popravke u njihovim četvrtima. Zauzeti su i u javnim kuhinjama u župama.

Pišu: "Iz Havane se jedna skupina odmah uputila u Santiago de Cuba kombijem punim namirnica i drugih osnovnih potrepština. Nadasve smo željeli biti s ljudima i dijeliti njihove terete i patnje, nastojeći im pomoći ono malo koliko je moguće.

Nosili smo pomoć u kuće. Ljudi nisu nalazili riječi da nam zahvale. Sve je stiglo u pravi trenutak. U jednoj obitelji više nije bilo soli, u drugoj su nedostajale svjeće i žigice, a drugi danima nisu imali dovoljno za jesti. Nadasve smo nastojali pružiti utjehu i solidarnost Pokreta u cijelome svijetu. Naš je grad devastiran, ali usprkos tome uzajamna ljubav među nama se osnažila i bratstvo prema svima pomaže nam da nas ne preplavi tuga."

Nevladina organizacija AMU (Akcija ujedinjeni svijet) podupire u Kubi nekoliko mikro poduzeća s perspektivom razvoja. Uz to je ponudila pomoć u izgradnji i obnovi nekoliko kuća oštećenih prethodnim uraganima. U tijeku je i jedan pilot projekt koji bi se poslije trebao proširiti u velikim razmjerima. ■

focolare.org

Uragan Sandy ostavio je za sobom pustoš na Kubi



© FotoSTR (2)



Arhiv NS

Zdravstveni odgoj

Đina
Perkov

Predstavnici
udruge GROZD
upozoravaju
na sporni dio
programa
zdravstvenog
odgoja, a
odnosi se na
spolno-rodnu
ravnopravnost
i odgovorno
spolno ponašanje

U posljednje se vrijeme u hrvatskoj javnosti sve jasnije izražava protivljenje roditelja provođenju programa zdravstvenog odgoja koje je Ministarstvo obrazovanja uvelo početkom ove školske godine u osnovne i srednje škole.

Predsjednik udruge Glas roditelja za djecu GROZD Ladislav Ilčić objašnjava: "Sporni dio programa je njegov četvrti dio koji govori o spolno-rodnoj ravnopravnosti i odgovornom spolnom ponašanju. Taj modul odražava jedan svjetonazor, jednu ideologiju koja je protivna svjetonazoru velikog dijela građana Republike Hrvatske. Poštujemo slobodu svih, ali ne želimo da se našoj djeci nameće potpuno stran svjetonazor koji se ujedno protivi i Ustavu Republike Hrvatske koji u svom 63. članku izričito navodi da roditelji imaju 'pravo i slobodu da samostalno odlučuju o odgoju djece'".

Podsjetimo da je povijest uvođenja zdravstvenog odgoja imala svoj demokratski početak 2008. godine kada su, odlukom Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta, u izabranim osnovnim i srednjim školama roditelji zajedno s djecom mogli izabrati između dva ponuđena programa - program udruge GROZD i program Forum za slobodu odgoja. Za program udruge GROZD koji se temelji na općeljudskim i kršćanskim vrijednostima opredijelilo se 89% roditelja. Nakon uspješnog provođenja takvog zdravstvenog odgoja koji je imao i izuzetno veliku podršku stručne javnosti, tadašnje ministarstvo je pod pritiscima homoseksualnog lobija donijelo odluku da se prekine s izvođenjem obaju programa, GROZD-ovog programa i programa Forum za slobodu odgoja.

Početkom ove školske godine Ministarstvo znanosti obrazovanja i sporta ponovno je uvelo zdravstveni odgoj u osnovne i srednje škole, ali ovog puta bez mogućnosti izbora. Uveden je program Forum za slobodu odgoja za kojeg se prije nekoliko godina opredijelilo samo

11% roditelja. Druge mogućnosti nema, istaknuo je tada ministar Željko Jovanović. Zanimljivo je što je najprije početkom školske godine donesena odluka o uvođenju zdravstvenog odgoja, a tek mjesec dana nakon toga javnosti je predstavljen službeni program, tzv. Kurikulum zdravstvenog odgoja.

Ilčić je na konferenciji za medije održanoj 2. studenog u Zagrebu upozorio na kontroverznosti programa budući da, kako je istaknuo, program nije nimalo neutralan niti lišen svjetonazora, kako to tvrdi Ministarstvo znanosti, obrazovanja i sporta. Naglasio je kako je iz literature jasno vidljivo što autori programa smatraju dobrim i poželjnim poнаšanjem: "Tema o masturbaciji predviđena je već u petom razredu osnovne škole, prema autora ma literature spolni odnos sam po sebi nema nikakvo značenje, negira se prirodna povezanost ljudske spolnosti s općeljudskim vrijednostima, mladima se sugerira neodgovorno spolno ponašanje, stalna upotreba kondoma, nigdje se ne spominje promiskuitetno ponašanje..., dakle, riječ je o programu koji nameće svjetonazor koji negira i ignorira sve općeljudske vrijednosti vezane uz spolnost - svjetonazor suprotan vrijednosnom sustavu većine roditelja", upozorio je Ilčić.

Podršku radu i aktivnostima GROZD-a dale su gotovo sve vjerske zajednice u Hrvatskoj: Srpska pravoslavna Crkva, Islamska zajednica, Reformirane kršćanske Crkve, budući da se radi, kako je prenio predsjednik Ilčić, "o općeljudskim vrijednostima bez obzira na vjeroispovijest". ■

Križevački triptih 2012.

DOPRINOS POKRETA FOKOLARA PROSLAVI
BLAGDANA SVETOG MARKA KRIŽEVČANINA

Koncem kolovoza pa sve do sredine rujna u Križevcima se odvija najveća gradска proslava dana i svetkovine svetog Marka Križevčanina. Proslavu obilježavaju mnogobrojna misna slavlja, koncerti, izložbe i predavanja vrsnih predavača. Ovogodišnje središnje misno slavlje 7. rujna na glavnem gradskom trgu predvodio je mons. dr. Marin Srakić, đakovačko-osječki nadbiskup i metropolit, predsjednik Hrvatske biskupske konferencije u pratnji apostolskog nuncija u Hrvatskoj, šestorice biskupa i brojnih svećenika. U sklopu proslave održao se 12. nacionalni susret osoba s invaliditetom i susret udruga Hrvatski domobran.

Djelo Marijino se uključuje u proslavu ove svetkovine programom pod nazivom Križevački triptih. Ove je godine u prvom djelu triptiha profesor Ekonomskog fakulteta u Osijeku doc. dr. sc. Domagoj Sajter održao predavanje *Etika i ekonomija* u Koncertnoj dvorani glazbene škole Alberta Štrige, pred pedesetak posjetitelja. U početku je ustvrdio da suvremeno vrijeme poznaće razilaženje ekonomije i etike koje izriče tvrdnja da je etika za etičare a ekonomija za ekonomiste. Razbijati glavu o



moralnim normama jednostavno ne spada u opis posla ekonomista. No, dosezi ekonomske znanosti posredno i neposredno dotiču sve ljudе svijeta. Suvremeni ekonomisti su napravili potpuni obrat u etabliranim hijerarhijama vrijednosti: mane su promovirane u kategoriju vrlina a princip konkurentnosti i tržišnog nadmetanja u potpunosti opisuje izjava T. Hobbesa: „Čovjek je čovjeku vuk“. Nije uvijek bilo tako, jer povijest pokazuje da je ekonomija evoluirala iz etike. Otac moderne ekonomije, Adam Smith, bio je profesor moralne filozofije a ekonomija se dugo promatraла granom etike. Još Aristotel u Nikomahovoj etici piše kako je

čovjek „prisiljen raditi za novac, premdа bogatstvo evidentno nije ono što tražimo; bogatstvo je korisno samo u svrhu nečeg drugog“. Također Aristotel tvrdi: „Pojedinac smije zadržati prihode za sebe, ali je izvrsnije i bogolikije zadobiti ih za narod, ili za gradove-države“. Doc. dr. sc. Domagoj Sajter je iznoseći više primjera i problemskih situacija ustvrdio da etika nije nešto što opterećuje ekonomiju kao uteg oko vrata, nego vjetar u leđa koji ju može unaprijediti jer etički kodeks u ekonomiji evoluira. Buju brojni pokreti koji zagovaraju humaniziranje ekonomije. Među njima je i pokret Ekonomije zajedništva, koji u praksi provode poduzetnici diljem svijeta, a svoje poslovanje temelje, kako im i ime veli – na zajedništvo.

U drugom dijelu triptiha profesorica Nataša Karlovčec produhovljeno je pročitala poetske meditacije *Privlačnost suvremenog doba*, Kao dijamant i Zahvala Chiare Lubich iz knjige *Vez svjetla*.

Treći dio triptiha uvijek je rezerviran za glazbu. Nastupila je profesorica Tamara Perc odsviravši na gitari skladbu F. Tarrege *Recuerdos de la Alhambra* i skladbe A. Laura Dva venecijanska valcera (Maria Luisa i Nelly). Nakon toga profesorica Jelena Stanković izvela je na orguljama skladbe J.S. Bacha *Wenn wir in höchsten Noten sein BWV 641* i D Buxtehude; *Preludij, Fugu i Chaccionu*.

Posjetitelji su sve izvođače nagradili dugotrajnim aplauzom, a po završetku programa većina se zadržala u prijateljskom razgovoru. ■

Zdenko
Horvat

Domagoj Sajter (na slici): "Etika nije nešto što opterećuje ekonomiju kao uteg oko vrata, nego vjetar u leđa koji ju može unaprijediti"



© Foto: Jupiterimages

Komunikacija bračnoga para

Ana i
Alberto
Friso

Komunikacija je vrijednost radi čijeg se ostvarenja povremeno korisno, ako ne i neophodno, prikloniti posebnim tehnikama. Navedozvezujući se na iskustvo svakoga bračnog para, u nastavku predlažemo jednostavan orijentacijski test o razini komunikacije.

TEST O KOMUNIKACIJI BRAČNOGA PARA (u obradi Michelea De Beni¹)

Test treba ispuniti individualno, a traži se analiza vlastitog komunikacijskog ponašanja (značajke u načinu komuniciranja sa svojom/svojim suprugom).

Na svako pitanje treba odgovoriti dajući sebi ocjenu (ispuniti jednu ili više kućica, najviše pet pri čemu jedna kućica označava vrlo nisku a pet kućica vrlo visoku vrijednost).

Ako smatrate korisnim, usporedite potom sa suprugom vaše pojedinačne ocjene. Želimo vam uspješan dijalog!

KOLIKO ZNAM SLUŠATI?

Psiholog Robert Sternberg kaže: "Kad bi me upitali koji je najčešći razlog neuspjeha u odnosu, rekao bih da je to egoizam. Živimo u vrijeme narcisoidnosti i mnogi nikad nisu naučili slušati zahtjeve drugih."



KOLIKO ZNAM POBUDITI DUBOKI DIJALOG?

Da bismo mogli govoriti o autentičnom dijalogu, potrebno je da riječ nadije površnost brbljanja i prodre u dubinu duše.



KOLIKO SAM DOBAR / DOBRA U TOME DA NE ISKRIVLJUJEM DOGAĐAJE I OSJEĆAJE I S NJIMA NE MANIPULIRAM?

Komunikacija može biti maskirana više ili manje teškim iskriviljavanjem, izvrđavanjem, forsiranjem, ne samo onda kada prenosimo događaje ili govorimo o osobama, nego nadasve kada govorimo o samima sebi, o našim osjećajima, o našim djelima...



KOLIKO JASNO ZNAM KOMUNICIRATI?

S KOLIKO POŠTOVANJA?

S KOLIKO KONSTRUKTIVNE VOLJE?

Postoje tri glavna signala kojima možemo komunicirati naše osobno očekivanje, neku sumnju, određenu kritičku primjedbu ili nastojati riješiti sukob. Osim o "što" komunicirati, treba voditi računa i o tome "kako" komunicirati, stvarajući prikladno ozračje koje se sastoji od:

- jasnoće u izražavanju stajališta



- poštovanja



- konstruktivne volje



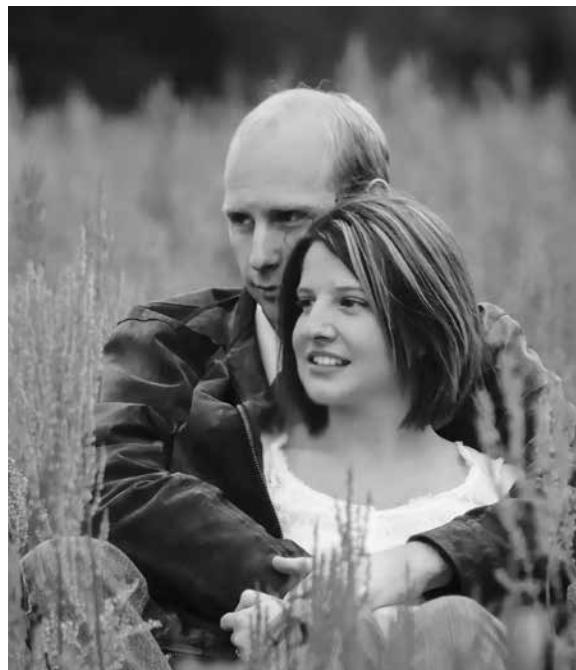
KOLIKO SAM SPOSOBAN / NA ZA DOBRONAMJERNOST?

Još je problematičnije kada se dođe do neke vrste *negativne uzajamnosti*, do otuđujućeg stadija komunikacije koji se očituje na razne načine, od oblika zatvorenosti i ravnodušnosti do neprijateljstva i bahatosti. Tada nije osakaćena samo komunikacija u sebi, nego i poštovanje od strane partnera, od strane njegovih osjećaja, njegovih ideja i onoga što bi mi htio reći.



KOLIKO ZNAM POBIJEDITI STRAH OD SUČELJAVANJA?

Može se dogoditi da se pred nekim intimnijim problemom bračni par boji sučeljavanja (pomislimo na spolni odnos, na odnose moći, na vrijednosne odabire, na patnje i strahove, na stanja duha koja se ne usuđujemo komunicirati ni samima sebi...)



thomasullfamilylemon.com

KOLIKO SAM SPOSOBAN ZA OPROST?

I ljubav ima svoju veliku, uzvišenu istinu, jer može odabrati da će svejedno komunicirati, bez obzira na prepreku, na agresivnost i na ravnodušnost.



ŠTO KAŽE PSIHOLOGIJA?

Komuniciranje nosi sa sobom intimnu nadu da će dobiti odgovor: ljudski pogled, potvrdu, pravu pomoć, ohrabrenje, milovanje... Ljubiti postaje nemoguće kada je individualizam dominirajući stil života. Mnogi odnosi puni ljubavi propadaju upravo zbog nesposobnosti da izadu iz samih sebe. Vidimo, naime, koliko je proširena narcisoidnost, egocentrizam i uvjerenje da se sve vrti oko nas. U stvari, mnogi nikada nisu naučili slušati potrebe drugih. Da bismo potpuno ljubili jednu osobu, trebamo je prihvati potpuno onaku kakva ona jest; zbog nje, ne zbog nas. Naše društvo stavlja veliki naglasak na osjećaje, na emocije, na romantičnu ljubav, a ne daje važnosti umijeću dubokog komuniciranja. Da bismo ga dostigli, treba se otvoriti pouzdanju, vidjeti i ljubiti drugoga onakvoga kakav jest, naravno; ali i onakvoga kakav bi mogao postati ako vjerujemo u njegove mogućnosti. Da bismo govorili o autentičnom dijalogu, potrebno je da riječ nadiše površnost kako bi prodrla u dubinu duha.

Primarni uvjet da bismo doista komunicirali jest biti pošteni prema ljubavi: tko ljubi ne vara. Potom naučiti komunicirati otvorenošću uma i srca. I konično vrijeme. U frenetičnom društvu potrebna je predanost i upornost u komuniciranju, osobito u trenucima krize. Pred tko zna kojim po redu neuspjehom (ona me ne sluša, on me ne razumije) može prevladati obeshrabrenost jer darivanje sebe iz ljubavi prema drugima nije lagana ni automatska evolucija. To je na neki način izbor koji zahtijeva žrtvu i volju. Jer cijena ljubavi je velika. A da bismo je dostigli potrebno je, barem dijelom, izgubiti sami sebe, što je preduvjet praštanja kao pravog "davanja kredita" drugome. ■

¹Psihoterapeut i pedagog, docent na Sveučilištu u Trentu i na poslijediplomskom studiju (interkulturna pedagogija) Učiteljskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu

Atenagora I. i Chiara Lubich

PRIJE 40 GODINA, 7. SRPNJA
1972., OSTAVIO NAS JE
CARIGRADSKI PATRIJARH
ATENAGORA I., JEDNA OD
NAJVEĆIH VJERSKIH LIČNOSTI
PROŠLOGA STOLJEĆA

Atenagora I. i
Chiara Lubich
prigodom jednog
od njezinih
brojnih posjeta
Carigradu

Pokret fokolara sjeća se carigradskog patrijarha Atenagore I. s posebnom zahvalnošću zbog povlaštenog odnosa s Chiarom Lubich, s kojom se susreo 25 puta.

Četrdeset godina nakon njegove smrti Pokret je organizirao komemoraciju u Istanbulu, gdje je njegova svetost patrijarh Bartolomej I. primio veliku delegaciju.

Chiara Lubich pisala je 13. siječnja 1972. u vatikanskim novinama Avvenire:

"Atenagora se može smatrati prototipom Istočne crkve. No prepoznавajući u njemu jednu od najistaknutijih kršćanskih ličnosti današnjice, u njemu se može razabrati i simbol cijelog kršćanstva koje trpi zbog stoljetnih podjela i čezne za savršenim ujedinjenjem. To je jedan od likova ove vremena koji je već ušao u povijest i pripada Crkvi (...). Zajednički interes potaknuo ga je da me jednoga dana pozove u Istanbul, jer je čuo da s Pokretom fokolara radim za ekumenizam. Bilo je to 13. lipnja 1967. Primio me kao da me oduvijek poznavao. 'Čekao sam vas', uskliknuo je i želio da mu ispričam o kontaktima s luteranima i anglikancima. Rekao je: 'Velika je stvar poznavati se. Živjeli smo izolirani, bez braće, bez sestara, kroz mnoga stoljeća, kao siročad! Prvih deset stoljeća kršćanstva bila su označena dogmama i organizacijom Crkve. U narednih deset stoljeća imali smo raskole, podjele. Treće razdoblje, ovo sadašnje, je vrijeme ljubavi.'

Zamolio me da ostanemo u kontaktu. Sjećam se da me na toj prvoj audijenciji nisu toliko dirnule



rječi koje mi je izrekao, koliko njegov lik, nadnaravno ozračje koje ga je okruživalo a koje obično svi primijete kad mu se približe. A nadasve njegovo srce: tako veliko srce, tako duboko ljudsko, da je u meni pobudilo pitanje koliko će još takvih u životu susresti. (...)

U jednoj drugoj prigodi pokazao mi je svoju poruku upućenu osobito Pokretu fokolara. Među ostalim u njoj je pisalo: 'Tri susreta s Pavlom VI. u Jeruzalemu 5. siječnja 1964., ovdje u Istanbulu 25. lipnja 1967. i u Rimu 26. listopada 1967., koji su iznenadujući i slavan znak pobjede ljubavi Kristove i Papine veličine, konačno su nas čvrstoćom vjere i nade postavila na blaženi put ostvarenja volje Kristove, tj. ponovnoga susreta u istom kaležu njegove krvi i njegova tijela!'

Nešto kasnije, govoreći o njemu, Chiara je rekla: "Postojaо je vrlo duboki odnos s patrijarhom i zato što sam dobro poznavaла Pavla VI. Budući da sam mogla imati osoban kontakt sa Svetim ocem, i nehotice sam postala sredstvom koјim je Patrijarh mogao neformalno komunicirati s Papom."¹

Dva dana nakon njegove smrti Chiara je pisala mlađim generacijama Pokreta fokolara: "U nebu imamo velikog zaštitnika našeg Pokreta. (...) Posljednje izvješće s dojmovima sudionika koje sam mu pokazala prije dva mjeseca odnosilo se na susrete GEN. Rekao mi je: 'Znaš tko su GEN?' i nastavio: 'Ljubim', aludirajući na pjesmu 'Ljubi'.

Željela bih da to bude njegova oporuka našem Pokretu, stalni poziv koji nam on upućuje, sada iz neba." ■

focolare.org

¹ Chiara Lubich, Avantura jedinstva, intervju Franke Zambonini, Zagreb 1991., str 121

Bolna stopala

Stopala služe tijelu kao spona prema okolini omogućujući mu ostvarenje i održavanje uspravnog stava i hoda. Stopalo cijelim donjim dijelom nosi težinu tijela.

Stabilnost stopala osiguravaju tri uporišne točke, jedna na peti te dvije na prednjoj strani stopala: ispod palca i ispod malog prsta. Stojimo li bosi na ravnoj podlozi, veći dio tjelesne težine prenosi se na petu, a manji na prednji dio stopala. Pri povišenju pod petom od oko 2 cm opterećenje se izjednačuje. Potpetice više od 3-4 cm prenose veće opterećenje na prednji dio stopala. Dugotrajno nošenje cipela s visim potpeticama deformira stopalo, teško opterećuje koljeno, kuk i kralježnicu. Zbog svoje funkcije i položaja, stopala su izložena brojnim ozljedama, oštećenjima, upalama i deformacijama.

Ravna stopala su najčešća promjena na stopalima. Na nju utječe naslijede, ali i deblijina, fizička neaktivnost, nepravilna aktivnost i neodgovarajuća obuća. Osobe s ravnim stopalima teže hodaju i stoje, brže se umaraju, tuže se na bolove u nogama, a katkad i u koljenima, kukovima i križima.

Hodanje po neravnom terenu opterećuje jednako sve mišiće stopala, jača noge i pomaže u uspostavljanju dinamičke ravnoteže, a hodanje po tvrdoj podlozi ili asfaltu zamara uvijek iste mišiće, pa mišići i svodovi popuštaju.

Ravna stopala mogu uzrokovati deformacije prstiju, upalu i zategnutost Ahilove tetive, petni trn, čekićasti prst, trkačko koljeno, bol u križima. Spuštena

stopala mijenjaju veličinu stopala, povećavaju broj cipela te troše unutarnji dio cipele. Kako bi se spriječio napredak deformiteta i postigla korekcija, prijevo je potrebno izvoditi vježbe za cirkulaciju i jačanje mišića stopala koji održavaju fiziološke svodove stopala. Preporučuje se tjelesna aktivnost, prije svega plivanje i korekcija lošeg držanja.

Hallux valgus ili čukalj je najčešći staticki deformitet prednjeg dijela stopala. Palac se naginje prema drugom prstu i ta neravnoteža dovodi do deformacije drugih prstiju. Problem su bolovi koji nastaju kod nošenja obuće. Hallux valgus devet puta češće se javlja kod žena. Obično započinje u adolescentnoj dobi te, pospješen neodgovarajućom obućom, brzo napreduje. Deformacije blažeg stupnja u mlađih osoba mogu se pokušati usporiti u razvoju. U tom smislu preporučuje se nošenje široke i udobne obuće koja ne stvara pritisak na prste, s nižom potpeticom (3-4 cm).

Savjetuju se podatne i gipke cipele koje stimuliraju mišićnu aktivnost malih mišića stopala. Takvu obuću najčešće ne prati i moderni dizajn, stoga je ovaj oblik prevencije i liječenja najčešće neuspješan u razdoblju kad ono ima smisla - među mlađim pacijentima. U starijoj populaciji progresiju deformacije najčešće nije moguće zaustaviti, ali je odgovarajućim tipom obuće ipak moguće djelomično otkloniti bolne irritacije izbočenih dijelova stopala.

Metatarsalgija je probadajuća bol u području poprečnog svoda stopala odmah ispod prstiju. Uzrok te bolesti krije se u neodgovarajućoj uskoj obući, visokim petama i spuštenim svoljivima stopala.

Bol u peti najčešće je posljedica upale vezivnog tkiva donje strane stopala koja može stvoriti koštani trn na petnoj kosti, pa hodanje postaje jako bolno.

Bolna ahilova tetiva najčešće nastaje zbog upale, ozljede ili preopterećenja.

Bol u nožnom zglobu (gležanj) česta je pojавa jer nosi težinu cijelog tijela. Taj se zglob najčešće ozljeđuje. Liječenje bolova u nožnom zglobu i stopalu treba započeti čim se pojave prvi znaci bolesti. Fizikalna terapija smanjuje bol, upalu, pospješuje cijeljenje, ali na prvom mjestu je pravilan izbor obuće, održavanje umjerenе tjelesne težine, svakodnevna njega stopala, izbjegavanje dugotrajnog stajanja, svakodnevne medicinske vježbe jačanja mišića stopala, lagane šetnje, plivanje i vožnja bicikla. ■

Mirjana
Grga,
dr. med.





ZRNO LJUBAVI

PONEKAD
SAMO ZRNO LJUBAVI
ZRNCE
MALENO
NEVIDLJIVO OKOM
RASVIJETLI CIJELI NAŠ
SVIJET...

KSENIA KANCIJAN

SLIKE: MARTA PILIĆ

